

2. Menggunakan Pikiran Untuk Meremajakan Diri

Hari ini Master ingin membahas sesuatu yang sangat menarik dengan kalian, hari ini saya merasa sangat senang, mengapa? Karena ada sebagian saudara se-Dharma yang mampu memahami dengan mendalam materi yang Master jabarkan, sama seperti seorang profesor, saat murid-muridnya bisa belajar dengan semakin baik, maka mereka akan semakin mampu memahami materi yang diajarkan gurunya, dan sang guru pun akan mengajar dengan semakin senang. Oleh karena itu, saya tahu dia hari ini datang, maka saya akan membahas materi-materi yang lebih mendalam dan menarik, sesungguhnya ini pun merupakan suatu bentuk dukungan bagi kalian, kalian harus lebih tekun belajar, kalau tidak maju pasti mundur, mengerti? Kalian duduk di sini bukan hanya setiap hari Rabu datang "untuk mandi" – menghilangkan sedikit kotoran batin

pada diri kalian, namun kalian harus bisa tersadarkan secara total. Mengerti?

Bagaimana seorang praktisi Buddhis agar bisa “meremajakan” dirinya sendiri? Hari ini saya akan membahas tentang “peremajaan” . Diawali dari masa anak-anak sampai masa tua, saat kita masih kecil, kita merasa sangat senang, benar tidak? Kemudian sampai di usia paruh baya juga masih merasa cukup senang, akan tetapi setelah lanjut usia, kita semakin lama semakin merasa tidak senang, menanggung tekanan yang sangat besar, sampai di masa tua nanti, kita merasa sangat menderita. Kalau begitu, apakah seorang praktisi Buddhis bisa mengubah konsep pemikirannya? Jika kita mengawalinya dari masa tua sampai ke masa kecil, sesungguhnya yang diubah bukanlah tubuh kita. Mengerti? Karena ini adalah hukum alam yang sudah menentukan proses dari muda sampai tua, jika kita sekarang seumpama membalikkan

prosesnya supaya kalian bisa merasakannya, bila seseorang dari lahir sangat tua, kemudian semakin lama semakin muda, lalu bagaimana seharusnya kalian menjalani hidup? Begitu dilahirkan sudah sangat menderita, gigi rusak, kaki tidak bisa berjalan, maka pada saat ini harus benar-benar hati-hati. Apabila seseorang semenjak kecil sudah mengalami begitu banyak penderitaan, maka dia pasti akan melindungi dirinya dengan baik dan hati-hati, dia akan terus merawat giginya dengan baik, terus menjaga lututnya, jadi giginya semakin lama akan semakin bagus, dan lututnya akan semakin lama semakin baik, dia berjalan menuju kemudaan. Benar tidak?

Kalau begitu selanjutnya Master akan membahas, sama halnya dengan memutarbalik proses ini, kita membahas tentang mentalitas. Mentalitas manusia, dari sejak kecil dilahirkan sudah memiliki mentalitas yang indah dan baik hati, namun seiring dengan penambahan umur, tempaan

hidup yang dialami, membuatnya menjadi bisa cemburu pada orang lain, membenci orang lain, menginginkan milik orang lain, semua kebiasaan-kebiasaan buruk ini bermunculan pada dirinya, akan tetapi melalui pembinaan pikiran, maka seiring dengan pertambahan umur dan berjalannya waktu, mentalitasnya pun menjadi semakin baik. Dia sudah memahami bahwa, saya tidak boleh iri hati pada orang lain, karena kalau saya iri pada orang lain, maka orang lain juga bisa iri pada saya; karena jika saya membenci orang lain, maka orang lain pun bisa benci pada saya; karena saya telah melakukan banyak hal-hal yang tidak baik, maka saya pun menerima balasan karmanya, kemudian mentalitasnya menjadi semakin damai, dengan demikian maka sesungguhnya dia kembali berjalan menuju ke masa kecilnya, yang tidak memiliki kerisauan apapun. Dia tidak membuat orang lain merasa tidak senang, dia tidak iri hati pada orang lain, dia tidak tamak, bukankah berarti mentalitasnya sudah berubah? Benar tidak?

Maka, Master beritahu kalian, kita terlebih dahulu akan merasakan derita dari penuaan, sakit dan kematian, fase “lahir, menua, sakit, dan mati” , di luar dari fase “lahir” , karena fase kelahiran pada dasarnya semuanya sama; “menua, sakit, dan mati” semuanya merupakan penderitaan orang-orang yang sudah lanjut usia, benar tidak? Kemudian kita kembali melangkah menuju masa muda, apakah bisa membuat kita lebih menghargai hidup? Dulu di antara kita ada banyak orang yang tidak memahami ajaran Buddha Dharma, dan sekarang setelah kalian mengikuti Master belajar Dharma, bukankah berarti kalian telah mengubah hidup kalian? Bukankah berarti kalian berjalan menuju keremajaan? Setelah menjadi “muda” , merasa senang, bukankah mentalitas akan menjadi baik? Bukankah kita akan menjadi lebih bisa menghargai tubuh dan pikiran, serta perasaan terhadap hal-hal di sekitar kita? Oleh karena itu, kita harus belajar untuk merefleksikan diri, harus belajar untuk introspeksi diri, harus menggunakan

