

Membangkitkan Sifat Kebuddhaan di Dalam Hati, Membangun Tanah Suci dalam Batin (Bagian 1)

Seminar Dharma Hong Kong, 20 Juni 2015

Sukacita Dharma membawa kebebasan, ajaran Buddha Dharma membuka hati dan pikiran. Terima kasih kepada Guan Shi Yin Pu Sa Yang Maha Welas Asih dan Maha Penyayang. Terima kasih kepada para Dewa Pelindung Dharma, dan para Buddha! Terima kasih kepada para biksu dan para tamu terhormat, serta para teman se-Dharma dan relawan dari berbagai negara di seluruh dunia, serta para relawan dari Korps Penyelamat St. John Hong Kong — terima kasih atas segala pengabdian kalian, jasa kebajikan tiada tara! Berkat belas kasih para Bodhisattva, terselenggaralah seminar Dharma yang begitu agung ini, yang membantu lebih banyak orang terbebas dari penderitaan dan memperoleh kebahagiaan, membangun Tanah Suci dalam kemanusiaan dan dalam pikiran. Menutup pintu bagaikan berada di pegunungan sunyi. Bila hati tenang, di mana pun dapat melihat Tanah Suci. Seseorang yang

tidak serakah adalah orang yang memiliki potensi kesadaran. Seseorang yang tidak membenci adalah orang yang memahami hukum sebab-akibat. Seseorang yang tidak bodoh adalah orang yang berpuas diri dan selalu bahagia. Hanya dengan meninggalkan nafsu keinginan, barulah seseorang dapat mencapai kebebasan dan pembebasan sejati dalam batin.

Kebudayaan Tiongkok memiliki sejarah yang panjang dan mendalam. Ajaran Buddha Dharma membimbing kehidupan manusia. Pendidikan Konfusianisme melalui ajaran Kongzi dan Mengzi membuat manusia menjadi lebih rasional, mencintai negara dan rakyat, negara makmur dan rakyat hidup damai. Kita harus menggunakan ajaran Buddha Dharma untuk membangun rumah batin yang sehat, menggunakan welas asih untuk menguraikan penderitaan dan kesedihan dunia, serta menggunakan kekuatan tekad untuk mewujudkan dunia batin yang suci dan damai. Kehidupan manusia dijalani melalui

berbagai pilihan, dan pilihan itu bergantung pada kebijaksanaan. Banyak orang karena salah memilih dalam hidupnya, akhirnya menyakiti dirinya sendiri, juga menyakiti keluarganya dan orang lain. Hari ini, kita memilih untuk belajar Buddha Dharma, ini dapat mengubah seluruh hidup kita. Kita harus menggunakan kebijaksanaan untuk hidup di dunia yang penuh dengan kerisauan ini, karena kerisauan adalah bodhi. Orang yang mampu menyelesaikan masalah disebut cerdas, sedangkan mereka yang mampu mengatasi kerisauan di dunia adalah Bodhisattva di dunia.

Di dunia ini, segala sesuatu tidaklah kekal. Gempa bumi besar di Nepal menewaskan hampir sepuluh ribu orang. Topan yang menyebabkan kapal tenggelam telah menyeret berapa banyak jiwa ke kota kematian yang sia-sia. Wabah Ebola menewaskan tujuh ribu orang. Kecelakaan lalu lintas di seluruh dunia merenggut 12,4 juta nyawa, dan di antaranya ada 270.000 orang yang meninggal karena kecelakaan pejalan kaki. Keluar

