

# **Menyesuaikan Jodoh Memperoleh Sifat Kebuddhaan, Menebarkan Welas Asih di Dunia Memperoleh Kebenaran Sejati (Bagian 1)**

Acara Pertemuan Umat Buddhis Sedunia di Penang - Malaysia, 21 Januari 2015

Menyesuaikan jodoh memperoleh sifat Kebuddhaan, menebarkan welas asih di dunia memperoleh kebenaran sejati. Terima kasih kepada Guan Shi Yin Pu Sa Yang Maha Welas Asih dan Maha Penyayang, Naga Langit Pelindung Dharma, para biksu, teman-teman se-Dharma dari seluruh dunia, dan teman-teman se-Dharma di Penang, Malaysia. Terima kasih atas perlindungan Dharma kalian, membuat kita dipenuhi dengan sukacita Dharma pada malam ini, cahaya Buddha menyinari kita semua.

Di masa depan, Master akan menjelaskan ajaran Buddha Dharma yang lebih mendalam kepada kalian, agar potensi kesadaran kalian bertahan selamanya, agar welas asih kalian seperti bunga teratai yang selamanya mekar. Sebenarnya, bisa menjalani hidup dengan bahagia itu akan lebih baik. Jika bisa menekuni Dharma dan menjalani hidup

yang lebih bahagia lagi itu akan lebih baik. Jika ingin memiliki kebahagiaan dalam hidup setiap hari, dipenuhi dengan sukacita Dharma, dan melakukan apa yang diri sendiri sukai, maka harus mengendalikan pikiran diri sendiri dengan baik agar tidak tercemar. Kita harus memiliki Buddha di dalam hati kita, karena Buddha ada di dalam hati, kita akan sangat bahagia setiap hari.

Master sangat senang, setiap malam bisa di sini berbagi Dharma dengan semua orang, dan berbahagia bersama semua orang. Berharap semua orang harus memahami bahwa jika kita tidak memiliki Buddha di dalam hati kita, kita tidak akan tahu bagaimana menjalani hidup. Orang yang menekuni Dharma hidup di dunia ini adalah memiliki gunung dan sungai yang indah di hati mereka. Orang yang tidak menekuni Dharma hidup di dunia ini adalah kebosanan dengan gunung dan sungai yang indah. Praktisi Buddhis hendaknya membiarkan seluruh tubuh dan pikiran mereka dipenuhi dengan air suci Guan Shi Yin Pu Sa. Maha berarti tak terukur dan tak terbatas, dan "Mahaprajnaparamita" berarti kesatuan tanpa batas

dengan Buddha. Orang yang bersatu dengan Buddha, selalu tinggal bersama Buddha, orang yang selalu menetapkan Buddha di dalam hati mereka akan lebih mudah mencapai pencerahan. Orang yang mudah tercerahkan lebih mudah untuk melepaskan, dan orang yang mudah melepaskan akan lebih mudah terbebaskan.

Orang hidup di dunia ini, yang paling ditakutkan adalah tidak memahami pikiran dan menemukan sifat dasar. Kita harus belajar terbebas dari kegembiraan. Hari ini sangat bahagia, saya juga seperti itu, besok sangat sedih saya juga seperti itu; tidak ada yang benar atau salah, jika kita tidak memiliki satu pun hal yang benar di dalam hati kita, maka kita tidak akan memiliki satu hal yang salah. Banyak orang sering merasa "Aku benar", sehingga dia akan memandang orang lain salah, benar dan salah. Tidak ada benar di dalam hati, baru bisa tidak ada salah. Tidak ada kebaikan dan kejahatan. Kita harus memahami bahwa di dunia ini hanya ada sebab dan akibat, tidak ada benar dan salah, karena semua benar dan salah di dunia ini adalah hasil dari sebab dan akibat. Banyak orang yang

setiap hari selalu mengira dirinya baik dan orang lain jahat, dia telah melanggar prinsip sebab dan akibat. Kita harus memahami bahwa dunia ini tidak berawal dan berakhir. Kita tiba di dunia ini tanpa mengetahui kapan ia bermula. Master berbicara tentang "tiada awal", yang berarti sejak awal tanpa permulaan, setelah sifat dasar kita memasuki bumi ini, tidak awal dan tiada akhir.

Ketidakegoisan di hati membuat dunia terasa luas. Orang yang berpikiran terbuka akan memiliki pikiran yang lapang, sementara orang yang tidak berpikiran terbuka akan melekat dan sedih setiap hari. "Kosong" adalah "pintu" yang sangat sulit dimasuki dalam agama Buddha, sehingga disebut "pintu kekosongan", masuk ke dalam pintu kekosongan. Untuk mencapai pencerahan dan kekosongan, seseorang harus menggunakan potensi kesadaran untuk mengetahui bahwa seluruh dunia ini adalah kosong. Ini bukan mengacu pada kekosongan sesaat dalam pikiran, melainkan kekosongan hati yang sejati. Jangan terlalu menyukai terhadap hal apa pun, jangan terlalu mengejar hal apa pun, dan jangan "Aku

harus memilikinya", maka kamu tidak akan seperti mayat berjalan di dunia. Orang yang tidak bisa berpikiran terbuka akan kehilangan minat pada dunia, akan hidup dalam kekhawatiran tentang perolehan dan kehilangan di dunia ini, dan akhirnya menderita depresi.

Orang yang memiliki kebijaksanaan agung tidak melekat pada kekosongan. Banyak praktisi Buddhis berkata, "Saya ingin kosong." Sebenarnya, bahkan tidak boleh melekat pada kata "kosong" ini, karena kosong pada dasarnya tidak ada. Melekat pada kekosongan setara dengan kembali terikat pada kekosongan itu sendiri. Di dalam kekosongan ada Bodhisattva dan sifat Kebuddhaan. Kekosongan adalah ilusi, sedangkan sifat Kebuddhaan barulah hal nyata yang sesungguhnya. Menggunakan energi diri sendiri dan ketulusan hati yang nyata untuk menyingkirkan hal-hal yang dianggap kosong dan khayalan di dunia ini, yaitu meminjam yang palsu untuk membina yang benar.

Jangan mengambil uang yang bukan milik kalian. Mengambil uang orang lain, mengira telah mengambil keuntungan, tetapi pada kenyataannya, kamu membantu orang lain memikul karmanya. Mengambil uang orang lain dan membantunya menghilangkan bencana, sebenarnya kamu tidak bisa menghilangkan bencana ini, karena uang itu sendiri bukan milikmu, setelah kamu mengambilnya, kamu pasti akan membantunya memikul karma, karena kamu tidak dapat membalas budi ini, tidak bisa membayar utang ini. Jika orang lain mengambil uangmu, itu berarti dia membantumu menghilangkan bencana. Hari ini, kita melepaskan makhluk hidup, berikrar, dan melafalkan paritta, kita sedang mengikis karma kita sendiri. Jika kamu memberi, jangan berharap untuk menerima, karena itu membutuhkan waktu, ketika waktunya matang, kamu akan memperoleh. Hanya memberi, jangan berpikir untuk memiliki. Itu barulah mentalitas seorang praktisi Buddhis.

Kekosongan itu palsu, sifat Kebuddhaan itu nyata. Kekosongan itu palsu, misalnya, mobil yang dimiliki di dunia ini, ketika mobil rusak berarti kosong, tidak ada lagi.

