

# **Kebaikan dan Kebajikan, Hargai Kehidupan yang Tidak Kekal, Menempatkan Diri dalam Semua Makhluk, dan Mencapai Pencerahan Tertinggi (Bagian 1)**

Seminar Dharma Penang - Malaysia, 24 Januari 2015

Jodoh yang luar biasa dan dipenuhi sukacita Dharma. Sekali lagi kembali ke Penang, sekali lagi terima kepada Guan Shi Yin Pu Sa Yang Maha Welas Asih dan Maha Penyayang, Naga Langit Pelindung Dharma atas berkat yang telah diberikan. Master mengucapkan Selamat Tahun Baru dan semoga sukses bagi semua teman se-Dharma di Penang, Malaysia dan seluruh dunia!

Terima kasih kepada semua hadirin, para biksu dan teman-teman se-Dharma yang telah datang dari lebih dari dua puluh negara dan wilayah untuk mendukung kita. Memiliki sahabat sejati di dunia, meskipun terpisah jauh, rasanya tetap berdekatan.

Marilah kita bersama-sama bernaung dibawah cahaya Buddha dan menyingkirkan segala kerisauan di dunia ini. Meskipun hidup dalam kerisauan, kita tetap harus melewati hari ini. Marilah kita lepaskan sekarang, terbebaskan dan bahagia dalam menjalani hidup di setiap hari, inilah awal dari terbebaskan dari ketersesatan dan tersadarkan, serta juga awal dari terbebas dari penderitaan dan memperoleh kebahagiaan.

Setiap hari dunia ini dirusak secara alami, dan manusia terus-menerus berjuang dan bertikai tanpa henti, hanya demi mempertahankan kesadaran egonya akan kelangsungan hidup. Telah lupa akan rasa syukur dan bakti kepada orang tua, serta menyia-nyiaikan waktu yang berharga. Banyak orang merasa punya waktu terlalu banyak, jadi mereka menyia-nyiaikan lebih banyak waktu. Terkadang orang merasa kosong, kesepian, depresi, takut, dan tertutup, menyebabkan berapa banyak orang yang bunuh diri

dan berapa banyak keluarga yang hancur? Kesadaran ego manusia terlalu kuat, membentuk hasrat keinginan diri yang kuat dan keegoisan yang berlebihan. Setiap hari hidup di dunia yang penuh dengan tuntutan materi, yang menyebabkan berbagai penyakit mental dan membuat orang tidak bisa berpikiran terbuka. Saat ini, setiap tahun terdapat satu juta orang yang bunuh diri di dunia ini. Di Australia, seorang menantu perempuan, yang telah berselisih dengan ibu mertuanya selama bertahun-tahun. Ia dimarahi oleh ibu mertuanya setiap hari. Bulan lalu, ia membunuh ibu mertuanya saat ia sedang mandi, dan kemudian ia bunuh diri. Kita yang hidup dalam penderitaan dan kerisauan harus menekuni Dharma, karena hanya mereka yang menekuni Dharma yang dapat terbebaskan.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) berpikir bahwa abad ke-21 adalah abad penyembuhan penyakit mental manusia. Ajaran Xin Ling Fa Men

adalah metode terapi yang diberikan oleh Bodhisattva kepada manusia untuk melampaui hal-hal materi dan mengatasi suasana hati orang saat ini. Kita harus memahami dan mempelajari ajaran Buddha Dharma, kita pasti bisa menyelesaikan berbagai macam masalah dan kebiasaan buruk dalam hidup, sehingga kita dapat hidup dalam kebahagiaan setiap hari. Dengan bernaung dibawah cahaya Bodhisattva, kita akan memiliki masa depan yang cerah. Setiap orang dilahirkan ke dunia, mulai dari selembar kertas putih, di dunia fana ini, kita belajar berbagai hal-hal duniawi, kecemburuan, ketidakpedulian, perselisihan terbuka maupun terselubung, serta saling tipu-menipu, telah lupa harus memiliki bakti kepada orang tua, harus belajar berwelas asih, memiliki lebih banyak cinta kasih dan empati, dunia ini baru akan terpenuhi dengan cinta kasih. Kehidupan manusia hanyalah puluhan tahun yang singkat. Setiap orang datang ke dunia ini yang hanya berkelana satu kali, sama seperti meminjam sebuah raga dari waktu, kita harus mengembalikannya ke dunia ini setelah selesai

menggunakannya. Ketika kita pergi meninggalkan dunia ini, ada yang meninggalkan jiwanya di dunia ini, ada yang membawanya ke Surga, dan ada yang membawanya ke dalam tanah, membawanya ke kuburan, dan ke Alam Neraka. Dalam menekuni Dharma, kita harus tercerahkan. Orang yang tercerahkan adalah orang yang dapat berpikiran terbuka, dapat berpikir jernih dan terbuka di dunia ini, ia adalah orang yang tersadarkan.

Dalam serangan teroris 9/11 di Amerika Serikat, seorang pengusaha yang memiliki beberapa toko perhiasan berada di gedung yang sama. Para penyelidik menemukan bahwa sebelum kematiannya, ia pernah menelepon ibunya. Karena menyangkut masalah warisannya, para penyelidik menemukan ibunya yang berusia 70-an tahun, bertanya, "Apa hal terakhir yang dikatakan anak Anda di telepon?" Sang ibu, dengan air mata berlinang, tidak menjawab. Para penyelidik berkata: "Karena panggilan ini sangat

penting. Ini terkait dengan pembagian warisannya, dan ini membantu penyelidikan kami." Atas desakan berulang kali dari para penyidik, sang ibu akhirnya berkata: "Dia tahu dia tidak akan selamat, dia berkata, 'Bu, saya sangat mencintaimu. Saya seharusnya tidak hanya fokus mencari uang dan tidak berbakti kepadamu. Bu, aku sungguh mencintaimu...'. Terdengar suara 'pong', telepon terputus." Oleh karena itu, sebagai manusia, kita harus tahu untuk memiliki hati nurani dan bakti kepada orang tua. Kita tidak boleh hidup di dunia yang dipenuhi dengan pengejaran keinginan materi yang membingungkan.

Hiduplah dengan hati yang tenang dan sederhana, setiap orang memiliki kualitas, pembinaan diri dan moral yang berbeda. Belajarlah untuk lebih banyak memaafkan dan memahami orang lain. Memahami bahwa manusia hidup di dalam lingkaran keinginan. setiap orang memiliki perasaan yang berbeda, pandangan dan gagasan terhadap hidup pun berbeda.

Hanya dengan belajar hidup sederhana, baru dapat melepaskan. Hanya dengan belajar memahami rasa syukur, baru tahu untuk membalas kebaikan. Praktisi Buddhis harus memahami bersyukur, baru bisa memiliki welas asih dan hidup damai dengan sesama.

Banyak kebaikan dan kejahatan di dunia ini tidaklah mutlak. Kebaikan dan kejahatan memiliki sifat ganda. Membantu orang lain pada akhirnya disalahkan oleh orang lain. Memperkenalkan calon pada akhirnya jarang menghasilkan hubungan yang harmonis dan hati yang bersyukur sebagai hasil akhir. Seorang dokter yang ingin menyelamatkan pasien tetapi akhirnya gagal menyelamatkannya —apakah ini baik atau jahat? Balasan jodoh karma, apa yang kamu anggap sebagai kebaikan atau kejahatan, sesungguhnya hanyalah penilaian dari sudut pandangmu sendiri, sebuah pandangan yang belum tentu mencerminkan kebenaran mutlak dalam kehidupan. Jalan yang mudah adalah turun bukit.

Banyak orang di dunia ini selalu suka memilih jalan yang mudah, tetapi jalan yang mudah seringkali adalah menurun. Memilih jalan Buddhisme, meskipun sulit, tetapi akan membuatmu hidup tanpa penyesalan. Memahami ajaran Buddha Dharma dan menanggung sedikit penderitaan itu hanya sementara, tetapi tidak menekuni Dharma akan membuatmu menderita seumur hidup.

