

Banyak Menjalin Jodoh Baik, Menghargai dan Menyempurnakan Jodoh Kebuddhaan, Menyelamatkan Semua Makhluk dan Menciptakan Tanah Suci di Dunia (Bagian 1)

Acara Pertemuan Umat Buddhis Sedunia di Hong Kong, 18 Juni 2015

Halo semuanya! Jodoh semua orang, memiliki perasaan, itu adalah ikatan jodoh di dunia. Jika di kemudian hari kita membina diri dengan baik, maka kita akan memiliki jodoh Kebuddhaan. Sekarang, kita telah menjalin jodoh baik dengan Bodhisattva, jadi kita telah memiliki jodoh Kebuddhaan. Semoga semua orang, dalam perjalanan memperluas dan memperdalam jodoh Kebuddhaan ini, dapat membina diri dan belajar dengan sungguh-sungguh, agar hati kita menjadi semakin murni, agar semangat kita menjadi semakin luhur, itu berarti di dalam hati kita hanya ada makhluk hidup, tidak ada diri sendiri lagi.

Master juga penuh sukacita. Melihat begitu banyak orang menekuni Dharma, semoga semakin banyak Bodhisattva dan Buddha di dunia ini dan dunia ini menjadi semakin baik.

Praktisi Buddhis harus terlebih dahulu memahami untuk mengendalikan perasaan diri sendiri. Di masyarakat saat ini, banyak orang tidak dapat saling menoleransi, karena tidak mampu mengendalikan emosi diri sendiri. Seseorang mulutnya berkata, "Saya harus belajar mengendalikan diri, saya harus menjadi orang yang baik," tetapi ketika menghadapi suatu situasi, ia segera lupa siapa dirinya. Karena mulut manusia sering berkata bahwa ia bisa mengendalikan diri, namun kenyataannya sangat sulit dilakukan. Coba pikirkan, banyak orang berkata ingin menurunkan berat badan, seminggu tidak makan, hanya minum sedikit, tampak turun beberapa kilogram, tetapi tidak bisa bertahan, akhirnya berat badannya naik lagi beberapa kilogram. Ini menunjukkan bahwa manusia pada

dasarnya kurang memiliki pengendalian diri. Jika seseorang mampu mengendalikan dirinya, maka ia akan mampu mengendalikan dunia kehidupannya sendiri. Dunia ini terdiri dari banyak “dunia kecil” milik setiap orang, dan dari kumpulan dunia kecil itulah terbentuk “dunia besar” . Dunia ini terbentuk dari usaha setiap orang. Jika setiap orang belajar Buddha Dharma, maka dunia ini akan menjadi dunia yang harmonis, yakni Tanah Suci di dunia. Sekarang, dengan begitu banyak anak muda dan teman se-Dharma yang menekuni Dharma bersama, dunia ini sedikit demi sedikit sedang berubah menjadi Tanah Suci di Alam Manusia.

Kepribadian seseorang ibarat selembar kertas putih. Jika sudah ternoda, akan sulit untuk membuatnya kembali seputih semula. Karena itu, seseorang tidak boleh terus memikirkan masa lalu, tetapi harus memandang ke masa depan. Masa lalu harus dibersihkan, artinya jangan lagi menciptakan karma lama. Kita harus tidak menciptakan karma lama dan juga

tidak menciptakan karma baru. Manusia harus memiliki sifat welas asih, yang lebih berharga daripada bakat yang luar biasa. Banyak orang yang seumur hidupnya mencapai kesuksesan, memiliki kekayaan, ketenaran, dan keuntungan, tetapi bahkan tidak tahu untuk berbakti kepada orang tua, orang seperti itu hidup di dunia ini tidak ada gunanya. Kita harus belajar berwelas asih. Kita adalah praktisi Buddhis, hati kita harus luas, tidak boleh sempit, tidak boleh meniadakan kepribadian diri sendiri maupun orang lain. Kita harus memahami untuk menemukan kembali sifat dasar kita. Banyak orang yang seumur hidupnya tidak berhasil itu karena mereka tidak mampu mengendalikan dirinya sendiri. Master berharap kalian menjadi orang yang kuat, menjadi seseorang yang memiliki sifat Kebuddhaan. Setelah menemukan jalan yang benar ini, tekunlah belajar dan membina hingga keluarga kalian berubah, hingga kehidupan kalian sendiri berubah. Itulah Buddha yang ingin kamu cari.

Seseorang harus membina banyak kebiasaan yang baik. Banyak orang berkata bahwa kebiasaan mereka sulit diubah, padahal sebenarnya tidak ada satu pun kebiasaan yang dibawa sejak lahir. Hanya karena dirinya berpikir, "Saya memang seperti ini," terus-menerus melekat pada pandangan itu dan terus mengejanya dalam waktu lama, membuat dirinya menjadi semakin keras kepala dan tidak mau mengubah diri.

Hal pertama yang harus dimiliki manusia adalah memahami untuk syukur, karena kita meneladani Bodhisattva, dan Bodhisattva adalah yang paling penuh rasa syukur. Coba kalian pikirkan, siapa yang membuat kalian dapat menekuni ajaran Buddha Dharma? Siapa? Bukan Master, melainkan Buddha kita yang agung, Sang Buddha Sakyamuni.

Tanpa penderitaan dan pengorbanan yang dialami oleh Sang Buddha di masa lampau, bagaimana mungkin kita memiliki agama dan ajaran Buddha seperti sekarang

ini? Semoga semua orang harus memahami untuk bersyukur. Kedua, kita harus mengerti untuk menjalin jodoh baik. Coba pikirkan, berapa banyak orang yang datang kali ini; ibu tua tentu tidak mungkin datang sendirian, para teman se-Dharma ini semua adalah kerabatnya. Pernah ada seorang ibu tua dari Mongolia Dalam yang satu pesawat dengan Master. Di sebelahnya duduk seorang gadis muda yang terus merawatnya sepanjang perjalanan. Master mengira gadis itu adalah anaknya, tetapi ibu tua itu memberi tahu saya, "Dia bahkan lebih perhatian daripada anakku sendiri. Saya tidak tahu apa-apa, dan dia menjaga saya sepanjang jalan." Inilah jodoh Kebuddhaan. Ketika seseorang menekuni Dharma, tingkat kesadaran spiritualnya akan meningkat. Jika seseorang tidak tahu untuk menjalin jodoh baik, ia akan kehilangan jodoh Kebuddhaan. Jodoh Kebuddhaan ada diantara jodoh baik, banyak menjalin jodoh baik baru bisa menyempurnakan jodoh Kebuddhaan.

