

## **8. Belajar Mengharmonisasikan, Mengubah Kesadaran Spiritual**

Ajaran Buddha Dharma menggunakan kebijaksanaan untuk mengubah tingkat kesadaran spiritual di dunia ini, Master menggunakan kebijaksanaan untuk mengubah kesadaran spiritual duniawi ini. Memang saya tidak memiliki kerisauan? Ada. Namun, karena saya sudah menekuni ajaran Dharma, saya sudah tahu untuk melepas, saya sudah tidak memedulikannya lagi, maka saya pun bisa melepas, jadi kesadaran spiritual saya pun berubah, dan saya tidak terpengaruh dengan kesadaran spiritual atau keadaan kamu. Awalnya satu masalah yang sangat menyakitkan, yang membuat saya sangat sedih, tetapi tidak lama kemudian saya bisa melupakannya, saya menggunakan ajaran Buddha Dharma untuk

mengubah kesadaran spiritual saya, “Oh, jangan dipedulikan, lepaskan saja” , maka saya tidak akan sedih lagi; sedangkan pihak lain, masih mengingatnya, dan dia masih sangat sedih. Benar tidak? Oleh karena itu, ajaran Buddha Dharma menggunakan kebijaksanaan untuk mengubah kesadaran spiritual atau keadaan ini, pertama-tama, harus memasuki “yi xiang fa” – dharma satu rupa. Apakah yang dimaksud dengan “yi xiang fa” ? Yakni, kamu terlebih dahulu mengubah kesadaran spiritual diri sendiri, pertama-tama, fokus mengubah satu hal. Contoh, sekarang ada banyak masalah, saya stress dan tidak bisa berpikiran terbuka, maka kamu terlebih dahulu membuka pikiran terhadap satu masalah, misalnya, masalah anak di rumah, atau masalah kesehatan tubuh sendiri, atau masalah suami, atau masalah dalam bisnis, atau masalah dengan saudara dan teman ... Begitu banyak masalah yang berdatangan, seperti menekan kamu,

membuat kamu berpikiran buntu terhadap segala hal, dalam hati, kamu tidak bisa melepas. Kalau begitu, menggunakan “dharma satu rupa” , apa maksudnya? Yakni, pertama-tama, kamu mencari satu objek dan masuk ke dalamnya, lalu melampauinya, jadi menyelesaikan permasalahan putra saya terlebih dahulu, melihat putra saya, saya merasa senang, dia pun bisa menjadi baik, mengenai tubuh saya, mari pelan-pelan disembuhkan. Masalah dengan suami, sudah tidak masalah lagi, putra saya pun sudah baik, masalah yang lain nantinya juga bisa membaik. Ketika kamu bisa memecahkan satu masalah, maka masalah lain apapun juga bisa dipecahkan, seperti saat kita dikepung orang lain, asalkan ada satu titik keluar, lalu kita menembus titik ini, maka kita pun bisa keluar menembus kepungan ini. Apabila kamu dikepung orang lain, namun tidak ada titik keluar, maka kamu benar-benar telah dikepung orang lain, berada di

dalam tidak bisa keluar, maka akan menjadi sakit jiwa, akan menjadi kacau-balau di dalam.

Hari ini, anak perempuan yang baru saja diterawang totemnya mengatakan, dia melihat setiap kali Master keluar, seluruh tubuh bercahaya keemasan, selain itu sekujur tubuh terasa panas, begitu dia mendekati Master, seluruh tubuhnya segera merasa panas. Dia mengatakan, baru-baru ini dia bermimpi bertemu dengan Master palsu, dia mengatakan, begitu Master palsu datang, sekujur tubuhnya merinding, tubuh tidak bercahaya, pada akhirnya, dia segera berkata, “Kamu adalah Master palsu” , dia baru saja mengatakannya, lalu yang palsu itu meledak dan lari. Sesungguhnya, dia tidak tahu kalau ini disebut “meledak” , seperti dalam film {Perjalanan ke Barat}, para siluman bukankah merasuki sesuatu dan berubah

menjadi sesuatu? Begitu dipukul dengan tongkat sakti Sun Go Kong, dia segera terbang lari. Sekarang di alam roh pun ada yang menyamar menjadi saya untuk keluar, sama seperti di dunia, banyak orang mengatakan, “Dia adalah Master Lu, dia adalah tubuh Dharma Master.”

Oleh karena itu, kalian harus memahami, bahwa kita menekuni Dharma harus memahami hal-hal ini, terlebih dulu menggunakan satu rupa dharma untuk masuk ke dalam, lalu menggunakan pemikiran dan kebijaksanaan mengubahnya menjadi penuh sukacita dalam Dharma. Seperti saya sekarang tidak takut akan apapun, karena putra saya sudah baik, berpikir terpusat pada masalah putra saya ini, saya akan bisa memikirkan hal yang positif, lalu dari sini saya menembus keluar, saya jadi berpikiran terbuka, saya

sudah tersadarkan, saya sudah mengerti, kemudian pelan-pelan menyelesaikan masalah lainnya. Mengerti? Dalam satu pemikiran, maka kamu bisa mengubah keadaan. Ada banyak orang di antara kalian yang pernah bertengkar, saya ingin bertanya, saat kalian bertengkar sampai setengah, tiba-tiba berpikir, "Saya tidak ingin ribut dengannya, karena ribut terus seperti ini juga tidak ada akhirnya, dari pagi sampai malam terus bertengkar, tidak ada yang patut diributkan." Dalam satu pemikiran, kamu tidak bertengkar lagi, semuanya berhenti, "perang" sudah berakhir. Karena satu pemikiranmu, "Saya tidak ingin bertengkar lagi dengannya" , maka masalahnya akan berubah.