Menghargai baru bisa memiliki. Belajarlah untuk menghabiskan separuh hidupmu untuk membantu orang lain dan separuhnya lagi untuk meyakinkan diri sendiri. Yang pertama adalah welas asih dan yang kedua adalah pembinaan diri. Jack, CEO General Motors, mengatakan dalam autobiografinya bahwa kesuksesannya mungkin berkat ibunya di Inggris. Semasa kecil, ia memiliki kebiasaan gagap dan teman-teman sekelasnya menertawakannya. Ini adalah hal yang sangat memalukan dan buruk, yang membuat orang merasa sangat rendah diri. Namun ibunya

berkata kepadanya, "Nak, itu karena mulutmu tak sanggup mengimbangi otakmu yang cerdas" Jack menganggap itu kata indah yang memotivasinya untuk membuat kemajuan. Orang hidup di dunia ini harus memahami bahwa sepatah kata bijak dapat bermanfaat bagi seseorang sepanjang hidupnya. Bodhisattva mengajarkan kita untuk berpuas diri dan selalu bahagia, agar kita tidak serakah, membenci, atau bodoh. Ini akan bermanfaat bagi kita seumur hidup.

Praktisi Buddhis jangan terburu-buru untuk meraih kesuksesan. Kita harus memahami makna sejati ajaran Buddha Dharma, pantang menyerah. Waktu pada akhirnya akan menuntun pada pembebasan spiritualmu. Menekuni Dharma mungkin sangat sulit pada awalnya, tetapi yang paling sulit adalah bagaimana mencapai Kebuddhaan. Dalam menekuni Dharma, jangan dibingungkan oleh pemahaman dan pengetahuan diri sendiri yang terbatas, mengira diri sendiri telah memahami segalanya. Ketika bulan

bersinar terang, itu karena kamu tidak dapat melihat matahari. Kita manusia sering kali tertutup oleh sedikit kehormatan atau pujian, sehingga kebijaksanaan yang lebih dalam justru tersembunyi dan tidak tampak. Alasan orang tidak dapat mencapai Kebuddhaan adalah karena kita belum sepenuhnya percaya, karena kita tidak mau berkorban lebih banyak, karena kita berfokus pada manfaat di depan mata dan melupakan masa depan akan seperti apa.

Di Australia, ada seorang anak yang terus-menerus gagal ujian. Ayahnya marah dan cemas, tetapi ia selalu menyemangati putranya yang berusia 16 tahun ini, berkata kepadanya, "Mark, kalau kamu belajar keras dan lulus ujian semester depan, Ayah akan membelikanmu mobil bekas." Di akhir semester kedua, Mark masih belum lulus. Ayahnya sangat marah dan berkara, "Dasar anak tak berguna! Apa yang kamu lakukan semester ini?" Mark menjawab, "Ayah, saya belajar menyetir selama semester ini." Kisah ini

memberi tahu semua orang bahwa suatu hal kita harus memprioritaskan yang penting terlebih dahulu. Jika kita belum mencapai apa yang telah kita target sebelumnya, kita bahkan tidak bisa berbicara apa yang akan terjadi selanjutnya. Demikian juga dalam menekuni Dharma, jika kita tidak melafalkan paritta dan tidak memahami prinsip-prinsip praktik Buddha, bagaimana bisa menyelamatkan makhluk hidup? Setiap hari ingin sukses, ingin memiliki uang, kekayaan, dan kesehatan yang baik, tetapi tidak mau berikrar, tidak mau melafalkan paritta, dan tidak mau melepaskan makhluk hidup, kapan kamu lancar? Praktisi Buddhis harus memahami dirinya harus tekun belajar ajaran Buddha Dharma dan membina pikiran dengan baik, barulah dapat membantu orang lain. Sekuntum bunga yang mekar tidak menciptakan musim semi; seratus bunga yang mekar bersama akan memenuhi keindahan taman Buddha.

Setiap hari berpikir untuk pergi ke Alam Sukhavati, tetapi tidak tahu untuk menjalankan sila dan menyelamatkan diri sendiri, dan tidak tahu untuk menyelamatkan orang lain. Dalam kehidupan nyata, masih belum membina diri dengan baik di dunia ini, bagaimana bisa mencapai Kebuddhaan? Hanya ketika seseorang menyadari bahwa dirinya tidak bersih, barulah ia ingat untuk rajin mandi dan membersihkan diri. Hanya ketika seorang praktisi Buddhis menyadari bahwa ia memiliki rintangan karma, barulah ia dapat merenungkan ketidakmurnian tubuhnya, barulah bisa menyingkirkan pikiran-pikiran kotor di dalam dirinya, menghilangkan keserakahan, kecemburuan, kebencian, dan kebodohan. Marilah kita bersama-sama melafalkan paritta dengan baik setiap hari, sambil mengamati diri sendiri: "Saya ingin belajar ajaran Buddha. Apakah saya menyerupai Buddha? Saya ingin mencapai Kebuddhaan. Dapatkah saya bersikap layaknya seorang Buddha?" Jika setiap hari mengamati diri sendiri dengan demikian, maka suatu hari nanti kita akan mencapai Kebuddhaan.

Ada seorang murid sedang membersihkan cermin. Sang guru berkata kepadanya, "Murid, tahukah kamu? Cermin itu adalah gurumu, tidak peduli objek apa pun, cermin bisa memantulkannya. Hatimu seperti sebuah cermin, jika ia memantulkan hal baik, hatimu adalah baik; jika memantulkan hal buruk dalam masyarakat, hatimu adalah jahat, benar tidak?" Murid itu berkata, "Benar." Sang guru berkata, "Jika memindahkan cermin itu, akankah ada bayangan di cermin itu?" Murid itu menjawab, "Tidak ada lagi, Guru." Belajarlah mentalitas cermin, dalam menekuni Dharma, kita harus "menanggapi segala hal saat ia datang dan melupakannya setelah ia berlalu". Segala sesuatu di dunia ini adalah tidak kekal. Apa pun yang pernah kita lihat, dengar, atau lakukan — baik yang menyenangkan maupun yang mengecewakan — semuanya harus kita lepaskan dan jangan disimpan di dalam hati, karena itu hanya akan melukai dirimu sendiri dan membuat hati tak pernah damai. Seperti yang dikatakan dalam "Jin Gang Jing – Sutra Vajra" :

Pikiran masa lalu tidak dapat diperoleh, pikiran masa kini tidak dapat diperoleh, dan pikiran masa depan tidak dapat diperoleh.

Apa yang kita peroleh di dunia ini pada suatu hari akan hilang; perolehan juga merupakan kehilangan; Apa yang telah kehilangan, pada suatu hari akan diperoleh; kehilangan juga merupakan perolehan. Tidak boleh melekat pada hal apa pun di dunia ini, kehilangan juga akan diperoleh, dan setelah memperoleh pasti akan kehilangannya. Praktisi Buddhis harus menanggapi perolehan dan kehilangan sesuai jodoh. Ingin benar-benar terbebas dari kerisauan, maka harus melepaskan diri. Orang-orang sekarang sering mengatakan bahwa sehari tidak membaca buku, tidak ada yang akan memperhatikan; jika tidak membaca buku seminggu, kamu akan mulai menunjukkan perilaku kasar; jika tidak membaca buku selama sebulan, kecerdasan intelektual akan hilang sepenuhnya. Kita harus membaca kitab suci Buddha,

meneladani para Bodhisattva, dan membaca karya para orang bijak, melampaui tingkat kesadaran spiritual umat awam menjadi tingkat kesadaran spiritual orang suci. Seseorang bertanya kepada Master: Apa itu orang suci, dan apa itu orang picik? Hidup untuk orang lain, memikirkan semua makhluk hidup setiap hari, adalah orang suci. Hidup untuk diri sendiri dan memikirkan diri sendiri setiap hari, adalah orang picik.