Orang tua yang kita cintai akan menjadi palsu ketika mereka meninggal dunia. Sebesar apa pun kebencian kita terhadap seseorang, setelah ia meninggal dunia, hati kita perlahan mulai melepaskan, "Saya juga salah di masa lalu," — sifat dasar kita muncul. Jadi, sifat dasar itu adalah abadi dan nyata. Realitas dan ilusi alam semesta ibarat emosi manusia, hari ini begini, besok begitu. Anak-anak muda sekarang hidup di dunia ini sungguh menyedihkan; diri sendiri tidak tahu kapan dirinya akan marah atau tiba-tiba akan tumbang, ilusi dan nyata, maka itu, Bodhisattva mengatakan bahwa dunia ini, "rupa adalah kosong, kosong adalah rupa."

Jika seseorang hanya berbicara tentang kekosongan dan sifat kekosongan, ia adalah menyimpang dari kekosongan, berpikir, "Dunia ini bagaimanapun adalah kosong, saya tidak masalah lagi, saya akan melakukan apa pun yang ingin saya lakukan," ini adalah penyimpangan. Alam rupa termasuk dalam keberadaan semu; dunia berupa dimana manusia berada sesungguhnya adalah semu, dalam dunia yang penuh kesemuan ini, tetapi kita

memiliki hati yang murni dan tulus, tidak menerima dan tidak melepaskan, tidak tercemari oleh apa pun, tidak mengambil dan juga tidak merelakan, maka hati tidak akan tercemar. Hati sendiri harus memahami bahwa tidak ada dan ada adalah sama. Ada berarti tidak ada, tidak ada berarti ada.

Jika memiliki pikiran untuk mengejar hal-hal materi dalam hidup, maka akan melekat. Jika seseorang tidak mengejar apapun, juga tidak peduli untuk mengejar apapun, ketika materi tidak ada daya tarikan bagimu, kamu mungkin cenderung jatuh pada pandangan nihilisme (kosong tanpa makna), "Lagipula saya tidak menginginkannya, semua yang ada di dunia ini kosong." Ini seperti ketika seorang anak baru saja lahir, lalu memberi tahu kepadanya: "Nak, tahukah kamu, kamu datang ke dunia ini, yang menunggumu adalah kematian." — menyimpang lagi. Kita harus memahami untuk tidak condong ke salah satu sisi, artinya tidak menerima maupun merelakan. Tidak tercemar oleh kekosongan, "Semuanya kosong dan palsu," tidak tercemar, juga tidak tercemar

oleh ada, "Dunia ini indah, tas bermerek..." tidak tercemar. Inilah yang diajarkan Sang Buddha kepada kita: pengetahuan benar dan pandangan benar. Praktisi Buddhis harus memiliki pikiran keluar keduniawian. Segala sesuatu di dunia ini ada, tetapi itu bersifat sementara. Kita pada akhirnya akan meninggalkannya. Kita melihat masa depan dan pada akhirnya akan melepaskan. Daripada harus melepaskan cepat atau lambat, mengapa tidak melepaskannya lebih cepat? Memiliki kebijaksanaan Bodhisattva, melepaskan semua jodoh, mencapai kebebasan dan ketenangan, itulah konsentrasi Zen.

Prajna, kita berbicara tentang Prajna setiap hari. Prajna adalah kebijaksanaan agung. Prajnaparamita berarti kita telah mencapai ruang kebijaksanaan agung, telah mencapai lingkungan kebijaksanaan agung. Orang yang memiliki kebijaksanaan agung di dunia ini tidak takut. Dengan kata lain, dia telah melihat sisi sejatinya. Dunia ini tidak kekal, tidak ada, dan kosong, tetapi kita nyata hidup di dunia ini, harus menghargainya. Kita harus meminjam dunia ilusi yang palsu ini untuk menyelesaikan misi sejati

kita, yaitu membina pikiran. Seperti halnya seseorang yang masih tertidur lelap, ketika ia menikmati mimpi indah, ia selalu berharap bisa tinggal lebih lama di dalam mimpi itu, menikmatinya lebih lama lagi. Namun, mimpi itu akan berakhir. Sebelum bangun, perbanyak membina pikiranmu, agar setelah bangun, kamu tidak tersiksa oleh penderitaan, terbebaskan dari kerisauan. Itu barulah "Prajna Paramita".

Di Yunani, ada seorang filsuf besar bernama Sokrates. Filsafat merupakan profesi yang sangat mulia pada masa itu. Banyak anak muda ingin menjadi filsuf dan meraih ketenaran serta kekayaan. Seorang pemuda menemui Sokrates dan berkata, "Aku ingin belajar filsafat darimu." Sokrates membawanya ke sungai dan tiba-tiba mendorongnya ke dalam sungai. Pemuda itu awalnya mengira Sokrates bercanda dengannya. Kemudian Sokrates juga melompat ke dalamnya, menekan kepala pemuda itu ke dalam air. Pemuda itu meronta mati-matian dan menggunakan naluri manusianya untuk mendorong tangan Sokrates, berusaha keras untuk berenang ke tepi sungai dan berkata dengan terengah-engah: "Pak, apa

yang Anda lakukan? Mengapa Anda melakukan ini?" Sokrates berkata: "Saya hanya ingin memberi tahu kamu bahwa dalam melakukan hal apa pun, kamu harus memiliki ketekunan untuk bertahan dalam situasi yang putus asa agar dapat mencapai kesuksesan." Hanya ketika orang putus asa, ia baru akan berpikir untuk memohon kepada dewa dan menyembah Buddha. Seperti air terjun, hanya ketika tidak ada jalan keluar di puncak tebing, barulah bisa menciptakan keajaiban yang indah.

Sulit bagi orang untuk rukun satu sama lain. Kesulitannya terletak pada takdir setiap orang yang berbeda. Karena ada orang yang memiliki dendam, iri hati, dan kebencian, yang juga akan muncul dengan cara yang berbeda dalam hidup. Kita manusia juga karena takdir yang berbeda, baru akan memiliki dendam yang berbeda. Jika seseorang memiliki kondisi yang baik, ia akan memiliki dendam yang relatif lebih sedikit. Jika seseorang memiliki banyak kesulitan, ia akan memiliki kebencian yang relatif lebih besar. Kita harus belajar mencari titik temu dalam perbedaan. Meskipun takdir kita berbeda, tetapi kita harus

mencari satu titik kesamaan. Belajar Zen berarti melatih diri untuk menerima orang yang berbeda. Saat menyelamatkan orang, kita akan bertemu dengan banyak karakter yang berbeda. Kita punya seorang pembawa acara wanita di Oriental TV yang memandu acara pernikahan. Ia sambil melakukan acara siaran tentang pernikahan sambil bertemu orang-orang dengan karakter yang berbeda. Setiap hari membantu mereka memperkenalkan jodoh. Akhirnya, ia menemukan seseorang dan menikah. Sejak itu, ia tidak melakukan acara siaran itu lagi. Kita harus melatih diri untuk menerima karakter orang yang berbeda dan dunia yang berbeda. Terkadang, orang bahkan tidak memahami dirinya sendiri, jadi bagaimana mungkin dia bisa memahami orang lain? Ada orang yang sebelum makan berkata bahwa ia kurang nafsu makan dan tidak ingin makan ini dan itu, tetapi setelah beberapa suap, ia melahap semua yang ada di meja, kamu tidak memahami dirimu sendiri.