Dalam kehidupan, ada dua hal mendasar: Alam Manusia ini hanyalah ilusi, adalah dunia mimpi belaka. Kita datang ke dunia ini hanyalah sebagai seorang tamu yang singgah sejenak, jadi jangan memandang segala sesuatu terlalu berat. Kata 瞋 Chen dari kata 貪 tan 瞋 chen 痴 chi— keserakahan, kebencian dan kebodohan, mengapa sebelah kiri ada kata 目 mu -- mata dan sebelah kiri adalah kata 真 Zhen -- benar? Karena ketika matamu melihat sesuatu dan menganggapnya benar-benar nyata, maka kamu akan membenci. Segala sesuatu di dunia ini adalah palsu. Seperti ketika kita masih kecil, banyak hal yang dulu kita anggap sangat serius, tetapi pada kenyataannya itu hanyalah bayangan mimpi yang tidak nyata. Di dunia ini, kita harus belajar untuk sedikit “tidak terlalu serius” , karena kita hanyalah tamu yang datang berkunjung. Kita juga tidak ingin membawa pergi semua barang milik orang lain. Kita tidak dapat membawa pergi semua barang di dunia ini, karena kita tidak membawa apa pun saat datang. Barang yang tidak kita bawa datang, maka juga tidak bisa dibawa pergi. Bahkan tubuh kita sendiri pun tidak

bisa kita bawa. Inilah yang disebut potensi kesadaran. Praktisi Buddhis harus memiliki potensi kesadaran, memahami untuk menyesuaikan jodoh, bisa melepaskan, semuanya diciptakan oleh pikiran. Segala sesuatu di dunia ini terbentuk dari apa yang kamu bayangkan, harus menekuni Dharma, menyembah Buddha dengan baik. Hanya dengan hati yang dipenuhi Buddha, barulah Buddha dapat menetap selamanya di dalam hati kita.

Dalam kehidupan di dunia ini, hal mendasar kedua bagi manusia adalah semangat untuk terus maju dan memelihara energi kehidupan. Hidup manusia memang berharga, tetapi tubuh jasmani akan mengalami kematian. Namun, jiwa atau semangat adalah sejenis medan aura. Orang yang memiliki energi positif akan hidup lebih lama, sedangkan orang yang dipenuhi energi negatif hidupnya lebih singkat. Mengapa demikian? Karena energi negatif membuat seseorang memandang segala sesuatu dari sisi buruk, sedangkan

energi positif membuat seseorang melihat masa depan dan harapan. Orang yang menekuni Dharma akan memiliki hari esok yang indah. Sebaliknya, orang yang tidak menekuni Dharma akan mengalami penderitaan sepanjang hidupnya. Meskipun kita masih memiliki penderitaan sekarang, tetapi penderitaan kita itu hanya sementara. Semoga praktisi Buddhis memiliki hati yang penuh welas asih. Jangan memandangi dunia ini terlalu nyata, harus tekun membina diri. Rumah kita bukan di dunia ini, melainkan di rumah agung Bodhisattva. Kita harus mengerti bahwa ketika kita masih kecil, tubuh kita sedang tumbuh. Namun, setelah kita dewasa dan tubuh tidak lagi bertambah besar, kita justru menumbuhkan banyak "mata hati". Kita akan merasa iri ketika melihat orang lain, kita akan membenci melihat orang lain, merasa mengapa dunia ini tidak adil. Semua itu berasal dari hatimu sendiri. Master berharap kalian jangan hidup dengan begitu lelah, hidup dalam keraguan dan kecemburuan, selalu berpikir buruk tentang orang lain, maka akan kehilangan cita-citamu. Jika setiap hari memandangi orang lain seperti Bodhisattva, maka kamu

akan segera menjadi Buddha. Hidup manusia adalah perjuangan terus-menerus antara Buddha, manusia, dan iblis. Satu pikiran jahat dapat membuatmu berubah dari manusia menjadi iblis, sedangkan satu pikiran benar dapat membuatmu berubah dari manusia menjadi Buddha. Semoga setiap orang senantiasa menjaga pikiran benar setiap hari, dan renungkan: “Apakah hari ini saya adalah Buddha di dunia?” Karena di masa depan, saya adalah seorang calon Buddha.

Jangan biarkan diri kita hidup semakin kesepian. Dalam kehidupan bermasyarakat, kita harus bergaul dengan penuh kebaikan dan tidak mengasingkan diri. Jika kita terus menutup diri, lama-kelamaan berbagai penyakit akan muncul — autisme, fobia, depresi, dan sebagainya. Kita harus mencapai keadaan tanpa ketakutan, karena tidak ada yang perlu ditakuti. Jika seseorang ingin terbebas dari rasa takut, hatinya harus dipenuhi energi positif. Anggaplah semua orang sebagai saudara, saudari, orang tua, atau anak-anak

sendiri, maka tidak akan ada yang berbuat jahat kepadamu. Semua dosa harus disadari dan diakui dengan pertobatan. Gunakan akar kebajikan diri untuk menolong semua makhluk. Apakah kebaikan hati hanya boleh disimpan di rumah saja? Kita harus menolong sebanyak mungkin orang yang berjodoh, memberikan sifat dasar Bodhisattva dan welas asih terdalam kita kepada masyarakat, agar lebih banyak orang yang membagikan cinta kasih dan welas asih. Inilah yang disebut hati Bodhisattva.

Seorang teman se-Dharma bertanya kepada Master: "Master, sekarang saya sudah sendiri. Saya sudah bercerai. Pernikahan yang menyiksa saya selama bertahun-tahun akhirnya berakhir, saya merasa bebas! Bagaimana saya harus membina sekarang?" Master menjawab, "Kamu harus melepaskan." Teman se-Dharma itu berkata, "Saya sudah melepaskannya." Master berkata kepadanya, "Kamu sudah melepaskan? Mengapa begitu bertemu saya kamu langsung

membicarakan pernikahanmu? Itu berarti kamu sebenarnya belum melepaskan. Jika kamu benar-benar sudah melepaskan, apakah kamu masih akan berkata di depan saya, 'Pernikahan yang menyiksaku selama bertahun-tahun membuatku begitu menderita' ?" Melepaskan berarti pembebasan. Saat kamu bisa melepaskan, saat itu juga kamu terbebaskan. Saat itu juga akan mengerti bahwa lautan penderitaan tiada batasnya, berbalik arah adalah jalan menuju pantai keselamatan.