Oleh karena itu, kita jangan dipengaruhi oleh keadaan atau lingkungan, kamu harus bisa mengubah keadaan, bukannya dipengaruhi oleh keadaan, maka

hidupmu akan menjadi semakin bebas leluasa. Dengan kata lain, saat lingkungan ini berubah, saya tidak memedulikannya, suami di rumah sudah mulai membanting-banting barang, kamu pun tidak usah memedulikannya, maka kamu tetaplah dirimu, dan selanjutnya, kamu tidak akan tertimpa masalah. Suami bertabiat begitu buruk, “Kamu jahat, namun saya tidak berubah, saya tidak apa-apa, saya tetap seperti ini” ; sebaliknya, begitu dia melakukan hal buruk, kamu kesal dan marah-marah, jantungmu menjadi tidak sehat, berarti kamu sudah dipengaruhi oleh kondisinya. Bukankah di hari Sabtu saat saya memberikan wejangan, saya sering mengatakan, satu orang di rumah pada mulanya sangat senang, selanjutnya begitu anak datang, “Mama, nilai rapor saya tidak bagus” , begitu mama marah, lalu terus-menerus memarahinya sampai malam, seluruh suasana hati yang baik sudah dirusak, dengan kata lain,

suasana hatimu selamanya akan dikendalikan oleh orang lain, kamu tidak mampu mengendalikan suasana hati sendiri, benar tidak? Maka, jika ingin hidup semakin bebas dan leluasa, janganlah dipengaruhi oleh keadaan, kamu harus bisa mengubah keadaan. Misalnya, saya hari ini datang kemari, semua orang tidak memedulikan saya, kamu pun merasa sangat tidak senang bukan? Keadaan ini sangat tidak menguntungkan kamu bukan? Baiklah, besok saya akan menyapa semua orang dengan tersenyum, "Halo" , lalu memberikan perhatian padanya, "Apakah kamu perlu bantuan saya? Saya akan membantumu" , kamu datang setiap hari, orang lain memarahimu, tidak peduli, saya masih tetap datang setiap hari, kalian semua bersikap buruk pada saya, namun saya tetap bersikap baik pada semua orang, saya membelikan makanan untuk kalian, saya melakukan sesuatu untuk kalian, sampai pada akhirnya,

sebulan kemudian, “Halo” , semua orang pun akan melihatmu dan bertegur sapa denganmu, bukankah berarti keadaanmu ini sudah berubah? Bukankah kamu menjadi bebas dan leluasa? Maka, kamu harus bisa mengubah keadaan, bukannya dipengaruhi oleh keadaan. Semakin buruk perlakuan orang-orang terhadapmu, lalu kamu semakin sedih, saat seseorang merasa tidak senang, wajahnya semakin masam, merasa tidak ada seorang pun yang baik, kalau begitu, dirimu sendiri merasa sedih atau tidak? Bukankah berarti kamu semakin mempersulit diri sendiri? Maka, kamu harus bisa mengubah keadaannya.

Master selamanya saat berada di tengah keadaan yang susah dan sulit ini, pasti bisa mengubah keadaan. Ada seorang anak perempuan yang sangat lucu, melihat Master sedang makan, dia berkata, “Saya

melihat Master di Surga sangat bahagia, rasanya senang sekali, namun datang ke dunia ini untuk menderita.” Bahkan, melihat saya makan pun, dia merasa sangat kasihan, dia mengatakan kalau saya sangat menderita, akan tetapi Master sudah merasa sangat senang, tentu saja, mana mungkin bisa dibandingkan dengan di Surga? Kalian belum pernah pergi ke atas, maka kalian selamanya tidak bisa merasakan segala yang ada di Surga, maka masih sangat melekat di Alam Manusia ini. Seperti banyak orang yang tinggal di dalam gunung dan hutan terpencil, orang lain memberitahu dia, betapa enaknyanya hidup di kota, ada telepon, ada macam-macam, lalu dia berkata, bukankah keadaan saya juga cukup baik, kalian merasa di dunia ini bagus sekali, setiap hari bertengkar, masih mengatakan, kalau ini adalah penyedap rasa kehidupan, bagaikan “kebutuhan pokok” , sudah lama sekali tidak bertengkar

dengannya, dan ingin bertengkar. Setelah bercerai, lama-kelamaan, kembali ingin mencari orang lain untuk diatur, setelah lama menikah, dan kembali ingin bercerai, setelah bercerai dalam waktu yang lama, kembali ingin mencari orang lain untuk dimarahi, kalau tidak ada orang yang bisa dimarahi, lalu merasa sedih. Dia selamanya dikendalikan orang lain, paling suka ada orang yang mengaturnya, kalau tidak ada yang mengaturnya, dia merasa sedih.

Saat hidup seseorang semakin bebas dan leluasa, maka akan terlahir suatu kekuatan untuk “mengharmonisasikan” , yakni kekuatan untuk bisa menembus dan memahami secara mendalam dan menerapkannya, jadi terhadap segala hal, kamu pelan-pelan mampu memahaminya, lalu menyelesaikannya. Orang ini bersikap buruk terhadapmu, namun kamu

bisa berbicara hati ke hati dengannya, kamu bisa memahaminya, membuat dia berkomunikasi denganmu, mengerti? Kekuatan untuk mengharmonisasikan sangat luar biasa, jika menggunakan istilah masa kini, ini disebut sebagai “melobi” . Kamu tidak mencintai saya, maka saya berusaha berkomunikasi denganmu; kamu tidak mencintai saya, maka saya berusaha terus baik terhadapmu, membelikanmu barang, mengerahkan segenap kemampuan saya untuk baik padamu, sampai pada akhirnya, orang ini menikah dengannya. Ada satu orang Beijing yang saya kenal juga begitu, anak perempuan itu lebih kecil 20 tahun lebih darinya, maka dia membantunya dengan memberikan saran, setiap kali memperkenalkan teman pria padanya dan membantu memberikan penilaian, setelah itu membantu analisa: “Oh, pria ini sangat bagus dalam hal ini, kamu boleh mencoba menjalin hubungan

dengannya.” Setelah berpacaran beberapa kali, lalu berdiskusi dengannya, yang ini tidak baik, dan pelan-pelan memecahkan hubungannya, anak perempuan ini setiap kali pacaran pasti meminta saran darinya, setelah pacaran 5-6 tahun, terus tidak bertemu dengan yang cocok, usianya pun semakin bertambah. Pada akhirnya, dia berkata pada anak perempuan ini, saya lihat kamu tidak usah cari lagi, kamu menikah dengan saya saja, akhirnya, benar-benar menikah dengannya. Sesederhana itu saja, meskipun contoh ini juga karena kedua orang ini berjodoh. Jika menggunakan istilah sekarang, berarti si pria sudah mampu mengharmonisasikan, bisa masuk ke dalam hatinya, bisa mengetahui apa yang dipikirkannya. Kamu ingin mencari pria kaya, maka dia mengatakan, “Orang ini tidak punya uang, saya lihat dia begitu pelit, tidak mungkin punya banyak uang” , ya sudah, si anak perempuan tidak mau. Jika dia ingin yang tampan,

“Orang ini cukup tampan, namun begitu dilihat, dia pasti adalah pria yang bergantung pada wanita, mungkin saja ada banyak wanita yang mengejanya, apakah kamu menemukan ada masalah dengannya?” Setiap wanita memiliki perasaan cemburu, “Setiap kali dia sedang bersama saya, selalu ada orang yang meneleponnya, di jalan ada banyak orang yang mengenalnya.” “Coba lihat, benar bukan? Sudah pasti, ada banyak teman wanita” , ya sudah, hubungan dengan yang ini pun berakhir. Sampai pada akhirnya, yang ini tidak cocok, yang itu juga tidak bagus, lalu dia berkata lebih baik kamu menikah dengan saya, ya sudah, benar-benar menikah dengannya.