Pada masa Buddha Sakyamuni, ada seorang murid bernama Devadatta yang mengikuti Sang Buddha dan

membina pikirannya selama tiga puluh tahun. Tidakkah ia tahu bahwa gurunya adalah Buddha Sakyamuni? Ia tahu. Namun setelah tiga puluh tahun, ia tetap mengkhianati Sang Buddha dan meninggalkan gurunya. Apakah ia memahami Sang Buddha? Ia tidak memahami. Sangat sulit bagi seorang praktisi Buddhis untuk membuat orang lain memahami dirinya, dan juga sangat sulit bagi seorang praktisi Buddhis untuk memahami dirinya sendiri. Oleh karena itu, Guan Shi Yin Pu Sa meminta kita untuk mengamati diri kita sendiri dan mengamati siapa diri kita sebenarnya. Kita datang ke dunia ini bahkan nama pun tidak ada, meminjam sebuah tubuh untuk hidup hingga hari ini, lalu siapakah diri kita setelah meninggal nanti? Kita tidak memahami diri kita sendiri baru akan melakukan kesalahan, tidak memahami pihak lain baru akan bertengkar. Di kala itu Sang Buddha menyelamatkan makhluk hidup dengan demikian, namun masih ada murid yang tidak memahaminya. Kita harus memprioritaskan untuk memahami semua makhluk, baru menyelamatkan mereka. Jika kita tidak memahami semua makhluk, maka kita tidak akan pernah bisa menyelamatkan orang lain.

Berharap setiap orang yang ingin menyelamatkan semua makhluk harus terlebih dahulu memahami mereka, memahami sifat dasar dan karakter mereka. Dengan demikian, kamu akan segera menjadi seorang Bodhisattva dan menyelamatkan semua makhluk.

Mencari satu titik kesamaan dalam kehidupan, maka semua orang akan dipenuhi dengan sukacita Dharma. Kalian semua di sini memiliki satu kesamaan—menekuni ajaran Buddha Dharma. Jadi semua orang berkumpul bersama sangat bahagia sekali, baru bisa dipenuhi dengan sukacita Dharma. Membina pikiran bersama dan membuat kemajuan bersama, maka akan saling memahami. Ajaran Buddha Dharma dapat membantu kita menghilangkan khayalan dan kesalahan dalam tindakan kita. Hati Buddha tampak bergerak, tetapi sebenarnya tidak. Ketika seseorang sedang melakukan sesuatu, ia tidak merasakan detak jantungnya. Namun, ketika ia diam dan seseorang tiba-tiba berkata, "Jangan berbicara, ada keadaan darurat," ia akan mendengar jantungnya "pop pop" sedang berdetak. Suara manusia tidak hanya dihasilkan oleh mulut;

tubuh juga dapat memberimu banyak petunjuk untuk membantumu memahami dirimu sendiri. Walaupun mulut tidak berbicara, usus akan "kurukk kurukk" berbunyi dan tulang akan "krek krek" berbunyi. Ketika Master memimpin semua orang bersujud, terdengar suara "krek" — semua kekurangan kalsium.

Dengarkan suara hati diri dengan baik-baik berarti menguasai karakter diri sendiri. Kita harus menghilangkan kesalahan dalam perilaku kita. Di dalam gerakan terdapat keheningan, dan di dalam keheningan terdapat gerakan. Saat melakukan jasa kebajikan, pikiran terasa sangat tenang. Dari penampilan luarnya, kita mungkin tampak sibuk, tetapi hati kita sesungguhnya sangat tenang. Duduk di sini, orang tidak bergerak, namun hatinya bergerak, melafalkan paritta adalah keheningan dalam gerakan. Di dunia ini, banyak orang tampak sangat tenang. Misalnya, seorang lelaki tua melihat seorang wanita lewat, dari penampilan luarnya tidak apa-apa, tetapi hati dan matanya bergerak.

Praktisi Buddhis harus memahami prinsip. Kita menyingkirkan hambatan dalam sifat dasar diri kita. Apa saja hambatan dalam sifat dasar? "Saya tidak ingin membantunya," hambatan muncul. "Dia sudah baik selama lebih dari sepuluh tahun bersama saya, mengapa dia melakukan ini?" Begitu hambatan muncul, tidak lagi ingin bekerja sama dengannya. Ini adalah hambatan psikologis. Ketika suami istri mengabaikan satu sama lain karena perbedaan pendapat hanya karena satu kata, itu adalah hambatan. Hambatan menyebabkan kamu tersesat dan menjadi penyebab penderitaan di masa depan. Berharap semua orang jangan menciptakan hambatan.

Semua masalah, semua kebaikan dan keburukan di dunia, praktisi Buddhis bisa mengubahnya. Perubahan ini relatif, berdasarkan hatimu sendiri. Orang baik hari ini bisa menjadi orang jahat di hari esok. Orang jahat di hari ini juga bisa menjadi orang baik di hari esok, karena hati dapat berubah. Saat kamu bertemu orang jahat, jangan cemas, buatlah persiapan dan jasa kebajikan untuk memengaruhi dia. Kita memiliki Guan Shi Yin Pu Sa dan paritta Jie Jie Zhou.

Setelah kamu melafalkan paritta, mungkin dia akan berubah pikiran dan berubah. Orang baik hari ini, kamu terus menyanjungnya, mana tahu dia akan menjadi orang jahat. Orang yang mengejar hal-hal duniawi pada akhirnya akan kehilangan hal-hal surgawi. Kurangi mengejar berkah duniawi dan perbanyak mengejar hal-hal di Surga. Semakin banyak yang kamu peroleh di dunia, semakin banyak yang kamu kehilangan di Surga. Semakin sedikit beban yang kamu pikul di dunia, semakin banyak yang kamu peroleh di Surga.

suí yuán huàn de fó xìng lái cí bēi rén jiān de zhēn dì shàng  
**随 缘 换 得 佛 性 来 慈 悲 人 间 得 真 谛 ( 上 )**

nián yuè rì mǎ lái xī yà bīn chéng shì jiè fó yǒu jiàn miàn huì lú jūn hóng tái zhǎng kāi shì  
2015 年 1 月 21 日 马 来 西 亚 檳 城 世 界 佛 友 见 面 会 卢 军 宏 台 长 开 示

suí yuán huàn de fó xìng lái cí bēi rén jiān de zhēn dì gǎn  
随 缘 换 得 佛 性 来 ， 慈 悲 人 间 得 真 谛 。 感

