

Kebijaksanaan yang Sempurna, Memahami Secara Mendalam terhadap Segala Hal, Lautan yang Menaungi Ratusan Sungai, Leluasa Tanpa Hambatan (Bagian 2)

Acara Pertemuan Umat Buddhis Sedunia di New York, 22 September 2014

Jika ingin terbebaskan, maka tidak boleh ada ketidaktahuan. Ketidaktahuan berarti tidak mengerti. Ketika kamu mengerti, kamu tidak akan menyalahkan orang lain. Ketika kamu tahu bahwa anak ini adalah penagih utangmu, utang di masa lalu, maka kamu tidak akan menyalahkannya. Ada seorang pria berbaring di pantai, merasa sangat rileks dan bahagia, tiba-tiba, seseorang menginjak kakinya, dia melompat dan bertanya, "Mengapa kamu menginjakku?" Melihat itu adalah seorang buta, dia tidak mengatakan sepatah kata pun lagi. Ini karena ketidaktahuan menyebabkan kamu meloncat. Ketika kamu memahami hal ini, kamu akan menekan amarahmu. Manusia bukanlah hewan, tidak mungkin tidak dapat mengendalikan dirinya sendiri. Banyak orang berkata bahwa mereka tidak dapat mengendalikan diri

mereka itu tidaklah benar. Bila menyangkut kepentingan diri sendiri, dia akan dapat mengendalikan diri.

Praktisi Buddhis harus tahu sopan santun, harus mencapai pembebasan, dimulai dari dirinya sendiri, dimulai dari kewibawaan. Praktisi Buddhis harus duduk dan berdiri dengan benar, dan menutup mulut ketika menguap. Menekuni Dharma harus beretika, harus memegahkan tanah suci Buddha. Jika kamu sendiri tidak anggun, bagaimana kamu bisa membiarkan orang lain menekuni Dharma, membuat orang lain mempercayainya? Orang harus sopan. Di kala itu, Konfusius pernah berkata, "Kendalikan dirimu dan kembalilah pada kesopanan", kata "sopan" sangatlah penting. Hari ini kita menekuni Dharma, kita harus mempelajari kesopanan. Jika memiliki kesopanan dalam hati, maka dapat bersikap sopan dalam penampilan. Kalau seseorang penampilannya jelek, pasti ada yang salah dengan hatinya. Banyak orang berkata "Saya hanya bercanda" . Asalkan dia bercanda, kamu jangan menganggapnya bercanda, kebanyakan adalah

yang sudah dipikir di dalam hatinya, dia ingin mencobamu. Semua hal ada akar dan sumbernya.

Ketika orang menderita, dia sedang mengubah karma pikirannya. Semakin menderita, semakin cepat karma pikiran yang berubah, dan semakin cepat pula kekurangan mereka akan terhapuskan, ini adalah mengubah karmanya. Kita harus mengubah semua penderitaan hidup menjadi kebahagiaan, harus menjadikan penderitaan sebagai kebahagiaan, hanya tahu bagaimana menanggung kesulitan dalam membina diri. Penderitaan adalah sebab dari kebahagiaan. Kita harus meningkatkan tingkat kesadaran spiritual kita. Hanya mereka yang menanggung penderitaan baru bisa menemukan cara untuk membebaskan diri dan tidak menderita di masa mendatang. Jika menikmati diri setiap hari, selamanya tidak pernah berpikir bagaimana membebaskan diri atau bagaimana lebih baik dalam membina pikiran. Itulah sebabnya mengapa di kuil yang terlihat menyembah Buddha semuanya adalah orang yang mengalami kesulitan

hidup, karena setelah menderita dia baru akan berpikir untuk mencari cara untuk membebaskan dirinya. Berapa banyak orang yang menikmati hidupnya, memiliki uang, ketenaran dan kekayaan, tidak pernah tahu untuk menyembah Buddha, tidak pernah berpikir bahwa suatu hari nanti sesuatu yang buruk akan terjadi pada dirinya. Menanggung penderitaan ketika menekuni Dharma adalah suatu hal baik, merupakan jodoh pendukung, yaitu jodoh yang membuatmu untuk maju.

Praktisi Buddhis harus belajar untuk menjadi lebih bahagia dan lebih sederhana ketika masih muda, dan menjadi lebih sederhana dan lebih bahagia ketika sudah tua. Benar-benar belajar untuk merasa leluasa, harus memahami bahwa pikiran diri masih memiliki kemampuan untuk merasa leluasa ketika sedang menderita dan menerima balasan karma. Kehidupan seseorang tidak dapat dipisahkan dari kebahagiaan dan kesederhanaan. Orang yang sederhana mudah untuk bahagia, dan orang yang bahagia pasti sangat sederhana. Keleluasaan sejati

adalah memahami bahwa saya memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah saya sendiri; mundur selangkah, laut menjadi luas dan langit terbuka lebar, kita baru bisa memperoleh kebebasan yang sesungguhnya di dunia.

Hidup seharusnya lebih sederhana. Orang zaman sekarang terlalu rumit. "Halo, kamu sangat bersih akhir-akhir ini!" "Apa maksudnya? Dulu Aku tidak bersih?"

"Paman tua, kamu terlihat sangat bersemangat hari ini!"

"Apa maksudnya..." Orang tidak boleh memiliki terlalu banyak maksud, karena terlalu banyak maksud akan menjadi tidak berarti. Jika ada maksud, maka akan tidak berarti, ketika tidak ada maksud, maka sesungguhnya akan berarti. Setiap langkah dalam kehidupan memerlukan pengorbanan. Menekuni Dharma juga harus berkorban, jika mendapatkan apa yang diri sendiri inginkan, maka juga akan kehilangan sesuatu yang tidak ingin kamu kehilangan. Selama seseorang meminta sesuatu, ia harus memberikan pengorbanan. Ini seperti jika seseorang ingin membeli sebuah rumah besar, maka dia harus membayar sejumlah

uang yang besar, mengajukan pinjaman ke bank, dan bekerja dua kali lebih keras untuk melunasi pinjaman tersebut. Orang selalu menyesal, mereka lupa apa yang mereka inginkan dan menyesali apa yang telah mereka lakukan. Seseorang tidak boleh selalu hidup dalam penyesalan. Ketika kamu mendapatkan sesuatu dan kemudian kehilangannya, tidak boleh hidup dalam penyesalan, hendaknya berpikir bahwa itu adalah jodoh, maka tidak akan hidup dalam hubungan yang menyedihkan.

Seorang penjual rokok berbicara tentang manfaat merokok di sebuah pasar di Paris. Seorang lelaki tua melangkah ke panggung dan berkata kepada semua orang, "Hadirin sekalian, lelaki ini mengatakan bahwa merokok memiliki banyak manfaat. Saya beri tahu kalian, selain manfaat yang dibicarakannya, masih ada tiga manfaat lagi: anjing akan takut padanya; pencuri tidak akan mencuri dari rumah seorang perokok; perokok akan awet muda!" Tidak ada seorang pun yang bertepuk tangan di bawah. Penjual

rokok bertepuk tangan dan mendesaknya untuk melanjutkan, "Bisakah kamu memberi tahu kami mengapa demikian?" Orang tua itu berkata, "Orang yang merokok sepanjang tahun sering kali bungkuk. Anjing mengira dia akan mengambil batu untuk memukulnya, jadi anjing akan lari saat melihatnya. Orang yang merokok sepanjang tahun akan batuk setiap malam, ketika pencuri membobol rumahnya, akan berpikir dia tidak sedang tidur, lalu melarikan diri. Jarang perokok yang berumur panjang, jadi mereka selalu muda. "Jadi harta karun tetaplah harta karun. Sesuatu yang baik, meskipun dikatakan seburuk apa pun, ia tetaplah sesuatu yang baik; Sesuatu yang buruk, meskipun dikatakan sebaik apa pun, ia tetaplah sesuatu yang buruk. Sebuah ajaran sesat, ajaran apa pun yang tidak tahan dikritik dan tidak mendapat pengakuan dari banyak orang, bukanlah sesuatu yang benar. Praktisi Buddhis harus memahami, kita menghadapi banyak ajaran yang sesat dalam kehidupan. Ada yang bilang, selama bisa menemukan pria kaya, tidak peduli bisa menikah atau tidak, jika kamu mendengarkan dan menyetujui ajaran sesat ini, maka kamu telah tersesat. Banyak orang mengatakan

bahwa semua orang melakukan hal-hal buruk, dan jika kamu melakukannya juga, maka kamu juga mempercayai ajaran sesat. Banyak hal di dunia ini seperti kemasam. Kemasannya sangat cantik, tetapi yang menarikmu bukanlah hal-hal yang benar-benar sesuai aturan dan ajaran Dharma. Hanya ketika kamu benar-benar memahami dan mengetahuinya, baru bisa memperoleh pengetahuan dan kesadaran sejati, pengetahuan yang benar, dan kesadaran yang benar. Hal-hal yang benar-benar baik dapat bertahan dalam ujian. Orang baik yang terus-menerus menunjukkan kesalahanmu, dia adalah orang baik; Seseorang yang setiap hari memuji kekuranganmu seolah-olah itu adalah kelebihan, ia bukanlah orang yang benar-benar baik. Kita harus memahami bahwa nasihat yang jujur tidak enak didengar dan obat yang baik rasanya pahit.