Master beritahu kalian, kemampuan untuk mengharmonisasikan ini, jika bisa digunakan untuk menyelaraskan, hasilnya sangat luar biasa, membuat

kamu bisa berpikiran terbuka, saya tidak mengajarkan kalian untuk menggunakan kemampuan mengharmonisasikan ini dalam hal seperti ini – hubungan asmara, saya ingin kalian mempergunakannya di dalam keseharian kalian. Terhadap masalah-masalah yang membuat kalian berpikiran buntu, aih, tidak ada apa-apanya, tidak masalah, saya tidak mau bertengkar dengannya, saya sudah memarahinya, saya juga sudah bertengkar dengannya, sudahlah, kita adalah praktisi Buddhis, untuk apa memikul hal-hal kotor seperti ini di hati? Cobalah untuk berpikiran lebih terbuka, aduh, dia ingin pergi, maka kita pergi saja; dia tidak meninggalkan saya, maka saya masih akan baik padanya. Kalau memang ada jodoh ini, maka kita menyesuaikan jodoh saja, meskipun saya menderita, tetap jalani saja, manusia hidup pada dasarnya memang menderita; saya sangat miskin, meskipun miskin, namun bukankah

saya masih tetap hidup? Orang lain kaya raya, bukankah juga makan tiga kali sehari, tidur di satu ranjang? Dan memiliki satu mobil, itu saja. Bukankah dengan begitu, kamu sudah berpikiran terbuka? Bukankah ini adalah pemahaman total? Jika kamu merasa diri sendiri hebat, maka ketahuilah bahwa, banyak orang yang belum mencapai kemenangan terakhir namun sudah meninggal terlebih dahulu, merasa dirinya adalah seorang pemimpin, seorang yang berbakat, pada akhirnya orangnya semuanya meninggal duluan, masih berbakat apalagi. Banyak orang merasa saya seumur hidup ini memiliki kemampuan yang hebat sekali, saya seharusnya menjadi seorang Perdana Menteri, saya seharusnya begini begitu. Master bertemu dengan banyak anak perempuan, yang berparas sangat cantik, keluarganya semuanya berkata padanya, kamu seharusnya menikah dengan pangeran. Saya berkata padanya, kamu

seharusnya menikah dengan “rumah” . Kamu kira karena kamu cantik lalu bisa jadi hebat, kamu tidak memiliki nasib seperti ini. Kamu mengira kamu punya uang, maka kamu pasti bisa mendapatkan banyak uang, namun apakah kamu memiliki nasib ini? Walaupun dulu kamu bisa mendapatkan banyak uang, namun sekarang dan di masa depan nanti, apakah kamu masih memiliki nasib seperti ini? Maka, kamu seharusnya bersikap lebih wajar, seorang praktisi Buddhis harus bisa melepas.

Seperti kalian para muda-mudi ini, kamu masih muda, juga berparas lumayan cantik, punya latar belakang pendidikan yang baik, coba pikirkan, sekarang dirimu pun sudah berusia 30 tahun, benar tidak? Hiduplah lebih wajar, karena lingkungan bisa berubah, berpikirlah lebih terbuka, pahamiilah lebih

seksama. Murid saya Wei Na begitu berpikir, “Putra saya bisa begini sudah bagus sekali, coba lihat orang lain, banyak orang yang punya anak pun tidak bisa, saya masih bisa melahirkan putra seperti ini, meskipun sakit, tetapi sekarang sudah sembuh” , bukankah berarti kamu sudah mengharmonisasikannya? Suami saya ini, coba pikirkan, masih ada banyak wanita yang tidak menikah, masih tidak bisa menikah dengan orang seperti suami saya ini, kamu hanya bisa berpikir begitu. Ada banyak hal, setelah dipikir-pikir, lalu pikiran kita akan terbuka, setelah diselami, lalu bisa melampauinya. Yang sudah tidak ada ya tidak ada lagi, di dunia ini, saya sudah mengatakannya, sudah tidak ada, maka tidak ada lagi, begitu jodoh berlalu sudah berlalu, jika bisa ditangkap maka tangkap baik-baik, jika tidak, maka tidak ada lagi; kalau sudah jatuh ke bawah, akan jatuh ke bawah. Oleh karena itu, setelah kamu memiliki

kekuatan untuk mengharmonisasikan seperti ini, akan terjadi perubahan kualitatif pada dirimu. Apakah perubahan kualitatif? Karena kamu sudah bisa menyelaraskannya, kamu sudah bisa berpikiran terbuka terhadap apapun, maka kualitas atau mutu hidupmu baru bisa mengalami perubahan, kamu sudah berpikiran terbuka, “Saya sangat menghargainya, saya sudah merasa sangat senang, saya memiliki satu keluarga seperti ini, saya menjalani hari-hari ini, saya merasa bahagia,” ya sudah, dengan adanya perubahan kualitatif, maka di rumah kamu akan bersikap baik padanya, dia pun akan baik terhadapmu, terjadilah perubahan pada kualitas hidupmu, maka kamu tidak akan lagi mempermasalahkan banyak hal-hal sepele. Benar tidak? Setelah terjadi perubahan kualitatif, ini disebut sebagai menyesuaikan jodoh.