ēn dà cí dà bēi jiù kǔ jiù nàn guān shì yīn pú sà lóng tiān hù  
恩 大 慈 大 悲 救 苦 救 难 观 世 音 菩 萨 、 龙 天 护

fǎ zhū wèi fǎ shī lái zì quán shì jiè de fó yǒu hé mǎ lái xī  
法 、 诸 位 法 师 、 来 自 全 世 界 的 佛 友 ， 和 马 来 西

yà bīn chéng de fó yǒu men gǎn ēn nǐ men hù fǎ ràng wǒ men  
亚 檳 城 的 佛 友 们 ， 感 恩 你 们 护 法 ， 让 我 们

jīn wǎn fǎ xǐ chōng mǎn fó guāng pǔ zhào  
今 晚 法 喜 充 满 ， 佛 光 普 照 。

yǐ hòu shī fu yào gěi nǐ men jiǎng gèng shēn yì xiē de fó  
以 后 师 父 要 给 你 们 讲 更 深 一 些 的 佛

fǎ ràng nǐ men de wù xìng cháng cún ràng nǐ men de cí bēi xīn  
法 ， 让 你 们 的 悟 性 长 存 ， 让 你 们 的 慈 悲 心

xiàng lián huā yí yàng yǒng yuǎn kāi fàng qí shí rén shēng néng gòu  
像 莲 花 一 样 永 远 开 放 。 其 实 人 生 能 够

hěn kuài lè de guò rì zi jiù hěn hǎo rú guǒ néng gòu xué fó gèng  
很 快 乐 地 过 日 子 就 很 好 ， 如 果 能 够 学 佛 更

yú kuài de guò rì zi jiù gèng hǎo rén shēng xiǎng yào yōng yǒu měi  
愉 快 地 过 日 子 就 更 好 。 人 生 想 要 拥 有 每

yì tiān de kuài lè fǎ xǐ chōng mǎn zuò zì jǐ ài zuò de shì  
一 天 的 快 乐 ， 法 喜 充 满 ， 做 自 己 爱 做 的 事

qing jiù yào kòng zhì hǎo zì jǐ de xīn líng bú yào bèi wū rǎn wǒ  
情，就要控制好自己的心灵不要被污染。我  
men xīn zhōng yào yǒu fó yīn wèi fó zài xīn zhōng wǒ men měi  
们心中要有佛，因为佛在心中，我们每  
yì tiān kuài lè wú bǐ  
一天快乐无比。

shī fu hěn kāi xīn měi tiān wǎn shàng kě yǐ zài zhè lǐ hé dà  
师父很开心，每天晚上可以在这里和大  
jiā gòng xiǎng fó fǎ hé dà jiā yì qǐ kuài lè xī wàng dà jiā yí  
家共享佛法，和大家一起快乐，希望大家一  
dìng yào dǒng de wǒ men xīn zhōng rú guǒ méi yǒu fó jiù bù  
定要懂得，我们心中如果没有佛，就不  
zhī dào rén shēng zěn yàng guò xué fó rén huó zài rén jiān xīn  
知道人生怎样过。学佛人活在人间，心  
zhōng jiù shì hǎo shān hǎo shuǐ bù xué fó de rén huó zài rén  
中就是好山好水，不学佛的人活在人  
jiān jiù shì hǎo shān hǎo shuǐ hǎo wú liáo xué fó rén yào ràng  
间，就是好山好水好无聊。学佛人要让  
quán bù de shēn xīn chōng mǎn zhe guān shì yīn pú sà de gān  
全部的身心充满着观世音菩萨的甘  
lù mó hē jiù shì wú liàng wú biān de yì sī mó hē bō rě  
露。摩诃，就是无量无边的意思，“摩诃般若  
bō luó mì duō ” jiù shì wú liàng wú biān de yǔ fó hé yī hé èr  
波罗蜜多”就是无量无边的与佛合一。合二  
wéi yī de rén jīng cháng yǔ fó cháng zhù bǎ fó fàng zài xīn  
为一的人、经常与佛常住、把佛放在心

zhōng de rén róng yì kāi wù      róng yì kāi wù de rén jiù róng yì fàng  
中 的 人 容 易 开 悟 ， 容 易 开 悟 的 人 就 容 易 放  
de xià      róng yì fàng de xià de rén jiù róng yì jiě tuō  
得 下 ， 容 易 放 得 下 的 人 就 容 易 解 脱 。

rén huó zài shì jiè shàng      zuì pà de jiù shì méi yǒu míng xīn jiàn  
人 活 在 世 界 上 ， 最 怕 的 就 是 没 有 明 心 见  
xìng      rén huó zài shì jiè shàng yào xué huì méi yǒu xǐ lè      jīn tiān  
性 。 人 活 在 世 界 上 要 学 会 没 有 喜 乐 ， 今 天  
hěn huān xǐ wǒ yě shì zhè yàng      míng tiān hěn bēi shāng wǒ yě shì  
很 欢 喜 我 也 是 这 样 ， 明 天 很 悲 伤 我 也 是  
zhè yàng      wú shì wú fēi      wǒ men xīn zhōng rú guǒ méi yǒu yí jiàn  
这 样 ； 无 是 无 非 ， 我 们 心 中 如 果 没 有 一 件  
duì de shì qing jiù bú huì shēng chū yí jiàn bú duì de shì qing      hěn  
对 的 事 情 就 不 会 生 出 一 件 不 对 的 事 情 。 很  
duō rén jiù shì jīng cháng rèn wéi      wǒ shì duì de      jiù huì bǎ bié  
多 人 就 是 经 常 认 为 “ 我 是 对 的 ” ， 就 会 把 别  
rén kàn zuò fēi      shì fēi shì fēi      zài xīn zhōng méi yǒu shì cái bú huì  
人 看 作 非 ， 是 非 是 非 ， 在 心 中 没 有 是 才 不 会  
yǒu fēi      wú shàn wú è      xīn zhōng yào dǒng de      rén jiān zhǐ yǒu  
有 非 。 无 善 无 恶 ， 心 中 要 懂 得 ， 人 间 只 有  
yīn guǒ      méi yǒu duì cuò      yīn wèi rén jiān de duì cuò quán bù dōu  
因 果 ， 没 有 对 错 ， 因 为 人 间 的 对 错 全 部 都  
shì yīn guǒ suǒ wéi      hěn duō rén měi tiān zǒng yǐ wéi zì jǐ shì shàn  
是 因 果 所 为 。 很 多 人 每 天 总 以 为 自 己 是 善  
de      bié rén shì è de      jiù yǐ jīng fàn le yīn guǒ de jiè lǜ      rén  
的 、 别 人 是 恶 的 ， 就 已 经 犯 了 因 果 的 戒 律 。 人

yào dǒng de zhè ge shì jiè wú shǐ wú zhōng wǒ men dào zhè ge shì  
要 懂 得 这 个 世 界 无 始 无 终 ， 我 们 到 这 个 世  
jiè lái de shí hou bù zhī dào shì shén me shí hou kāi shǐ de shī fu  
界 来 的 时 候 不 知 道 是 什 么 时 候 开 始 的 ， 师 父  
jiǎng de shì wú shǐ yě jiù shì wú shǐ jié yǐ qián běn xìng  
讲 的 是 “ 无 始 ” ， 也 就 是 无 始 劫 以 前 ， 本 性  
jìn rù zhè ge dì qiú zhī hòu wú shǐ wú zhōng  
进 入 这 个 地 球 之 后 ， 无 始 无 终 。