pemikiran dari sudut pandang lain dalam memikirkan suatu masalah, dengan kata lain, harus bisa memikirkan masalah dari sudut pandang yang berbeda. Jika sekarang, masih merasa diri sendiri sangat menderita, coba pikirkan, dulu diri kita sudah menderita, sekarang hidup saya sudah termasuk menyenangkan, benar tidak? Jika sekarang masih memiliki kerisauan, coba pikirkan, kerisauan diri sendiri di masa lalu tidak tahu lebih besar berapa kali lipat dibandingkan kerisauan sekarang, ini disebut dengan metode refleksi alternatif. Jika bisa berpikir demikian, bukankah kamu akan menjadi berpikiran terbuka? Oleh karena itu, hanya dengan sering melakukan refleksi diri sendiri, baru bisa membuat kesadaran spiritual senantiasa menyertai kehidupanmu. Karena manusia hidup di dunia ini mengandalkan potensi kesadarannya, dia bisa tersadarkan, dia bisa memahami dengan baik, semenjak tua dan rapuh baru memulai kehidupannya sendiri. Saya sekarang masih mengatakan proses yang terbalik, manusia begitu dilahirkan tua dan

rapuh, tahukah kalian, ada tidak seperti ini? Benar-benar ada. Bukankah ada seorang ilmuwan yang berkata bahwa ada seorang anak kecil yang dilahirkan seperti orang tua, jantung, paru-paru dan organ lainnya bagaikan milik orang dewasa, begitu dilahirkan, dia seperti orang yang sudah berusia sangat lanjut, sesungguhnya pengalaman hidup kita pun demikian. Lebih baik kita lebih dini menghadapi kesulitan, lebih baik kita lebih awal diterpa cobaan, kita terlahir di dunia ini harus mengetahui sesungguhnya ke mana kita akan pergi? Penderitaan yang kita alami ini membuat kita mengetahui apa yang sesungguhnya kita kejar. Jika kamu tidak memahami apapun, berarti kamu masih belum tersadarkan, maka kamu pun tidak bisa menyadari kesadaran-kesadaran spiritual dalam ajaran Dharma ini.

Dalam kehidupan seseorang, perkembangan daya pikir adalah yang terpenting, karena daya pikir seseorang setelah

terhubung dengan orang lain dan lingkungan di sekitarnya baru bisa mengalami perkembangan. Dengan kata lain, perkembangan daya pikir seseorang setelah terhubung dengan tubuh dan lingkungannya baru bisa mengalami perkembangan. Misalnya, orang ini pintar atau tidak, jika dia tidak pernah berkomunikasi dengan orang lain, bagaimana kamu bisa tahu kalau dia pintar atau tidak? Saya belum pernah datang ke tempat ini, bagaimana saya bisa mengetahui tempat ini? Misalnya, hari ini saya bisa menyelesaikan banyak hal, bukankah karena saya dulu pernah mengerjakan hal-hal ini? Semuanya karena kamu pernah mengalaminya. Hari ini saya meminta kamu atau seseorang untuk menyelesaikan sedikit masalah, dan kamu bisa mengatasinya dengan baik, bukankah karena kamu dulu pernah mengatasinya? Jika kamu tidak berhubungan dengan orang lain dan hal-hal ini, bagaimana mungkin kamu bisa mengatasinya? Oleh karena itu, harus diingat, jangan mengira umur kita dan penampilan luar kita berusia

80 tahun, maka daya pikir kita juga terlihat 80 tahun. Banyak mertua yang tidak tahu apa yang seharusnya dilakukannya sendiri, malah mempersulit menantunya sendiri, kemudian melakukan hal-hal yang sangat buruk, memangnya dikarenakan dia sudah berusia 70 tahun? Mungkin saja daya pikirnya hanya 40 tahun. Mengerti? Karena kematangan tubuh seseorang tidak akan mempengaruhi perkembangan jiwa kebijaksanaan – mentalitas spiritual kamu. Misalnya seseorang dengan gangguan kejiwaan, yang sejak kecil sudah tampak dewasa hingga lanjut usia, menurutmu, apakah dia memiliki kebijaksanaan? Walaupun sudah berusia lanjut, akan tetapi dia hanya memiliki kecerdasan intelektual anak kecil usia beberapa tahun saja.

Oleh karena itu, tubuh kita hanyalah raga daging yang kotor. Mengerti? Tidak terlalu berguna, hanya kerangka sementara. Tubuh yang kita miliki hanyalah sebuah kerangka daging untuk sementara, tidak bisa bertahan lama.

Baik dimulai dari penampilan luar yang semakin menua, atau dimulai dari bayi yang lucu, sesungguhnya panjang pendeknya waktu hidup seseorang pada dasarnya adalah sama. Panjang pendeknya hidup seseorang adalah sama, tidak peduli dari mana kamu memulainya, atau dari kapan kecerdasan intelektual kamu mulai timbul, kehidupan yang nyata barulah hidupmu yang sesungguhnya, bukanlah kehidupan ragamu, mengerti? Banyak orang yang seumur hidupnya, sampai di masa tuanya baru mengenal ajaran Dharma Guan Shi Yin Pu Sa, merasa Dharma ini bagus sekali, bisa mengatasi banyak permasalahan diri sendiri, maka pada saat itu, dia bagaikan seorang bayi. Seperti Nyonya Zhou yang karena dia baru saja mengetahui apakah ajaran Buddha Dharma itu, dia baru saja mendapatkan intisari Dharma, dia baru bisa mulai hidup dengan bahagia, maka dia menjadi seperti seorang "gadis muda" , karena pikirannya sudah teremajakan – menjadi muda. Akan tetapi umur bukanlah sesuatu yang bisa kita kendalikan.