Seseorang yang benar-benar bijaksana adalah orang yang mampu mencari jalan keluar untuk setiap masalah yang dihadapi, dan menyelesaikannya dengan cara yang

harmonis — itulah yang disebut kebijaksanaan. Kebijaksanaan manusia bagaikan matahari, yang dapat menerangi kegelapan; seperti tanah yang subur, dapat menyuburkan akar yang baik; seperti cermin, yang dapat melihat menembus segalanya. Seseorang yang berhati nurani baik, apapun yang dihadapinya selalu adalah hal baik. Orang yang baik hati pasti akan mendapat balasan yang baik juga. Seperti lautan besar yang mampu menaungi ratusan sungai. Jika seseorang berhati yang luas, benda sekotor apapun yang dituang ke dalam laut, juga dapat menjadi biru. Kebijaksanaan bagaikan air, sesuatu yang bening dan transparan, yang tak terlihat dan tak dapat disentuh, namun hadir saat dibutuhkan. Sebanyak apapun yang kamu miliki hari ini, harta, rumah dan kekayaan dunia, jika kamu tidak memiliki kebijaksanaan, semuanya akan sia-sia. Kebijaksanaan tidak terlihat dan tidak bisa disentuh, namun kebijaksanaan muncul bersama dengan hal-hal. Ketika sesuatu hal terjadi, orang lain tidak dapat memikirkan solusinya, tetapi kamu bisa, itu berarti kamu memiliki kebijaksanaan. Ikutilah jodoh nidana di dunia untuk mewujudkan kebijaksanaan diri sendiri. Ketika

kerisauan datang, kebijaksanaan akan muncul. Semakin banyak kerisauan, semakin banyak kebijaksanaan yang kamu miliki untuk menghentikannya dan mengatasinya. Inilah yang dimaksud dengan kerisauan adalah Bodhi.

Jika seseorang ingin mengubah dirinya, yang diandalkan adalah motivasi jangka panjang dan daya tahan yang kuat. Perubahan dalam hidup bergantung pada akumulasi hal-hal kecil yang dilakukan secara konsisten. Hanya dengan terus berusaha tanpa henti, hari ini berbuat sedikit kebaikan, besok menanam sedikit kebajikan, lusa terus memperkenalkan Dharma kepada orang-orang dan mengasihi sesama, dengan hati penuh welas asih, keadaan pasti akan berubah. Seiring berjalannya waktu, seseorang akan perlahan membentuk dan memperhalus budi pekertinya, sepenuhnya mendedikasikan diri dalam menekuni Dharma, dan menjadi pribadi yang bermanfaat bagi semua makhluk. Ketekunan yang terus-menerus adalah salah satu prinsip penting bagi seorang praktisi Buddhis. Banyak orang gagal dalam bisnis atau usaha

karena tidak punya ketekunan. Mereka mencoba sedikit, melihat tidak mendapat keuntungan lalu menyerah. Terus begitu, di sini sedikit, di sana sedikit, akhirnya tidak mencapai apapun. Ada pepatah kuno Tionghoa yang berbunyi, " Ada 360 jenis profesi, setiap profesi bisa melahirkan juara."

Pada masa Musim Semi dan Musim Gugur serta Periode Negara-negara Berperang, Raja Wu mendaki Gunung Monyet. Ketika monyet-monyet itu melihat begitu banyak orang berbaju besi datang, mereka semua lari berhamburan, hanya seekor monyet yang melompat-lompat di atas pohon memamerkan kemampuannya. Pada saat itu, Raja Wu mengangkat busur dan anak panahnya, membidik ke arah monyet itu, lalu melepaskan anak panah. Tak disangka, monyet itu sangat hebat dan berhasil menyambar anak panah itu. Raja Wu sangat marah dan memerintahkan pengawalnya untuk memanah bersama-sama, monyet itu pun tertembak mati. Raja Wu berbalik dan berkata kepada Yan Buyi, "Monyet ini begitu sombong

akan kelincahannya, meremehkan-Ku, dia mencari mati sendiri! Kamu jangan terlalu menunjukkan rasa bangga, dan perhatikan ekspresimu! "Yan Buyi sangat takut dan meminta orang suci Dong Wu untuk untuk membimbingnya bagaimana cara menghilangkan kesombongan, menjadi sangat rendah hati, dan mengubah semangat jiwanya. Orang suci itu sering mengatakan kepadanya: "Dalam menekuni Dharma dan berperilaku harus melepaskan dan melihat melampaui segalanya. Mendampingi seorang raja ibarat mendampingi seekor harimau." Dengan demikian, ia perlahan-lahan menghilangkan kesombongannya, menjauhi ketenaran dan kekayaan, menolak kemewahan dan kehormatan, tiga tahun kemudian dia pun mengapat pengakuan dari kaisar. Praktisi Buddhis tidak boleh sombong, jangan karena merasa telah mempelajari sedikit kemampuan, keahlian, atau pengetahuan tentang ajaran Buddha, lalu sering menyalahkan orang lain. Tanpa disadari, pengetahuanmu mungkin hanya dianggap sedikit saja oleh orang lain. Kesombongan yang berlebihan jarang berakhir dengan baik. Praktisi Buddhis harus menjauhi dari kesombongan,

menenangkan hati seperti air yang tenang. Hanya ketika pikiran tenang, barulah dapat melihat banyak kebenaran dalam dunia ini. Sebagai contoh, dua orang sedang bertengkar di jalan, mereka yang terlibat dalam pertengkaran sering kali tidak tahu siapa yang benar dan siapa yang salah, hanya para pengamat di sekitarnya yang bisa melihat dengan jelas. Dalam hidup ini, yang paling dibutuhkan adalah kebijaksanaan. Seseorang yang menciptakan kebahagiaan bagi orang lain pasti adalah orang yang telah memahami segalanya dan menemukan sifat dasarnya, dan pasti hidup dalam kebahagiaan. Sebaliknya, mereka yang membawa penderitaan bagi orang lain, sesungguhnya adalah orang yang paling menderita.

Orang harus menyingkirkan sifat kompetitif yang tidak sehat dalam dirinya -- yaitu sifat yang selalu ingin menang dalam segala hal, dan merasa dirinya paling. Seseorang harus meredamkan sifat kompetitifnya, jangan bersaing, maka akan hidup dalam kekeluasaan dan kedamaian.

Melampaui keinginan-keinginan duniawi dan mengejar kesempurnaan karakter, merendahkan diri dan menghargai orang lain, maka akan terbebas dari keinginan sesaat, tidak akan khawatir dan risau. Hanya ketika seseorang memandang keuntungan di sekitarnya sebagai hal yang biasa, ketika orang lain mendapatkan sesuatu -- "Saya tidak apa-apa, itu memang pantas untuknya. Apa yang dimiliki orang lain adalah hasil kerja keras dia sendiri. Saya harus belajar darinya." Dengan begini, kamu tidak akan ada kerisauan. Orang yang tidak ada kerisauan baru akan mendapatkan.