xīn zhōng wú sī tiān dì kuān yí gè xiǎng de kāi de rén xīn  
心 中 无 私 天 地 宽 ， 一 个 想 得 开 的 人 心  
xiōng huì kuān guǎng yí gè xiǎng bù kāi de rén huì tiān tiān zhí zhuó  
胸 会 宽 广 ， 一 个 想 不 开 的 人 会 天 天 执 著  
nán shòu kōng zì shì fó mén zhōng fēi cháng nán jìn rù de  
难 受 。 “ 空 ” 字 是 佛 门 中 非 常 难 进 入 的  
yí gè mén suǒ yǐ jiào kōng mén dùn rù kōng  
一 个 “ 门 ” ， 所 以 叫 空 门 ， 遁 入 空  
mén yào kāi wù zhī kōng jiù shì yòng wù xìng zhī dào zhè ge shì  
门 。 要 开 悟 之 空 ， 就 是 用 悟 性 知 道 这 个 世  
jiè quán bù dōu shì kōng de bìng bú shì zhǐ wǒ men yí chà nà nǎo  
界 全 部 都 是 空 的 ， 并 不 是 指 我 们 一 刹 那 脑  
zi de kōng ér shì zhēn zhèng de xīn lǐ kōng shén me dōu bú  
子 的 空 ， 而 是 真 正 的 心 里 空 ， 什 么 都 不  
yào tài xǐ huan shén me dōu bú yào tài zhuī qiú shén me dōu bú  
要 太 喜 欢 ， 什 么 都 不 要 太 追 求 ， 什 么 都 不  
yào wǒ yí dìng yào dé dào tā jiù bú huì xiàng rén jiān de xíng  
要 “ 我 一 定 要 得 到 它 ” ， 就 不 会 像 人 间 的 行

shī zǒu ròu yí yàng rén xiǎng bù tōng huì duì shì jiè shàng yí qiè  
尸走肉一样——人想不通会对世界上一切

dōu méi yǒu xìng qù jiù huì zài rén jiān huàn dé huàn shī zhōng shēng  
都没有兴趣，就会在人间患得患失中生

huó zuì hòu huì dé yōu yù zhèng  
活，最后会得忧郁症。

dà zhì huì zhī rén bù zhí zhuó kōng hěn duō xué fó rén  
大智慧之人不执著空，很多学佛人

shuō wǒ yào kōng shí jì shàng lián zhè ge kōng zì dōu  
说“我要空”，实际上连这个“空”字都

bú yào qù zhí zhuó yīn wèi kōng běn lái jiù shì méi yǒu de zhí  
不要去执著，因为空本来就是没有的，执

zhuó kōng děng yú yòu bèi kōng zhí zhuó huí lái kōng zhōng yǒu pú  
著空等于又被空执著回来。空中有菩

sà zài yǒu fó xìng zài kōng shì xū de fó xìng cái shì zhēn  
萨在，有佛性在，空是虚的，佛性才是真

zhèng shí zài de dōng xi yòng běn shēn de néng liàng yòng xīn  
正实在的东西，用本身的能量，用心

de zhēn shí gǎn qù xiāo chú rén jiān zì yǐ wéi shì kōng xìng hé xū nǐ  
的真实感去消除人间自以为是空性和虚拟

de dōng xi jiù shì jiè jiǎ xiū zhēn  
的东西，就是借假修真。

bù gāi nǐ men de qián bú yào qù ná , ná le bié rén de  
不该你们的钱不要去拿，拿了别人的  
qián yǐ wéi zhàn le pián yi shí jì shàng shì tì rén bèi yè ná  
钱，以为占了便宜，实际上是替人背业。拿  
rén qián cái tì rén xiāo zāi shí jì shàng nǐ xiāo bù liǎo zhè ge  
人钱财替人消灾，实际上你消不了这个  
zāi yīn wèi zhè ge qián běn shēn bù shǔ yú nǐ de nǐ ná le zhī  
灾，因为这个钱本身不属于你的，你拿了之  
hòu yí dìng huì tì rén bèi yè yīn wèi nǐ huán bù liǎo zhè ge  
后一定会替人背业，因为你还不了这个  
qíng huán bù liǎo zhè ge zhài bié rén rú guǒ zhàn jù le nǐ de  
情，还不了这个债。别人如果占据了你的  
qián jiù shì tì nǐ xiāo zāi wǒ men jīn tiān fàng shēng xǔ  
钱，就是替你消灾。我们今天放生、许  
yuàn niàn jīng dōu shì zài xiāo zì jǐ de yè rú guǒ fù chū  
愿、念经，都是在消自己的业。如果付出  
le bú yào xiǎng qù dé dào yīn wèi zhè yǒu yí duàn shí jiān  
了，不要去想去得到，因为这有一段时间  
de shí jiān chéng shú jiù huì dé dào zhǐ guǎn fù chū bú yào  
的，时间成熟就会得到，只管付出，不要  
xiǎng yōng yǒu nà cái shì xué fó rén de xīn tài  
想拥有，那才是学佛人的心态。

kōng de shì xū de fó xìng shì shí de kōng de shì xū  
空的是虚的，佛性是实的。空的是虚  
de bǐ fāng shuō rén jiān yōng yǒu de qì chē huài le jiù shì kōng  
的，比方说人间拥有的汽车，坏了就是空

de méi le suǒ ài de bà ba mā ma guò shì le jiù chéng wéi  
的，没了；所爱的爸爸妈妈，过世了就成为  
xū de duì yí gè rén zài hèn dāng tā guò shì zhī hòu wǒ men  
虚的。对一个人再恨，当他过世之后，我们  
de xīn jiù màn màn shì rán guò qù wǒ yě yǒu bú duì běn  
的心就慢慢释然，“过去我也有不对”——本  
xìng chū lái le suǒ yǐ běn xìng shì yǒng cún de shì shí shí zài zài  
性出来了，所以本性是永存的，是实实在在在  
de dōng xi yǔ zhòu zhōng xū xū shí shí jiù xiàng rén de gǎn qíng  
的东西。宇宙中虚虚实实就像人的感情  
yí yàng jīn tiān zhè yàng míng tiān nà yàng xiàn zài de nián qīng  
一样，今天这样明天那样。现在的年轻  
rén huó zài zhè ge shì jiè shàng zhēn de hěn kě lián zì jǐ dōu bù  
人活在这个世界上真的很可怜，自己都不  
zhī dào zì jǐ shén me shí hou huì tū rán fā pí qi tū rán jiān jiù  
知道自己什么时候会突然发脾气，突然间就  
huì tǎng xià lái xū xū shí shí suǒ yǐ pú sà shuō zhè ge rén  
会躺下来，虚虚实实，所以菩萨说这个人  
jiān sè jí shì kōng kōng jí shì sè  
间“色即是空，空即是色”。

rén rú guǒ dān dān jiǎng kōng xìng xìng kōng jiù shì piān yú  
人如果单单讲空性、性空，就是偏于  
kōng zhè ge shì jiè fǎn zhèng dōu shì kōng de wǒ shén me  
空，“这个世界反正都是空的，我什么  
dōu wú suǒ wèi le wǒ xiǎng gàn shén me jiù gàn shén me jiù  
都无所谓了，我想干什么就干什么”，就

piān le sè jiè shì shǔ yú xū yǒu rén de yǒu sè shì jiè shì xū wú  
偏了。色界是属于虚有，人的有色世界是虚无  
de zài xū wú de shì jiè dàn shì yōng yǒu yì kē chún jié zhēn  
的，在虚无的世界，但是拥有一颗纯洁真  
chéng de xīn bù qǔ bù shě bú shòu wū rǎn bú yào qù qǔ yě  
诚的心，不取不舍，不受污染，不要去取也  
bú yào qù shè xīn zhōng jiù bú huì yǒu wū rǎn zì jǐ de xīn yào  
不要去舍，心中就不会有污染。自己的心要  
dǒng de méi yǒu hé yǒu shì yí yàng de yǒu jí shì wú wú jí  
懂得，没有和有是一样的，有即是无，无即  
shì yǒu  
是有。