rumah saja sudah membuat orang khawatir akan kematian — ini adalah kenyataan. Bencana alam dan bencana ulah manusia terus terjadi, kecelakaan pesawat, setiap hari setiap orang takut dirinya akan terkena kanker, hidup dalam ketakutan. Di dunia ini, rata-rata setiap satu menit ada satu penderita kanker yang meninggal. Setiap menit, 106 orang meninggal di seluruh dunia, dan dalam setahun jumlahnya mencapai 5,5 juta orang, Ditambah lagi dengan ratusan juta orang yang menderita depresi, fobia, gangguan jiwa, dan berbagai penyakit yang membuat mereka tersiksa hingga merasa hidup lebih buruk daripada mati. Kita harus berpikir, manusia sama sekali tidak mampu melindungi dirinya sendiri. Kita bahkan tidak bisa melindungi diri kita sendiri, bagaimana mungkin kita bisa melindungi anak-anak kita, orang tua kita, atau kerabat kita? Penyakit timbul dari hati, kita hidup dalam penderitaan dan kerisauan, maka kita harus belajar membebaskan jiwa. Ada orang bertanya kepada Master, “Apa itu pencerahan?” — Pencerahan adalah bisa berpikiran terbuka “Apa itu pembebasan?” Orang

yang bisa berpikiran mengerti, melihat melampaui kebenaran, tidak masalah, tidak serakah, tidak menuntut, berpuas diri dan selalu bahagia, maka akan terbebaskan.

Ada orang yang menghabiskan setengah dari hidupnya untuk kerisauan yang tiada akhir. Orang dalam kesibukan hidup yang ekstrem, meskipun telah memperoleh kehormatan, kekayaan, kedudukan, dan berbagai pencapaian yang gemilang, namun semua itu dibayar mahal dengan hilangnya kesehatan, kasih sayang keluarga, persahabatan, dan cinta. Tak seorang pun benar-benar memahami betapa keras dan menyakitkannya kenyataan yang harus ditukar demi mendapatkan ketenaran dan kedudukan itu. Semua ketenaran itu akan segera lenyap seiring berlalunya waktu. Ketika seseorang disiksa oleh penyakit, banyak orang masih keras kepala dan tidak sadar, terus memaksakan diri, mengorbankan hidupnya demi mengejar segala hal duniawi yang ilusi, tanpa berpikir atau merenungkan panggilan sifat Kebuddhaan yang

terdalam di dalam hatinya. Orang sama sekali tidak memahami bagaimana menggunakan sifat Kebuddhaan itu untuk membuat batinnya mencapai keadaan yang paling sempurna. Praktisi Buddhis harus menggunakan sifat Kebuddhaan yang paling murni dalam lubuk hatinya untuk hidup. Hanya dengan memahami sifat Kebuddhaan, seseorang dapat merasa puas. Di dunia ini, kita harus meneladani Bodhisattva dan berperilaku seperti Buddha, agar kelak dapat menjadi Buddha atau Bodhisattva di Alam Surga.

Banyak orang dalam hidupnya telah melakukan banyak kesalahan. Banyak pula yang merasa gelisah dan tersiksa karena kesalahan yang pernah mereka perbuat. Masa lalu hanya mewakili masa lalu, ia tidak seharusnya menjadi alasan untuk kehilangan keyakinan terhadap masa depan diri sendiri. Banyak orang sering mengenang, menyesali, dan meratapi kehilangan hanya akan menambah kerisauan mereka. Memandang rendah diri sendiri akan kehilangan sifat dasar.

Seorang anak berusia lima belas tahun sangat nakal, kasar, dan tidak sopan. Di sekolah, ia sering membuat masalah dan berkelahi dengan teman-temannya, sehingga tidak ada seorang pun yang mau bermain dengannya. Ia merasa dirinya sudah tidak bisa tertolong lagi. Namun, ada satu guru bernama Ferra yang berbeda. Suatu hari setelah pulang sekolah, Ferra memanggilnya dan berkata, "Guru sedang menghadapi sebuah pertanyaan sulit. Bisakah kamu membantu guru menemukan jawabannya? Ada tiga kandidat: Yang pertama, agak percaya takhayul, memiliki dua selingkuhan, merokok berat, dan sangat gemar minum alkohol. Yang kedua, suka bermalasan-malasan di tempat tidur, biasanya siang hari baru bangun. Ia pernah mengisap opium -- candu. Yang ketiga, pernah menjadi pahlawan perang negaranya, tidak merokok, hanya sesekali minum bir, dan semasa mudanya tidak pernah melakukan hal yang melanggar hukum. Nak, jika Tuhan harus memilih satu di antara tiga orang ini untuk menjadi seseorang yang membawa manfaat bagi umat