Dalam kehidupan sehari-hari, dalam menghadapi segala hal, kita tidak bisa melihat penampilan luar. Karena manusia sangat mudah mengelabui sifat dasarnya sendiri karena penampilan luar, karena rupa luar sangat mudah membuat kita kehilangan kebijaksanaan kita. Misalnya, kamu melihat orang ini sangat polos, kelihatannya dari luar baik sekali terhadapmu, lalu kamu menikah dengannya, setelah menikah dengannya kamu baru tahu berapa banyak kekurangannya, benar tidak? Saya memberitahu kalian contoh ini untuk menegaskan bahwa, penampilan luar seseorang bisa mengelabui kebijaksanaan seseorang, dengan kata lain, membuat kamu kehilangan arah, mengerti? Oleh karena itu, kalian harus ingat, dengan mengenal sifat dasar dan sifat Kebuddhaan kamu baik-baik, maka kamu akan menyadari bahwa dunia ini selamanya adalah setara. Saya akan menguraikan perkataan ini kepada kalian, mengenal dengan jelas dunia ini, memahami prinsip kebenaran sejati, bahwa dunia ini adalah setara. Contoh

sederhana: orang ini mengapa hari ini bisa menimbulkan masalah – mengalami kecelakaan, karena dia tidak pernah mengendarai mobil dengan serius, pada akhirnya menabrak mobil. Orang lain mengatakan, “Aduh, mengapa saya yang menyetir mobil ini tidak bermasalah, mengapa kamu yang menyetir bisa tabrakan?” Karena dunia ini pada dasarnya adil, karena dia tidak pernah serius. “Aduh, mengapa orang ini begitu memohon langsung terkabulkan, namun dia tidak?” Karena orang ini memohon dengan sungguh-sungguh, sedangkan kamu tidak. Dalam grup muda-mudi kita ada seorang anak perempuan yang selama bertahun-tahun tidak pernah hamil, lalu memohon Master untuk memberkatinya, Master melihat dia sangat kasihan, akan tetapi dia sendiri pun juga memohon dengan baik, sekarang dia sudah hamil. Tahukah kalian, bagi seorang ibu, seorang anak sangatlah penting. Bisa lahir atau tidak pun juga merupakan masalah yang sangat penting. Oleh karena itu, bisa membantu orang lain melahirkan anak maka itu adalah

sesuatu yang sangat hebat, akan tetapi yang lebih penting adalah membantunya supaya dia sendiri bisa hamil.

Kita harus bisa menyadari bahwa segala hal di dunia ini memiliki akar dan sumbernya, selamanya bersifat setara, tidak ada yang tidak sama. Dalam ajaran Buddha Dharma, seperti semula, juga sama maknanya. Kamu dalam keadaan apapun sangat baik, maka kamu pasti memiliki prinsipmu sendiri, dia baik juga ada kebaikannya sendiri, kamu tidak baik juga pasti ada alasannya tersendiri. Seperti sifat dasar yang semula, sifat dasar juga sama. Oleh karena itu, permasalahan adalah dirimu sendiri yang menciptakannya, masalah – masalah yang seharusnya normal, dan hal-hal lainnya, semuanya memiliki sifat Kebuddhaan, mengerti? Oleh karena itu, hukum alam “lahir, menua, sakit, dan mati” tidak bisa kita ubah, kita hanya bisa pasrah atas kehidupan ini, mengapa kita bisa terlahir ke dunia – Alam Manusia ini? Mengapa waktu hidup kita di dunia ini hanya begitu

singkatnya? Mengapa membuat kita terlahir di dunia ini dan mengalami banyak sekali penderitaan – menjalani fase lahir, menua, sakit, dan meninggal? Dalam hidup ini, kita harus menjalani derita yang pahit terlebih dahulu, kita baru bisa merasakan manis kebahagiaan, maka sekarang lebih baik kita menderita lebih dahulu, baru kemudian merasakan manisnya kehidupan. Tubuh kita juga sama, menderita terlebih dahulu, kemudian menikmati belakangan, yakni menderita dahulu baru kemudian berbahagia, mengerti? Jika seseorang tidak menderita, maka dia tidak akan bisa merasakan manisnya hidup, maka dikatakan selesai pahit, manis akan datang. Kita seumur hidup ini, harus bisa melunasi hutang yang seharusnya di dunia ini dengan jelas, melakukan hal-hal yang seharusnya dilakukan dengan baik, menunggu datangnya manis, namun “manis” di sini bukan berarti di kehidupan ini kamu bisa segera mendapatkan balasan yang manis, itu harus dilihat lagi ke mana jiwa kebijaksanaanmu akan pergi nantinya. Mengerti?