rú guǒ zài shēng huó zhōng yǒu zhuī qiú wù zhì de sī xiǎng jiù  
如果在生活中有追求物质的思想，就  
huì zhí zhuó yí gè rén bù zhuī qiú yě wú suǒ wèi zhuī qiú wù  
会执著，一个人不追求，也无所谓追求，物  
zhì duì nǐ lái jiǎng méi yǒu xī yǐn lì nǐ kě néng huì kào dào kōng  
质对你来讲没有吸引力，你可能会靠到空  
wú zhǔ yì wǒ fǎn zhèng bú yào zhè ge shì jiè yí qiè dōu shì  
无主义，“我反正不要，这个世界一切都是  
kōng de rú tóng yí gè hái zi gāng gāng chū shēng de shí  
空的”，如同一个孩子刚刚出生的时  
hou jiù gào sù tā hái zi nǐ zhī dào ma nǐ jiàng lín dào  
候，就告诉他：“孩子，你知道吗，你降临到  
zhè ge shì jiè děng dài nǐ de jiù shì sǐ wáng yòu zǒu piān  
这个世界等待你的就是死亡。”——又走偏

le yào dǒng de liǎng biān dōu bú yào kào , jiù shì bù qǔ bù  
了。要懂得两边都不要靠，就是不取不  
shě bú shòu kōng de wū rǎn shén me dōu shì kōng de jiǎ  
舍。不受空的污染，“什么都是空的假  
de bú shòu wū rǎn yě bú shòu yǒu de wū rǎn zhè ge shì  
的”，不受污染；也不受有的污染，“这个世  
jiè hǎo a míng pái bāo .....” bú shòu wū rǎn zhè jiù shì fó  
界好啊，名牌包 .....” 不受污染，这就是佛  
tuó jiǎng de zhèng zhī zhèng jiàn xué fó rén yào yōng yǒu chū lí  
陀讲的正知正见。学佛人要拥有出离  
xīn zhè ge shì jiè yí qiè shì yǒu de dàn shì tā shì zàn shí  
心，这个世界一切是有的，但是它是暂时  
de wǒ men zhōng yǒu yì tiān huì lí kāi tā wǒ men kàn dào le  
的，我们终有一天会离开它，我们看到了  
jiāng lái zhōng yǒu yì tiān huì fàng xià yǔ qí zǎo wǎn yào fàng  
将来终有一天会放下，与其早晚要放  
xià wèi hé bù zǎo diǎn fàng xià yōng yǒu pú sà zhì huì fàng  
下，为何不早点放下？拥有菩萨智慧，放  
xià wàn yuán zì zài qīng xián nà jiù shì chán dìng  
下万缘，自在清闲，那就是禅定。

bō rě měi tiān dōu zài jiǎng bō rě bō rě jiù shì dà zhì  
般若，每天都在讲般若，般若就是大智  
huì bō rě bō luó mì duō jiù shì yǐ jīng dào le dà zhì huì de  
慧，般若波罗蜜多，就是已经到了大智慧的  
kōng jiān dào le dà zhì huì de huán jìng zài rén jiān yōng yǒu dà  
空间，到了大智慧的环境，在人间拥有大

zhì huì de rén wú suǒ wèi jù yòng bái huà jiǎng tā yǐ jīng kàn  
智慧的人无所畏惧——用白话讲，他已经看  
dào le zhēn shí de yí miàn zhè shì jiè shì wú cháng de shì méi  
到了真实的一面，这世界是无常的，是没  
yǒu de shì xū wú de dàn shì wǒ men huó shēng shēng de shēng  
有的，是虚无的，但是我们活生生地生  
huó zài zhè ge shì jiè zhōng yào zhòng shì tā wǒ men yào jiè  
活在这个世界上，要重视它，我们要借  
zhè ge jiǎ de xū wú de shì jiè lái wán chéng wǒ men zhēn shí de xiū  
这个假的虚无的世界，来完成我们真实的修  
xīn de shǐ mìng yóu rú dāng yí gè rén hái méi yǒu shuì xǐng zài  
心的使命。犹如当一个人还没有睡醒，在  
mèng zhōng xiǎng shòu měi hǎo shí guāng de shí hou tā zǒng xī  
梦中享受美好时光的时候，他总希  
wàng néng zài mèng zhōng gèng cháng yì diǎn shí jiān zài xiǎng shòu  
望能在梦中更长一点时间，再享受  
yí huìr dàn shì mèng jìng zhōng jiū huì xǐng zài xǐng zhī qián  
一会儿，但是梦境终究会醒，在醒之前  
duō duō xiū xīn xǐng guò lái zhī hòu bú shòu tòng kǔ zhé mó tuō  
多多修心，醒过来之后不受痛苦折磨，脱  
lí fán nǎo nà cái shì bō rě bō luó mì duō gù  
离烦恼，那才是“般若波罗蜜多故”。

zài xī là yǒu yí gè dà zhé xué jiā sū gé lā dǐ zhé xué zài  
在希腊有一个大哲学家苏格拉底，哲学在  
dāng shí shì hěn chóng gāo de zhí yè hěn duō nián qīng rén dōu  
当时是很崇高的职业，很多年轻人都

xiǎng chéng wéi zhé xué jiā ér yǒu míng yǒu lì yí gè nián qīng rén  
想 成 为 哲 学 家 而 有 名 有 利 。 一 个 年 轻 人  
zhǎo dào sū gé lā dǐ shuō wǒ yào gēn nǐ xué zhé xué sū  
找 到 苏 格 拉 底 说 ： “ 我 要 跟 你 学 哲 学 。” 苏  
gé lā dǐ dài tā dào hé biān tū rán bǎ tā tuī rù hé lǐ nián qīng  
格 拉 底 带 他 到 河 边 ， 突 然 把 他 推 入 河 里 ， 年 轻  
rén yì kāi shǐ hái yǐ wéi sū gé lā dǐ hé tā kāi wán xiào rán hòu sū  
人 一 开 始 还 以 为 苏 格 拉 底 和 他 开 玩 笑 。 然 后 苏  
gé lā dǐ zì jǐ yòu tiào rù shuǐ zhōng jiāng nián qīng rén de tóu àn  
格 拉 底 自 己 又 跳 入 水 中 ， 将 年 轻 人 的 头 按  
rù shuǐ zhōng nián qīng rén pīn mìng zhēng zhá yòng rén de běn  
入 水 中 ， 年 轻 人 拼 命 挣 扎 ， 用 人 的 本  
néng tuī kāi sū gé lā dǐ de shǒu pīn mìng yóu shàng àn chuǎn  
能 推 开 苏 格 拉 底 的 手 ， 拼 命 游 上 岸 ， 喘  
zhe qì shuō xiān sheng nín zhè shì gàn shén me nǐ wèi shén  
着 气 说 ： “ 先 生 ， 您 这 是 干 什 么 ， 你 为 什  
me yào zhè yàng zuò sū gé lā dǐ shuō wǒ zhǐ xiǎng gào sù  
么 要 这 样 做 ？” 苏 格 拉 底 说 ： “ 我 只 想 告 诉  
nǐ zuò rèn hé shì qing dōu bì xū yào yǒu jué chù féng shēng de yì  
你 ， 做 任 何 事 情 都 必 须 要 有 绝 处 逢 生 的 毅  
lì cái néng chuàng zào chéng jiù rén zhǐ yǒu zài zǒu tóu wú  
力 ， 才 能 创 造 成 就 。” 人 只 有 在 走 投 无  
lù de shí hou cái huì xiǎng dào qiú shén bài fó jiù rú tóng pù bù  
路 的 时 候 ， 才 会 想 到 求 神 拜 佛 ， 就 如 同 瀑 布  
yí yàng zhǐ yǒu zài xuán yá dǐng duān wú lù kě zǒu de shí  
一 样 ， 只 有 在 悬 崖 顶 端 无 路 可 走 的 时  
hou cái huì chuàng zào chū měi lì dòng rén de qí jì  
候 ， 才 会 创 造 出 美 丽 动 人 的 奇 迹 。