manusia, menurutmu siapa yang akan dipilih-Nya?" Anak itu berkata, "Tentu saja orang ketiga." Ferra berkata, "Tidak benar. Tahukah kamu siapa orang ketiga itu? Dia adalah Adolf Hitler, kejahatannya dikutuk oleh seluruh orang di dunia." Anak itu menatap gurunya dengan tatapan kosong, tidak mengerti maksudnya. Guru Ferra kemudian melanjutkan, "Kalau begitu, tahukah kamu siapa dua orang pertama tadi?" Ferra berhenti sejenak, lalu berkata, "Orang pertama bernama Franklin Roosevelt, satu-satunya presiden dalam sejarah Amerika Serikat yang terpilih kembali beberapa kali. Orang kedua adalah Winston Churchill, ia adalah perdana menteri paling terkenal dalam sejarah Inggris." Ferra menggelus kepala anak itu dan berkata, "Nak, kamu baru saja memulai hidupmu. Kehormatan dan keterpurukan di masa lalu hanya mewakili masa lalu. Jika kamu mau memperbaiki kekuranganmu di masa lalu, segalanya bisa dimulai kembali." Mata anak itu berlinang air mata, dan ia mengangguk dengan tekad yang kuat. Bertahun-tahun kemudian, nama itu dikenal

banyak orang, ia adalah Robert Harrison, finansial muda paling terkenal di Wall Street.

Hati manusia bagaikan sebuah pabrik dosa yang beroperasi 24 jam tanpa henti sepanjang tahun. Setiap hari hidup dalam keserakahan, kebencian, dan kebodohan, terus-menerus menciptakan karma. Di dunia ini tidak ada kesalahan yang terjadi tanpa niat, semua kesalahan berasal dari hati. Orang yang membina pikiran harus mampu mengendalikan hatinya sendiri. Tujuan dari membina diri adalah untuk mengenali hati kita, menemukan kembali diri yang tersesat, dan menyempurnakan kesadaran sejati dalam kehidupan. Seorang praktisi Buddhis sejati menekankan pada pembinaan diri. Membina diri harus membina pikiran; belajar Buddha Dharma berarti membina pikiran dan membina diri. Orang yang terlalu peduli pada dirinya sendiri biasanya memiliki lebih banyak kerisauan. Terlalu peduli pada diri sendiri, kerisauan akan semakin banyak. Sedangkan mereka yang tanpa pamrih dan selalu

memikirkan orang lain hidup dengan penuh kebaikan, bebas, dan bahagia. Tidak terikat pada hal apa pun, hati pun tenang tiada halangan. Seseorang yang tidak mampu memaafkan orang lain tidak akan pernah merasakan kedamaian di hati. Kita harus meninggalkan kecerdikan duniawi dan mencari kebijaksanaan sejati yang berasal dari sifat dasar kita. Jika ingin membuat orang lain bahagia, pertama-tama kita sendiri harus bahagia. Harus membuat sifat Kebuddhaan kita tetap abadi, kebajikan Buddha menetap selamanya, semoga kita dapat bertahan sepanjang masa, memberi manfaat dan kebahagiaan bagi semua makhluk.