Seorang pria datang ke pusat konseling pernikahan dan berkata, "Pelayan, bisakah Anda membantu saya? Istri saya membuat saya tidak mungkin hidup bersamanya. Saya sangat menderita." Pelayan itu bertanya, "Apa yang terjadi sebenarnya? Beri tahu kepada saya." Pria itu berkata, "Dia selalu suka memelihara anak babi di kamar tidur. Dia memiliki misofobia, tetapi dia suka memelihara anak babi, bau dalam kamar sangat menyengat sekali." Konselor itu berkata, "Mengapa kamu tidak membuka

jendela untuk ventilasi?" Pria itu buru-buru berkata, "Tidak bisa, karena begitu jendela dibuka, semua merpati yang saya pelihara akan terbang." Orang mudah melihat kekurangan orang lain dan melupakan masalahnya sendiri, seperti mata manusia yang hanya bisa melihat kesalahan orang lain tetapi bahkan bulu mata sendiri pun tidak bisa melihatnya. Jadi, kita harus memikirkan untuk orang lain. Sebelum mengomentari orang lain, mengamati diri sendiri terlebih dahulu.

Budaya tradisional Tiongkok mengajarkan bahwa "Hati yang toleran adalah sumber kebajikan yang besar," jika seseorang memiliki kelapangan hati untuk menoleransi segala hal, maka kebajikannya pun akan menjadi besar. "Perut perdana menteri bisa menampung perahu." Kita harus meneladani lautan luas, bisa menampung semua air kotor maupun air bersih. Lautan luas yang mampu menaungi ratusan sungai, namun selalu berada di titik terendahnya. Kita sebagai manusia harus berlapang dada, maka

kebajikan pun akan menjadi besar. Nenek moyang kita sangat bijaksana. Nenek moyang berkata, "Hati yang penuh kesabaran, segalanya akan berjalan lancar." Tidak peduli apa pun yang terjadi, jika seseorang bisa bersabar, semuanya akan berjalan lancar. "Siapa yang tidak mampu bersabar dalam hal-hal kecil, akan menggagalkan rencana besar," berharap semua orang dapat memahami untuk bersabar. Sang Buddha sejak dahulu telah mengajarkan pentingnya bersabar atau menahan diri. Hanya seseorang yang mampu bersabar dan menahan diri yang dapat maju dengan tekun di jalan pembelajaran Dharma.

Sang Buddha bersabda, tidak iri hati, tidak serakah, tidak berpura-pura dan tidak memiliki keinginan egois. Harus selalu menjaga kedamaian batin, inilah yang disebut kemuliaan sejati. Karena orang yang memahami ketenangan dan bebas dari nafsu keinginan egois, dari sanalah lahirnya potensi kesadaran. Untuk mencapai pencerahan, kita harus

memiliki kejernihan batin, harus konsentrasi, dan harus memahami untuk berpikir di posisi orang lain. Hidup di dunia ini untuk semua makhluk. Kita harus meneladani para ibu agung yang mengorbankan seluruh hidup mereka demi anak-anak mereka. Kita harus meneladani Guan Shi Yin Pu Sa, demi kita semua makhluk di dunia, Beliau telah memberikan seluruh welas asihnya.

Hidup itu seperti mangkuk. Jika kita memenuhi hati dengan hal-hal kecil lainnya, apakah masih ada ruang untuk menampung hal-hal besar lainnya? Kita adalah praktisi Buddhis. Kita memiliki ajaran Buddha Dharma di dalam hati. Mengapa masih ingin memasukkan hal-hal remeh dan kerisauan di dunia ini di dalam hati? Apa hal terpenting yang harus kita lakukan dalam hidup? Kita harus hidup lebih sederhana, karena kita akan sibuk dan lelah. Kita harus mengingat hal-hal penting dengan jelas, karena kita akan memabarkan Dharma dan menyelamatkan

orang lain. Jika tidak, seumur hidup kita akan terjebak dalam hal-hal kecil — urusan dapur, kebutuhan sehari-hari, dan perselisihan duniawi — hingga akhirnya hanya membuang waktu yang berharga. Jika kita mengkhawatirkan hal-hal duniawi setiap hari, kapan kita bisa mencapai pencerahan sempurna?

Di antara kegagalan yang dialami sebagian orang dalam hidup, salah satunya adalah sibuk tanpa arah dan menyia-nyiakan waktu. Master menasihati semua praktisi Buddhis untuk tidak menyia-nyiakan hidupmu yang singkat di dunia, lebih tidak boleh menyia-nyiakan waktu pada hal-hal yang nanti akan disesali. Kita harus melihat ke depan, melupakan masa lalu baru bisa memperoleh masa depan. Sifat Kebuddhaan tidak bertambah dan tidak berkurang, tidak mendapatkan dan tidak kehilangannya. Apa yang kita peroleh seumur hidup? Seumur hidup yang penuh penyakit dan penderitaan. Beberapa orang bekerja keras untuk menghasilkan uang, ini berarti meninggalkan lebih

banyak warisan untuk dirinya sendiri, yang tidak bisa dihabiskan seumur hidup adalah warisan. Sebesar apa pun rumah yang kita miliki, paling banyak hanya dapat menempati 30% darinya, sedangkan 70% sisanya terbuang percuma. Begitu pula dengan mobil dan ponsel yang secanggih apa pun, meski fungsinya lengkap, namun hanya menggunakan 30% darinya. Memberi diri sendiri terlalu banyak ruang akan menumbuhkan kemalasan. Tidak ada yang bisa diperoleh di dunia ini. Pikirkanlah: kita datang ke dunia ini dengan kedua tangan kosong, apa yang telah kita kehilangan? Kita tidak membawa apa pun datang ke dunia ini, jadi tidak ada yang namanya kehilangan. Kita datang ke dunia ini, semuanya diperoleh dari pinjaman: rumah kita, istri kita, putra kita, ketika kita pergi, kita harus mengembalikannya ke dunia ini, tidak ada satupun yang bisa dibawa pergi. Langit itu luas tak tertandingi, namun hati kita praktisi Buddhis bisa lebih luas dari langit. Praktisi Buddhis harus memperlakukan orang lain dengan hati yang toleran dan memaafkan, tidak boleh perhitungan. Welas asih dari ajaran

Buddha dan kebajikan dari ajaran Konfusianisme adalah obat mujarab untuk mengatasi hati manusia yang tak pernah puas.

shàn xīn shàn dé zhēn xī wú cháng rén shēng zhā gēn zhòng  
善 心 善 德 珍 惜 无 常 人 生 扎 根 众

shēng zhèng de wú shàng pú tí shàng  
生 证 得 无 上 菩 提 ( 上 )

nián yuè rì mǎ lái xī yà bīn chéng xuán yì zōng shù dà xíng jiě dá huì lú jūn hóng tái  
2015 年 1 月 24 日 马 来 西 亚 檳 城 玄 艺 综 述 大 型 解 答 会 卢 军 宏 台

zhǎng kāi shì  
长 开 示

shū shèng yīn yuán fǎ xǐ chōng mǎn zài cì lái dào bīn  
殊 胜 因 缘 法 喜 充 满 ， 再 次 来 到 檳  
chéng zài cì gǎn ēn dà cí dà bēi guān shì yīn pú sà lóng  
城 ， 再 次 感 恩 大 慈 大 悲 观 世 音 菩 萨 、 龙  
tiān hù fǎ pǔ jiàng gān lín zhù fú bīn chéng hé mǎ lái xī yà  
天 护 法 ， 普 降 甘 霖 ， 祝 福 檳 城 和 马 来 西 亚  
de fó yǒu jí quán shì jiè de fó yǒu xīn nián jí xiáng wàn shì  
的 佛 友 及 全 世 界 的 佛 友 新 年 吉 祥 、 万 事  
rú yì  
如 意 !