Kalian adalah murid-murid Master dan juga murid-murid Bodhisattva. Kalian harus bekerja keras untuk menyelamatkan orang. Jika kamu memilih untuk hidup di mata orang lain, kamu ditakdirkan untuk mati di mulut orang lain. Praktisi Buddhis hendaknya hidup leluasa dan damai, jangan biarkan omongan kosong orang lain mengganggu atau menghalangi jalan hidup kita. Banyak orang yang seumur hidupnya dikarenakan perkataan orang

lain, "apa yang dipikirkan orang lain, apa yang dikatakan orang lain" sehingga mencelakai dirinya sendiri. Mereka tidak memiliki kebebasan sama sekali. Tidak boleh karena sikap baik atau buruknya orang lain terhadapmu dan memengaruhi kemampuanmu untuk membuat keputusan yang benar, itu adalah orang yang tidak memiliki kebijaksanaan dan kebebasan. Mencari Bodhisattva setiap hari, namun sebenarnya Buddha ada di dalam hati kita.

Orang harus menyelamatkan dirinya sendiri; tidak dapat mengandalkan orang lain untuk menyelamatkan diri sendiri. Banyak orang lanjut usia yang mengandalkan anak-anaknya untuk mendapatkan makanan, kehidupan apa yang mereka jalani? Banyak orang yang hidup bergantung pada orang lain, berapa banyak masa muda yang terbuang sia-sia? Segala sesuatu di dunia ini adalah tidak kekal, semuanya adalah fenomena yang rapuh dan tidak stabil, pada akhirnya semuanya akan lenyap seperti debu yang tertiuap angin. Semua yang dimiliki, dan semua hal yang kamu pikir dapat kamu miliki dan andalkan, semuanya

bersifat sementara dan pasti akan meninggalkan kita. Jadi apa lagi yang tidak bisa berpikiran terbuka? Kehidupan yang telah kita jalani, sudah berlalu ya berlalu. Mengapa masih tidak bisa berpikiran terbuka? Apakah kita masih harus menderita karena pertengkaran dengan orang lain saat masih kecil? Masa lalu harus dilupakan, dan masa depan harus dirangkul. Untuk memiliki masa depan yang baik, maka harus membina masa kini dengan baik.

Ketika seorang praktisi Buddhis diserang orang, maka harus memperlakukannya dengan welas asih. Bahkan jika dia mengatakan kamu tidak baik, kamu harus tersenyum dan berkata, "Kami jarang berkomunikasi. Dia juga sangat kasihan. Mengapa dia membicarakan saya? Dia tidak bisa berpikiran terbuka. Dia memarahi saya, saya tidak masalah, dia akan sangat sedih, saya merasa sangat sedih untuknya." Perlakukan orang lain dengan baik saat kamu diganggu. Jika orang lain menindasmu, kamu berpikir dengan baik-baik, "Dia benar-benar sangat kasihan. Kita mungkin pernah menjadi saudara di kehidupan sebelumnya. Di

kehidupan ini bersikap begini pasti ada alasannya." Orang lain memfitnahmu, kamu harus berlapang dada untuk menoleransinya. Meskipun dia memarahimu, kamu pikirkan: "Tidak apa-apa. Saya juga pernah memarahi orang lain sebelumnya. Ini adalah pembalasan!" Jika berpikir seperti ini, kamu tidak akan marah lagi. "Hanya saja pembalasan datangnya sangat terlambat, karena saat itu saya memarahi orang lain, mengatakan keburukan orang lain, hingga sekarang dari mulut orang ini memarahi saya, memfitnah saya, pembalasan datangnya begitu terlambat. Seharusnya datang lebih awal, balasan karma langsung." Pembalasan mengikuti kita bagaikan bayangan, cepat atau lambat akan menimpa dirimu. Berharap semua orang bersikap toleran. Memiliki toleransi akan memiliki kehidupan yang baik. Landasan kehidupan yang baik adalah mampu memaafkan orang lain, berwelas asih kepada orang lain, dan bersikap toleran terhadap orang lain. Praktisi Buddhis hidup dalam masyarakat nyata, baru bisa menjalani kehidupan yang nyata.

Ada seorang dokter bodoh salah diagnosis hingga menyebabkan kematian anak orang lain. Untuk mengganti rugi, dia memberikan putranya sendiri kepada orang lain sebagai anak angkat. Setelah beberapa waktu, dia kembali mengobati pembantu orang lain sampai mati. Sebagai kompensasinya, dia memberikan pembantunya sendiri kepada orang tersebut. Suatu malam, seseorang mengetuk pintu dan berkata, "Dokter, istri saya sakit perut. Mohon dokter datang dan bantu mengobatinya." Dokter itu memanggil istrinya keluar dan berkata, "Istriku sayang, kamu harus bersiap untuk pergi." Kita harus memikirkan bagaimana cara menghindari hal-hal buruk terjadi daripada selalu menyiapkan kompensasi yang tidak berguna. Orang selalu berpikir tentang cara menebus kesalahan setelah melakukan kesalahan. Mengapa tidak bisa belajar dari Bodhisattva untuk memahami sebab dan akibat? Kalau sedari awal kita sudah tahu dalam hati apa akibatnya kalau kita menanam benih hari ini, maka kita tidak akan menerima akibat yang buruk. Praktisi Buddhis harus takut terhadap semua sebab. Bodhisattva takut akan sebab; para makhluk takut akan akibat. Mereka berani

melakukan apa pun, ketika akibatnya datang baru merasa takut. Kita menekuni Dharma, takut akan sebab, baru tidak takut balasan karma buruk.

Praktisi Buddhis harus tersadarkan. Banyak orang yang tidak menekuni Dharma di masa lalu. Mereka masih tidak tahu apa itu tersadarkan. Itu adalah pemenuhan pikiran dan kehidupan. Bila pikiran memiliki ajaran Buddha Dharma, ia akan tahu bahwa ia hidup di antara semua makhluk dan tidak akan mati. Tidak akan terobsesi oleh kenikmatan duniawi. Ketika kamu melihat kegembiraan dunia, janganlah kamu terobsesi olehnya. Segala sesuatu yang merangsang mengandung unsur halangan iblis. Berjudi dan menggunakan narkoba semuanya sangat merangsang. Kita harus memahami bahwa gaya hidup yang kita pikir harus kita jalani di masa lalu sering kali tidak cocok untuk kita, dan banyak hal yang kita lakukan dalam hidup ini tidak cocok untuk kita. Jangan menyia-nyiakan hidup kita yang berharga pada orang-orang dan hal-hal yang tidak berharga. Banyak orang yang karena dulunya

disakiti dan ditindas, mereka merasa bersalah dan membenci lalu menyakiti dirinya sendiri, harus melupakannya.

Kehidupan yang berharga adalah kehidupan nyata, tidak terobsesi oleh kepalsuan duniawi, semuanya adalah kosong. Mokugyo (muyu) yang berongga, dalamnya adalah kosong, baru bisa berbunyi; Genderang yang berongga, bagian tengahnya adalah kosong, maka suaranya baru terdengar jauh. Kita harus bisa melihat kebenaran dari segala hal di dunia ini, kosongkan hati diri sendiri, murnikan pikiran, baru bisa menampung segala hal, menoleransi hati semua orang, karena hati semua makhluk adalah hatiku.