xué xí róng tōng      zhuǎn huàn jìng jiè  
**8. 学习融通      转换境界**

fó fǎ shì yòng zhì huì lái zhuǎn zhè ge rén jiān jìng jiè de  
佛法是用智慧来转这个人境界的，  
shī fu shì yòng zhì huì lái zhuǎn zhè ge rén jiān de jìng jiè de  
师父是用智慧来转这个人间的境界的。  
wǒ méi fán nǎo a      yǒu      yīn wei wǒ xué fó fǎ le      wǒ zhī dao  
我没烦恼啊？有。因为我学佛法了，我知道  
yào fàng xià      wú suǒ wèi      wǒ jiù fàng xià le      suǒ yǐ wǒ zhè  
要放下，无所谓，我就放下了，所以我这  
jìng jiè jiù zhuǎn guò lái      ér wǒ bú bèi nǐ jìng jiè qiān zhe zǒu  
境界就转过来，而我不被你境界牵着走。  
běn lái yí gè hěn shāng xīn de shì qing      ràng wǒ hěn nán guò de  
本来一个很伤心的事情，让我很难过的，  
wǒ yí huìr      wàng le      wǒ yí huìr      yòng fó fǎ bǎ wǒ de jìng  
我一会儿忘了，我一会儿用佛法把我的境  
jiè zhuǎn guò lái      ó      bú yào qù lǐ tā      fàng xià ba      wǒ jiù  
界转过来，哦，不要去理它，放下吧，我就  
bù nán guò le      duì fāng ne      hái jì zhe ne      tā hái huì hěn  
不难过了；对方呢，还记着呢，他还会很  
nán guò      duì bu duì      suǒ yǐ      fó fǎ shì yòng zhì huì lái zhuǎn  
难过。对不对？所以，佛法是用智慧来转

zhè ge jìng jiè de xiān yào zhuǎn rù yì xiāng fǎ shén me jiào  
这个境界的，先要转入一相法。什么叫  
yì xiāng fǎ nǐ xiān yào zhuǎn zì jǐ de jìng jiè xiān dīng zhe  
一相法？你先要转自己的境界，先盯着  
yí gè shì qing zhuǎn jǔ gè lì zi xiàn zài yǒu hěn duō shì  
一个事情转。举个例子，现在有很多事  
qing wǒ xiǎng bù tōng xiǎng bù kāi nǐ jiù ná yí jiàn shì  
情，我想不通、想不开，你就拿一件事  
qing xiān bǎ tā xiǎng kāi bǐ fāng shuō jiā lǐ hái zǐ de wèn  
情先把它想开，比方说，家里孩子的问  
tí zì jǐ shēn tǐ de wèn tí lǎo gōng de wèn tí shēng yì  
题、自己身体的问题、老公的问题、生意  
shàng de wèn tí qīn qi péng you men de wèn tí zhè me  
上的问题、亲戚朋友们的问题... ..这么  
duō wèn tí yì lái xiàng yā zhe nǐ sì de nǐ shén me dōu  
多问题一来，像压着你似的，你什么都  
xiǎng bù kāi nǐ de xīn jiù fàng bú xià le nà me yòng yì xiāng  
想不开，你的心就放不下了。那么用一相  
fǎ shì shén me yì si ne jiù shì nǐ xiān zhǎo yí xiàng xiàng mù  
法是什么意思呢？就是你先找一项项目  
bǎ tā zuān jìn qù bǎ tā gōng pò xiān bǎ wǒ ér zǐ de wèn  
把它钻进去，把它攻破，先把我儿子的问  
tí jiě jué diào wǒ kàn jiàn ér zǐ jiù kāi xīn le tā dōu néng  
题解决掉，我看见儿子就开心了，他都能

gòu hǎo wǒ zì jǐ de shēn tǐ màn màn tiáo lǐ ba lǎo gōng  
够好，我自己的身体慢慢调理吧。老公  
de wèn tí yǐ jīng wú suǒ wèi le ér zǐ dōu yǐ jīng hǎo le  
的问题，已经无所谓了，儿子都已经好了  
ma qí tā de nà yǐ hòu dōu néng hǎo de nǐ bǎ yí gè wèn  
嘛，其他的那以后都能好的。你把一个问  
tí gōng pò le shén me dōu néng gōng pò jiù xiàng bèi rén  
题攻破了，什么都能攻破，就像被人  
jiā bāo wéi de shí hou yào tū pò yí gè kǒu bǎ zhè ge kǒu tū  
家包围的时候，要突破一个口，把这个口突  
pò le rén jiā néng gòu quán xiàn tū wéi chū qù rú guǒ nǐ  
破了，人家能够全线突围出去。如果你  
bèi rén jiā bāo wéi zhù le méi yǒu yí gè tū pò kǒu nà nǐ  
被人家包围住了，没有一个突破口，那你  
zhēn de bèi rén jiā bāo wéi zhù le zài lǐ miàn jiù chū bù lái  
真的被人家包围住了，在里面就出不来，  
nà jiù biàn chéng shén jīng bìng zài lǐ miàn zhà wō le  
那就变成神经病，在里面炸窝了。

jīn tiān gāng gāng lái kàn tú téng de nà ge xiǎo nǚ hái shuō  
今天刚刚来看图腾的那个小女孩说，  
tā kàn jiàn shī fu měi yí cì chū lái quán shì jīn guāng shǎn  
她看见师父每一次出来，全是金光闪

shǎn de ér qiě shēn shàng shì rè de tā yí kào jìn shī fu  
闪的，而且身上是热的，她一靠近师父，  
mǎ shàng hún shēn fā rè tā shuō zuì jìn mèng zhōng pèng  
马上浑身发热。她说，最近梦中碰  
dào jiǎ lú tái zhǎng tā shuō jiǎ lú tái zhǎng lái le tā  
到假卢台长，她说，假卢台长来了，她  
hún shēn fā lěng shēn shàng méi guāng jié guǒ tā jiù mǎ  
浑身发冷，身上没光，结果，她就马  
shàng shuō le yí jù huà nǐ shì jiǎ lú tái zhǎng tā  
上说了一句话，“你是假卢台长”，她  
gāng gāng yì jiǎng huà duì fāng jiù bào zhà le pǎo diào le  
刚刚一讲话，对方就爆炸了，跑掉了。  
shí jì shàng tā bù zhī dao zhè jiào bào zhà jiù xiàng xī  
实际上，她不知道这叫爆炸，就像《西  
yóu jì lǐ yí yàng de yāo guài fù zài shén me shàng miàn  
游记》里一样的，妖怪附在什么上面  
biàn le yí gè shén me dōng xi ma sūn wù kōng de jīn gū bàng  
变了一个什么东西吗？孙悟空的金箍棒  
yì dá tā jiù fēi diào le xiàn zài lián líng jiè dōu yào mào  
一打，它就飞掉了。现在连灵界都要冒  
chōng wǒ chū qù jiù xiàng rén jiān yí yàng hěn duō rén shuō  
充我出去，就像人间一样，很多人说，  
tā shì lú tái zhǎng tā shì lú tái zhǎng de fǎ shēn  
他是卢台长，他是卢台长的法身。