gǎn ēn gè wèi jiā bīn fǎ shī men hé lái zì èr shí duō gè  
感 恩 各 位 嘉 宾 、 法 师 们 和 来 自 二 十 多 个  
guó jiā hé dì qū qián lái zhù yuán de fó yǒu men hǎi nèi cún  
国 家 和 地 区 前 来 助 缘 的 佛 友 们 。 海 内 存  
zhī jǐ tiān yá ruò bǐ lín wǒ men gòng tóng mù yù fó guāng  
知 己 ， 天 涯 若 比 邻 ， 我 们 共 同 沐 浴 佛 光 ，

qù chū rén jiān de fán nǎo rén zài fán nǎo zhōng yě yào guò yì  
去 除 人 间 的 烦 恼 。 人 在 烦 恼 中 也 要 过 一  
tiān ràng wǒ men xiàn zài jiù fàng xià jiě tuō kāi xīn de guò  
天 ， 让 我 们 现 在 就 放 下 ， 解 脱 开 心 地 过  
měi yì tiān zhè jiù shì wǒ men pò mí kāi wù de kāi shǐ zhè jiù  
每 一 天 ， 这 就 是 我 们 破 迷 开 悟 的 开 始 ， 这 就  
shì lí kǔ dé lè de kāi shǐ  
是 离 苦 得 乐 的 开 始 。

shì jiè měi tiān zài zì rán jiè bèi pò huài rén men zhēng  
世 界 每 天 在 自 然 界 被 破 坏 、 人 们 争  
dòu bù xī de wéi zì wǒ shēng cún yì shí huó zhe wàng jì le  
斗 不 息 的 为 自 我 生 存 意 识 活 着 ， 忘 记 了  
gǎn ēn wàng jì le xiào shùn làng fèi le bǎo guì de shí jiān  
感 恩 、 忘 记 了 孝 顺 ， 浪 费 了 宝 贵 的 时 间 ，  
hěn duō rén yīn wei jué de shí jiān tài duō suǒ yǐ cái làng fèi  
很 多 人 因 为 觉 得 时 间 太 多 ， 所 以 才 浪 费  
gèng duō shí jiān rén yǒu shí hou kōng xū jì mò yōu yù  
更 多 时 间 。 人 有 时 候 空 虚 、 寂 寞 、 忧 郁 、  
kǒng jù zì bì zào chéng duō shǎo rén zì shā duō shǎo jiā  
恐 惧 、 自 闭 ， 造 成 多 少 人 自 杀 ， 多 少 家  
tíng pò miè rén de zì wǒ yì shí tài qiáng xíng chéng yì  
庭 破 灭 ？ 人 的 自 我 意 识 太 强 ， 形 成 一  
zhǒng qiáng dà de zì wǒ yù wàng zì sī xīn de péng zhàng  
种 强 大 的 自 我 欲 望 ， 自 私 心 的 膨 胀 ，  
měi yì tiān huó zài wù zhì xū qiú zhōng bìng xíng chéng gè  
每 一 天 活 在 物 质 需 求 中 ， 并 形 成 各

zhǒng jīng shén lèi jí bìng      zào chéng rén huì xiǎng bù tōng  
种 精 神 类 疾 病 ， 造 成 人 会 想 不 通 。

xiàn zài quán qiú měi nián yǒu      wàn rén zì shā ér sǐ      zài ào  
现 在 全 球 每 年 有 100 万 人 自 杀 而 死 。 在 澳

zhōu      yí gè xī fu yǔ pó po cháng nián bù hé      měi tiān bèi pó  
洲 ， 一 个 媳 妇 与 婆 婆 常 年 不 和 ， 每 天 被 婆

po mà      shàng ge yuè tā chèn pó po xǐ zǎo shí jiāng pó po shā  
婆 骂 ， 上 个 月 她 趁 婆 婆 洗 澡 时 将 婆 婆 杀

le      rán hòu tā zì shā      wǒ men shēng huó zài tòng kǔ fán nǎo  
了 ， 然 后 她 自 杀 ， 我 们 生 活 在 痛 苦 烦 恼

zhōng de rén bì xū yào xué fó      yīn wèi xué fó de rén cái néng  
中 的 人 必 须 要 学 佛 ， 因 为 学 佛 的 人 才 能

jiě tuō  
解 脱 。

lián hé guó wèi shēng zǔ zhī rèn wéi      shì jì shì xiū bǔ  
联 合 国 卫 生 组 织 认 为 ， 21 世 纪 是 修 补

rén lèi jīng shén jí bìng de shì jì      xīn líng fǎ mén shì pú sà gěi  
人 类 精 神 疾 病 的 世 纪 ， 心 灵 法 门 是 菩 萨 给

rén lèi de chāo yuè wù zhì      jiě jué dāng jīn xīn tài de zhì liáo yí  
人 类 的 超 越 物 质 、 解 决 当 今 心 态 的 治 疗 仪 。

wǒ men yào rèn shi fó fǎ      xué xí fó fǎ      wǒ men yí dìng huì  
我 们 要 认 识 佛 法 、 学 习 佛 法 ， 我 们 一 定 会

jiě jué shēng huó zhōng suǒ yǒu de gè zhǒng gè yàng de fán nǎo  
解 决 生 活 中 所 有 的 各 种 各 样 的 烦 恼

hé xí qì      ràng wǒ men měi tiān huó zài xìng fú zhōng      yōng  
和 习 气 ， 让 我 们 每 天 活 在 幸 福 中 ， 拥

yǒu zhe pú sà de fó guāng wǒ men jiāng huì yōng yǒu yí gè  
有着菩萨的佛光，我们将会拥有一个  
měi hǎo de míng tiān měi gè rén chū shēng hòu tà rù shì jiè  
美好的明天。每个人出生后踏入世界，  
cóng yì zhāng bái zhǐ zài gǔn gǔn hóng chén zhōng xué huì le  
从一张白纸，在滚滚红尘中学会了  
rén jiān de shì gù jí dù lěng mò míng zhēng àn dòu ěr  
人间的世故、嫉妒、冷漠、明争暗斗、尔  
yú wǒ zhà wàng jì le yīng gāi yōng yǒu de xiào xīn yào xué  
虞我诈，忘记了应该拥有的孝心，要学  
huì cí bēi duō yì diǎn ài xīn duō yì diǎn tóng qíng xīn  
会慈悲，多一点爱心，多一点同情心，  
zhè ge shì jiè cái huì chōng mǎn ài rén de shēng mìng zhǐ yǒu  
这个世界才会充满爱。人的生命只有  
duǎn duǎn jǐ shí nián měi gè rén lái zhè ge shì jiè shàng zǒu yì  
短短几十年，每个人来这个世界上走一  
zāo dēng yú zài rén jiān xiàng suì yuè jiè le yí gè qū ké wǒ  
遭，等于在人间向岁月借了一个躯壳，我  
men yòng wán hái yào hái gěi rén jiān zài lí kāi zhè ge shì jiè  
们用完还要还给人间，在离开这个世界  
de shí hou yǒu rén bǎ líng hún liú zài le zhè ge shì jiè shàng  
的时候，有人把灵魂留在了这个世界上，  
yǒu rén bǎ líng hún dài dào le tiān shàng yǒu rén què bǎ líng  
有人把灵魂带到了天上，有人却把灵  
hún dài jìn le ní tǔ dài jìn le fén mù dài jìn le dì yù  
魂带进了泥土，带进了坟墓，带进了地狱。  
xué fó bì xū yào kāi wù kāi wù de rén jiù shì xiǎng de tōng de  
学佛必须要开悟，开悟的人就是想得通的

rén zài rén jiān néng gòu xiǎng tōng xiǎng míng bai jiù shì yí  
人，在人间能够想通想明白，就是一  
gè kāi wù de rén  
个开悟的人。