Orang yang menekuni ajaran Xin Ling Fa Men harus mencintai negara dan rakyatnya, harus mematuhi hukum, harus berwelas asih kepada orang lain baru bisa memperoleh lebih banyak jodoh baik.

zhì huì yuán róng dòng xī wàn xiàng hǎi nà bǎi chuān zì zài wú ài
智慧圆融洞悉万象 海纳百川自在无碍

xià
(下)

nián yuè rì niǔ yuē shì jiè fó yǒu jiàn miàn huì lú jūn hóng tái zhǎng kāi shì
2014年9月22日纽约世界佛友见面会卢军宏台长开示

xiǎng jiě tuō jiù bù néng wú míng wú míng jiù shì bù míng bai
想解脱就不能无明，无明就是不明白，
dāng nǐ míng bai le jiù bú huì guài bié rén dāng nǐ zhī dao zhè ge
当你明白了就不会怪别人，当你知道这个
hái zi shì nǐ de tǎo zhài guǐ shàng bèi zi de shì qing jiù bú huì
孩子是你的讨债鬼，上辈子的事情，就不会
guài tā yǒu yí gè rén zài shā tān shàng tǎng zhe fēi cháng xiū xián
怪他。有一个人沙滩上躺着，非常休闲，
hěn kāi xīn tū rán bèi rén cǎi le yí jiǎo tā yí xià zi tiào qǐ lái
很开心，突然被人踩了一脚，他一下子跳起来：
nǐ wèi shén me cǎi wǒ yí kàn shì yí gè xiā zi tā jiē zhe yí
“你为什么踩我？”一看是一个瞎子，他接着—
jù huà dōu bù jiǎng le zhè jiù shì wú míng zào chéng nǐ tiào qǐ lái
句话都不讲了。这就是无明造成你跳起来，
dāng nǐ míng bai zhè jiàn shì qing de shí hou huì bǎ nǐ de huǒ yā xià
当你明白这件事情的时候，会把你的火压下
lái rén bú shì dòng wù bú huì kòng zhì bú zhù zì jǐ hěn duō
来。人不是动物，不会控制不住自己，很多

rén shuō kòng zhì bù liǎo zì jǐ shì jiǎ de zhēn de pèng dào zì jǐ
人说控制不了自己是假的，真的碰到自己
lì yì de shí hou jiù néng kòng zhì zì jǐ le
利益的时候就能控制自己了。

xué fó rén yí dìng yào dǒng lǐ mào yí dìng yào dé jiě tuō
学佛人一定要懂礼貌，一定要得解脱，
cóng zì wǒ zuò qǐ cóng zhuāng yán zuò qǐ xué fó rén yào zuò
从自我做起，从庄严做起。学佛人要坐
yǒu zuò xiàng zhàn yǒu zhàn xiàng dǎ hā qian yě yào yǎn kǒu
有坐相、站有站相，打哈欠也要掩口。
xué fó yào duān zhuāng yào zhuāng yán fó jìng tǔ rú guǒ zì jǐ
学佛要端庄，要庄严佛净土。如果自己
bù duān zhuāng rú hé ràng bié rén xué fó ràng bié rén xiāng xìn ne
不端庄，如何让别人学佛，让别人相信呢？
rén yào yǒu lǐ dāng nián kǒng lǎo fū zǐ jiǎng kè jǐ fù lǐ
人要有礼。当年孔老夫子讲“克己复礼”，
yí gè lǐ hěn zhòng yào wǒ men jīn tiān xué fó yào xué lǐ
一个“礼”很重要。我们今天学佛要学礼，
xīn li yǒu lǐ wài biǎo cái huì yǒu lǐ yí gè rén zhǐ yào wài biǎo bù
心里有礼，外表才会有礼。一个人只要外表不
hǎo yí dìng shì xīn li chū le máo bìng hěn duō rén shuō wǒ
好，一定是心里出了毛病。很多人说“我
kāi gè wán xiào zhǐ yào tā bǎ wán xiào shuō chū lái nǐ bú yào
开个玩笑”，只要他把玩笑说出来，你不要

dàng zuò wán xiào hěn duō dōu shì tā xīn li xiǎng guò de tā lái
当作玩笑，很多都是他心里想过的，他来
shì tàn nǐ suǒ yǒu de dōng xi dōu shì yǒu gēn yǒu yuán de
试探你，所有的东西都是有根有源的。

rén zài chī kǔ de shí hou jiù shì zài zhuǎn xīn yè chī kǔ yuè duō
人在吃苦的时候就是在转心业，吃苦越多
xīn yè huì zhuǎn de yuè kuài máo bìng qù de yuè kuài jiù shì zài
心业会转得越快，毛病去得越快，就是在
zhuǎn yè zhàng yào bǎ shēng huó zhōng yī qiè de kǔ nàn huà wéi yī
转业障。要把生活中一切的苦难化为一
qiè lè yào yǐ kǔ wéi lè jiù zhī dào rú kǔ xiū xíng kǔ jiù shì
切乐，要以苦为乐，就知道茹苦修行。苦就是
kuài lè de yīn wǒ men yào tí shēng jìng jiè zhǐ yǒu chī kǔ de rén
快乐的因，我们要提升境界，只有吃苦的人，
cái huì xún zhǎo yī gè ràng zì jǐ jiě tuō wèi lái bù chī kǔ de fāng
才会寻找一个让自己解脱、未来不吃苦的方
fǎ rú guǒ tiān tiān zài xiǎng shòu yǒng yuǎn bú huì xiǎng dào zěn
法；如果天天在享受，永远不会想到怎
yàng jiě tuō zì jǐ zěn yàng néng gòu gèng hǎo de xiū xīn zhè jiù
样解脱自己，怎样能够更好的修心。这就
shì wèi shén me zài miào lǐ kàn dào de dōu shì chī kǔ de rén zài bài fó
是为什么在庙里看到的都是吃苦的人在拜佛，
yīn wei chī kǔ zhī hòu tā cái xiǎng dào yào zhǎo chū yī gè fāng fǎ lái
因为吃苦之后他才想到要找出一个方法来
ràng zì jǐ jiě tuō yǒu duō shǎo rén xiǎng shòu zhe zì jǐ de shēng
让自己解脱。有多少人享受着自自己的生

huó yǒu qián yǒu míng yǒu lì cóng lái bù zhī dào bài bài fó
活，有钱有名有利，从来不知道拜拜佛，
cóng wèi xiǎng dào yǒu yì tiān zì jǐ huì chū shì xué fó chī kǔ shì yí
从未想到有一天自己会出事。学佛吃苦是一
jiàn hǎo shì qing shì zēng shàng yuán jiù shì zēng jìn nǐ shàng jìn
件好事情，是增上缘，就是增进你上进
de yí gè yuán fèn
的一个缘分。

xué fó rén yào xué huì nián qīng de shí hou yào kuài lè yī diǎn
学佛人要学会，年轻的时候要快乐一点、
jiǎn dān yī diǎn nián lǎo de shí hou yào jiǎn dān yī diǎn kuài lè yī
简单一点，年老的时候要简单一点、快乐一
diǎn zhēn zhèng de xué huì zì zài yào zài chī kǔ shòu bào zhōng
点，真正地学会自在；要在吃苦受报中
dǒng de zì xīn hái yǒu zì zài de néng lì rén de yì shēng lí bù kāi
懂得自心还有自在的能力。人的一辈子离不开
kuài lè hé jiǎn dān jiǎn dān de rén róng yì kuài lè kuài lè de rén
快乐和简单，简单的人容易快乐，快乐的人
yí dìng hěn jiǎn dān zhēn zhèng de zì zài jiù shì dǒng de wǒ yǒu
一定很简单。真正的自在就是懂得，我有
néng lì jiě jué zì jǐ de wèn tí tuì yí bù hǎi kuò tiān kōng cái
能力解决自己的问题；退一步海阔天空，才
néng zài rén jiān huò dé zhēn zhèng de zì yóu
能在人间获得真正的自由。

rén shēng yào jiǎn dān yī diǎn xiàn dài rén tài fù zá le nǐ
人 生 要 简 单 一 点 ， 现 代 人 太 复 杂 了 ， “ 你
hǎo a zuì jìn zhè me gān jìng a shén me yì si a wǒ
好 啊 ， 最 近 这 么 干 净 啊 ！ ” “ 什 么 意 思 啊 ， 我
guò qù bù gān jìng lǎo bó bo nǐ jīn tiān jīng shen hěn hǎo
过 去 不 干 净 ？ ” “ 老 伯 伯 你 今 天 精 神 很 好 ！ ”
shén me yì si rén bú yào yǒu tài duō de yì si yīn wei
“ 什 么 意 思 ” 人 不 要 有 太 多 的 意 思 ， 因 为
tài duō de yì si jiù méi yì si yǒu le yì si jiù méi yì si méi
太 多 的 意 思 就 没 意 思 ， 有 了 意 思 就 没 意 思 ， 没
yì si le zhēn zhèng jiù huì yǒu yì si rén shēng měi yí bù zǒu lái
意 思 了 真 正 就 会 有 意 思 。 人 生 每 一 步 走 来
dōu xū yào fù chū dài jià xué fó yě yào fù chū dài jià dé dào zì
都 需 要 付 出 代 价 ， 学 佛 也 要 付 出 代 价 ， 得 到 自
jǐ xiǎng yào de yì xiē jiù huì shī qù bù xiǎng shī qù de yì xiē yí
己 想 要 的 一 些 ， 就 会 失 去 不 想 失 去 的 一 些 ； 一
gè rén zhǐ yào yǒu suǒ qǔ jiù yí dìng yào fù chū yóu rú yí gè rén
个 人 只 要 有 索 取 ， 就 一 定 要 付 出 。 犹 如 一 个 人
yào mǎi zhuàng dà fáng zi jiù yào fù chū hěn duō de qián wèn yín
要 买 幢 大 房 子 ， 就 要 付 出 很 多 的 钱 ， 问 银
háng dài kuǎn fù chū shuāng bèi de gōng zuò lái hái dài kuǎn rén
行 贷 款 ， 付 出 双 倍 的 工 作 来 还 贷 款 。 人
zǒng shì hòu huǐ xiǎng yào dé dào de què wàng jì wèi zì jǐ zuò
总 是 后 悔 ， 想 要 得 到 的 却 忘 记 ， 为 自 己 做
guò de shì qing ér hòu huǐ yí gè rén bù néng zǒng huó zài hòu huǐ
过 的 事 情 而 后 悔 。 一 个 人 不 能 总 活 在 后 悔
zhōng dāng nǐ dé dào le yòu shī qù le bù néng zài hòu huǐ
中 ， 当 你 得 到 了 ， 又 失 去 了 ， 不 能 在 后 悔