Di New York, ada sebuah gedung pencakar langit bernama Empire State Building. Di Taipei, ada pula gedung tinggi bernama Starlight Tower. Keduanya menjulang tinggi, tetapi untuk membangun gedung seperti itu, dibutuhkan waktu tiga tahun hanya untuk mengerjakan fondasinya. Setelah fondasi selesai, barulah dalam waktu sekitar satu setengah tahun

gedung yang megah itu dapat berdiri. Karena itu, semakin tinggi sebuah bangunan, semakin kokoh pula fondasinya harus dibuat. Seorang praktisi Buddhis yang ingin benar-benar berhasil dalam pembelajaran Dharma, maka kepribadian, sifat dasar, dan karma pribadi harus diperhatikan. Jika fondasi diri tidak kuat, bagaimana mungkin bisa naik ke surga dan berjumpa dengan Guan Shi Yin Pu Sa? Hanya dengan fondasi yang kokoh, barulah seseorang dapat mencapai pembinaan yang tinggi. Banyak orang setiap hari ingin meraih kesuksesan, tetapi mereka tidak mau bersungguh-sungguh. Penulis terkenal Lin Qingxuan sering berkata, "Saya adalah anak seorang petani. Keluarga saya sudah empat generasi bertani. Setiap tahun hanya ada satu kali panen, tetapi kami tetap harus turun ke ladang setiap hari, bekerja dan membajak tanah. Hanya dengan kerja keras setiap hari, pada akhir tahun barulah kami bisa memanen hasilnya." Setiap kali kita melihat banyak orang mengantre menunggu lift, selalu ada juga orang yang memilih naik tangga. Meskipun naik tangga lebih melelahkan, tetapi malah akan lebih cepat. Ada orang

yang sepanjang hari menunggu lift, seperti halnya banyak orang di masyarakat sekarang yang terus menunggu kesempatan. Namun, ada juga orang yang terus menaiki tangga. Ketika mereka sudah sampai di atas dan menyelesaikan urusannya, lalu turun kembali, mereka masih melihat antrean panjang di depan lift, orang-orang itu masih menunggu. Karena terlalu banyak yang menunggu lift, kesempatan bagi mereka justru menjadi semakin sedikit. Logika yang sama, jika kita meninggalkan "lift kehidupan", kita akan mengerti bahwa tidak ada jalan pintas menuju kesuksesan. Semuanya mengandalkan kesungguhan hati dalam menekuni Dharma. Praktisi Buddhis tidak ada jalan pintas. Semua harus dimulai dari diri sendiri, melafalkan paritta, melakukan pelepasan makhluk hidup, berikrar, harus tekun, siap menanggung penderitaan, serta kesabaran. Inilah fondasimu, dan inilah awal dari perjalananmu dalam belajar Buddha Dharma.

Ada seorang pemuda dari Hangzhou, pada usia 18 tahun, ia diterima di Universitas Tongji di Shanghai. Ketika berusia 20 tahun, ia dikirim ke Universitas München di Jerman untuk melanjutkan studi. Pada usia 26 tahun, ia meraih gelar doktor dan kemudian bekerja di fakultas kedokteran di Jerman. Delapan bulan kemudian, ia melakukan operasi pertamanya sebagai dokter, sebuah operasi kecil untuk usus buntu. Namun, lima hari setelah operasi, pasien tersebut meninggal dunia. Ia sangat sedih, hasil autopsi menunjukkan bahwa operasi itu tidak bermasalah, bukanlah kesalahannya. Namun, gurunya berkata satu kalimat, "Dia adalah seorang ibu dari empat anak." Kalimat ini menusuk hatinya seperti sebilah pisau, membuatnya tak pernah ia lupakan seumur hidupnya. Kata-kata itu memengaruhi lebih dari enam puluh tahun perjalanan kariernya sebagai ahli bedah, hingga akhirnya ia menjadi tokoh besar dalam dunia kedokteran Tiongkok—Akademisi Qiu Fazu. Ketika wartawan bertanya kepadanya, "Apa pencapaian terbesar dalam hidup Anda?" , ia berkata karena gurunya mengatakan "Dia

adalah seorang ibu dari empat anak.” Kalimat itu membuatnya belajar untuk memperlakukan serta mencintai setiap pasiennya dengan tulus dan sepenuh hati.”