zài měi guó shì jiàn kǒng bù xí jī zhōng dà lóu lǐ  
在美国 911 事件 恐怖袭击 中，大楼里  
yǒu yí wèi shāng rén jīng yíng hěn duō jiā zhū bǎo diàn diào chá  
有一位 商人 经营 很多家 珠宝店，调查  
rén yuán fā xiàn zài tā lín sǐ zhī qián céng jīng dǎ guò yí gè  
人员 发现，在他 临死之前 曾经 打过 一个  
diàn huà gěi mǔ qīn yīn wei guān xì dào tā de yí chǎn wèn tí  
电话 给 母亲，因为 关系 到 他的 遗产 问题，  
diào chá rén yuán zhǎo dào tā qī shí duō suì de mǔ qīn wèn  
调查 人员 找到 他 七十 多 岁 的 母亲，问：

nǐ hái zǐ zuì hòu zài diàn huà zhōng gēn nǐ shuō le shén  
“你 孩子 最后 在 电话 中 跟 你 说了 什  
me mā ma yǎn jīng lǐ hán zhe yǎn lèi bù huí dá diào chá  
么？” 妈妈 眼睛 里 含着 眼泪 不 回答。调查  
rén yuán shuō yīn wei zhè ge diàn huà hěn zhòng yào guān  
人员 说：“因为 这个 电话 很 重要，关  
xì dào tā duì yí chǎn fēn pèi de wèn tí yǒu bāng zhù wǒ men  
系 到 他 对 遗产 分配 的 问题，有 帮助 我们  
diào chá mǔ qīn zuì hòu zài diào chá rén yuán de zài sān cuī  
调查。” 母亲 最后 在 调查 人员 的 再三 催  
cù zhī xià shuō tā zhī dao huó bù liǎo le tā shuō mā  
促 之 下 说：“他 知道 活 不 了 了，他 说 ‘妈

ma wǒ hěn ài nǐ wǒ bù yīng gāi zhǐ gù zhuàn qián duì nǐ  
妈，我很爱你，我不应该只顾赚钱，对你  
xiào shùn bú gòu mā ma wǒ zhēn de hěn ài nǐ tīng  
孝顺不够。妈妈，我真的很爱你... ..’ 听  
dào hōng de yì shēng diàn huà duàn le suǒ yǐ zuò  
到‘轰’的一声，电话断了。” 所以做  
rén yào dǒng de yōng yǒu liáng xīn hé xiào xīn wǒ men bù néng  
人要懂得拥有良心和孝心，我们不能  
huó zài yì zhǒng mí wǎng de zhuī qiú wù yù de shì jiè zhōng  
活在一种迷惘的追求物欲的世界中。

zuò rén yào píng dàn yì diǎn měi gè rén de sù zhì hé xiū  
做人要平淡一点，每个人的素质和修  
yǎng dào dé bù tóng yào duō duō yuán liàng hé lǐ jiě bié rén  
养道德不同，要多多原谅和理解别人，  
dǒng de rén shì huó zài yù wàng dāng zhōng měi gè rén de gǎn  
懂得人是活在欲望当中，每个人的感  
shòu bù tóng duì shēng huó de kàn fǎ hé lǐ niàn bù tóng  
受不同，对生活的看法和理念不同，  
xué huì píng dàn cái néng fàng xià xué huì dǒng de zhī ēn cái huì  
学会平淡才能放下，学会懂得知恩才会  
tú bào xué fó rén yào dǒng de gǎn ēn cái néng yōng yǒu cí  
图报，学佛人要懂得感恩才能拥有慈  
bēi cái néng yǔ rén hé píng xiāng chǔ  
悲，才能与人和平相处。

rén jiān hěn duō de shàn è shì méi yǒu jué duì de shàn è  
人 间 很 多 的 善 恶 是 没 有 绝 对 的， 善 恶

jù yǒu liǎng chóng xìng bāng zhù bié rén zuì hòu bèi bié rén  
具 有 两 重 性。 帮 助 别 人 最 后 被 别 人

yuān wang jiè shào hūn yīn zuì hòu méi yǒu jǐ gè néng yǔ jiè  
冤 枉； 介 绍 婚 姻 最 后 没 有 几 个 能 与 介

shào rén hé mù xiāng chǔ yǐ gǎn ēn xīn zuò wéi jié jú de yī  
绍 人 和 睦 相 处 以 感 恩 心 作 为 结 局 的； 一

gè yī shēng xiǎng jiù rén zuì hòu méi néng bǎ bìng rén jiù huó  
个 医 生 想 救 人， 最 后 没 能 把 病 人 救 活，

shì shàn shì è ne yīn yuán guǒ bào nǐ rèn wéi de shàn è shì  
是 善 是 恶 呢？ 因 缘 果 报， 你 认 为 的 善 恶 是

zhàn zài nǐ de jiǎo dù lái kàn de shì yì zhǒng bù zhēn shí de  
站 在 你 的 角 度 来 看 的， 是 一 种 不 真 实 的

rén shēng róng yì zǒu de dōu shì xià pō lù hěn duō rén zài  
人 生。 容 易 走 的 都 是 下 坡 路， 很 多 人 在

rén jiān zǒng shì xǐ huan xuǎn zé róng yì zǒu de lù róng yì  
人 间 总 是 喜 欢 选 择 容 易 走 的 路， 容 易

zǒu de lù hěn duō dōu shì xià pō lù xuǎn zé xué fó zhī lù  
走 的 路 很 多 都 是 下 坡 路。 选 择 学 佛 之 路，

suī rán jiān nán dàn shì huì ràng nǐ yì shēng wú huǐ dǒng fó  
虽 然 艰 难， 但 是 会 让 你 一 生 无 悔， 懂 佛

fǎ chī diǎn kǔ shì zàn shí bù xué fó chī kǔ shì yí bèi zi de  
法 吃 点 苦 是 暂 时， 不 学 佛 吃 苦 是 一 辈 子 的。

zhēn xī cái huì yōng yǒu xué huì zài yì shēng dāng zhōng  
珍 惜 才 会 拥 有 ， 学 会 在 一 生 当 中

yòng yí bàn de shí jiān qù bāng zhù bié rén yòng lìng yí bàn shí  
用 一 半 的 时 间 去 帮 助 别 人 ， 用 另 一 半 时

jiān qù shuō fú zì jǐ qián zhě shì cí bēi hòu zhě shì xiū yǎng  
间 去 说 服 自 己 ， 前 者 是 慈 悲 ， 后 者 是 修 养 。

měi guó tōng yòng gōng sī shǒu xī zhí xíng guān jié kè zài tā  
美 国 通 用 公 司 首 席 执 行 官 杰 克 ， 在 他

de zì zhuàn zhōng shuō zì jǐ de chéng gōng yě xǔ yào guī  
的 自 传 中 说 ， 自 己 的 成 功 也 许 要 归

gōng yú tā yīng gé lán de mǔ qīn tā xiǎo shí hou yǒu kǒu chī  
功 于 他 英 格 兰 的 母 亲 ， 他 小 时 候 有 口 吃

de xí guàn tóng xué men xiào tā zhè shì yí jiàn fēi cháng  
的 习 惯 ， 同 学 们 笑 他 ， 这 是 一 件 非 常

nán wéi qíng hé zāo gāo de shì qing ràng rén gǎn dào hěn zì  
难 为 情 和 糟 糕 的 事 情 ， 让 人 感 到 很 自

bēi dàn shì mǔ qīn duì tā shuō hái zi zhè shì yīn wèi nǐ  
卑 ， 但 是 母 亲 对 他 说 ， “ 孩 子 ， 这 是 因 为 你

de zuǐ ba wú fǎ gēn shàng nǐ cōng míng nǎo zi de yuán gù ”  
的 嘴 巴 无 法 跟 上 你 聪 明 脑 子 的 缘 故 。”

jié kè rèn wéi zhè shì yí jù gǔ lì tā shàng jìn de měi miào de  
杰 克 认 为 这 是 一 句 鼓 励 他 上 进 的 美 妙 的

huà rén zài rén jiān dǒng de yí jù zhì huì yǔ yán kě néng yì  
话 。 人 在 人 间 懂 得 一 句 智 慧 语 言 可 能 一