suǒ yǐ yào dǒng a xué fó yào dǒng zhè xiē shì qing  
所以，要懂啊，学佛要懂这些事情，  
yòng yì xiāng fǎ xiān jìn qù yòng yì niàn hé zhì huì jiù zhuǎn  
用一相法先进去，用意念和智慧就转  
chéng le fǎ xǐ chōng mǎn yóu rú wǒ xiàn zài shén me dōu bú  
成了法喜充满。犹如我现在什么都不  
pà yīn wei wǒ de ér zi hǎo le dīng zhe ér zi zhè ge shì  
怕，因为我的儿子好了，盯着儿子这个事  
qing xiǎng jiù xiǎng hǎo de shì qing wǒ jiù cóng zhè ge lǐ  
情想，就想好的事情，我就从这个里  
miàn tū pò xiǎng tōng le wǒ kāi wù le wǒ míng bai le  
面突破，想通了，我开悟了，我明白了，  
rán hòu qí tā de shì qing zài màn màn lái míng bai le ma zài  
然后其他的事情再慢慢来。明白了吗？在  
yí niàn zhī jiān nǐ jiù néng zhuǎn jìng le nǐ men hěn duō rén  
一念之间，你就能转境了。你们很多人  
dōu chǎo guò jià wǒ xiǎng wèn wèn kàn dāng nǐ men chǎo  
都吵过架，我想问问看，当你们吵  
dào yí bàn de shí hou tū rán zhī jiān xiǎng wǒ bù gēn tā  
到一半的时候，突然之间想，我不跟他  
chǎo le zhè yàng chǎo xià qù yě méi jié guǒ yì tiān dào wǎn  
吵了，这样吵下去也没结果，一天到晚  
chǎo yǒu shén me hǎo chǎo de yí niàn zhī jiān jiù bù chǎo  
吵，有什么好吵的。一念之间，就不吵

le    tíng diào le    zhàn zhēng jié shù    yīn wei nǐ yí niàn zhī  
了, 停掉了, 战争结束。因为你一念之  
jiān    wǒ bù xiǎng gēn tā zhēng dòu le    shì qing jiù gǎi biàn le  
间, 我不想跟他争斗了, 事情就改变了。

suǒ yǐ    yào bú bèi jìng zhuǎn    nǐ néng zhuǎn jìng    ér  
所以, 要不被境转, 你能转境, 而  
bú bèi jìng zhuǎn    nǐ jiù yuè huó yuè zì zài    yě jiù shì shuō  
不被境转, 你就越活越自在。也就是说,  
zhè ge huán jìng biàn huà le    wǒ bú qù lǐ tā    lǎo gōng zài jiā  
这个环境变化了, 我不去理它, 老公在家  
lǐ yǐ jīng kāi shǐ zá dōng xi le    nǐ yě bú yào lǐ tā    nà nǐ  
里已经开始砸东西了, 你也不要理他, 那你  
jiù hái shì nǐ    jiē xià lái    nǐ jiù bú huì yǒu má fan le    lǎo  
就还是你, 接下来, 你就不会有麻烦了。老  
gōng zhè me huài    nǐ huài    wǒ bù zhuǎn    wǒ méi guān xi  
公这么坏, 你坏, 我不转, 我没关系,  
wǒ hái shì zhè yàng    tā yí huài    nǐ shēng qì le    fā pí qì  
我还是这样; 他一坏, 你生气了, 发脾气  
le    xīn zàng bù hǎo le    nǐ jiù shì bèi tā de jìng zhuǎn le  
了, 心脏不好了, 你就是被他的境转了。  
wǒ bú shì xīng qī liù gěi tīng zhòng kāi shì de shí hou jīng cháng  
我不是星期六给听众开示的时候经常

jiǎng dào yí gè rén zài jiā lǐ běn lái hěn kāi xīn de jié guǒ  
讲 到 ， 一 个 人 在 家 里 本 来 很 开 心 的 ， 结 果

hái zi yì huí lái mā ma wǒ chéng jì bù hǎo mā ma  
孩 子 一 回 来 ， “ 妈 妈 ， 我 成 绩 不 好 ” ， 妈 妈

yì jí yì zhí mà dào wǎn shàng zhěng gè qíng xù quán bù  
一 急 ， 一 直 骂 到 晚 上 ， 整 个 情 绪 全 部

bèi pò huài diào jiù shì shuō nǐ de qíng xù yǒng yuǎn bèi rén  
被 破 坏 掉 ， 就 是 说 ， 你 的 情 绪 永 远 被 人

jiā kòng zhì zhù le nǐ kòng zhì bú zhù zì jǐ de qíng xù duì  
家 控 制 住 了 ， 你 控 制 不 住 自 己 的 情 绪 ， 对

bu duì a suǒ yǐ xiǎng yuè lái yuè zì zài de huà jiù shì bú  
不 对 啊 ？ 所 以 ， 想 越 来 越 自 在 的 话 ， 就 是 不

yào bèi huán jìng zhuǎn nǐ yào bǎ huán jìng zhuǎn guò lái bǐ  
要 被 环 境 转 ， 你 要 把 环 境 转 过 来 。 比

fang shuō wǒ jīn tiān dào zhè lǐ lái dà jiā dōu bù lǐ wǒ  
方 说 ， 我 今 天 到 这 里 来 ， 大 家 都 不 理 我 ，

nǐ hěn bù kāi xīn ba zhè huán jìng duì nǐ hěn bú lì ba hǎo  
你 很 不 开 心 吧 ？ 这 环 境 对 你 很 不 利 吧 ？ 好 ，

wǒ míng tiān pǎo guò lái gēn dà jiā dōu dǎ zhāo hu xiào xī xī  
我 明 天 跑 过 来 跟 大 家 都 打 招 呼 ， 笑 嘻 嘻

de nǐ hǎo a jiù guān xīn nǐ nǐ yào wǒ zuò shén  
的 ， “ 你 好 啊 ” ， 就 关 心 你 ， “ 你 要 我 做 什

me shì qing ma wǒ bāng nǐ nǐ tiān tiān lái rén jiā mà  
么 事 情 吗 ？ 我 帮 你 ” ， 你 天 天 来 ， 人 家 骂