Manusia seharusnya belajar berpuas diri di tengah penderitaan, belajar menjadi bijaksana setelah melalui cobaan, dan belajar berwelas asih setelah merasa terharu. Dalam perjalanan hidup, kita boleh mengingat sebab-akibat kehidupan dan masa lalu yang penuh penderitaan, tetapi juga harus melupakan, kita harus belajar bertobat untuk membuat diri sendiri menjadi lebih kuat dan berusaha lebih giat untuk menunaikan tanggung jawab hidup yang kita berikan demi semua makhluk.

Kita seharusnya melepaskan kebahagiaan yang seharusnya kita miliki. Banyak orang berpikir bahwa dirinya seharusnya bahagia. Kita manusia harus melepaskan kebahagiaan yang dianggap wajib dimiliki,

melepaskan keberhasilan yang dianggap seharusnya diraih, kamu akan menyadari bahwa hidup tidak lagi terasa begitu berat. Sang Buddha berkata: “Beberapa belenggu adalah kita sendiri yang mencarinya, beberapa penderitaan adalah kita sendiri yang bersedia. Tidak ada kemalangan yang mengikuti kita seperti bayangan, yang ada hanyalah kemelekatan yang enggan kita lepaskan bahkan sampai mati.” Percayalah pada kekuatan dirimu sendiri. Yang membelenggumu adalah dirimu sendiri, dan yang dapat membebaskanmu juga hanyalah dirimu sendiri. Penderitaan manusia terletak pada kemelekatan yang berlebihan terhadap apa yang dimilikinya. Dengan susah payah membesarkan anak, berpikiran bahwa anak pasti akan berbakti kepadamu. Di dunia ini, berpikir bahwa jika berbuat baik kepada orang lain, maka orang lain pasti akan membalas kebaikanmu. Mengira orang yang mencintaimu akan selamanya mencintaimu; mengira keluarga dan orang-orang terdekat akan selalu menemanimu ... menaruh semua keinginan dan harapan diri sendiri pada dunia yang setiap harinya berubah dan tidak kekal ini. Jika

lebih cepat menyadari bahwa manusia bisa berubah, segala hal di dunia ini akan berubah, bahkan benda-benda pun akan berubah, maka kita tidak akan membuat hidup kita sendiri menjadi sulit, juga tidak akan membuat diri sendiri sedih dan meneteskan lebih banyak air mata. Kehilangan dan memiliki hanyalah keadaan yang normal dalam hidup. Kita praktisi Buddhis memahami hukum karma, tahu Nidana dan balasan karma, maka kita bisa mengatasinya. Ketika jodoh datang, jodoh baik kita bisa melanjutkannya. Jika jodoh buruk datang, kita harus menguraikannya. Tidak peduli jodoh apapun yang datang, karena kita adalah praktisi Buddhis, kita harus belajar menyesuaikan jodoh.

Ketika kita merasa bahwa seharusnya kita bahagia, sebenarnya saat itulah kita harus berwaspada, karena penderitaan akan segera mulai. Mengapa demikian? Karena manusia memiliki satu pemahaman yang salah, selalu merasa bahwa segala sesuatu di dunia ini seharusnya berjalan sesuai keinginannya. Misalnya,

“Saham sudah turun begitu lama, saya rasa seharusnya naik kembali,” namun hasilnya malah terjebak rugi. Berpikir, “Bos begitu menghargai saya, seharusnya dia akan menaikkan gaji atau mempromosikan saya,” namun akhirnya kecewa. “Sudah lama berpacaran, dia pasti akan menikah denganku,” akhirnya berpisah. Akhirnya bisa menikah, merasa bahwa memiliki rumah tangga baru pasti akan membawa kebahagiaan, alhasil setiap hari bertengkar. Bertahun-tahun bekerja keras, merasa bahwa dirinya akan sukses, namun akhirnya gagal. Ketika kita menyadari bahwa hal-hal yang menurut kita seharusnya terjadi ternyata tidak terjadi, saat itulah kita akan mulai tidak bahagia. Kita mengeluh Tuhan tidak adil, lambat laun menjadi pikiran buntu, merasa hidup sangat lelah, bahkan merasa tidak sanggup lagi melanjutkan hidup. Hari demi hari, kita pun akan depresi dan jatuh sakit. Praktisi Buddhis asalkan bisa memahami makna sejati dari melepaskan yang dikatakan Sang Buddha. Melepaskan semua kebahagiaan yang kamu anggap harus miliki, barulah bisa memperoleh kebahagiaan sejati dalam hidup ini.