2. ràng xīn lái fǎn lǎo huán tóng 让“心”来“返老还童”

shī fu jīn tiān jì xù gēn nǐ men jiǎng jīng cǎi de dōng xi jīn
师父今天继续跟你们讲精彩的东西，今
tiān wǒ hěn kāi xīn wèi shén me yīn wèi yǒu xiē tóng xiū duì shī fu
天我很开心，为什么？因为有些同修对师父
jiǎng jiě de dōng xi néng gòu shēn rù lǐ jiě jiù xiàng yī gè jiào
讲解的东西能够深入理解，就像一个教
shòu yī yàng xué shēng xué de yuè hǎo jiù yuè néng lǐ xiè lǎo shī
授一样，学生学得越好就越能理解老师
jiǎng shòu de dōng xi lǎo shī jiù jiǎng jiě de yuè kāi xīn suǒ yǐ wǒ
讲授的东西，老师就讲解得越开心。所以我
zhī dào tā jīn tiān lái le jiù tè bié jiǎng xiē shēn de dōng xi jiǎng xiē
知道他今天来了就特别讲些深的东西、讲些
jīng cǎi de dōng xi shí jì shàng duì nǐ men yě shì yī zhǒng gǔ
精彩的东西，实际上对你们也是一种鼓
lì nǐ men yào nǔ lì xué ya bù jìn zé tuì tīng de dǒng
励，你们要努力学呀，不进则退，听得懂
ma nǐ men zuò zài zhè lǐ bù shì měi xīng qī sān lái “xǐ gè
吗？你们坐在这里不是每星期三来“洗个
zǎo chōng diào yī diǎn wū ní zhuó shuǐ de nǐ men yào chè
澡”冲掉一点污泥浊水的，你们要彻
wù tīng de dǒng ma
悟。听得懂吗？

xué fó de rén zěn me yàng ràng zì jǐ néng gòu fǎn lǎo huán
学佛的人怎么样让自己能够“返老还
tóng ne jīn tiān gēn nǐ men jiǎng fǎn lǎo huán tóng wǒ
童”呢？今天跟你们讲“返老还童”。我
men cóng hái zǐ kāi shǐ yī zhí dào lǎo nián wǒ men hái tóng de shí
们从孩子开始一直到老年，我们孩童的时
hòu shì hěn kāi xīn de duì bù duì rán hòu dào le zhōng nián yě
候是很开心的，对不对？然后到了中年也
tǐng kāi xīn dào le lǎo nián yuè lái yuè bù kāi xīn chéng shòu hěn
挺开心，到了老年越来越不开心，承受很
dà yā lì děng dào le wǎn nián wǒ men hěn tòng kǔ nà me xué
大压力，等到了晚年我们很痛苦。那么学
fó de rén néng bù néng huàn yī gè gài niàn ne rú guǒ wǒ men xiān
佛的人能不能换一个概念呢？如果我们先
cóng lǎo kāi shǐ zài dào xiǎo shí jì shàng zhuǎn huàn de bù shì shēn
从老开始再到小，实际上转换的不是身
tǐ tīng de dǒng ma yīn wèi zhè shì yóu xiǎo dào lǎo de dìng
体。听得懂吗？因为这是由小到老的定
lǜ wǒ xiàn zài jiǎ shè bǎ tā niǔ zhuǎn guò lái ràng nǐ men gǎn shòu
律，我现在假设把它扭转过来让你们感受
yī xià rú guǒ yī gè rén yī kāi shǐ chū shēng jiù shì hěn lǎo rán
一下，如果一个人一开始出生就是很老，然
hòu yuè lái yuè xiǎo nà me nǐ men de lù yīng gāi zěn me qù zǒu
后越来越小，那么你们的路应该怎么去走

ne yī shēng chū lái jiù hěn kǔ yá bù xíng le tuǐ bù néng zǒu
呢？一 生 出 来 就 很 苦 ， 牙 不 行 了 ， 腿 不 能 走
le nà zhè gè shí hòu jiù hěn dāng xīn le rú guǒ cóng xiǎo shēng
了 ， 那 这 个 时 候 就 很 当 心 了 。 如 果 从 小 生
chū lái jiù zhè me duō kǔ tā yī dìng huì dāng xīn hǎo hǎo bǎo hù zì
出 来 就 这 么 多 苦 ， 他 一 定 会 当 心 好 好 保 护 自
jǐ huì bù duàn de hǎo hǎo bǎo hù yá bù duàn de hǎo hǎo bǎo hù
己 ， 会 不 断 地 好 好 保 护 牙 ， 不 断 地 好 好 保 护
xī gài tā de yá chǐ huì yuè lái yuè hǎo tā de xī gài huì yuè lái
膝 盖 ， 他 的 牙 齿 会 越 来 越 好 ， 他 的 膝 盖 会 越 来
yuè hǎo tā jiù zǒu xiàng nián qīng le duì bù duì a
越 好 ， 他 就 走 向 年 轻 了 。 对 不 对 啊 ？

nà me jiē xià lái lái shī fu gěi dà jiā jiǎng tóng yàng bǎ tā diān
那 么 接 下 来 师 父 给 大 家 讲 ， 同 样 把 它 颠
dǎo guò lái wǒ men jiǎng xīn tài rén de xīn tài cóng xiǎo shēng
倒 过 来 ， 我 们 讲 心 态 。 人 的 心 态 ， 从 小 生
chū lái de xīn tài shì shàn liáng měi hǎo de rán ér suí zhe nián jì
出 来 的 心 态 是 善 良 、 美 好 的 ， 然 而 随 着 年 纪
de zhǎng dà shēng huó jīng lì de mó liàn jí dù rén jiā chēn
的 长 大 ， 生 活 经 历 的 磨 练 ， 嫉 妒 人 家 、 瞋
hèn rén jiā tān rén jiā zhè xiē bù hǎo de è xí shàng shēn dàn
恨 人 家 、 贪 人 家 ， 这 些 不 好 的 恶 习 上 身 ， 但
shì tōng guò xiū xīn suí zhe nián jì yuè lái yuè dà shí jiān yuè lái yuè
是 通 过 修 心 随 着 年 纪 越 来 越 大 、 时 间 越 来 越