nǐ bù guǎn wǒ hái shì tiān tiān lái nǐ men dà jiā dōu duì  
你，不管，我还是天天来，你们大家都对  
wǒ bù hǎo wǒ jiù duì nǐ men dà jiā dōu hǎo wǒ jiù mǎi dōng  
我不好，我就对你们大家都好，我就买东  
xi gěi nǐ men chī wǒ jiù gěi nǐ men zuò shì qing zuò dào hòu  
西给你们吃，我就给你们做事情，做到后  
lái yí gè yuè zhī hòu hāi nǐ hǎo dà jiā dōu kàn  
来，一个月之后，“嗨，你好”，大家都看  
jiàn nǐ dǎ zhāo hu nǐ zhè huán jìng bú jiù zhuǎn guò lái le  
见你，打招呼，你这环境不就转过来了  
ma nǐ bú jiù zì yóu zì zài le ma nǐ yào bǎ huán jìng zhuǎn  
吗？你不就自由自在了吗？你要把环境转  
biàn guò lái ér bú shì nǐ bèi huán jìng suǒ zhuǎn dà jiā duì  
变过来，而不是你被环境所转。大家对  
nǐ yuè bù hǎo nǐ gèng nán guò rén bù kāi xīn liǎn gèng  
你越不好，你更难过，人不开心，脸更  
bǎn jué de méi yǒu yí gè hǎo de nà nǐ zì jǐ nán guò bu  
板，觉得没有一个好的，那你自己难过不  
nán guò nǐ bú shì gēn zì jǐ yuè lái yuè guò bú qù a nǐ  
难过？你不是跟自己越来越过不去啊？你  
yào bǎ huán jìng zhuǎn biàn guò lái  
要把环境转变过来。

shī fu yǒng yuǎn zài zhè zhǒng jiān nán kùn kǔ de shí hou  
师父永远在这种艰难困苦的时候，  
néng gòu zhuǎn huán jìng yǒu ge xiǎo nǚ hái hěn kě ài kàn  
能够转环境。有个小女孩很可爱，看  
jiàn shī fu zài chī fàn tā shuō wǒ kàn jiàn tái zhǎng zài tiān  
见师父在吃饭，她说，我看见台长在天  
shàng duō xìng fú a kāi xīn de bù dé liǎo pǎo dào rén jiān  
上多幸福啊，开心得不得了，跑到人间  
chī kǔ tā lián kàn jiàn wǒ chī fàn dōu jué de hěn kě lián tā  
吃苦。她连看见我吃饭都觉得很可怜，她  
shuō wǒ hěn kǔ dàn shī fu yǐ jīng shì jué de hěn kāi xīn le  
说我很苦，但师父已经是觉得很开心了，  
dāng rán gēn tiān shàng néng bǐ ma nǐ men méi shàng qù  
当然，跟天上能比吗？你们没上去  
guò suǒ yǐ nǐ men yǒng yuǎn bù néng tǐ huì dào tiān shàng  
过，所以，你们永远不能体会到天上  
de yí qiè suǒ yǐ hái sǐ lài zhe zhè ge rén jiān jiù xiàng  
的一切，所以，还死赖着这个人间。就像  
hěn duō rén zhù zài hěn piān pì de shēn shān lǎo lín yī yàng rén  
很多人住在很偏僻的深山老林一样，人  
jiā gào sù tā chéng shì lǐ hǎo a yǒu diàn huà yǒu shén  
家告诉他，城市里好啊，有电话，有什  
me dōng xi a tā shuō wǒ bú shì mán hǎo a nǐ men jué de  
么东西啊，他说我不是蛮好啊，你们觉得

rén jiān hǎo de bù dé liǎo    tiān tiān chǎo chǎo nào nào    hái shuō  
人 间 好 得 不 得 了 ， 天 天 吵 吵 闹 闹 ， 还 说 ，  
zhè shì shēng huó tiáo wèi pǐn    yóu yán jiàng cù chái mǐ    hǎo jiǔ  
这 是 生 活 调 味 品 ， 油 盐 酱 醋 柴 米 ， 好 久  
méi gēn tā dǎ jià le    jiù xiǎng dǎ jià    lí hūn le    shí jiān  
没 跟 他 打 架 了 ， 就 想 打 架 。 离 婚 了 ， 时 间  
cháng le    xiǎng zhǎo ge rén lái guǎn guǎn    jié hūn shí jiān  
长 了 ， 想 找 个 人 来 管 管 ， 结 婚 时 间  
cháng le    yòu xiǎng lí diào    lí de shí jiān cháng le    yòu  
长 了 ， 又 想 离 掉 ， 离 的 时 间 长 了 ， 又  
zhǎo ge rén lái mà mà    méi rén mà le    nán guò le    tā yǒng  
找 个 人 来 骂 骂 ， 没 人 骂 了 ， 难 过 了 。 他 永  
yuǎn yào bèi rén jiā guǎn de    zuì xǐ huan yǒu rén guǎn    méi rén  
远 要 被 人 家 管 的 ， 最 喜 欢 有 人 管 ， 没 人  
guǎn    tā nán guò  
管 ， 他 难 过 。

rén yuè lái yuè zì zài zhī hòu    jiù huì chǎn shēng yì zhǒng  
人 越 来 越 自 在 之 后 ， 就 会 产 生 一 种  
jiào    róng tōng    de lì liàng    róng huì guàn tōng de lì liàng  
叫 “ 融 通 ” 的 力 量 ， 融 会 贯 通 的 力 量 ，  
jiù shì shén me shì qing    nǐ dōu huì màn màn lǐ jiě    bǎ tā jiě  
就 是 什 么 事 情 ， 你 都 会 慢 慢 理 解 ， 把 它 解

jué diào zhè ge rén duì nǐ bù hǎo nǐ huì gēn tā tán xīn huì  
决掉。这个人对你不好，你会跟他谈心，会  
liǎo jiě tā ràng tā hé nǐ gōu tōng míng bai le ma róng  
了解他，让他和你沟通，明白了吗？融  
tōng de lì liàng hěn lì hài de yòng xiàn dài huà jiǎng jiào  
通的力量很厉害的，用现代话讲，叫  
yóu shuì nǐ bú ài wǒ wǒ pīn mìng jiǎng nǐ bú ài  
“游说”。你不爱我，我拼命讲；你不爱  
wǒ wǒ pīn mìng duì nǐ hǎo mǎi dōng xī shǐ chū hún shēn  
我，我拼命对你好，买东西，使出浑身  
de xiè shù jiù duì nǐ hǎo hǎo dào zuì hòu zhè ge rén jià gěi  
的解数，就对你好，好到最后，这个人嫁给  
tā le wǒ rèn shi de yí gè běi jīng rén jiù shì zhè yàng de nà  
他了。我认识的一个北京人就是这样的，那  
ge nǚ de bǐ tā xiǎo èr shí jǐ suì tā jiù bāng zhè ge nǚ hái zi  
个女的比他小二十几岁，他就帮这个女孩子  
chū diǎn zi měi cì tā hái bāng tā jiè shào péng you bìng qù  
出点子，每次他还帮她介绍朋友，并去  
kàn kàn le huí lái jiù bāng tā fēn xī éng zhè ge nán de zhè  
看，看了回来就帮她分析：嗯，这个男的这  
diǎn hěn hǎo nǐ kě yǐ gēn tā tán tán de tán jǐ cì zài gēn  
点很好，你可以跟他谈谈的。谈几次再跟  
tā shāng liang zhè ge bù xíng màn màn tā bǎ rén jiā jiǎo  
他商量，这个不行，慢慢他把人家搅