Dalam film "Crouching Tiger, Hidden Dragon" ada sebuah kalimat yang pernah saya kutip saat Seminar Dharma di Prancis: "Ketika kamu menggenggam tanganmu erat-erat, di dalamnya tidak ada apa-apa. Namun ketika kamu membuka tanganmu, seluruh dunia ada di tanganmu." Bukalah hati dan pancarkan keluar kekuatan welas asih Bodhisattva dalam diri. Dengan begitu, keluarga akan harmonis, masyarakat akan damai, dan dunia pun akan tenteram. Lepaskan hati diri sendiri,

terimalah hal-hal indah di dunia ini dan orang-orang. Lupakan kesedihan serta penderitaan, maka kamu akan memiliki dunia ini. Belajarlah untuk membuka hati, belajar dari lautan — begitu luas, mampu menaungi ratusan sungai, dan selalu berada di tempat yang paling rendah. Kita harus hidup dalam harapan, bukan dalam keputusasaan. Yang telah berlalu biarlah berlalu, yang akan datang belum tiba. Masa lalu sudah lewat, dan yang ada hanyalah saat ini. Seperti yang tertulis dalam Sutra Vajra: “Masa lalu tidak dapat diperoleh, masa depan tidak dapat diperoleh, masa kini pun tidak dapat diperoleh.”

Kita harus memahami untuk menanam pandangan dan ajaran Bodhisattva dalam hati dengan mendalam, serta senantiasa membersihkan cahaya sifat diri yang tertutup oleh kegelapan batin. Ada pria yang ketika marah, benar-benar kehilangan sifat kemanusiaannya. Ada seorang pria yang bertengkar hebat dengan istrinya. Karena sangat marah, ia mengambil sebuah gelas dan

melemparkannya ke arah istrinya. Melihat wajah istrinya berlumuran darah, tiba-tiba hatinya tersadar dan timbul rasa penyesalan. Peristiwa ini memberi tahu semua orang bahwa ketika hati kita tertutup oleh kebodohan dan amarah, kita menutupi sifat dasar kita yang penuh kebaikan dan welas asih. Ketika kita menyadari bahwa kita telah berbuat salah, barulah kita akan membersihkan hati yang telah ternoda oleh lima nafsu keinginan dan enam kekotoran duniawi. Kita harus mampu mengawasi diri sendiri, melihat berapa banyak tindakan egois dan mementingkan diri sendiri setiap hari yang menghalangi kita, yang membuat akal sehat dan perasaan kita kehilangan keseimbangan. Berapa banyak orang yang demi memenuhi keinginan sendiri lalu melakukan hal-hal yang bertentangan dengan moral dan hati nurani? Kita harus memiliki rasa tanggung jawab. Kasih sayang yang kita berikan akan memperoleh balasan. Welas asih yang kita berikan akan mendapatkan balasan. Belajar Buddha Dharma membuat seseorang belajar untuk menahan diri, belajar untuk menghormati kebenaran dan menjunjung tinggi

ajaran Buddha. Dengan demikian, masyarakat akan dipenuhi cinta kasih, dan manusia dapat merasakan keindahan cinta surgawi di dunia ini.

Buddha pernah bersabda, mengejar adalah sebuah semangat, namun berani merelakan adalah sebuah tingkat kesadaran spiritual. Kita harus melepaskan kemelekatan dalam hati, mengerti bagaimana menjaga dan melindungi hati sendiri, agar kerelaan diri menjadi lebih mulia daripada mengejar. Di dunia ini, orang yang bisa merelakan memiliki hati yang paling lapang dan paling mulia. Ketika kamu melepaskan kebiasaan buruk, kamu akan merasakan kebahagiaan yang tiada tara. Ketika kamu melepaskan cinta kasihmu dan memberikannya kepada semua makhluk di dunia, kamu akan mencapai kemuliaan batin dan memperoleh kebebasan sejati dalam jiwa.

Kita manusia harus belajar untuk mampu menanggung penderitaan. Ada sebagian penderitaan

yang muncul karena kita tidak memahami sesuatu barulah akan merasa menderita. Penderitaan mengajarkan kita cara bergaul dan menjalani hidup. Praktisi Buddhis harus mengerti bahwa selama kita hidup di dunia ini, kita tidak bisa menghindari kenyataan dan siksaan asmara, maka kita harus berani menghadapinya dan menerimanya. Karena dunia ini tidak pernah berhenti membawa kita pada berbagai kerisauan, dunia ini adalah alam kerisauan. Membina pikiran berarti mengubah diri sendiri. Belajar menghormati dan memahami ajaran Buddha adalah keberanian untuk memperbaiki mentalitas diri sendiri. Sebenarnya, tidak ada perbedaan besar antara satu manusia dengan manusia lainnya; perbedaan yang sesungguhnya terletak pada mentalitas masing-masing orang. Orang yang memiliki mentalitas yang baik akan hidup bahagia selama puluhan tahun, sedangkan orang yang mentalitasnya buruk akan hidup dalam kesedihan selama puluhan tahun. Kita praktisi Buddhis mahir dalam sastra dan tata krama, memahami ajaran Buddha Dharma dan tahu sifat Kebuddhaan. Daripada hidup

dalam penderitaan selama bertahun-tahun, lebih baik kita menerima dan menanggungnya dengan hati yang gembira, lalu mengubahnya dan menikmatinya dengan sukacita. Dengan begitu, barulah kita dapat mengikis karma dan pergi ke pelukan Guan Shi Yin Pu Sa di Surga.