shēng dōu huì shòu yòng pú sà gào sù wǒ men zhī zú cháng lè  
生 都 会 受 用 ， 菩 萨 告 诉 我 们 知 足 常 乐 ，

ràng wǒ men zài rén jiān bù tān bù chēn bù chī wǒ men yì  
让我们在人间不贪不瞋不痴，我们一  
shēng shòu yòng  
生受用。

xué fó rén bú yào jí yú qiú chéng yīng dāng qù liǎo jiě  
学佛人不要急于求成，应当去了解  
fó fǎ de zhēn shí hán yì qiè ér bù shě shí jiān huì chéng  
佛法的真实含义，锲而不舍，时间会成  
quán nǐ xīn líng de jiě tuō xué fó kāi shǐ de shí hou huì hěn nán  
全你心灵的解脱，学佛开始的时候会很难，  
rán ér zuì nán de shì hé yǐ chéng fó xué fó zhōng bú yào bèi  
然而最难的是何以成佛。学佛中不要被  
zì jǐ suǒ xué de yì diǎn lǐ jiě hé zhī shi mí huò rèn wéi zì  
自己所学的一点理解和知识迷惑，认为自  
jǐ dōu dǒng le yuè liang hěn liàng de shí hou shì yīn wei nǐ  
己都懂了。月亮很亮的时候是因为你  
kàn bú jiàn tài yáng wǒ men de rén zǒng shì huì bèi xiǎo xiǎo de  
看不见太阳，我们的人总是会被小小的  
róng yào zhē gài le gèng duō de zhì huì rén zhī suǒ yǐ bù néng  
荣耀遮盖了更多的智慧。人之所以不能  
xiū chéng fó yīn wei wǒ men hái bù wán quán xiāng xìn yīn  
修成佛，因为我们还不完全相信，因  
wei wǒ men bú yuàn yì fù chū gèng duō yīn wei wǒ men jiàn  
为我们不愿意付出更多，因为我们见  
dào de shì yǎn qián de lì yì wàng jì le wèi lái huì zěn yàng  
到的是眼前的利益忘记了未来会怎样。

zài ào zhōu yǒu yí gè hái zǐ kǎo shì zǒng shì bù jí gé  
在澳洲，有一个孩子考试总是不及格，  
tā bà ba yòu qì yòu jí zǒng shì gǔ lì tā zhè suì de hái  
他爸爸又气又急，总是鼓励他这16岁的孩  
zi duì tā shuō mǎ kè xià xué qī kāi shǐ rú guǒ nǐ nǚ  
子，对他说：“马克，下学期开始如果你努  
lì dú shū chéng jì jí gé wǒ huì mǎi yí liàng èr shǒu xiǎo  
力读书，成绩及格，我会买一辆二手小  
qì chē gěi nǐ dì èr xué qī jié shù mǎ kè hái shì méi yǒu  
汽车给你。”第二学期结束，马克还是没有  
jí gé bà ba huǒ mào sān zhàng de shuō méi yòng de rén  
及格，爸爸火冒三丈地说：“没用的人，  
zhè xué qī nǐ dào dǐ gàn shén me qù le mǎ kè shuō  
这学期你到底干什么去了？”马克说：  
bà ba zhè xué qī wǒ zài xué kāi chē zhè ge gù shì gào  
“爸爸，这学期我在学开车。”这个故事告  
sù dà jiā shì qing yào yǒu qīng zhòng huǎn jí wǒ men qián  
诉大家，事情要有轻重缓急，我们前  
miàn hái méi yǒu shí xiàn hòu miàn wú cóng tán qǐ xué fó yě  
面还没有实现，后面无从谈起，学佛也  
shì zhè yàng jīng bú niàn xiū fó lǐ bù míng zěn me néng  
是这样，经不念、修佛理不明，怎么能  
qù jiù dù zhòng shēng tiān tiān xiǎng shùn lì yī diǎn yǒu cái  
去救度众生？天天想顺利一点、有财、  
yǒu lì shēn tǐ hǎo yòu bù kěn xǔ yuàn yòu bù kěn niàn  
有利、身体好，又不肯许愿，又不肯念  
jīng yòu bù shě de fàng shēng nǐ nǎ bèi zi huì shùn lì  
经，又不舍得放生，你哪辈子会顺利？

xué fó rén yào dǒng de zì jǐ yào jīng jìn xué fó hǎo hǎo xiū  
学佛人要懂得自己要精进学佛、好好修  
xīn cái néng qù bāng zhù bié rén yì huā dú fàng bú shì chūn ,  
心, 才能去帮助别人。一花独放不是春,  
bǎi huā qí fàng fó mǎn yuán  
百花齐放佛满园。

měi tiān xiǎng zhe yào dào xī fāng jí lè shì jiè qù yòu bù  
每天想着要到西方极乐世界去, 又不  
dǒng de zì jǐ shǒu jiè lǜ zì dù yòu bù dǒng de dù rén  
懂得自己守戒律自度, 又不懂得度人,  
xiàn shí zhōng zài rén jiān hái méi yǒu xiū hǎo zěn me néng xiū  
现实中在人间还没有修好, 怎么能修  
chéng fó yí gè rén yào zhī dào zì jǐ bù gān jìng cái xiǎng  
成佛? 一个人要知道自己不干净, 才想  
qǐ yào qín xǐ zǎo bǎ shēn shàng nòng gān jìng yì diǎn xué fó  
起要勤洗澡把身上弄干净一点; 学佛  
rén zhī dào zì jǐ yǒu yè zhàng cái néng guān shēn bú jìng  
人知道自己有业障, 才能观身不净,  
cái néng xiū diào shēn shàng de wū rǎn zhī xīn qù chú tān xīn  
才能修掉身上的污染之心, 去除贪心、  
jí dù xīn hèn xīn yú chī xīn ràng wǒ men gòng tóng měi  
嫉妒心、恨心、愚痴心。让我们共同每  
tiān hǎo hǎo niàn jīng duì zhào zì jǐ wǒ yào xué fó wǒ  
天好好念经, 对照自己: “我要学佛, 我  
xiàng bu xiàng fó wǒ yào chéng fó néng bu néng zhào zhe  
像不像佛? 我要成佛, 能不能照着

fó qù zuò      rú guǒ měi tiān duì zhào zì jǐ      zhōng yǒu yì  
佛去做？ ” 如果每天对照自己， 终有一  
tiān néng gòu chéng fó  
天能够成佛。

yǒu yí gè dì zǐ zài cā jìng zi      shī fu duì dì zǐ shuō  
有一个弟子在擦镜子， 师父对弟子说：

dì zǐ      nǐ zhī dao ma      jìng zi jiù shì nǐ de lǎo shī      bù  
“ 弟子， 你知道吗？ 镜子就是你的老师， 不  
guǎn shén me wù tǐ      jìng zi dōu néng zhào chū lái      nǐ de xīn  
管什么物体， 镜子都能照出来。 你的心  
jiù xiàng yí miàn jìng zi      zhào dào hǎo de      nǐ de xīn jiù shì  
就像一面镜子， 照到好的， 你的心就是  
hǎo xīn      zhào dào shè huì shàng bù hǎo de      nǐ de xīn jiù shì ě  
好心； 照到社会上不好的， 你的心就是恶  
xīn      duì bu duì      dì zǐ shuō      duì      shī fu shuō  
心， 对不对？ ” 弟子说：“ 对。 ” 师父说：

rú guǒ bǎ jìng zi yí kāi      jìng zi zhōng hái yǒu rèn hé jǐng  
“ 如果把镜子移开， 镜子中还有任何景  
xiàng ma      dì zǐ shuō      méi yǒu le      shī fu      xué  
象吗？ ” 弟子说：“ 没有了， 师父。 ” 学  
jìng zi de xīn tài      wǒ men xué fó yào      shì lái zé yīng      shì  
镜子的心态， 我们学佛要 “ 事来则应， 事  
guò jiē wàng      rén jiān wàn shì wàn wù jiē shǔ wú cháng      kàn  
过皆忘 ” ， 人间万事万物皆属无常， 看  
guò      tīng guò      zuò guò de yí qiè bú shùn xīn huò kāi xīn shì  
过、 听过、 做过的一切不顺心或开心事