duō tā de xīn tài yuè lái yuè hǎo tā míng bái le wǒ bù néng
多，他的心态越来越好。他明白了，我不能
jí dù rén jiā yīn wèi wǒ jí dù rén jiā huì bèi rén jiā jí dù yīn
嫉妒人家，因为我嫉妒人家，会被人家嫉妒；因
wèi wǒ hèn rén jiā huì bèi rén jiā hèn yīn wèi wǒ zuò guò hěn duō
为我恨人家，会被人家恨；因为我做过很多
bù hǎo de shì qíng wǒ shòu dào bào yìng le rán hòu tā xīn tài yuè
不好的事情，我受到报应了，然后他心态越
lái yuè píng hé zhè yàng tā shí jì shàng jiù zǒu xiàng ér tóng shí
来越平和，这样他实际上就走向儿童时
dài wú yōu wú lǜ tā bù dé zuì rén tā bù jí dù rén jiā tā
代，无忧无虑。他不得罪人、他不嫉妒人家、他
bù qù tān tā de xīn tài bù jiù niǔ guò lái le ma duì bù duì a
不去贪，他的心态不就扭过来了吗？对不对啊？

suǒ yǐ shī fu gēn dà jiā jiǎng wǒ men xiān cháng jìn lǎo bìng sǐ
所以师父跟大家讲，我们先尝尽老病死
de kǔ shēng lǎo bìng sǐ shēng bù suàn shēng chū
的苦，“生老病死”，“生”不算，生出
lái zǒng shì yī yàng de lǎo bìng sǐ dōu shì nián jì dà
来总是一样的；“老、病、死”都是年纪大
de rén de tòng kǔ duì bù duì a rán hòu wǒ men zài mài xiàng
的人的痛苦，对不对啊？然后我们再迈向
qīng chūn shì fǒu huì ràng wǒ men gèng jiā zhēn xī rén
青春，是否会让 我们更加珍惜人

shēng guò qù wǒ men hěn duō rén bù dǒng de fó fǎ xiàn zài gēn
生 ？ 过去我们很多人不懂得佛法，现在跟
zhe shī fù xué fó fǎ le nǐ men shì bù shì gǎi huàn le rén shēng
着师父学佛法了，你们是不是改换了人生
a nǐ men shì bù shì yuè lái yuè zǒu xiàng nián qīng a nián qīng
啊？你们是不是越来越走向年轻啊？年轻
le kāi xīn le xīn tài shì bù shì hǎo le shì bù shì huì gèng jiā
了，开心了，心态是不是好了？是不是会更加
zhēn xī shēn xīn hé zhōu wéi shì wù de gǎn qíng a suǒ yǐ rén yào
珍惜身心和周围事物的感情啊？所以人要
xué huì fǎn sī bì xū yào xué huì fǎn sī yào yòng lìng lèi de sī
学会反思，必须要学会反思，要用另类的思
kǎo fǎ lái kǎo lǜ wèn tí yě jiù shì shuō bǎ wèn tí fǎn guò lái
考法来考虑问题，也就是说把问题反过来
xiǎng rú guǒ xiàn zài jué de zì jǐ hěn kǔ xiǎng yī xiǎng zì jǐ
想。如果现在觉得自己很苦，想一想自己
guò qù yǐ jīng kǔ guò le wǒ xiàn zài yǐ jīng suàn hěn tián le duì
过去已经苦过了，我现在已经算很甜了，对
bù duì a rú guǒ xiàn zài yǒu fán nǎo xiǎng yī xiǎng zì jǐ guò
不对啊？如果现在有烦恼，想一想自己过
qù de fán nǎo bǐ xiàn zài bù zhī dào yào fán nǎo duō shǎo bèi a zhè
去的烦恼比现在不知道要烦恼多少倍啊，这
jiào lìng lèi fǎn sī fǎ rú guǒ néng zhè yàng yī xiǎng nǐ shì bù
叫另类反思法。如果能这样一想，你是不

shì jiù xiǎng tōng le suǒ yǐ zhǐ yǒu jīng cháng fǎn sī zì jǐ de
是就想通了？所以，只有经常反思自己的
rén wù xìng cái huì cháng bàn nǐ de rén shēng yīn wèi rén huó zài
人，悟性才会常伴你的人生。因为人活在
zhè gè shì jiè shàng kào de shì wù xìng tā néng gòu kāi wù tā
这个世界上靠的是悟性，他能够开悟、他
néng gòu míng bái cóng shuāi lǎo kāi shǐ zì jǐ de yī shēng wǒ hái
能够明白，从衰老开始自己的一生。我还
shì zài shuō fǎn guò lái de huà rén yī shēng chū lái jiù shì shuāi
是再说反过来的话，人一生出来就是衰
lǎo nǐ men zhī dào yǒu méi yǒu a zhēn de yǒu a yǒu yī gè
老，你们知道有没有啊？真的有啊。有一个
kē xué jiā bù shì shuō yǒu yī gè xiǎo hái shēng chū lái jiù xiàng yī gè
科学家不是说有一个小孩生出来就像一个
lǎo tóu yī yàng xīn zàng fèi quán bù xiàng yī gè chéng nián
老头一样，心脏、肺全部像一个成年
rén tā shēng chū lái jiù shì gè nián jì hěn dà de rén shí jì
人，他生出来就是个年纪很大的人，实际
shàng wǒ men shēng huó jīng lì jiù shì zhè yàng wǒ men qíng yuàn
上我们生活经历就是这样。我们情愿
zǎo yī diǎn pèng dīng zi wǒ men qíng yuàn zǎo yī diǎn shòu mó
早一点碰钉子，我们情愿早一点受磨
nàn wǒ men dào rén jiān yào zhī dào zì jǐ dào dǐ yào dào nǎ lǐ
难，我们到人间要知道自己到底要到哪里