guǎng jié shàn yuán zhēn xī chéng quán fó yuán guǎng dù zhòng
广 结 善 缘 珍 惜 成 全 佛 缘 广 度 众

shēng chéng jiù rén jiān jìng tǔ shàng
生 成 就 人 间 净 土 (上)

nián yuè rì lú jūn hóng tái zhǎng xiāng gǎng shì jiè fó yǒu jiàn miàn huì kāi shì
2015 年 6 月 18 日 卢 军 宏 台 长 香 港 世 界 佛 友 见 面 会 开 示

dà jiā hǎo dà jiā de yuán fèn yǒu gǎn qíng nà shì rén
大 家 好 ! 大 家 的 缘 分 、 有 感 情 ， 那 是 人

jiān de qíng yuán yǐ hòu xiū de hǎo wǒ men jiù yǒu fó yuán
间 的 情 缘 ， 以 后 修 得 好 我 们 就 有 佛 缘 ，

xiàn zài wǒ men gēn pú sà jié le shàn yuán suǒ yǐ wǒ men jiù
现 在 我 们 跟 菩 萨 结 了 善 缘 ， 所 以 我 们 就

yōng yǒu le fó yuán xī wàng dà jiā zài wǒ men fó yuán guǎng
拥 有 了 佛 缘 ， 希 望 大 家 在 我 们 佛 缘 广

jìn dāng zhōng hǎo hǎo xiū xíng hǎo hǎo xué xí ràng zì jǐ de xīn
进 当 中 好 好 修 行 好 好 学 习 ， 让 自 己 的 心

biàn de gèng chún jié ràng rén de jīng shén biàn de yuè lái yuè
变 得 更 纯 洁 ， 让 人 的 精 神 变 得 越 来 越

wěi dà nà jiù shì xīn zhōng zhǐ yǒu zhòng shēng méi yǒu zì jǐ
伟 大 ， 那 就 是 心 中 只 有 众 生 没 有 自 己 。

shī fu yě shì fǎ xǐ chōng mǎn kàn dào zhè me duō rén xué
师父也是法喜充满，看到这么多人学
fó xī wàng rén jiān de pú sà hé fó yuè lái yuè duō rén jiān
佛，希望人间的菩萨和佛越来越多，人间
yuè lái yuè hǎo
越来越好。

xué fó rén shǒu xiān yào dǒng de kòng zhì zì jǐ de gè rén gǎn
学佛人首先要懂得控制自己的个人感
qíng xiàn zài zhè ge shè huì rén yǔ rén xiāng hù bù néng róng rěn
情，现在这个社会人与人相互不能容忍，
zhǔ yào shì kòng zhì bù liǎo zì jǐ de gǎn qíng yí gè rén zuǐ ba
主要是控制不了自己的感情，一个人嘴巴
lǐ jiǎng wǒ yào xué huì kòng zhì wǒ yào hǎo hǎo zuò rén
里讲“我要学会控制，我要好好做人”，
dàn shì dāng jìng jiè yì chū xiàn mǎ shàng wàng jì le zì jǐ shì
但是当境界一出现，马上忘记了自己是
shuí yīn wei rén zuǐ ba lǐ shuō wǒ néng kòng zhì shí jì shàng
谁。因为人嘴巴里说我能控制，实际上
hěn nán kòng zhì dà jiā xiǎng yi xiǎng hěn duō rén shuō yào
很难控制。大家想一想，很多人说要
jiǎn féi yí gè lǐ bài bù chī jiù hē hē hǎo xiàng shòu le jǐ
减肥，一个礼拜不吃，就喝喝，好像瘦了几
jīn dàn shì jiān chí bú xià qù yòu zhǎng le shí jǐ jīn zhè jiù
斤，但是坚持不下去，又长了十几斤。这就
shì rén běn shēn zì zhì lì bú gòu yí gè rén rú guǒ néng gòu
是人本身自制力不够，一个人如果能够

kòng zhì zì jǐ tā jiù néng kòng zhì zì jǐ rén shēng de shì jiè
控制自己，他就能控制自己人生的世界。

zhè ge shì jiè yǒu hěn duō xiǎo wǒ de shì jiè cái yǒu dà wǒ de shì
这个世界有很多小我的世界，才有大我的世

jiè zhè ge shì jiè yóu měi gè rén de nǚ lì ér chéng de rú guǒ
界，这个世界由每个人的努力而成的，如果

měi gè rén dōu xué fó zhè ge shì jiè jiù shì dà tóng shì jiè jiù
每个人都学佛，这个世界就是大同世界，就

shì rén jiān jìng tǔ xiàn zài yǒu zhè me duō nián qīng rén zhè me
是人间净土，现在有这么多年轻人、这么

duō fó yǒu yì qǐ zài xué fó zhè ge shì jiè yí kuài yí kuài zhèng
多佛友一起在学佛，这个世界一块一块正

zài biàn chéng rén jiān de jìng tǔ shì jiè
在变成人间的净土世界。

rén de gè xìng xiàng yì zhāng bái zhǐ rú guǒ wū rǎn le
人的个性像一张白纸，如果污染了，

nǐ zài bǎ tā biàn chéng xiàng cóng qián yí yàng de jié bái nà jiù
你再把它变成像从前一样的洁白，那就

bǐ jiào má fan suǒ yǐ yí gè rén bù néng xiǎng guò qù yào
比较麻烦，所以一个人不能想过去，要

xiǎng zhe jiāng lái guò qù yào cā gān jìng jiù shì bú zào jiù yè
想着将来，过去要擦干净，就是不造旧业，

wǒ men yào jiù yè bú zào xīn yè yě bú zào rén yào yǒu yí gè cí
我们要旧业不造新业也不造。人要有一个慈

bēi de gè xìng shèng guò zhuó yuè de cái huá hěn duō rén yí
悲的个性，胜过卓越的才华，很多人一

bèi zi hěn yǒu chéng jì yǒu qián yǒu míng yǒu lì dàn shì
辈子很有成绩，有钱、有名、有利，但是
lián xiào shùn fù mǔ dōu bù dǒng de zhè zhǒng rén huó zài shì jiè
连孝顺父母都不懂得，这种人活在世界
shàng shì méi yǒu yòng de wǒ men yào xué huì cí bēi wǒ men
上是没有用的。我们要学会慈悲，我们
shì xué fó rén wǒ men de xīn xiōng yào kuān dà bù néng xiá ài
是学佛人，我们的心胸要宽大，不能狭隘，
bù néng mǒ shā zì jǐ de gè xìng hé bié rén de gè xìng wǒ men
不能抹杀自己的个性和别人的个性，我们
yào dǒng de ràng zì jǐ néng gòu zhǎo huí běn xìng hěn duō rén
要懂得让自己能够找回本性，很多人
yí bèi zi de bù chéng gōng jiù shì yīn wèi zì jǐ bù néng kòng zhì
一辈子的不成功就是因为自己不能控制
zì jǐ tái zhǎng xī wàng nǐ men zuò yí gè jiān qiáng de rén
自己，台长希望你们做一个坚强的人，
zuò yí gè yōng yǒu fó xìng de rén zhǎo zhǔn zhè tiáo lù jiù hǎo
做一个拥有佛性的人，找准这条路就好
hǎo xué xià qù zhí dào jiā tíng gǎi biàn zì jǐ de rén shēng gǎi
好学下去，直到家庭改变、自己的人生改
biàn zhè jiù shì nǐ yào xún zhǎo de fó
变，这就是你要寻找的佛。