qíng quán bù dōu yào wàng jì bú yào cáng zài xīn tóu huì  
情，全部都要忘记，不要藏在心头，会  
shāng hài nǐ zì jǐ shǐ nǐ de xīn yǒng yuǎn bù néng píng jìng  
伤害你自己，使你的心永远不能平静，  
rú jīn gāng jīng suǒ shuō guò qù xīn bù kě dé xiàn zài  
如《金刚经》所说：过去心不可得，现在  
xīn bù kě dé wèi lái xīn bù kě dé  
心不可得，未来心不可得。

zài rén jiān dé dào de zhōng yǒu yì tiān huì shī qù dé yě  
在人间得到的终有一天会失去，得也  
shī shī shī qù de zhōng yǒu yì tiān hái huì dé dào shī yě shì  
是失；失去的终有一天还会得到，失也是  
dé duì rén jiān yí qiè bù néng zhí zhuó shī qù yě huì dé dào  
得。对人间一切不能执著，失去也会得到，  
dé dào yí dìng huì shī qù xué fó rén yào dé shī cóng yuán  
得到一定会失去，学佛人要得失从缘。  
xiǎng yào zhēn zhèng de wú yōu jiù yào fàng xià zì jǐ xiàn  
想要真正的无忧，就要放下自己。现  
dài rén jīng cháng jiǎng yí rì bù dú shū wú rén kàn de chū  
代人经常讲，一日不读书无人看得出，  
yì zhōu bù dú shū kāi shǐ huì bào cū yí yuè bù dú shū zhì  
一周不读书开始会爆粗，一月不读书智  
shāng huì quán wú wǒ men yào dú fó jīng xué pú sà dú  
商会全无。我们要读佛经，学菩萨读  
shèng xián shū jiāng fán rén de jìng jiè chāo tuō wéi shèng rén  
圣贤书，将凡人的境界超脱为圣人

de jìng jiè yǒu rén wèn tái zhǎng shén me shì shèng rén  
的境界。有人问台长：什么是圣人，  
shén me shì xiǎo rén měi tiān wèi bié rén ér huó xīn zhōng  
什么是小人？每天为别人而活、心中  
xiǎng zhe zhòng shēng jiù shì shèng rén měi tiān wèi zì jǐ ér  
想着众生就是圣人，每天为自己而  
huó tiān tiān xiǎng zhe zì jǐ de jiù shì xiǎo rén  
活、天天想着自己的就是小人。

yí gè rén lái dào hūn yīn wèn tí zī xún chù tā shuō  
一个人来到婚姻问题咨询处，他说：

fú wù yuán nǐ néng fǒu bāng bāng wǒ wǒ de tài tai lìng  
“服务员，你能否帮帮我。我的太太令  
wǒ jiǎn zhí wú fǎ gēn tā shēng huó tài lìng wǒ nán shòu le ”  
我简直无法跟她生活，太令我难受了。”

fú wù yuán wèn jiū jìng shì shén me shì qing nǐ gào sù  
服务员问：“究竟是什么事情，你告诉  
wǒ zhè wèi xiān sheng shuō tā zǒng shì xǐ huan bǎ  
我。”这位先生说：“她总是喜欢把  
xiǎo zhū fàng zài wò shì lǐ tā yǒu jié pǐ dàn shì yòu xǐ huan  
小猪放在卧室里，她有洁癖，但是又喜欢  
yǎng xiǎo zhū fáng jiān lǐ qì wèi nán wén de bù dé liǎo  
养小猪，房间里气味难闻得不得了。”

zī xún yuán shuō nǐ wèi hé bù néng dǎ kāi chuāng hu tòu  
咨询员说：“你为何不能打开窗户透  
qì ne zhè rén máng shuō bù xíng a yīn wei yì kāi  
气呢？”这人忙说：“不行啊，因为一开

chuāng wǒ yǎng de gē zi huì quán bù fēi diào      rén róng yì  
窗 我 养 的 鸽 子 会 全 部 飞 掉 。 ” 人 容 易  
kàn dào bié rén de quē diǎn      wàng jì zì jǐ de máo bìng      yóu  
看 到 别 人 的 缺 点 ， 忘 记 自 己 的 毛 病 ， 犹  
rú rén de yǎn jīng zhǐ kàn de jiàn bié rén de cuò      ér lián zì jǐ  
如 人 的 眼 睛 只 看 得 见 别 人 的 错 ， 而 连 自 己  
de yǎn jié máo dōu kàn bú jiàn yí yàng      suǒ yǐ wǒ men yǒu shì  
的 眼 睫 毛 都 看 不 见 一 样 。 所 以 我 们 有 事  
yào tì bié rén qù xiǎng      lùn rén xiān yào lùn zì jǐ  
要 替 别 人 去 想 ， 论 人 先 要 论 自 己 。

wǒ men zhōng huá chuán tǒng wén huà jiǎng      xīn yǒu róng  
我 们 中 华 传 统 文 化 讲 “ 心 有 容  
dé nǎi dà ”      rú guǒ xīn xiōng kě yǐ róng rěn suǒ yǒu de shì  
德 乃 大 ” ， 如 果 心 胸 可 以 容 忍 所 有 的 事  
qing      dé xìng yě huì dà      zǎi xiàng dù lǐ néng chēng  
情 ， 德 性 也 会 大 。 ” 宰 相 肚 里 能 撑  
chuán      wǒ men yào xué dà hǎi      néng gòu róng nà suǒ yǒu  
船 ” ， 我 们 要 学 大 海 ， 能 够 容 纳 所 有  
de wū shuǐ hé gān jìng de shuǐ      hǎi nà bǎi chuān      dàn shì dà  
的 污 水 和 干 净 的 水 ， 海 纳 百 川 ， 但 是 大  
hǎi yǒng yuǎn chǔ yú zuì dī chù      wǒ men zuò rén yào xīn xiōng  
海 永 远 处 于 最 低 处 。 我 们 做 人 要 心 胸  
kuān dà      dé xìng cái dà      zhǎng shēng      wǒ men de zǔ  
宽 大 ， 德 性 才 大 。 （ 掌 声 ） 我 们 的 祖  
shàng fēi cháng yǒu zhì huì      zǔ shàng shuō      xīn yǒu rěn shì nǎi  
上 非 常 有 智 慧 ， 祖 上 说 “ 心 有 忍 事 乃

shùn , bù guǎn pèng dào shén me shì qing , rú guǒ xīn néng  
顺 ” ， 不 管 碰 到 什 么 事 情 ， 如 果 心 能  
gòu rěn nài , rèn hé shì qing dōu huì shùn lì ; xiǎo bù rěn zé  
够 忍 耐 ， 任 何 事 情 都 会 顺 利 ； “ 小 不 忍 则  
luàn dà móu ” , xī wàng dà jiā yào dǒng de rěn nài , fó tuó  
乱 大 谋 ” ， 希 望 大 家 要 懂 得 忍 耐 ， 佛 陀  
zǎo jiù gēn wǒ men shuō guò yào rěn rǔ , yí gè néng gòu rěn rǔ  
早 就 跟 我 们 说 过 要 忍 辱 ， 一 个 能 够 忍 辱  
de rén cái néng zài xué fó dào lù shàng jīng jìn  
的 人 才 能 在 学 佛 道 路 上 精 进 。