Ada sebuah humor kecil yang bercerita bahwa manusia tidak hanya pandai mencari masalah untuk dirinya sendiri, tetapi juga suka menimbulkan masalah bagi orang lain. Ada seorang wanita sering marah dan menderita sakit kepala. Selama bertahun-tahun, dokter tidak bisa menyembuhkan penyakitnya. Akhirnya, seorang dokter menyarankannya untuk segera menikah. Setahun kemudian, dokter itu bertemu kembali dengan wanita tersebut dan bertanya, “Bagaimana? Apakah sekarang kamu masih sering sakit kepala?” Wanita itu menjawab, “Terima kasih, Dokter. Sekarang saya sudah tidak sakit kepala lagi. Tetapi suami saya bilang, sejak menikah dengan saya, dia malah setiap hari sakit kepala.” Kita tidak boleh memaksakan atau menularkan kegelisahan dan masalahnya kepada orang lain. Kita harus belajar menyelesaikan kerisauan diri sendiri. Mengapa kita manusia bisa hidup di dunia ini? Karena kita memahami hukum sebab dan akibat, benih apa yang kita tanam, itulah yang buah akan kita tuai. Sebagai praktisi Buddhis, kita harus memahami untuk mencintai

semua makhluk dan mencintai sesama. Kita tidak hanya hidup untuk diri sendiri, tetapi untuk semua makhluk hidup. Dengan demikian, tingkat kesadaran spiritual kita akan meningkat, perasaan akan menjadi murni, dan kebijaksanaan akan muncul. Dengan begitu barulah bisa mencapai “Berhasil menjadi manusia akan berhasil menjadi Buddha.”

Pada masa itu, seseorang bertanya kepada Sang Buddha, “Dengan membina pikiran, apa sebenarnya yang telah Anda peroleh?” Buddha menjawab, “Aku tidak memperoleh apa pun.” Orang itu bertanya lagi, “Kalau begitu, mengapa Anda masih membina pikiran?” Sang Buddha tersenyum dan berkata “Tetapi Aku dapat memberitahumu apa yang telah Aku kehilangan. Aku telah kehilangan kemarahan, kekhawatiran, pesimisme, keputusasaan, dan kegelisahan. Aku telah kehilangan tiga racun keserakahan, kebencian, dan kebodohan yang bersumber dari keegoisan. Aku telah kehilangan segala kebodohan, kebiasaan buruk, dan karma buruk

yang mengikat manusia biasa. Aku juga telah kehilangan rasa takut terhadap penuaan dan kematian.” Sang Buddha berkata bahwa orang yang tahu bersyukur akan selalu berbahagia. Namun manusia sering membicarakan tentang, “Beberapa tahun lagi Aku harus menjadi apa, bagaimana karierku nanti, bagaimana keuanganku, bagaimana cara Aku menghasilkan lebih banyak uang...” Manusia itu pelupa. Mereka lupa bahwa hidupnya itu terbatas dan tidak kekal, sementara uang itu tak terbatas, sebanyak apa pun uang yang diperoleh, tetap akan habis digunakan juga tidak habis digunakan. Nafsu keinginan manusia tidak akan pernah terpuaskan. Dengan hidup yang terbatas, kita mengejar kekayaan yang tidak terbatas, berharap dapat memuaskan nafsu yang tiada akhir, namun akhirnya justru seumur hidup tersiksa oleh keinginan akan harta kekayaan.