diào zhè ge nǚ de měi tán yí gè péng you dōu gēn tā shāng  
掉，这个女的每谈一个朋友都跟他商  
liang tán le wǔ liù nián yì zhí zhǎo bú dào nián líng yuè lái  
量，谈了五六年，一直找不到，年龄越来  
yuè dà le jié guǒ tā jiù gēn zhè ge nǚ hái shuō wǒ kàn nǐ  
越大了。结果，他就跟这个女孩说，我看你  
yě bié zài zhǎo le nǐ jiù jià gěi wǒ ba jié guǒ zhēn de jiù  
也别再找了，你就嫁给我吧，结果，真的就  
jià gěi tā le jiù zhè me jiǎn dān suī rán zhè ge lì zi shì yīn  
嫁给他了。就这么简单，虽然这个例子是因  
wei èr rén yǒu yuán yòng xiàn zài de huà jiǎng tā jiù shì róng  
为二人有缘。用现在的话讲，他就是融  
tōng le jiù shì zuān dào nǐ xīn lǐ zhī dao nǐ xiǎng shén me  
通了，就是钻到你心里，知道你想什么。  
nǐ xiǎng yào zhǎo yǒu qián de nán rén tā jiù shuō zhè ge  
你想要找有钱的男人，他就说，“这个  
rén méi yǒu qián wǒ kàn tā zhè me xiǎo qì bú huì yǒu hěn  
人没有钱，我看他这么小气，不会有很  
duō qián hǎo le tā bù tán le tā rú guǒ yào piào liang  
多钱”，好了，她不谈了。她如果要漂亮  
de huà zhè ge rén dào shì tǐng piào liang de dàn shì yí kàn  
的话，“这个人倒是挺漂亮的，但是一看  
xiǎo bái liǎn shuō bu dìng hěn duō nǚ hái zi zhuī tā ne nǐ fā  
小白脸，说不定很多女孩子追他呢，你发

xiàn tā yǒu shén me qíng kuàng ma      nǚ rén dōu yǒu jí dù xīn  
现 他 有 什 么 情 况 吗？ “ 女 人 都 有 嫉 妒 心  
de      tā hé wǒ zài yì qǐ de shí hou      zǒng yǒu rén gēn tā dǎ  
的， “ 他 和 我 在 一 起 的 时 候， 总 有 人 跟 他 打  
diàn huà      zài mǎ lù shàng rèn shi hěn duō rén      nǐ kàn lái  
电 话， 在 马 路 上 认 识 很 多 人 ”。 你 看， 来  
le ba      kěn dìng de      nǚ péng you hěn duō      hǎo le      yòu chuī  
了 吧， 肯 定 的， 女 朋 友 很 多， 好 了， 又 吹  
diào le      dào le zuì hòu      zhè ge bù xíng      nà ge yě bù xíng  
掉 了。 到 了 最 后， 这 个 不 行， 那 个 也 不 行，  
tā huì shuō nǐ hái bù rú jià gěi wǒ ne      hǎo le      zhēn de jià  
他 会 说 你 还 不 如 嫁 给 我 呢， 好 了， 真 的 嫁  
gěi tā le  
给 他 了。

shī fu gào sù nǐ men      zhè róng tōng      róng qǐ lái kě lì  
师 父 告 诉 你 们， 这 融 通， 融 起 来 可 厉  
hài ne      nǐ xiǎng tōng le      wǒ bú yào jiào nǐ men bǎ róng tōng  
害 呢， 你 想 通 了， 我 不 要 叫 你 们 把 融 通  
yòng zài zhè ge fāng miàn      wǒ yào nǐ men yòng zài shēng huó  
用 在 这 个 方 面， 我 要 你 们 用 在 生 活  
dāng zhōng      xiǎng bù tōng de shì qing      āi yā      yǒu shén me  
当 中。 想 不 通 的 事 情， 哎 呀， 有 什 么

liǎo bù qǐ de wú suǒ wèi le wǒ bú yào gēn tā chǎo le wǒ  
了不起的，无所谓了，我不要跟他吵了，我

mà guò tā wǒ yě gēn tā chǎo guò suàn le wǒ men xué fó  
骂过他，我也跟他吵过，算了，我们学佛

de rén bǎ zhè xiē āng zāng de dōng xi bēi zài xīn li gàn shén  
的人，把这些肮脏的东西背在心里干什

me ne xiǎng tōng yì diǎn ba āi yā tā yào lí kāi wǒ  
么呢？想通一点吧，哎呀，他要离开，我

men jiù lí kāi le tā bù lí kāi wǒ wǒ hái shì duì tā hǎo  
们就离开了；他不离开我，我还是对他好。

jì rán yǒu zhè ge yuán fèn zán men jiù suí yuán ba suàn wǒ  
既然有这个缘分，咱们就随缘吧，算我

chī kǔ le wǒ jiù chī ba rén běn lái jiù shì lái chī kǔ de wǒ  
吃苦了，我就吃吧，人本来就是来吃苦的；我

hěn qióng jiù qióng yì diǎn ba wǒ bú zhào yàng zài huó ma  
很穷，就穷一点吧，我不照样在活吗？

rén zài yǒu qián bù yě shì yì tiān sān dùn fàn yì zhāng  
人再有 钱，不也是一天三顿饭、一张

chuáng ma hái yǒu yí liàng chē ma jiù hǎo le zhè bú jiù  
床 吗？还有一辆车嘛，就好了。这不就

xiǎng tōng le ma zhè bú jiù shì róng tōng le ma rú guǒ jué  
想通了吗？这不就是融通了吗。如果觉

de zì jǐ bù dé liǎo yào zhī dao yǒu duō shǎo rén zhuàng zhì wèi  
得自己不得了，要知道有多少人壮志未