zhōng huó zhe yào rèn wéi zhè shì yuán fèn jiù bú huì huó zài hěn
中 活着， 要 认为 这是 缘分， 就 不会 活 在 很
shāng gǎn de gǎn qíng zhōng
伤 感 的 感 情 中 。

yí gè tuī xiāo xiāng yān de rén zài bā lí de jí shì shàng dà tán
一个 推销 香烟 的人 在 巴黎 的 集市 上 大谈
chōu yān de hǎo chù yí wèi lǎo rén zǒu shàng wǔ tái duì dà jiā
抽 烟 的 好 处， 一 位 老 人 走 上 舞 台， 对 大 家
shuō nǚ shì men xiān sheng men zhè wèi xiān sheng jiǎng chōu
说：“ 女 士 们 先 生 们， 这 位 先 生 讲 抽
yān yǒu hěn duō hǎo chù wǒ gào sù nǐ men chú le tā jiǎng de
烟 有 很 多 好 处， 我 告 诉 你 们， 除 了 他 讲 的
zhè xiē hǎo chù zhī wài hái yǒu sān dà hǎo chù gǒu jiàn le huì pà
这 些 好 处 之 外， 还 有 三 大 好 处： 狗 见 了 会 怕
tā xiǎo tōu bú zài chōu yān rén jiā zhōng tōu dōng xī chōu yān de
他； 小 偷 不 在 抽 烟 人 家 中 偷 东 西； 抽 烟 的
rén yǒng yuǎn nián qīng tái xià méi rén gǔ zhǎng tuī xiāo xiāng
人 永 远 年 轻！” 台 下 没 人 鼓 掌， 推 销 香
yān de yí gè rén gǔ zhǎng cuī tā shuō xià qù nǐ jiǎng jiǎng wèi
烟 的 一 个 人 鼓 掌， 催 他 说 下 去：“ 你 讲 讲 为
shén me huì zhè yàng a lǎo rén shuō cháng nián chōu yān
什 么 会 这 样 啊？” 老 人 说：“ 常 年 抽 烟
de rén tuó bèi de duō gǒu jiàn le yǐ wéi yào jiǎn shí tou zá tā tā
的 人 驼 背 的 多， 狗 见 了 以 为 要 捡 石 头 砸 他 它，
suǒ yǐ gǒu kàn jiàn tā jiù táo zǒu le cháng nián chōu yān de rén yè
所 以 狗 看 见 他 就 逃 走 了； 常 年 抽 烟 的 人 夜

lǐ tiān tiān ké sou xiǎo tōu yí jìn tā jiā yǐ wéi tā méi yǒu shuì
里 天 天 咳 嗽 ， 小 偷 一 进 他 家 ， 以 为 他 没 有 睡
zháo táo zǒu le chōu yān de rén hěn shǎo yǒu cháng shòu de
着 ， 逃 走 了 ； 抽 烟 的 人 很 少 有 长 寿 的 ，
suǒ yǐ tā men yǒng yuǎn hěn nián qīng suǒ yǐ yí jiàn zhēn pǐn
所 以 他 们 永 远 很 年 轻 。 ” 所 以 一 件 珍 品
yǒng yuǎn shì gè bǎo yí gè hǎo de dōng xi zài zěn me jiǎng tā
永 远 是 个 宝 ， 一 个 好 的 东 西 ， 再 怎 么 讲 它
bù hǎo tā yě shì hǎo de yí gè bù hǎo de dōng xi zài zěn me
不 好 ， 它 也 是 好 的 ； 一 个 不 好 的 东 西 ， 再 怎 么
jiǎng tā hǎo tā hái shì bù hǎo de yí gè xié shuō yí gè jīng bù
讲 它 好 ， 它 还 是 不 好 的 。 一 个 邪 说 ， 一 个 经 不
qǐ diǎn pò de rèn hé de xué shuō zhǐ yào jīng bù qǐ dà jiā de zàn
起 点 破 的 任 何 的 学 说 ， 只 要 经 不 起 大 家 的 赞
tóng jiù bú shì zhèng de dōng xi xué fó rén yào dǒng wǒ men
同 ， 就 不 是 正 的 东 西 。 学 佛 人 要 懂 ， 我 们
zài shēng huó zhōng pèng dào hěn duō de xié shuō yǒu rén shuō zhǐ
在 生 活 中 碰 到 很 多 的 邪 说 ， 有 人 说 ， 只
yào bàng shàng dà kuǎn guǎn tā jià dé chū qù jià bù chū qù zhè
要 傍 上 大 款 管 他 嫁 得 出 去 嫁 不 出 去 ， 这
zhǒng xié shuō nǐ tīng le rèn tóng nǐ jiù shì zhòng xié le hěn duō
种 邪 说 你 听 了 认 同 ， 你 就 是 中 邪 了 。 很 多
rén shuō dà jiā dōu zài zuò huài shì nǐ yě zuò nà nǐ yě shì xìn le
人 说 大 家 都 在 做 坏 事 ， 你 也 做 ， 那 你 也 是 信 了
xié shuō rén jiān hěn duō shì qing yóu rú bāo zhuāng yí yàng bāo
邪 说 。 人 间 很 多 事 情 犹 如 包 装 一 样 ， 包
zhuāng hěn měi dàn shì xī yǐn nǐ de bìng bú shì zhēn zhèng rú lǐ
装 很 美 ， 但 是 吸 引 你 的 并 不 是 真 正 如 理

rú fǎ de dōng xi zhǐ yǒu zhēn zhèng de lǐ jiě hé liǎo jiě tā cái
如法的东 西，只有真 正地理解和了解它，才
néng huò dé zhēn zhī zhēn jué zhèng zhī zhèng jué zhēn zhèng hǎo
能 获 得 真 知 真 觉、 正 知 正 觉， 真 正 好
de dōng xi shì jīng de qǐ kǎo yàn de yí gè hǎo rén bù tíng de shuō
的 东 西 是 经 得 起 考 验 的， 一 个 好 人 不 停 地 说
nǐ de máo bìng tā shì yí gè hǎo rén yí gè rén zhěng tiān bǎ nǐ
你 的 毛 病 ， 他 是 一 个 好 人 ； 一 个 人 整 天 把 你
de quē diǎn dōu shuō chéng hǎo de tā jiù bú shì yí gè zhēn zhèng
的 缺 点 都 说 成 好 的 ， 他 就 不 是 一 个 真 正
de hǎo rén yào dǒng de zhōng yán nì ěr liáng yào kǔ kǒu
的 好 人 。 要 懂 得 忠 言 逆 耳 ， 良 药 苦 口 。