yí gè rén yào péi yǎng hǎo hěn duō de xí guàn hěn duō rén
一个人要培养好很多的习惯，很多人
shuō wǒ de xí guàn hěn nán gǎi shí jì shàng méi yǒu yí gè rén
说我的习惯很难改，实际上没有一个人

de xí guàn shì tiān shēng de jiù shì yīn wei zì jǐ rèn wéi wǒ
的习 惯 是 天 生 的， 就 是 因 为 自 己 认 为 “ 我
jiù shì zhè yàng de cháng shí jiān de zhí zhuó cháng shí jiān
就 是 这 样 的 ” ， 长 时 间 的 执 著 、 长 时 间
de zhuī qiú ràng zì jǐ biàn de gèng jiā wán gù bù kěn gǎi biàn
的 追 求， 让 自 己 变 得 更 加 顽 固， 不 肯 改 变
zì jǐ
自 己。

rén dì yī yào dǒng gǎn ēn yīn wei wǒ men shì xué pú sà
人 第 一 要 懂 感 恩， 因 为 我 们 是 学 菩 萨，
pú sà shì zuì yǒu gǎn ēn xīn de nǐ men xiǎng yi xiǎng shì shuí
菩 萨 是 最 有 感 恩 心 的， 你 们 想 一 想， 是 谁
ràng nǐ men xué dào le fó fǎ shì shuí bú shì shī fu shì wǒ
让 你 们 学 到 了 佛 法， 是 谁？ 不 是 师 父， 是 我
men wēi dà de fó tuó shì jiā móu ní fó
们 伟 大 的 佛 陀 释 迦 牟 尼 佛。

méi yǒu fó tuó dāng nián de chī kǔ méi yǒu fó tuó dāng
没 有 佛 陀 当 年 的 吃 苦， 没 有 佛 陀 当
nián de fù chū wǒ men nǎ yǒu jīn tiān de fó jiào hé fó xué xī
年 的 付 出， 我 们 哪 有 今 天 的 佛 教 和 佛 学？ 希
wàng dà jiā yào dǒng de gǎn ēn dì èr yào dǒng de jié shàn yuán
望 大 家 要 懂 得 感 恩。 第 二 要 懂 得 结 善 缘，
xiǎng yi xiǎng zhè cì yǒu duō shǎo rén lái lǎo mā ma bù kě néng
想 一 想 这 次 有 多 少 人 来， 老 妈 妈 不 可 能

yí gè rén guò lái, zhè xiē fó yǒu dōu shì tā de qīn rén shàng
一个人过来, 这些佛友都是她的亲人。上
cì yǒu yí gè nèi měng gǔ de lǎo mā ma gēn tái zhǎng yí jià fēi jī,
次有一个内蒙古的老妈妈跟台长一架飞机,
biān shàng yǒu yí gè nián qīng nǚ hái zi yì zhí zhào gù tā tái
边上有一个年轻女孩子一直照顾她, 台
zhǎng yǐ wéi shì tā de hái zi lǎo mā ma gào sù wǒ shuō tā
长以为是她的孩子, 老妈妈告诉我说: “她
bǐ wǒ de hái zi hái yào qīn wǒ shén me dōu gǎo bù qīng chǔ
比我的孩子还要亲, 我什么都搞不清楚,
tā yí lù shàng zhào gù wǒ zhè jiù shì fó yuán rén yào xué
她一路上照顾我。”这就是佛缘, 人要学
fó jìng jiè jiù huì gāo rú guǒ yí gè rén bù dǒng de jié shàn
佛, 境界就会高, 如果一个人不懂得结善
yuán jiù huì shī qù fó yuán fó yuán jiù zài shàn yuán dāng
缘, 就会失去佛缘, 佛缘就在善缘当
zhōng guǎng jié shàn yuán cái néng chéng quán fó yuán
中, 广结善缘才能成全佛缘。

rén shēng yǒu liǎng gè jī běn diǎn rén jiān dōu shì xū huàn
人生有两个基本点, 人间都是虚幻
de dōu shì mèng huàn shì jiè wǒ men dào rén jiān lái zhǐ shì yí
的, 都是梦幻世界, 我们到人间来只是一
gè guò lù kè shén me shì qing bú yào kàn de tài zhòng tān
个过客, 什么事情不要看得太重。贪
chēn chī de chēn wèi shén me zuǒ bian shì yí gè mù yòu
瞋痴的瞋, 为什么左边是一个“目”右

bian shì yí gè zhēn yīn wei dāng nǐ de yǎn jīng bǎ zhè ge
边是一个“真”？因为当你的眼睛把这个
shì qīng kàn de zhēn de shí hou nǐ jiù huì hèn zhè ge shì shì jiè
事情看得真的时候，你就会恨。这个是世界
yí qiè dōu shì jiǎ de jiù xiàng wǒ men xiǎo shí hou bǎ hěn duō shì
一切都是假的，就像我们小时候把很多事
qing kàn de hěn yán zhòng shí jì shàng dōu shì mèng huàn xū
情看得很严重，实际上都是梦幻虚
huàn zhī xiàng rén jiān yào xué de hú tu yī diǎn yīn wei wǒ
幻之相。人间要学的糊涂一点，因为我
men shì lái zuò kè de wǒ men yě bù xiǎng bǎ bié rén jiā de dōng
们是来做客的，我们也不想把别人家的东
xi quán bù dài zǒu wǒ men dài bù zǒu shì jiè shàng suǒ yǒu de
西全部带走。我们带不走世界上所有的
dōng xi yīn wei wǒ men méi yǒu dài lái méi yǒu dài lái de
东西，因为我们没有带来，没有带来的
dōng xi yě bù kě néng dài zǒu lián wǒ men de shēn tǐ dōu dài
东西也不可能带走，连我们的身体都带
bù zǒu zhè jiù shì wù xìng xué fó rén yào yǒu wù xìng dǒng
不走，这就是悟性。学佛人要有悟性，懂
de suí yuán fàng de xià yí qiè wéi xīn zào shì jiè shàng de yí
得随缘，放得下，一切唯心造，世界上的一
qiè dōu shì nǐ xiǎng xiàng chū lái de yào xué fó hǎo hǎo bài fó
切都是你想象出来的，要学佛，好好拜佛，
xīn zhōng yǒu fó cái néng jiāng fó cháng zhù zài xīn
心中有佛才能将佛常住在心。