fó tuó shuō , bù jí dù , bù tān lán , bú zào zuò , méi  
佛 陀 说 ， 不 嫉 妒 、 不 贪 婪 、 不 造 作 、 没  
yǒu sī yù , nèi xīn yào cháng cháng bǎo chí yì fēn níng jìng  
有 私 欲 。 内 心 要 常 常 保 持 一 分 宁 静 ，  
zhè jiù shì gāo shàng , yīn wei dǒng de níng jìng dǒng de méi yǒu  
这 就 是 高 尚 ， 因 为 懂 得 宁 静 懂 得 没 有  
sī yù de rén , gāo shàng huì yǎn shēng chū wù xìng ; yào xiǎng  
私 欲 的 人 ， 高 尚 会 衍 生 出 悟 性 ； 要 想  
kāi wù , wǒ men yào qīng jìng , yào chán dìng , yào dǒng de  
开 悟 ， 我 们 要 清 净 、 要 禅 定 、 要 懂 得  
huàn wèi sī kǎo , huó zài shì jiè shàng wèi zhòng shēng ér shēng ,  
换 位 思 考 ； 活 在 世 界 上 为 众 生 而 生 ，  
wèi zhòng shēng ér huó , wǒ men yào xué wěi dà de mǔ qīn ,  
为 众 生 而 活 ， 我 们 要 学 伟 大 的 母 亲 ，  
wèi le hái zǐ fù chū le tā men de yì shēng , wǒ men yào xué  
为 了 孩 子 付 出 了 她 们 的 一 生 ， 我 们 要 学

xí guān shì yīn pú sà mǔ qīn wèi le wǒ men rén jiān de zhòng  
习 观 世 音 菩 萨 母 亲 ， 为 了 我 们 人 间 的 众  
shēng tā fù chū le suǒ yǒu de cí bēi  
生 ， 她 付 出 了 所 有 的 慈 悲。

shēng mìng yóu rú yì zhī wǎn bǎ rén jiān de xiǎo shì zá  
生 命 犹 如 一 只 碗 ， 把 人 间 的 小 事 杂  
shì fàng zài xīn zhōng suǒ yǒu de dà shì hái néng fàng rù xīn  
事 放 在 心 中 ， 所 有 的 大 事 还 能 放 入 心  
zhōng ma wǒ men shì xué fó rén xīn zhōng yōng yǒu fó fǎ  
中 吗 ？ 我 们 是 学 佛 人 ， 心 中 拥 有 佛 法 ，  
wèi shén me hái yào jiāng rén jiān de zá shì fán nǎo fàng rù xīn  
为 什 么 还 要 将 人 间 的 杂 事 烦 恼 放 入 心  
zhōng wǒ men yì shēng zuì zhòng yào de yào zuò shén me  
中 ？ 我 们 一 生 最 重 要 的 要 做 什 么 ？  
shēng huó yào jiǎn dān yī diǎn yīn wei yào bēn bō láo lèi  
生 活 要 简 单 一 点 ， 因 为 要 奔 波 劳 累 ；  
jiāng dà shì jì de qīng chǔ yī diǎn yīn wei yào hóng fǎ dù rén  
将 大 事 记 得 清 楚 一 点 ， 因 为 要 弘 法 度 人 ，  
fǒu zé yí bèi zi jiū chán zài yóu yán jiàng cù chái mǐ hé rén jiān  
否 则 一 辈 子 纠 缠 在 油 盐 酱 醋 柴 米 和 人 间  
de chǎo nào jiū fēn de xiǎo wèn tí shàng làng fèi shí jiān rú  
的 吵 闹 纠 纷 的 小 问 题 上 ， 浪 费 时 间 。 如  
guǒ tiān tiān fán nǎo rén jiān de shì qing wǒ men nǎ yì tiān  
果 天 天 烦 恼 人 间 的 事 情 ， 我 们 哪 一 天  
néng gòu xiū chéng zhèng guǒ  
能 够 修 成 正 果 ？

yǒu yì xiē rén yì shēng de shī bài dāng zhōng yǒu yì  
有 一 些 人 一 生 的 失 败 当 中 ， 有 一  
zhǒng shī bài jiào xiā máng hé làng fèi shí jiān tái zhǎng quàn  
种 失 败 叫 瞎 忙 和 浪 费 时 间 ， 台 长 劝  
suǒ yǒu xué fó rén bú yào làng fèi nǐ zài rén jiān duǎn zàn de  
所 有 学 佛 人 不 要 浪 费 你 在 人 间 短 暂 的  
shēng mìng gèng bú yào làng fèi shí jiān zài jiāng yào hòu huǐ de  
生 命 ， 更 不 要 浪 费 时 间 在 将 要 后 悔 的  
shì qing shàng wǒ men yí dìng yào xiàng qián kàn wàng jì  
事 情 上 ， 我 们 一 定 要 向 前 看 ， 忘 记  
guò qù cái néng huò dé wèi lái fó xìng bù zēng bù jiǎn wú de  
过 去 才 能 获 得 未 来 。 佛 性 不 增 不 减 无 得  
wú shī wǒ men yí bèi zi dé dào shén me yí bèi zi de bìng  
无 失 ， 我 们 一 辈 子 得 到 什 么 ？ 一 辈 子 的 病  
tòng yǒu xiē rén pīn mìng zhuàn qián jiù shì zài gěi zì jǐ liú  
痛 。 有 些 人 拼 命 赚 钱 ， 就 是 在 给 自 己 留  
xià gèng duō de yí chǎn yí bèi zi yòng bù wán jiù shì yí chǎn  
下 更 多 的 遗 产 ， 一 辈 子 用 不 完 就 是 遗 产 。  
zài dà de fáng zi zuì duō zhǐ néng zhù shàng bǎi fēn zhī sān shí  
再 大 的 房 子 最 多 只 能 住 上 百 分 之 三 十 ，  
ér bǎi fēn zhī qī shí shì làng fèi de zài hǎo de qì chē hé shǒu  
而 百 分 之 七 十 是 浪 费 的 ； 再 好 的 汽 车 和 手  
jī gōng néng zài quán yě zhǐ néng yòng dào bǎi fēn zhī sān  
机 ， 功 能 再 全 ， 也 只 能 用 到 百 分 之 三  
shí gěi zì jǐ tài dà kōng jiān huì péi yǎng zì jǐ de duò xìng  
十 。 给 自 己 太 大 空 间 会 培 养 自 己 的 惰 性 ，  
rén jiān yí qiè bù kě dé xiǎng yi xiǎng wǒ men lái dào rén  
人 间 一 切 不 可 得 ， 想 一 想 ， 我 们 来 到 人

jiān liǎng shǒu kōng kōng wǒ men shī qù le shén me wǒ men  
间 两 手 空 空 ， 我 们 失 去 了 什 么 ， 我 们  
lái dào rén jiān shén me dōu méi yǒu dài lái suǒ yǐ bù cún zài  
来 到 人 间 什 么 都 没 有 带 来 ， 所 以 不 存 在  
shī qù rén lái dào rén jiān yí qiè dōu shì jiè lái de fáng zi  
失 去 。 人 来 到 人 间 ， 一 切 都 是 借 来 的 ， 房 子 、  
qī zi ér zi lí kāi shí dōu yào guī huán zhè ge shì jiè yí  
妻 子 、 儿 子 ， 离 开 时 都 要 归 还 这 个 世 界 ， 一  
yàng dōu ná bù zǒu tiān kōng de kuān guǎng wú yǔ lún bǐ  
样 都 拿 不 走 。 天 空 的 宽 广 无 与 伦 比 ，  
ér wǒ men xué fó rén de xīn kě yǐ bǐ tiān kōng hái yào kuān  
而 我 们 学 佛 人 的 心 可 以 比 天 空 还 要 宽  
guǎng xué fó rén yào yǐ yì kē kuān róng de xīn bāo róng de  
广 。 学 佛 人 要 以 一 颗 宽 容 的 心 、 包 容 的  
xīn chǔ shì dài rén bù néng jīn jīn jì jiào fó jiā de cí bēi  
心 处 事 待 人 ， 不 能 斤 斤 计 较 ， 佛 家 的 慈 悲 、  
rú jiā de rén cí shì jiě jué rén xīn bù zú zuì hǎo de liáng yào  
儒 家 的 仁 慈 ， 是 解 决 人 心 不 足 最 好 的 良 药 。