yí gè rén de zhì huì yào hěn hǎo yí gè rén pèng dào shén me
一 个 人 的 智 慧 要 很 好 ， 一 个 人 碰 到 什 么
shì qing dōu yào xiǎng bàn fǎ jiě jué ér qiě yuán róng de jiě jué
事 情 都 要 想 办 法 解 决 ， 而 且 圆 融 地 解 决 ，
nà jiù shì zhì huì rén de zhì huì jiù xiàng tài yáng yī yàng kě yǐ
那 就 是 智 慧 。 人 的 智 慧 就 像 太 阳 一 样 ， 可 以
zhào liàng hēi àn rú liáng tián kě yǐ zī zhǎng shàn gēn rú míng
照 亮 黑 暗 ； 如 良 田 ， 可 以 滋 长 善 根 ； 如 明
jìng kě yǐ dòng xī wàn xiàng yí gè rén liáng xīn hǎo tā pèng
镜 ， 可 以 洞 悉 万 象 。 一 个 人 良 心 好 ， 他 碰
dào de shén me shì qing dōu shì hǎo shì qing shàn liáng rén yí dìng
到 的 什 么 事 情 都 是 好 事 情 ， 善 良 人 一 定
huì yǒu shàn bào rú dà hǎi yī yàng kě yǐ hǎi nà bǎi chuān yí gè
会 有 善 报 。 如 大 海 一 样 可 以 海 纳 百 川 ， 一 个

rén xīn xiōng kuān dà zài zāng de dōng xi dào rù dà hǎi yě néng
人心胸宽大, 再脏的东西倒入大海, 也能
rǎn chéng lán sè zhì huì yào rú shuǐ yí yàng shì yí gè tòu míng tǐ
染成蓝色。智慧要如水一样, 是一个透明体,
pèng dào shén me shì qing shì kàn bú jiàn mō bù zháo de nǐ jīn tiān
碰到什么事情是看不见摸不着的, 你今天
yōng yǒu zài duō de dōng xi zài duō de rén jiān de fáng chǎn qián
拥有再多的东西, 再多的人间的房产、钱
cái yīn wei nǐ méi yǒu zhì huì yí qiè dōu shì wǎng rán zhì huì shì
财, 因为你没有智慧, 一切都是枉然。智慧是
kàn bú jiàn mō bù zháo de dàn shì zhì huì huì suí zhe shì wù chǎn
看不见摸不着的, 但是智慧会随着事物产
shēng dāng yí jiàn shì qing fā shēng de shí hou bié rén xiǎng bù
生, 当一件事情发生的时候, 别人想不
chū jiě jué bàn fǎ ér nǐ xiǎng de chū jiù shì yōng yǒu le zhì huì
出解决办法, 而你想得出, 就是拥有了智慧。
shùn zhe rén jiān de yīn yuán ér shǐ nǐ zì jǐ de zhì huì xiàn qián fán
顺着人间的因缘而使你自己的智慧现前, 烦
nǎo lái le zhì huì jiù chǎn shēng le fán nǎo yuè duō yǒu yuè
恼来了, 智慧就产生了, 烦恼越多, 有越
duō de zhì huì lái zhì zhǐ hé duì zhì fán nǎo zhè jiù shì fán nǎo jí pú
多的智慧来制止和对治烦恼, 这就是烦恼即菩
tí
提。

yí gè rén xiǎng gǎi biàn zì jǐ kào de shì cháng jiǔ de dòng lì hé
一个人想改变自己靠的是长久的动力和
nài lì rén shēng de gǎi biàn kào de shì yì diǎn yì dī de lěi jī
耐力。人生的改变靠的是一点一滴的累积，
zhǐ yǒu jiān chí bú xiè de nǚ lì jīn tiān xíng yì diǎn shàn míng tiān
只有坚持不懈地努力，今天行一点善，明天
zuò yì diǎn gōng dé hòu tiān bù tíng qù dù rén ài bié rén yòng
做一点功德，后天不停去度人、爱别人，用
cí bēi xīn yí dìng huì gǎi biàn xiàn zhuàng shí jiān cháng le huì màn
慈悲心一定会改变现状，时间长了会慢
màn táo yě zì jǐ qíng cāo wán quán tóu shēn yú xué fó zhōng
慢陶冶自己情操，完全投身于学佛中，
chéng wéi duì zhòng shēng yǒu yì de rén cháng jīng jìn shì xué fó rén
成为对众生有益的人。常精进是学佛人
zhòng yào de lǐ niàn zhī yī hěn duō rén zuò shēng yì zuò shì qing
重要的理念之一。很多人做生意做事情
yí shì wú chéng yīn wei méi yǒu jīng jìn lì tā men zuò yì diǎn
一事无成，因为没有精进力，他们做一点，
kàn kàn dé bú dào lì yì jiù fàng qì le zhè ge zuò yì diǎnr nà
看看得不到利益就放弃了，这个做一点儿、那
ge zuò yì diǎnr zuì zhōng yí shì wú chéng zhōng guó rén yǒu
个做一点儿，最终一事无成，中国人有
jù gǔ huà sān bǎi liù shí háng háng háng chū zhuàng yuán
句古话，“三百六十行，行行出状元”。

chūn qiū zhàn guó shí qī wú wáng dēng shàng hóu shān hóu
春秋战国时期，吴王登上猴山，猴
zi yí kàn lái le zhè me duō chuān kuī jiǎ de rén quán bù sàn diào
子一看来了这么多穿盔甲的人，全部散掉
le zhǐ yǒu yì zhī hóu zi zài shù shàng tiào lái tiào qù xiǎn shì zì
了，只有一只猴子在树上跳来跳去，显示自
jǐ hěn yǒu běn lǐng zhè shí hou wú wáng cāo qǐ gōng jiàn miáo zhǔn
己很有本领。这时候吴王操起弓箭瞄准
hóu zi yí jiàn shè qù méi xiǎng dào hóu zi hěn lì hài yì bǎ
猴子，一箭射去，没想到猴子很厉害，一把
zhuā zhù jiàn wú wáng dà nù mìng lìng suí cóng yì qǐ shè jiàn
抓住箭。吴王大怒，命令随从一起射箭，
hóu zi bèi shè sǐ le wú wáng huí guò tóu duì yán bù yí shuō
猴子被射死了。吴王回过头对颜不疑说：
zhè zhī hóu zi zì shì shēn shǒu líng qiǎo miǎo shì běn wáng zì
“这只猴子自恃身手灵巧，藐视本王，自
jǐ zhǎo sǐ nǐ bú yào biǎo xiàn tài jiāo ào nǐ de shén sè yě yào
己找死！你不要表现太骄傲，你的神色也要
zhù yì yán bù yí fēi cháng hài pà qǐng shèng rén dǒng wú zhǐ
注意！”颜不疑非常害怕，请圣人董梧指
dǎo tā rú hé qù chú jiāo ào biàn de fēi cháng qiān bēi gǎi biàn tā
导他如何去除骄傲，变得非常谦卑，改变他
de jīng shén qì zhì shèng rén jīng cháng gào sù tā xué fó zuò
的精神气质。圣人经常告诉他：“学佛做
rén yào fàng xià kàn pò bàn jūn rú bàn hǔ zhè yàng tā màn
人要放下看破，伴君如伴虎。”这样他慢
màn jiù bù zài yǒu ào qì yuǎn lí shēng sè míng lì jù jué róng
慢就不再有傲气，远离声色名利，拒绝荣