rén yǔ rén de xiāng chǔ hěn nán nán jiù nán zài měi gè rén de  
人与人的相处很难，难就难在每个人的  
mìng yùn bù tóng yīn wèi yǒu de rén yǒu yuàn qì jí dù  
命运不同，因为有的人有怨气、嫉妒  
xīn hèn xīn tā men yě huì bù tóng zài shēng mìng dāng zhōng  
心、恨心，它们也会不同在生命当中  
chǎn shēng wǒ men rén jiù shì mìng yùn bù tóng cái huì chǎn shēng  
产生。我们人就是命运不同才会产生  
bù tóng de yuàn qì yí gè rén tiáo jiàn hěn hǎo yuàn qì xiāng duì  
不同的怨气，一个人条件很好，怨气相对  
jiù shǎo yí gè rén kùn nán duō duō hèn xīn xiāng duì jiù hěn  
就少；一个人困难多多，恨心相对就很  
duō yào xué huì yì zhōng qiú tóng suī rán mìng yùn bù yí  
多。要学会异中求同，虽然命运不一  
yàng dàn shì wǒ men yāo qiú yí gè gòng tóng diǎn xué chán jiù  
样，但是我们要一个共同点。学禅就  
shì duàn liàn zì jǐ qù jiē shòu bù tóng de rén dù rén de shí hou huì  
是锻炼自己去接受不同的人，度人的时候会  
yù dào hěn duō bù tóng rén de xìng gé wǒ men dōng fāng tái yǒu  
遇到很多不同人的性格。我们东方台有  
yí gè nǚ zhǔ chí shì zuò hūn yīn jié mù de tā yì biān zuò hūn yīn  
一个女主持是做婚姻节目的，她一边做婚姻  
jié mù yì biān jiē chù bù tóng xìng gé de rén tiān tiān bāng rén jiā  
节目一边接触不同性格的人，天天帮人家  
jiè shào zuì hòu tā zhǎo dào yí gè jiù jié hūn le cóng cǐ bú  
介绍，最后她找到一个就结婚了，从此不

zuò zhè ge jié mù le yào duàn liàn zì jǐ jiē shòu bù tóng rén de  
做这个节目了。要锻炼自己接受不同人的  
xìng gé yǔ bù tóng de shì jiè rén yǒu shí hou lián zì jǐ dōu bù liǎo  
性格与不同的世界，人有时候连自己都不了  
jiě zěn me kě néng qù liǎo jiě tā rén yǒu de rén chī fàn qián shuō  
解，怎么可能去了解他人？有的人吃饭前说  
zì jǐ wèi kǒu bù hǎo zhè ge bù xiǎng chī nà ge bù xiǎng  
自己胃口不好，这个不想吃那个不想  
chī dàn shì chī le jǐ kǒu zhī hòu jiù jiāng zhuō shàng suǒ yǒu de cài  
吃，但是吃了几口之后就 将桌上所有的菜  
quán bù chī guāng le nǐ bù liǎo jiě zì jǐ a  
全部吃光了，你不了解自己啊。

zài shì jiā móu ní fó shí dài yǒu yí gè jiào tí pó dá duō de  
在释迦牟尼佛时代，有一个叫提婆达多的  
dì zǐ gēn suí fó tuó xiū xīn sān shí nián nán dào tā bù zhī dào tā  
弟子跟随佛陀修心三十年，难道他不知道他  
de shī fu shì shì jiā móu ní fó ma tā zhī dào dàn shì sān shí nián  
的师父是释迦牟尼佛吗？他知道。但是三十年  
zhī hòu tā hái shì bèi pàn le fó tuó lí kāi le shī fu tā liǎo jiě  
之后，他还是背叛了佛陀离开了师父。他了解  
fó tuó ma tā bù liǎo jiě xué fó rén yào xiǎng ràng bié rén liǎo  
佛陀吗？他不了解。学佛人要想让别人了  
jiě nǐ shì yí jiàn hěn kùn nán de shì qing xué fó rén yào xiǎng ràng  
解你是一件很困难的事情，学佛人要想让  
zì jǐ liǎo jiě zì jǐ yě shì hěn kùn nán de shì qing suǒ yǐ guān shì  
自己了解自己也是很困难的事情，所以观世

yīn pú sà ràng wǒ men zì guān , zì jǐ guān chá zì jǐ dào dǐ shì  
音菩萨让我们自观，自己观察自己到底是  
shuí lái dào rén jiān lián gè míng zì dōu méi yǒu jiè le yí gè  
谁，来到人间连个名字都没有，借了一个  
shēn tǐ yì zhí huó dào jīn tiān sǐ le zhī hòu yòu shì shuí wǒ  
身体一直活到今天，死了之后又是谁？我  
men bù liǎo jiě zì jǐ cái huì fàn cuò bù liǎo jiě duì fāng cái huì  
们不了解自己才会犯错，不了解对方才会  
zhēng chǎo fó tuó dāng nián rú cǐ jiù dù zhòng shēng dōu yǒu dì  
争吵。佛陀当年如此救度众生都有弟  
zǐ bù liǎo jiě tā wǒ men yào lǐ jiě zhòng shēng wéi shàng cái  
子不了解他，我们要理解众生为上，才  
qù jiù dù zhòng shēng rú guǒ bù néng liǎo jiě zhòng shēng jiù  
去救度众生。如果不能了解众生，就  
yǒng yuǎn bù néng jiù dù bié rén xī wàng měi yí gè yào xiǎng jiù  
永远不能救度别人。希望每一个要想救  
dù zhòng shēng de rén shǒu xiān yào liǎo jiě zhòng shēng liǎo jiě  
度众生的人，首先要了解众生，了解  
tā men de běn xìng hé gè xìng zhè yàng nǐ hěn kuài jiù néng chéng  
他们的本性和个性，这样你很快就能成  
wéi pú sà jiù dù zhòng shēng  
为菩萨救度众生。

zhǎo xún rén shēng de yí gè gòng tóng diǎn dà jiā jiù néng fǎ  
找寻人生的一个共同点，大家就能法  
xǐ chōng mǎn nǐ men zài zuò de suǒ yǒu rén yǒu yí gè gòng tóng  
喜充满，你们在座的所有人有一个共同