qù wǒ men shòu de zhè xiē mó nàn ràng wǒ men zhī dào dào dǐ yào
去？我们受的这些磨难让我们知道到底要
zhuī qiú shén me rú guǒ nǐ shén me dōu bù dǒng de huà nǐ jiù
追求什么？如果你什么都不懂的话，你就
méi yǒu kāi wù nǐ jiù bù néng kāi wù zhè xiē fó fǎ de jìng jiè
没有开悟，你就不能开悟这些佛法的境界。

rén de yī shēng dāng zhōng zhì shāng de fā zhǎn shì zuì zhòng yào
人的一生当中智商的发展是最重要
de yīn wèi xīn zhì yǔ rén hé huán jìng jiē chù zhī hòu tā cái huì dé
的，因为心智与人和环境接触之后它才会得
dào fā zhǎn yě jiù shì rén de zhì shāng fā zhǎn hé tā de shēn
到发展。也就是人的智商发展和他的身
tǐ huán jìng jiē chù zhī hòu cái néng fā zhǎn bǐ fāng shuō zhè gè
体、环境接触之后才能发展。比方说这个
rén cōng bù cōng míng rú guǒ tā cóng lái bù jiē chù rén nǐ zěn
人聪不聪明，如果他从来不接触人，你怎
me huì zhī dào tā cōng bù cōng míng wǒ cóng lái méi yǒu dào guò
么会知道他聪不聪明？我从来没有到过
zhè gè dì fāng wǒ zěn me huì zhī dào zhè gè dì fāng ne yòu bǐ
这个地方，我怎么会知道这个地方呢？又比
fāng shuō wǒ jīn tiān kě yǐ yìng fù hěn duō shì qíng bù jiù shì yīn
方说我今天可以应付很多事情，不就是因
wèi wǒ guò qù zuò guò zhè xiē shì qíng ma shì yīn wèi nǐ jiē chù
为我过去做过这些事情吗？是因为你接触

guò wǒ jīn tiān jiào nǐ mǒu gè rén chǔ lǐ diǎn shì qíng nǐ chǔ lǐ
过。我今天叫你某个人处理点事情，你处理
de hái bù cuò bù jiù shì yīn wèi nǐ guò qù chǔ lǐ guò ma rú guǒ
得还不错，不就是因为过去处理过吗？如果
nǐ bù qù jiē chù rén hé shì wù nǐ zěn me dǒng de qù chǔ lǐ
你不去接触人和事物，你怎么懂得去处理
a suǒ yǐ yào jì zhù wǒ men bù yào yǐ wéi zì jǐ de nián jì
啊？所以要记住，我们不要以为自己的年纪
hé wài biǎo shì bā shí suì kàn shàng qù de zhì shāng yě shì bā shí
和外表是八十岁，看上去的智商也是八十
suì hěn duō pó pó bù zhī dào zì jǐ yīng gāi zuò shén me qī fù
岁。很多婆婆不知道自己应该做什么，欺负
xī fù rán hòu zuò chū lái de shì qíng hěn zāo gāo nán dào jiù shì
媳妇，然后做出来的事情很糟糕，难道就是
yīn wèi tā qī shí suì le ma tā de zhì shāng shuō bù dìng zhǐ yǒu sì
因为她七十岁了吗？她的智商说不定只有四
shí suì tīng de dǒng ma yīn wèi shēn tǐ de chéng shú bù huì yǐng
十岁。听得懂吗？因为身体的成熟不会影
xiǎng dào nǐ de huì mìng de chéng zhǎng bǐ rú yī gè shén jīng bìng
响到你的慧命的成长。比如一个神经病
de rén cóng xiǎo yī zhí chéng shú dào nián jì hěn dà nǐ shuō shuō
的人从小一直成熟到年纪很大，你说说

kàn tā de nǎo zi huì yǒu zhì huì ma suī rán nián jì dà le dàn shì
看他的脑子会有智慧吗？虽然年纪大了，但是
zhǐ yǒu jǐ suì de zhì shāng
只有几岁的智商。