rén zài shì jiè dāng zhōng dì èr gè jī běn diǎn shì jīng jìn diǎn
人在世界当中第二个基本点是精进点，
yǎng hǎo zì jǐ de shēng mìng zhī qì rén de shēng mìng suī rán
养好自己的生命之气。人的生命虽然
kě guì dàn shì ròu tǐ huì sǐ wáng ér jīng shén jiù shì yì zhǒng
可贵，但是肉体会死亡，而精神就是一种
qì chǎng zhèng néng liàng de rén huó de cháng fù néng liàng
气场，正能量的人活得多长，负能量
de rén huó de duǎn wèi shén me yīn wei fù néng liàng shì bǎ
的人活得短，为什么？因为负能量是把
shì jiè suǒ yǒu yí qiè wǎng bù hǎo de xiǎng ér zhèng néng liàng
世界所有一切往不好的想，而正能量
bǎ yí qiè kàn dào tā de jiāng lái hé qián tú xué fó rén yōng yǒu
把一切看到它的将来和前途。学佛人拥有
yí gè měi hǎo de míng tiān bù xué fó de rén de tòng kǔ shì yí
一个美好的明天，不学佛的人的痛苦是一
bèi zi de wǒ men xiàn zài suī rán hái yǒu tòng kǔ dàn shì wǒ
辈子的，我们现在虽然还有痛苦，但是我
men de tòng kǔ shì yí zhèn zi xī wàng xué fó rén yào yǒu cí
们的痛苦是一阵子。希望学佛人要有慈
bēi xīn bú yào bǎ shì jiè kàn de tài zhēn yào jīng jìn xiū xíng
悲心，不要把世界看得太真，要精进修行，
wǒ men de jiā bú shì zài rén jiān ér shì zài pú sà de dà jiā yuán
我们的家不是在人间，而是在菩萨的大家园。
wǒ men yào dǒng de rén xiǎo shí hou zài zhǎng shēn tǐ dàn shì
我们要懂得，人小时候在长身体，但是
děng dào wǒ men zhǎng dà le shēn tǐ bù zhǎng le wǒ men
等到我们长大了，身体不长了，我们

zhǎng le hěn duō de xīn yǎn wǒ men kàn dào bié rén huì jí dù
长 了 很 多 的 心 眼 ， 我 们 看 到 别 人 会 嫉 妒 ，
wǒ men kàn dào bié rén huì hèn jué de wèi shén me shì jiè bù
我 们 看 到 别 人 会 恨 ， 觉 得 为 什 么 世 界 不
gōng píng zhè xiē dōu shì nǐ de xīn suǒ wéi tái zhǎng xī wàng
公 平 ， 这 些 都 是 你 的 心 所 为 ， 台 长 希 望
nǐ men bú yào huó de zhè me lèi zài huái yí hé jí dù dāng
你 们 不 要 活 得 这 么 累 。 在 怀 疑 和 嫉 妒 当
zhōng shēng huó zǒng bǎ bié rén wǎng huài chù xiǎng jiù huì shī
中 生 活 ， 总 把 别 人 往 坏 处 想 ， 就 会 失
qù nǐ de lǐ xiǎng tiān tiān bǎ bié rén dāng chéng pú sà nǐ
去 你 的 理 想 ； 天 天 把 别 人 当 成 菩 萨 ， 你
hěn kuài jiù chéng fó rén shēng jiù shì zài fó hé rén hé mó zhī
很 快 就 成 佛 。 人 生 就 是 在 佛 和 人 和 魔 之
jiān tiān tiān zhēng dòu yí gè xié niàn ràng nǐ cóng rén biàn chéng
间 天 天 争 斗 ， 一 个 邪 念 让 你 从 人 变 成
mó yí gè zhèng niàn ràng nǐ cóng rén biàn chéng fó xī wàng
魔 ， 一 个 正 念 让 你 从 人 变 成 佛 ， 希 望
dà jiā měi tiān zhèng niàn cháng zhù hǎo hǎo xiǎng yi xiǎng wǒ
大 家 每 天 正 念 常 住 ， 好 好 想 一 想 ， 我
jīn tiān shì bu shì rén jiān de fó yīn wei wǒ jiāng lái jiù shì yí gè
今 天 是 不 是 人 间 的 佛 ， 因 为 我 将 来 就 是 一 个
wèi lái fó
未 来 佛 。

bú yào zì jǐ huó zhe yuè lái yuè gū dú wǒ men zài shè huì
不要自己活着越来越孤独，我们在社会
shàng yǔ rén xiāng chǔ yào shàn bù néng ràng zì jǐ gū lì jiǔ
上与人相处要善，不能让自己孤立，久
ér jiǔ zhī rén shēn shàng de bìng dōu huì chū lái zì bì zhèng
而久之人身上的病都会出来，自闭症、
kǒng jù zhèng yōu yù zhèng yào zuò dào wú yǒu kǒng bù
恐惧症、忧郁症要做到无有恐怖
wú kǒng bù gù yí gè rén xiǎng méi yǒu kǒng bù xīn zhōng yào
无恐怖故。一个人想没有恐怖，心中要
yǒu zhèng néng liàng bǎ bié rén dōu dāng chéng xiōng dì jiě mèi
有正能量，把别人都当成兄弟姐妹、
fù mǔ hái zi jiù méi yǒu rén huì hé nǐ zuò è zhòng zuì yào
父母、孩子，就没有人会和你作恶。众罪要
jiē chàn huǐ yào jiāng zì jǐ de shàn gēn chéng jiù zhòng shēng
皆忏悔，要将自己的善根成就众生，
měi yí gè de shàn xīn nán dào zhǐ shì zài jiā lǐ wǒ men yào
每一个的善心难道只是在家里？我们要
guǎng dù yǒu yuán bǎ zì jǐ pú sà de gēn xìng zuì cí bēi de
广度有缘，把自己菩萨的根性、最慈悲的
běn xìng bù shī chū lái ràng shè huì gèng duō rén xiàn chū ài xīn
本性布施出来，让社会更多人献出爱心，
xiàn chū cí bēi xīn zhè jiù shì pú sà xīn
献出慈悲心，这就是菩萨心。