huá fù guì sān nián hòu dé dào huáng shàng de shǎng shí xué fó
华 富 贵 ， 三 年 后 得 到 皇 上 的 赏 识 。 学 佛
rén bù néng yǒu ào qì bù néng zhàng zhe zì jǐ xué guò yì diǎn běn
人 不 能 有 傲 气 ， 不 能 仗 着 自 己 学 过 一 点 本
lǐng běn shì hé fó xué zhī shi jiù jīng cháng shuō rén jiā bú duì
领 、 本 事 和 佛 学 知 识 ， 就 经 常 说 人 家 不 对 ，
shū bù zhī nǐ de zhī shi zài bié rén yǎn zhōng kě néng zhǐ shì yì diǎn
殊 不 知 ， 你 的 知 识 在 别 人 眼 中 可 能 只 是 一 点
diǎn ér yǐ tài jiāo ào de jié jú dōu bú shì tài yuán mǎn xué fó
点 而 已 ， 太 骄 傲 的 结 局 都 不 是 太 圆 满 。 学 佛
rén yào jiè jiāo xīn jìng zhǐ shuǐ xīn jìng rú shuǐ xīn ān jìng de shí
人 要 戒 骄 、 心 静 止 水 、 心 静 如 水 ， 心 安 静 的 时
hou cái néng kàn chū shì jiān de hěn duō zhēn xiàng jǔ gè lì zi
候 才 能 看 出 世 间 的 很 多 真 相 。 举 个 例 子 ，
liǎng gè rén zài mǎ lù shàng chǎo jià chǎo jià de rén bú huì zhī dao
两 个 人 在 马 路 上 吵 架 ， 吵 架 的 人 不 会 知 道
shuí duì shuí cuò zhǐ yǒu biān shàng de páng guān zhě cái zhī shuí duì
谁 对 谁 错 ， 只 有 边 上 的 旁 观 者 才 知 谁 对
shuí cuò rén huó zhe zhēn zhèng xū yào de shì zhì huì gěi bié rén
谁 错 。 人 活 着 真 正 需 要 的 是 智 慧 ， 给 别 人
ān pái xìng fú de rén yí dìng shì yí gè míng xīn jiàn xìng zhī rén
安 排 幸 福 的 人 ， 一 定 是 一 个 明 心 见 性 之 人 ，
shì yí gè xìng fú zhī rén gěi bié rén zhì zào tòng kǔ de rén zì jǐ
是 一 个 幸 福 之 人 ， 给 别 人 制 造 痛 苦 的 人 ， 自 己
yí dìng shì zuì tòng kǔ de rén
一 定 是 最 痛 苦 的 人 。

rén yào gǎi diào zì jǐ shēn shàng bù liáng de hào shèng xīn
人要改掉自己身上不良的好胜心——

shén me shì qing dōu hào shèng shén me shì qing dōu jué de zì jǐ
什么事情都好胜，什么事情都觉得自己

hěn liǎo bù qǐ rén yào cháng miè zì jǐ de hào shèng xīn bú
很了不起——人要常灭自己的好胜心，不

yào qù zhēng dòu jiù huó zài zì zài ān xiáng zhōng chāo chū rén
要去争斗，就活在自在安详中。超出人

shēng yù wàng de yāo qiú ér zhuī qiú pǐn gé de wán shàn bǎ zì jǐ
生欲望的要求而追求品格的完善，把自己

kàn de píng fán yì diǎn bǎ bié rén kàn de gāo yī diǎn jiù huì tuō
看得平凡一点，把别人看得高一点，就会脱

lí duǎn zàn de lì yì bú huì dān yōu fán nǎo yí gè rén zhǐ yǒu bǎ
离短暂的利益，不会担忧烦恼，一个人只有把

zhōu wéi de lì yì kàn de píng fán yì diǎn rén jiā dé dào le ——
周围的利益看得平凡一点，人家得到了——

wǒ méi yǒu guān xì tā shì yīng gāi de bié rén yōng yǒu de shì
“我没有关系，他是应该的，别人拥有的是

tā zì jǐ nǔ lì suǒ dé wǒ yīng gāi xiàng tā xué xí zhè yàng
他自己努力所得，我应该向他学习”，这样

jiù bú huì fán nǎo bù fán nǎo de rén cái huì dé dào yōng yǒu
就不会烦恼，不烦恼的人才会得到拥有。

nǐ men shì tái zhǎng de dì zǐ yě shì pú sà de dì zǐ nǐ
你们是台长的弟子，也是菩萨的弟子，你

men yào hǎo hǎo nǔ lì jiù rén rú guǒ nǐ xuǎn zé huó zài bié rén de
们要好好努力救人。如果你选择活在别人的

yǎn jīng lǐ jiù zhù dìng huì sǐ zài bié rén de zuǐ ba lǐ xué fó rén
眼 睛 里 ， 就 注 定 会 死 在 别 人 的 嘴 巴 里 。 学 佛 人
yào huó de zì zài yào huó de hǎo bú yào ràng bié rén de xián yán
要 活 得 自 在 ， 要 活 得 好 ， 不 要 让 别 人 的 闲 言
suì yǔ dān wu le zì jǐ hěn duō rén de yí bèi zi jiù shì yīn bié rén
碎 语 耽 误 了 自 己 ， 很 多 人 的 一 辈 子 就 是 因 别 人
de huà rén jiā huì zěn yàng xiǎng rén jiā huì zěn yàng jiǎng ér
的 话 “ 人 家 会 怎 样 想 ， 人 家 会 怎 样 讲 ” 而
hài le zì jǐ yì diǎn zì yóu dōu méi yǒu bù néng yīn wei bié rén
害 了 自 己 ， 一 点 自 由 都 没 有 。 不 能 因 为 别 人
duì nǐ de hǎo hé è ér yǐng xiǎng nǐ zì jǐ zuò chū zhèng què de pàn
对 你 的 好 和 恶 而 影 响 你 自 己 做 出 正 确 的 判
duàn nà shì wú zhì huì hé wú zì yóu de rén tiān tiān zhǎo pú sà
断 ， 那 是 无 智 慧 和 无 自 由 的 人 。 天 天 找 菩 萨 ，
qí shí fó zài xīn zhōng a
其 实 佛 在 心 中 啊 。

rén bì xū zì jǐ jiù zì jǐ kào bié rén shì jiù bù liǎo zì jǐ de
人 必 须 自 己 救 自 己 ， 靠 别 人 是 救 不 了 自 己 的 。
hěn duō lǎo rén jiā kào zhe zì jǐ de hái zi chī fàn guò de shì shén
很 多 老 人 家 靠 着 自 己 的 孩 子 吃 饭 ， 过 的 是 什
me rì zi hěn duō rén kào zhe bié rén huó zhe duò luò le duō shǎo
么 日 子 ？ 很 多 人 靠 着 别 人 活 着 ， 堕 落 了 多 少
qīng chūn nián huá shì jiān de yí qiè dōu shì wú cháng de yí qiè
青 春 年 华 ？ 世 间 的 一 切 都 是 无 常 的 ， 一 切
dōu shì bài huài bù ān de xiàn xiàng yí qiè shì wù zuì zhōng dōu huì
都 是 败 坏 不 安 的 现 象 ， 一 切 事 物 最 终 都 会

huī fēi yān miè suǒ yǒu yōng yǒu de hé yǐ wéi kě yǐ yōng yǒu hé
灰飞烟灭，所有拥有的，和以为可以拥有和
yī kào de dōng xi dōu shì zàn shí de yí dìng huì lí kāi wǒ men
依靠的东西，都是暂时的，一定会离开我们，
hái yǒu shén me xiǎng bù tōng wǒ men guò wán de rén shēng guò
还有什么想不通？我们过完的人生，过
qù jiù guò qù le wèi shén me hái yào xiǎng bù tōng nán dào wèi
去就过去了，为什么还要想不通？难道为
le xiǎo shí hou gēn bié rén zhēng chǎo dào xiàn zài hái yào tòng kǔ
了小时候跟别人争吵，到现在还要痛苦
ma guò qù bì xū wàng jì wèi lái bì xū yōng yǒu hǎo hǎo de
吗？过去必须忘记，未来必须拥有，好好地
yōng yǒu wèi lái jiù shì yào hǎo hǎo de xiū chéng xiàn zài
拥有未来就是要好好地修成现在。

xué fó rén bèi rén gōng jī yào yòng cí bēi xīn qù duì dài tā jiù
学佛人被人攻击要用慈悲心去对待他，就
suàn tā shuō nǐ bù hǎo nǐ xiào xiào wǒ men gōu tōng hěn shǎo
算他说你不好，你笑笑，“我们沟通很少，
tā yě hěn kě lián tā wèi shén me yào jiǎng wǒ tā xiǎng bù tōng
他也很可怜。他为什么要讲我？他想不通。
tā mà wǒ wǒ méi guān xi tā huì hěn nán guò wǒ zhēn tì tā
他骂我，我没关系，他会很难过，我真替他
nán guò bèi rén qī fu de shí hou yòng shàn liáng duì dài bié rén
难过。”被人欺负的时候用善良对待别人，
rén jiā zài qī fu nǐ nǐ jiù hǎo hǎo xiǎng xiǎng tā zhēn de kě
人家在欺负你，你就好好想想：“他真的可