suǒ yǐ fó fǎ jiǎng shēn tǐ jiù shì chòu pí náng tīng de dǒng
所以佛法讲，身体就是臭皮囊。听得懂
ma méi yǒu shén me zuò yòng de shì zàn shí de qū qiào wǒ
吗？没有什么作用的，是暂时的躯壳。我
men shēn tǐ yōng yǒu de shì zàn shí de yī gè qū qiào shì bù néng
们身体拥有的是暂时的一个躯壳，是不能
cháng jiǔ de bù lùn cóng shuāi lǎo de wài biǎo qǐ bù hái shì cóng
长久的。不论从衰老的外表起步，还是从
kě ài de yīng hái kāi shǐ shí jì shàng shòu mìng de cháng duǎn shǐ
可爱的婴孩开始，实际上寿命的长短始
zhōng shì yī yàng de yī gè rén shòu mìng cháng duǎn dōu shì yī
终是一样的。一个人寿命长短都是一
yàng de bù guǎn nǐ shì shén me shí hòu qǐ bù de nǐ de zhì shāng
样的，不管你是什么时候起步的，你的智商
cóng shén me shí hòu kāi shǐ shí jì de shēng huó cái shì nǐ zhēn
从什么时候开始，实际的生活才是你真
zhèng de shēng huó bìng bù shì nǐ ròu shēn de shēng huó tīng
正的生活，并不是你肉身的生命，听
de dǒng ma hěn duō rén huó yī bèi zi wǎn nián cái wén dào guān
得懂吗？很多人活一辈子，晚年才闻到观

shì yīn pú sà de fó fǎ jué de zhè gè fó fǎ tài hǎo le ràng zì jǐ
世音菩萨的佛法，觉得这个佛法太好了，让自己
jiě jué le tài duō de wèn tí zhè gè shí hòu tā jiù shì gè yīng
解决了太多的问题，这个时候他就是个婴
ér jiù xiàng wǒ men de zhōu lǎo tài tài yīn wèi tā gāng gāng zhī dào
儿。就像我们的周老太太因为她刚刚知道
fó fǎ shì zěn me huí shì tā gāng gāng dé dào le fó fǎ de zhēn
佛法是怎么回事，她刚刚得到了佛法的真
dì tā gāng gāng kāi shǐ huó de hěn kāi xīn suǒ yǐ tā jiù shì
谛，她刚刚开始活得很开心，所以她就是
gè xiǎo nǚ hái yīn wèi tā de xīn nián qīng le dàn shòu mìng
个“小女孩”，因为她的心年轻了。但寿命
bù shì wǒ men néng kòng zhì de
不是我们能控制的。

wǒ men zài shēng huó dāng zhōng fán shì bù néng kàn wài
我们在生活当中凡事不能看外
biǎo yīn wèi rén hěn róng yì bèi wài xiàng méng bì le zì jǐ de běn
表。因为人很容易被外相蒙蔽了自己的本
xìng yīn wèi wài miàn de biǎo xiàng hěn róng yì ràng wǒ men de zhì
性，因为外面的表相很容易让我们的智
huì yí shī bǐ rú nǐ kàn zhè gè rén zhēn de lǎo shí wài biǎo duì
慧遗失。比如你看这个人真的老实，外表对
nǐ hěn hǎo nǐ jiù jià gěi tā le jià gěi tā zhī hòu nǐ cái zhī dào
你很好，你就嫁给他了，嫁给他之后你才知道

tā yǒu duō shǎo máo bìng , duì bù duì a wǒ zhè gè lì zǐ jiù shì
他 有 多 少 毛 病 ， 对 不 对 啊 ？ 我 这 个 例 子 就 是
jiǎng gěi nǐ men tīng , yī gè rén de biǎo xiàng néng bǎ rén de zhì huì
讲 给 你 们 听 ， 一 个 人 的 表 相 能 把 人 的 智 慧
suǒ méng bì , jiù shì ràng nǐ kàn bù qīng fāng xiàng , tīng de dǒng
所 蒙 蔽 ， 就 是 让 你 看 不 清 方 向 ， 听 得 懂
ma suǒ yǐ yào jì zhù , rèn qīng běn xìng , fó xìng nǐ jiù huì fā
吗 ？ 所 以 要 记 住 ， 认 清 本 性 、 佛 性 你 就 会 发
jué shì jiè yǒng yuǎn shì píng héng de zhè jù huà yào gěi nǐ men fēn
觉 世 界 永 远 是 平 衡 的 。 这 句 话 要 给 你 们 分
xī yī xià , rèn qīng zhè gè shì jiè , míng bái zhēn lǐ , zhè gè shì
析 一 下 ， 认 清 这 个 世 界 ， 明 白 真 理 ， 这 个 世
jiè shì píng héng de jǔ gè jiǎn dān lì zǐ zhè gè rén jīn tiān wèi
界 是 平 衡 的 。 举 个 简 单 例 子 ： 这 个 人 今 天 为
shén me huì chuǎng huò — chē huò yīn wèi tā kāi chē cóng lái bù
什 么 会 闯 祸 —— 车 祸 ， 因 为 他 开 车 从 来 不
rèn zhēn , zuì hòu zhuàng chē le rén jiā shuō “ āi yā , wèi shén
认 真 ， 最 后 撞 车 了 。 人 家 说 “ 哎 呀 ， 为 什
me wǒ kāi zhè gè chē méi chuǎng huò , wèi shén me nǐ kāi jiù
么 我 开 这 个 车 没 闯 祸 ， 为 什 么 你 开 就
zhuàng ? ” yīn wèi zhè gè shì jiè shì gōng píng de yīn wèi tā cóng
撞 ？ ” 因 为 这 个 世 界 是 公 平 的 ， 因 为 他 从
lái bù rèn zhēn , āi yā , wèi shén me zhè gè rén yī qiú jiù
来 不 认 真 。 “ 哎 呀 ， 为 什 么 这 个 人 一 求 就