yǒu wèi fó yǒu wèn tái zhǎng tái zhǎng wǒ xiàn zài yǐ
有位佛友问台长：“台长，我现在已
jīng shì dān shēn le wǒ lí hūn le zhé mó le wǒ zhè me duō
经是单身了，我离婚了，折磨了我这么多
nián de hūn yīn wǒ zhōng yú jiě tuō le wǒ yào zěn me xiū
年的婚姻，我终于解脱了！我要怎么修
a tái zhǎng shuō nǐ yào fàng xià zhè wèi fó yǒu
啊？”台长说：“你要放下。”这位佛友
shuō wǒ yǐ jīng fàng xià le wǒ duì tā shuō nǐ fàng
说：“我已经放下了。”我对他说：“你放
xià le wèi shén me yí jiàn dào wǒ jiù tí nǐ de hūn yīn shuō
下了？为什么一见到我就提你的婚姻？说
míng nǐ gēn běn méi yǒu fàng xià rú guǒ nǐ zhēn de fàng xià
明你根本没有放下。如果你真的放下，
hái huì zài wǒ miàn qián shuō zhé mó wǒ zhè me duō nián de hūn
还会在我面前说‘折磨我这么多年的婚
yīn ràng wǒ zhè me tòng kǔ ma fàng xià jiù shì jiě tuō
姻让我这么痛苦’吗？”放下就是解脱，
dāng jí fàng xià dāng jí jiě tuō dāng jí dǒng de kǔ hǎi wú
当即放下，当即解脱，当即懂得苦海无
biān huí tóu shì àn
边回头是岸。

zài diàn yǐng cáng lóng wò hǔ dāng zhōng yǒu yí duàn
在电影《藏龙卧虎》当中有一段
tái cí wǒ zài fǎ guó kāi fǎ huì de shí hou jiǎng guò dāng
台词，我在法国开法会的时候讲过，“当

nǐ jǐn wò shuāng shǒu de shí hou lǐ miàn shén me dōu méi yǒu
你紧握 双 手 的 时 候 ， 里 面 什 么 都 没 有 ，

dāng nǐ dǎ kāi shuāng shǒu shì jiè dōu zài nǐ de shǒu shàng
当 你 打 开 双 手 ， 世 界 都 在 你 的 手 上 。”

dǎ kāi zì jǐ de xiōng huái ràng zì jǐ de xīn shì fàng chū pú sà
打 开 自 己 的 胸 怀 ， 让 自 己 的 心 释 放 出 菩 萨

cí bēi de néng liàng jiā tíng huì měi mǎn shè huì huì hé xié
慈 悲 的 能 量 ， 家 庭 会 美 满 ， 社 会 会 和 谐 ，

shì jiè jiù huì hé píng bǎ zì jǐ de xīn fàng kāi jiē shòu měi hǎo
世 界 就 会 和 平 。 把 自 己 的 心 放 开 ， 接 受 美 好

de rén jiān shì wù hé rén wàng jì bēi shāng hé tòng kǔ de shì
的 人 间 事 物 和 人 ， 忘 记 悲 伤 和 痛 苦 的 事

qing jiāng yōng yǒu zhè ge shì jiè xué huì fàng kāi xiōng huái
情 ， 将 拥 有 这 个 世 界 。 学 会 放 开 胸 怀 ，

xué xí dà hǎi zhè me de kuān guǎng hǎi nà bǎi chuān yǒng
学 习 大 海 ， 这 么 的 宽 广 、 海 纳 百 川 ， 永

yuǎn chǔ zài zuì dī chù wǒ men yào huó zài xī wàng dāng zhōng
远 处 在 最 低 处 ， 我 们 要 活 在 希 望 当 中 ，

bú yào huó zài shī wàng dāng zhōng guò qù de jiù shì guò qù
不 要 活 在 失 望 当 中 ， 过 去 的 就 是 过 去 ，

wèi lái de hái méi yǒu dào guò qù de yǐ jīng guò qù xiàn zài
未 来 的 还 没 有 到 ， 过 去 的 已 经 过 去 ， 现 在

jiù shì dāng xià jīn gāng jīng shuō guò qù bù kě dé wèi lái
就 是 当 下 ， 金 刚 经 说 “ 过 去 不 可 得 ， 未 来

bù kě dé xiàn zài bù kě dé
不 可 得 ， 现 在 不 可 得 ” 。

wǒ men yào dǒng de bǎ pú sà de guān niàn shēn shēn de zhā
我们要懂得把菩萨的观念深深地扎
zài zì jǐ xīn zhōng , cháng fú shì zì jǐ méng bì de zì xìng
在自己心中，常拂拭自己蒙蔽的自性
guāng míng yǒu de nán de zài fā pí qì de shí hou gēn běn méi
光明。有的男的在发脾气的时候根本没
yǒu rén xìng yǒu yí gè nán de gēn tā tài tai chǎo jià shí zài tài
有人性，有一个男的跟他太太吵架，实在太
shēng qì le ná qǐ yí gè bēi zi zá guò qù kàn jiàn tài tai xuè
生气了，拿起一个杯子砸过去，看见太太血
liú mǎn miàn zhè shí tū rán liáng xīn fā xiàn zhè ge shì qing jiù
流满面，这时突然良心发现，这个事情就
shì gào sù dà jiā dāng wǒ men shòu méng bì de shí hou wǒ
是告诉大家，当我们受蒙蔽的时候，我
men zhē zhù le zì jǐ shàn liáng hé cí bēi de běn xìng dāng wǒ
们遮住了自己善良和慈悲的本性；当我
men zhī dao zì jǐ zuò cuò de shí hou cái huì qù cā shì zhè kē yǐ
们知道自己做错的时候，才会去擦拭这颗已
jīng bèi wǔ yù liù chén suǒ wū rǎn de xīn wǒ men yào zì wǒ guān
经被五欲六尘所污染的心。我们要自我关
zhào zì jǐ kàn yi kàn měi tiān yǒu duō shǎo zì sī zì lì de
照，自己看一看每天有多少自私自利的
xíng wéi zhàng ài wǒ men ràng wǒ men de lǐ xìng hé qíng gǎn
行为障碍我们，让我们的理性和情感
shī qù píng héng yǒu duō shǎo rén wèi le sī rén de yù wàng qù
失去平衡，有多少人为了私人的欲望去
zuò shāng tiān hài lǐ de shì qing wǒ men yào yǒu zé rèn wǒ
做伤天害理的事情？我们要有责任心，我