diǎn — xué fó , suǒ yǐ dà jiā zài yì qǐ kuài lè wú bǐ , fǎ xǐ  
点 —— 学佛，所以大家在一起快乐无比，法喜  
cái néng chōng mǎn 。 yì qǐ xiū xīn , yì qǐ jìn bù , jiù néng xiāng  
才能充满。一起修心，一起进步，就能相  
hù liǎo jiě 。 fó fǎ néng ràng wǒ men qù chú wàng niàn 、 qù chú  
互了解。佛法能让我们去除妄念、去除  
xíng wéi shàng de guò shī 。 fó xīn sì dòng fēi dòng , yí gè rén zài  
行为上的过失。佛心似动非动，一个人在  
zuò shì qing de shí hou bú huì gǎn shòu dào zì jǐ de xīn tiào , dāng  
做事情的时候不会感受到自己的心跳，当  
jìng xià xīn lái tū rán zhī jiān yǒu rén shuō “ bú yào jiǎng huà , yǒu  
静下心来突然之间有人说“不要讲话，有  
jǐn jí qíng kuàng fā shēng le ” de shí hou , huì tīng dào zì jǐ de  
紧急情况发生了”的时候，会听到自己的  
xīn “ pū tōng ” zài tiào 。 rén de shēng yīn bù jǐn shì zuǐ ba fā chū  
心“噗通”在跳。人的声音不仅是嘴巴发出  
lái de , shēn tǐ yě néng gěi nǐ hěn duō de àn shì ràng nǐ lǐ jiě zì  
来的，身体也能给你很多的暗示让你理解自  
jǐ , zuǐ ba bù jiǎng huà , cháng zi huì “ gū lū ” jiào , gǔ tóu  
己，嘴巴不讲话，肠子会“咕噜”叫，骨头  
huì “ kā chā ” xiǎng 。 shī fu dài lǐng dà jiā kē tóu de shí  
会“咔嚓”响。师父带领大家磕头的时候，  
hou , yí piàn “ kā chā ” shēng — quán bù dōu quē gài  
候，一片“咔嚓”声——全部都缺钙。

hǎo hǎo de qīng tīng zì jǐ nèi xīn de shēng yīn jiù shì zhǎng  
好好的倾听自己内心的声音，就是掌  
wò zì jǐ de xìng gé wǒ men yào qù chú xíng wéi shàng de guò  
握自己的性格。我们要去除行为上的过  
shī dòng zhōng yǒu jìng jìng zhōng yǒu dòng zuò gōng dé de  
失，动中有静，静中有动。做功德的  
shí hou xīn hěn jìng biǎo miàn hěn máng lù dàn shì xīn zhōng hěn  
时候心很静，表面很忙碌，但是心中很  
jìng zuò zài zhè lǐ rén méi yǒu dòng dàn shì xīn zài dòng zài  
静；坐在这里人没有动，但是心在动，在  
niàn jīng jiù shì jìng zhōng yǒu dòng zài rén jiān hěn duō rén biǎo  
念经，就是静中有动。在人间很多人表  
miàn hěn wěn yí gè lǎo bó bo kàn dào yí wèi nǚ shì jīng  
面很稳，一个伯伯看到一位女士经  
guò biǎo miàn kàn shàng qù méi shén me dàn shì xīn hé yǎn jīng  
过，表面看上去没什么，但是心和眼睛  
dōu dòng le  
都动了。

xué fó rén yào dǒng de dào lǐ wǒ men qù chú běn xìng zhōng  
学佛人要懂得道理，我们去除本性中  
de zhàng ài běn xìng yǒu shén me zhàng ài wǒ bù xiǎng qù  
的障碍，本性有什么障碍？“我不想去  
bāng zhù tā zhàng ài lái le tā yǐ jīng hé wǒ hǎo le shí  
帮助他”，障碍来了，“他已经和我好了十  
jǐ nián le tā wèi shén me yào zhè yàng zhàng ài yì lái jiù  
几年了，他为什么要这样？”障碍一来就

bù xiǎng gēn tā hé zuò      zhè jiù shì xīn lǐ zhàng ài      fū qī yīn wèi  
不 想 跟 他 合 作 ， 这 就 是 心 理 障 碍 。 夫 妻 因 为  
yí jù huà bù kāi xīn ér hù bù lǐ cǎi      jiù shì zhàng ài      zhàng ài  
一 句 话 不 开 心 而 互 不 理 睬 ， 就 是 障 碍 。 障 碍  
ràng nǐ mí shī fāng xiàng      chéng wéi jīn hòu kǔ nàn de yīn      xī  
让 你 迷 失 方 向 ， 成 为 今 后 苦 难 的 因 。 希  
wàng dà jiā bú yào qù zhì zào zhàng ài  
望 大 家 不 要 去 制 造 障 碍 。

suǒ yǒu de má fan      zài rén jiān suǒ yǒu de shàn hé è      xué fó  
所 有 的 麻 烦 ， 在 人 间 所 有 的 善 和 恶 ， 学 佛  
rén dōu kě yǐ zhuǎn huà      zhè shì xiāng duì zhuǎn huàn de      gēn jù  
人 都 可 以 转 化 。 这 是 相 对 转 换 的 ， 根 据  
nǐ zì jǐ de xīn      jīn tiān de shàn liáng rén kě yǐ chéng wéi míng tiān  
你 自 己 的 心 ， 今 天 的 善 良 人 可 以 成 为 明 天  
de è rén      jīn tiān de è rén yě kě néng chéng wéi míng tiān de shàn  
的 恶 人 ， 今 天 的 恶 人 也 可 能 成 为 明 天 的 善  
liáng rén      yīn wèi xīn huì zhuǎn huàn      dāng nǐ pèng dào è rén de  
良 人 ， 因 为 心 会 转 换 。 当 你 碰 到 恶 人 的  
shí hou      bú yào zhāo jí      zuò yì xiē gōng fu      gōng dé      qù  
时 候 ， 不 要 着 急 ， 做 一 些 功 夫 、 功 德 ， 去  
gǎn huà tā      wǒ men yǒu guān shì yīn pú sà      yǒu jiě jié zhòu      nǐ  
感 化 他 ， 我 们 有 观 世 音 菩 萨 ， 有 解 结 咒 ， 你  
niàn jīng zhī hòu      shuō bu dìng tā jiù liáng xīn fā xiàn      huì zhuǎn  
念 经 之 后 ， 说 不 定 他 就 良 心 发 现 ， 会 转  
huàn      jīn tiān de shàn liáng rén      nǐ bù tíng pěng tā      shuō bu  
换 。 今 天 的 善 良 人 ， 你 不 停 捧 他 ， 说 不

dìng jiù biàn chéng le yí gè è rén rén zhuī qiú dì shàng de yǐ  
定 就 变 成 了 一 个 恶 人 。 人 追 求 地 上 的 ， 以  
hòu jiù huì shī qù tiān shàng de shǎo zhuī qiú rén jiān de yí qiè fú  
后 就 会 失 去 天 上 的 。 少 追 求 人 间 的 一 切 福  
bào duō zhuī qiú tiān shàng de rén jiān dé dào de yuè  
报 ， 多 追 求 天 上 的 ， 人 间 得 到 的 越  
duō tiān shàng shī qù de yuè duō rén jiān de bāo fu yuè  
多 ， 天 上 失 去 的 越 多 ， 人 间 的 包 袱 越  
shǎo tiān shàng dé dào de yuè duō  
少 ， 天 上 得 到 的 越 多 。