líng tā qiú le jiù bù líng ? ” yīn wèi rén jiā shì zhēn qiú , ér nǐ
灵 ， 他 求 了 就 不 灵 ？ ” 因 为 人 家 是 真 求 ， 而 你
méi yǒu zhēn qiú wǒ men qīng nián tuán yǒu yī gè nǚ hái hǎo jǐ nián
没 有 真 求 。 我 们 青 年 团 有 一 个 女 孩 好 几 年
méi yǒu huái yùn le qiú shī fu gěi tā jiā chí shī fu kàn kàn tā kě
没 有 怀 孕 了 ， 求 师 父 给 她 加 持 ， 师 父 看 看 她 可
lián dàn tā zì jǐ yě děi qiú de hǎo a xiàn zài rén jiā huái yùn
怜 ， 但 她 自 己 也 得 求 得 好 啊 ， 现 在 人 家 怀 孕
le nǐ men zhī dào yī gè hái zi duì yī gè mǔ qīn lái jiǎng shì hěn
了 。 你 们 知 道 一 个 孩 子 对 一 个 母 亲 来 讲 是 很
zhòng yào de shēng de chū lái shēng bù chū lái yě shì hěn zhòng
重 要 的 ， 生 得 出 来 生 不 出 来 也 是 很 重
yào de wèn tí a suǒ yǐ néng bāng zhù rén jiā shēng chū hái zi yě
要 的 问 题 啊 。 所 以 能 帮 助 人 家 生 出 孩 子 也
shì hěn liǎo bù qǐ de shì qíng dàn gèng zhòng yào de shì bāng zhù tā
是 很 了 不 起 的 事 情 ， 但 更 重 要 的 是 帮 助 她
ràng tā zì jǐ lái huái yùn
让 她 自 己 来 怀 孕 。

wǒ men yī dìng yào fā jué zhè gè shì jiè shàng rèn hé dōng xī dōu
我 们 一 定 要 发 觉 这 个 世 界 上 任 何 东 西 都
shì yǒu gēn yǒu yuán yǒng yuǎn shì píng héng de méi yǒu shén me
是 有 根 有 源 ， 永 远 是 平 衡 的 ， 没 有 什 么
bù yī yàng de fó fǎ jiǎng yī rú jiù shì yī yàng de nǐ shén
不 一 样 的 。 佛 法 讲 ， 一 如 就 是 一 样 的 。 你 什

me dōu hǎo nǐ yī dìng yǒu nǐ de dào lǐ tā hǎo yǒu tā de dào
么都好，你一定有你的道理，他好有他的道
lǐ nǐ bù hǎo yī dìng yǒu nǐ de dào lǐ yī rú běn xìng běn
理，你不好一定有你的道理。一如本性，本
xìng shì yī yàng de suǒ yǐ shì qíng shì nǐ men zì jǐ zuò chū lái
性是一样的。所以事情是你们自己做起来
de yīng gāi zhèng cháng de shì quán bù de shì dōu jù yǒu fó
的，应该正常的事、全部的事都具有佛
xìng de míng bái ma suǒ yǐ shēng lǎo bìng sǐ de zì rán guī lǜ
性的，明白吗？所以生老病死的自然规律
wǒ men shì bù néng gǎi biàn tā de wǒ men zhǐ néng gǎn tàn shēng
我们是不能改变它的，我们只能感叹生
mìng de wú nài wèi shén me wǒ men tóu dào rén jiān lái wèi shén
命的无奈，为什么我们投到人间来？为什
me wǒ men tóu dào rén jiān lái gěi wǒ men zhè me duǎn duǎn de shí
么我们投到人间来给我们这么短短的时
jiān wèi shén me ràng wǒ men tóu dào rén jiān lái ràng wǒ men chī jìn
间？为什么让我们投到人间来让我们吃尽
le kǔ tóu shēng lǎo bìng sǐ rén shēng yào xiān kǔ cái néng
了苦头——生老病死？人生要先苦才能
tián rán ér xiàn zài wǒ men qíng yuàn xiān kǔ rán hòu zài
甜，然而现在我们情愿先苦，然后再
tián shēn tǐ yě shì chī kǔ zài qián xiǎng shòu zài hòu jiù shì
甜。身体也是吃苦在前，享受在后，就是

xīān kǔ hòu tián míng bái ma yī gè rén bù chī kǔ tā bù néng
先苦后甜，明白吗？一个人不吃苦，他不能
dé dào gān tián suǒ yǐ jiào kǔ jìn gān lái wǒ men zhè bèi zi zài
得到甘甜，所以叫苦尽甘来。我们这辈子在
rén jiān bǎ gāi huán de dōu huán qīng chǔ bǎ gāi zuò de shì qíng dōu
人间把该还的都还清，把该做的事情都
zuò hǎo le děng dào gān lái le ér zhè gè gān bù yī dìng jiù shì
做好了，等到甘来了，而这个甘不一定是
nǐ zài rén jiān mǎ shàng néng dé dào huí bào de gān nà shì kàn nǐ
你在人间马上能得到回报的甘，那是看你
jīn hòu de huì mìng wǎng nǎ lǐ zǒu le tīng de dǒng ma
今后的慧命往哪里走了。听得懂吗？