men fù chū de ài huì dé dào huí bào fù chū de cí bēi huì dé
们 付 出 的 爱 会 得 到 回 报 ， 付 出 的 慈 悲 会 得
dào huí bào xué fó ràng yí gè rén xué huì yuē shù zì jǐ xué
到 回 报 。 学 佛 让 一 个 人 学 会 约 束 自 己 ， 学
huì dǒng de zūn zhòng zhēn lǐ jìng zhòng fó fǎ kě yǐ ràng
会 懂 得 尊 重 真 理 、 敬 重 佛 法 ， 可 以 让
shè huì chōng mǎn ài ràng rén jiān xiǎng shòu rén jiān de tiān táng
社 会 充 满 爱 ， 让 人 间 享 受 人 间 的 天 堂
zhī ài
之 爱 。

fó tuó céng jīng jiǎng guò zhuī qiú shì yì zhǒng jīng shén
佛 陀 曾 经 讲 过 ， 追 求 是 一 种 精 神 ，
yǒng yú shě qù shì yì zhǒng jìng jiè wǒ men yào fàng xià xīn
勇 于 舍 去 是 一 种 境 界 。 我 们 要 放 下 心
zhōng de zhí zhuó dǒng de zěn yàng ài hù zì jǐ de xīn xiōng
中 的 执 著 ， 懂 得 怎 样 爱 护 自 己 的 心 胸 ，
ràng zì jǐ de shě qù bǐ zhuī qiú xiǎn de gèng wěi dà zhè ge shì
让 自 己 的 舍 去 比 追 求 显 得 更 伟 大 。 这 个 世
jiè shàng néng shě zhī rén de xīn xiōng shì zuì tǎn dàng zuì wěi dà
界 上 能 舍 之 人 的 心 胸 是 最 坦 荡 、 最 伟 大
de dāng nǐ shě qù le bù hǎo de xí guàn nǐ huì wú bǐ kuài lè
的 。 当 你 舍 去 了 不 好 的 习 惯 ， 你 会 无 比 快 乐 ；
dāng nǐ shě qù nǐ de ài bù shī gěi shì jiè shàng suǒ yǒu de
当 你 舍 去 你 的 爱 ， 布 施 给 世 界 上 所 有 的

zhòng shēng nǐ jiāng dé dào jīng shén de chāo yuè dé dào xīn
众 生 ， 你 将 得 到 精 神 的 超 越 ， 得 到 心
líng zhēn zhèng de jiě tuō
灵 真 正 的 解 脱 。

wǒ men rén yào xué huì chéng shòu tòng kǔ yǒu xiē tòng kǔ
我 们 人 要 学 会 承 受 痛 苦 ， 有 些 痛 苦
shì yīn wei bù lǐ jiě cái huì tòng kǔ tòng kǔ jiāo huì le wǒ men
是 因 为 不 理 解 才 会 痛 苦 ， 痛 苦 教 会 了 我 们
wèi rén chǔ shì de fāng fǎ xué fó rén yào dǒng de jì rán zài
为 人 处 世 的 方 法 。 学 佛 人 要 懂 得 ， 既 然 在
zhè ge shì jiè shàng wú fǎ táo bì xiàn shí yǔ gǎn qíng de zhé mó
这 个 世 界 上 无 法 逃 避 现 实 与 感 情 的 折 磨 ，
jiù yào yǒng gǎn de qù miàn duì tā jiē shòu tā yīn wei zhè ge
就 要 勇 敢 的 去 面 对 它 、 接 受 它 ， 因 为 这 个
shì jiè méi yǒu yì tiān bù gěi wǒ men dài lái fán nǎo zhè ge shì jiè
世 界 没 有 一 天 不 给 我 们 带 来 烦 恼 ， 这 个 世 界
shì fán nǎo dào xiū xīn jiù shì yào gǎi biàn zì jǐ xué huì dǒng
是 烦 恼 道 。 修 心 就 是 要 改 变 自 己 ， 学 会 懂
de zūn zhòng fó fǎ jiù shì yǒng yú jiū zhèng zì jǐ de xīn tài rén
得 尊 重 佛 法 就 是 勇 于 纠 正 自 己 的 心 态 。 人
gēn rén zhī jiān shí jì shàng méi yǒu tài dà de qū bié zhēn zhèng
跟 人 之 间 实 际 上 没 有 太 大 的 区 别 ， 真 正
de qū bié zài yú měi gè rén de xīn tài xīn tài hǎo de rén kuài kuài
的 区 别 在 于 每 个 人 的 心 态 ， 心 态 好 的 人 快 快
lè lè guò jǐ shí nián xīn tài bù hǎo de rén bēi bēi qiè qiè guò jǐ
乐 乐 过 几 十 年 ， 心 态 不 好 的 人 悲 悲 切 切 过 几

shí nián wǒ men xué fó rén zhī shū dá lǐ dǒng de fó fǎ zhī
十年，我们学佛人知书达理、懂得佛法、知
xiǎo fó xìng yǔ qí tòng kǔ de huó jǐ shí nián hái bù rú kuài
晓佛性，与其痛苦得活几十年，还不如快
kuài lè lè de jiē shòu hé chéng shòu tā rán hòu gǎi biàn tā
快乐乐地接受和承受它，然后改变它，
kuài lè de xiǎng shòu tā cái néng xiāo chú rén jiān de yè zhàng
快乐地享受它，才能消除人间的业障，
dào tiān shàng guān shì yīn pú sà de huái bào
到天上观世音菩萨的怀抱。