lián wǒ men shàng bèi zi kě néng shì qīn rén zhè bèi zi zhè yàng
怜，我们上辈子可能是亲人，这辈子这样
yí dìng shì yǒu yuán yīn de bié rén fěi bàng nǐ nǐ jiù yòng
一定是有原因的。”别人诽谤你，你就用
kuān xīn qù bāo róng tā jiù suàn tā mà nǐ nǐ xiǎng yi xiǎng
宽心去包容他，就算他骂你，你想一想：
méi yǒu guān xì wǒ céng jīng yě mà guò bié rén zhè shì bào
“没有关系，我曾经也骂过别人，这是报
yīng a zhè yàng yì xiǎng nǐ jiù bú huì shēng qì le zhǐ
应啊！”这样一想，你就不会生气了，“只
shì bào yīng lái de zhè me wǎn yīn wei dāng shí wǒ mà rén jiā shuō
是报应来的这么晚，因为当时我骂人家，说
rén jiā bù hǎo dào xiàn zài cái cóng zhè ge rén zuǐ ba lǐ lái mà wǒ
人家不好，到现在才从这个人嘴巴里来骂我、
fěi bàng wǒ bào yīng lái de zhè me wǎn yīng gāi zǎo diǎn lái
诽谤我，报应来的这么晚，应该早点来，
xiàn shì bào bào yīng rú yǐng suí xíng zǎo diǎn wǎn diǎn dōu yào
现世报。”报应如影随形，早点晚点都要
dào nǐ shēn biān xī wàng dà jiā yào kuān róng yōng yǒu kuān
到你身边。希望大家要宽容，拥有宽
róng jiù yōng yǒu měi hǎo de shēng huó měi hǎo shēng huó de jī
容就拥有美好的生活；美好生活的基
chǔ jiù shì néng gòu yuán liàng bié rén cí bēi bié rén kuān róng bié
础就是能够原谅别人、慈悲别人、宽容别
rén xué fó rén huó zài xiàn shí shè huì zhōng cái shì xiàn shí shēng
人，学佛人活在现实社会中，才是现实生
huó zhōng de zhēn shí bù xū
活中的真实不虚。

yǒu yí gè yōng yī wù zhěn bié rén jiā ér zǐ zhì sǐ wèi le péi
有一个庸医误诊别人家儿子致死，为了赔
cháng tā jiāng zì jǐ de ér zǐ gěi bié rén zuò yǎng zǐ guò le yí
偿，他将自己的儿子给别人做养子，过了一
duàn shí jiān tā yòu jiāng rén jiā de nǚ pú yī sǐ le wèi le bǔ
段时间，他又将人家的女仆医死了，为了补
cháng jiù jiāng zì jǐ de yōng rén gěi le duì fāng yǒu yì tiān wǎn
偿，就将自己的佣人给了对方。有一天晚
shàng yǒu rén qiāo mén shuō yī shēng a wǒ fū ren fù
上，有人敲门，说：“医生啊，我夫人腹
tòng bù zhǐ qǐng xiān sheng qián wǎng zhù zhěn yī shēng jiāng
痛不止，请先生前往助诊。”医生将
qī zǐ jiào chū lái shuō xián qī nǐ yào zuò hǎo lí bié de
妻子叫出来，说：“贤妻，你要做好离别的
zhǔn bèi wǒ men yīng gāi xiǎng zhe zěn yàng bì miǎn huài shì qing
准备。”我们应该想着怎样避免坏事情
fā shēng ér bú shì shí kè zhǔn bèi zhe yì xiē wú yòng de bǔ cháng
发生，而不是时刻准备着一些无用的补偿。
rén zǒng shì zài zuò cuò shì qing zhī hòu cái xiǎng zěn yàng lái yuán zhè
人总是在做错事情之后才想怎样来圆这
ge shì qing zěn yàng lái bǔ cháng wèi shén me bù néng xué pú sà
个事情，怎样来补偿，为什么不能学菩萨
zhī yīn dǒng guǒ ne zǎo yì diǎn zài zì jǐ de xīn zhōng zhī dào jīn
知因懂果呢？早一点在自己的心中知道今
tiān zhòng xià zhè ge yīn huì dé dào shén me guǒ jiù bú huì dé dào
天种下这个因会得到什么果，就不会得到
è bào xué fó rén jiàn dào suǒ yǒu de yīn dōu yào pà pú sà wèi
恶报。学佛人，见到所有的因都要怕，菩萨畏

yīn zhòng shēng wèi guǒ shén me shì qing dōu gǎn zuò děng dào
因； 众 生 畏 果， 什 么 事 情 都 敢 做， 等 到
guǒ lái le cái hài pà wǒ men xué fó wèi yīn cái bú pà guǒ bào
果 来 了 才 害 怕。 我 们 学 佛， 畏 因， 才 不 怕 果 报。

xué fó rén xū yào xǐng wù hěn duō rén guò qù bù xué fó hái
学 佛 人 需 要 醒 悟， 很 多 人 过 去 不 学 佛， 还
bù zhī dao shén me shì xǐng shì xīn líng yǔ shēng mìng de chōng shí
不 知 道 什 么 是 醒， 是 心 灵 与 生 命 的 充 实。
dāng xīn líng yōng yǒu fó fǎ zhī hòu huì zhī dao zì jǐ huó zài zhòng
当 心 灵 拥 有 佛 法 之 后， 会 知 道 自 己 活 在 众
shēng zhōng bú huì sǐ bú wèi zhòng lè mí huò kàn jiàn rén jiān
生 中， 不 会 死。 不 为 众 乐 迷 惑， 看 见 人 间
de kuài lè qiān wàn bú yào bèi tā mí huò fán shì yǒu cì jī de dōng
的 快 乐 千 万 不 要 被 它 迷 惑。 凡 是 有 刺 激 的 东
xi dōu dài yǒu mó zhàng dǔ bó xī dú dōu shì hěn cì jī de
西 都 带 有 魔 障， 赌 博、 吸 毒 都 是 很 刺 激 的。
yào dǒng de wǒ men guò qù rèn wéi yīng gāi guò de shēng huó fāng
要 懂 得， 我 们 过 去 认 为 应 该 过 的 生 活 方
shì wǎng wǎng bú shì hé wǒ men wǒ men yí bèi zi zuò de hěn duō
式 往 往 不 适 合 我 们， 我 们 一 辈 子 做 的 很 多
shì qing bìng bú shì hé wǒ men bú yào wèi bù zhí dé de rén hé shì qù
事 情 并 不 适 合 我 们， 不 要 为 不 值 得 的 人 和 事 去
làng fèi zì jǐ bǎo guì de shēng mìng hěn duō rén yīn wei guò qù bèi
浪 费 自 己 宝 贵 的 生 命。 很 多 人 因 为 过 去 被

bié rén shāng hài guò qī fu guò jiù yí bèi zì nèi jiù hé hèn lái
别人伤害过、欺负过，就一辈子内疚和恨来
shāng hài zì jǐ yí dìng yào wàng jì tā
伤害自己，一定要忘记它。

bǎo guì de shēng mìng shì zhēn zhèng de shēng mìng bú wèi rén
宝贵的生命是真正的生命，不為人
jiān xū wú suǒ mí yí qiè dōu shì kōng de mù yú xū xīn xīn shì
间虚无所迷，一切都是空的。木鱼虚心，心是
kōng de mù yú cái xiǎng zhōng gǔ kōng fù zhōng gǔ zhōng jiān
空的，木鱼才响；钟鼓空腹，钟鼓中间
shì kōng de shēng yīn cái chuán de yuǎn yào kàn chuān rén jiān shì
是空的，声音才传得远。要看穿人间事
wù de běn zhì jiāng zì jǐ de xīn fàng kōng fàng qīng jìng cái
物的本质，将自己的心放空、放清净，才
néng róng nà wàn wù róng rěn wàn rén zhī xīn yīn wèi zhòng shēng
能容纳万物，容忍万人之心，因为众生
zhī xīn jí wéi wú xīn
之心即为吾心。

xué xīn líng fǎ mén de rén yào ài guó ài mín zūn jì shǒu fǎ
学心灵法门的人要爱国爱民、遵纪守法，
yào cí bēi dài rén cái néng huàn lái gèng duō de shàn yuán
要慈悲待人才能够换来更多的善缘。