chóu shēn xiān wáng a jué de zì jǐ shì gè lǐng dǎo shì gè  
酬 身 先 亡 啊， 觉 得 自 己 是 个 领 导， 是 个  
shuài cái zuì hòu rén dōu sǐ diào le shén me shuài cái a  
帅 才， 最 后 人 都 死 掉 了， 什 么 帅 才 啊。  
hěn duō rén jué de wǒ zhè bèi zi de cái néng bù dé liǎo wǒ yīng  
很 多 人 觉 得 我 这 辈 子 的 才 能 不 得 了， 我 应  
gāi zuò ge zǒng lǐ wǒ yīng gāi zěn me yàng shī fu jiù pèng  
该 做 个 总 理， 我 应 该 怎 么 样。 师 父 就 碰  
dào hěn duō nǚ hái zi zhǎng de hěn piào liang jiā lǐ rén dōu  
到 很 多 女 孩 子， 长 得 很 漂 亮， 家 里 人 都  
gēn tā shuō nǐ yīng gāi jià gěi wáng zǐ cái duì a wǒ gēn tā  
跟 她 说， 你 应 该 嫁 给 王 子 才 对 啊。 我 跟 她  
shuō nǐ yīng gāi jià gěi fáng zi nǐ yǐ wéi nǐ piào  
说， 你 应 该 嫁 给 “ 房 子 ”。 你 以 为 你 漂  
liang jiù bù dé liǎo la nǐ méi zhè ge mìng a nǐ yǐ wéi nǐ  
亮 就 不 得 了 啦， 你 没 这 个 命 啊。 你 以 为 你  
yǒu qián nǐ yí dìng huì zhuàn dào hěn duō qián nǐ yǒu zhè  
有 钱， 你 一 定 会 赚 到 很 多 钱， 你 有 这  
ge mìng ma jiù suàn nǐ guò qù zhuàn le hěn duō qián nǐ  
个 命 吗？ 就 算 你 过 去 赚 了 很 多 钱， 你  
xiàn zài jiāng lái yǒu zhè ge mìng ma nǐ jiù lǎo shi yì diǎn  
现 在、 将 来 有 这 个 命 吗？ 你 就 老 实 一 点，  
xué fó rén yào fàng xià  
学 佛 人 要 放 下。

jiù xiàng nǐ men xiǎo qīng nián yí yàng de nǐ nián qīng  
就 像 你 们 小 青 年 一 样 的, 你 年 轻,  
zhǎng de yě tǐng hǎo kàn de yǒu xué lì xiǎng xiǎng kàn  
长 得 也 挺 好 看 的, 有 学 历, 想 想 看,  
xiàn zài nǐ dōu sān shí le duì bu duì ya lǎo shi yì diǎn ba  
现 在 你 都 三 十 了, 对 不 对 呀? 老 实 一 点 吧,  
yīn wei huán jìng huì biàn de xiǎng kāi yì diǎn róng tōng yì  
因 为 环 境 会 变 的, 想 开 一 点, 融 通 一  
diǎn tú dì wéi nà yì xiǎng wǒ ér zi néng gòu zhè yàng hǎo  
点。徒 弟 维 娜 一 想, 我 儿 子 能 够 这 样 好  
de bù dé liǎo kàn kàn rén jiā hěn duō rén shēng dōu shēng bù  
得 不 得 了, 看 看 人 家, 很 多 人 生 都 生 不  
chū lái ne wǒ néng gòu shēng chū lái zhè ge ér zi suī rán  
出 来 呢, 我 能 够 生 出 来 这 个 儿 子, 虽 然  
yǒu bìng xiàn zài hǎo le zhè bú jiù róng tōng le ma wǒ  
有 病, 现 在 好 了, 这 不 就 融 通 了 吗? 我  
zhè ge lǎo gōng xiǎng xiǎng hái yǒu hěn duō nǚ rén dān shēn  
这 个 老 公, 想 想, 还 有 很 多 女 人 单 身,  
hái jià bú dào wǒ zhè ge lǎo gōng ne nǐ zhǐ néng zhè me xiǎng  
还 嫁 不 到 我 这 个 老 公 呢, 你 只 能 这 么 想  
a hěn duō shì qing xiǎng zhe xiǎng zhe jiù xiǎng tōng le  
啊。很 多 事 情, 想 着 想 着, 就 想 通 了,  
róng tōng róng tōng jiù shì xiǎng tōng le méi le jiù méi le  
融 通 融 通, 就 是 想 通 了。没 了, 就 没 了,

zhè ge shì jiè shàng wǒ jiǎng guò méi le jiù méi le yuán  
这个世界上，我讲过，没了，就没了，缘  
fèn guò le jiù guò le zhuā de zhù jiù zhuā zhuā bú zhù jiù  
分过了就过了，抓得住就抓，抓不住，就  
méi le diào xià qù le yě jiù diào xià qù le suǒ yǐ nǐ  
没了，掉下去了，也就掉下去了。所以，你  
yào yǒu zhè zhǒng róng tōng de lì liàng zhī hòu nǐ jiù huì chǎn  
要有这种融通的力量之后，你就会产  
shēng zhì de biàn huà shén me zhì de biàn huà yīn wei nǐ róng  
生质的变化。什么质的变化？因为你融  
tōng le nǐ shén me dōu xiǎng de tōng le nǐ de zhì liàng cái  
通了，你什么都想得通了，你的质量才  
huì biàn huà nǐ xiǎng tōng le wǒ hěn zhēn xī wǒ yǐ jīng  
会变化，你想通了，我很珍惜，我已经  
jué de hěn kāi xīn le wǒ yǒu zhè me yí gè jiā tíng wǒ guò  
觉得很开心了，我有这么一个家庭，我过  
guò rì zi wǒ hěn kāi xīn hǎo le yǒu le zhì de biàn huà  
过日子，我很开心，好了，有了质的变化，  
nǐ zài jiā lǐ huì duì tā hǎo le tā duì nǐ hǎo le zhè zhǒng  
你在家会对他好了，他对你好了，这种  
zhì liàng jiù fā shēng biàn huà le nǐ bú huì jiū jié hěn duō xiǎo  
质量就发生了变化了，你不会纠结很多小

jié le      duì bu duì      fā shēng zhì de biàn huà zhī hòu      zhè jiù  
节了。 对 不 对？ 发 生 质 的 变 化 之 后 ， 这 就

jiào suí yuán  
叫 随 缘 。