Di Australia, ada seorang mahasiswi yang sedang menempuh studi. Ibunya, demi membiayai pendidikan

anaknyanya di Australia, bekerja menjadi pembantu di rumah orang lain, memberi les tambahan, bekerja di siang hari, dan malam sepulang kerja masih harus mengurus pekerjaan rumah. Dengan cara itulah ia mempertahankan biaya hidup dan pendidikan anaknya di Australia. Namun ketika sang putri akhirnya lulus dan mengundang ibunya datang ke Australia untuk menghadiri upacara wisuda, sang ibu sudah terbaring di rumah sakit karena menderita kanker usus, dan tidak lagi mampu datang. Manusia sering bermain dengan nyawanya sendiri, mengorbankan segalanya demi sedikit harta duniawi. Satu-satunya modal sejati yang dimiliki manusia dalam hidup ini adalah tubuhnya. Ketika seseorang tidak memiliki tubuhnya lagi, maka hilanglah modal untuk bertahan hidup di dunia. Kita tidak boleh menukar kesehatan dan tubuh kita, modal yang paling berharga, demi mengejar kenikmatan dan kemewahan palsu yang hanya memuaskan kesombongan hati kita di dunia ini. Sesungguhnya, tempat hidup kita yang sejati adalah di alam surga, karena di Surga ada kerabat dan ibu yang menanti kita.

Semoga kita dapat menjalani kehidupan di dunia ini dengan baik, mengurangi penderitaan, menuntaskan kehidupan dengan sempurna, dan akhirnya naik ke surga, kembali ke pelukan ibu.

Di pinggiran kota Paris, Prancis, ada sebuah restoran bernama "Rasa dalam Kegelapan". Restoran ini sebenarnya tidak jauh berbeda dari restoran lainnya, hanya saja ada satu perbedaan, saat beroperasi, restoran ini tidak menggunakan penerangan, suasananya sangat redup hingga hampir tidak terlihat apa pun. Para pelayannya adalah orang-orang tunanetra yang telah menjalani pelatihan khusus. Di restoran "Rasa dalam Kegelapan" ini, pernah terjadi banyak kisah menarik. Ada sepasang suami istri yang hubungannya sedang retak dan berada di ambang perceraian. Sebelum bercerai, mereka sepakat untuk makan bersama untuk terakhir kalinya. Untuk menghindari rasa canggung, mereka memilih restoran "Rasa dalam Kegelapan" ini. Namun, saat sedang makan, sang istri tanpa sengaja

terluka di jarinya karena pecahan botol anggur. Sambil menenangkan istrinya, sang suami meraba-raba dalam gelap dengan tergesa-gesa membalut luka istrinya yang akan segera berpisah dengannya. Ketika mereka berdua berjalan keluar dari restoran, sang istri baru menyadari bahwa salah satu jari suaminya mengalirkan darah. Ternyata, ketika tadi ia terburu-buru membalut luka istrinya, jarinya sendiri terkena pecahan kaca. Tidak tahu mengapa, sang istri meneteskan air mata dan memeluk suaminya erat-erat. Ketika seorang wartawan mewawancarai pemilik restoran tentang alasan membuka tempat seperti itu, sang pemilik berkata, "Manusia hanya setelah merasakan kegelapan, barulah benar-benar dapat memahami betapa berharganya sinar matahari."

Seseorang yang tidak tahu menghargai akan kehilangan. Jika kita tidak menghargai perhiasan yang kita miliki, suatu hari akan kehilangannya. Jika kita tidak menghargai orang tua kita, mereka akan meninggalkan

kita. Jika kita tidak menghargai anak-anak kita, mereka pun akan menjauh dari kita. Jika kita tidak menghargai ajaran Buddha Dharma, maka ajaran Buddha Dharma juga akan meninggalkan kita. Orang yang tahu menghargai adalah orang yang bijaksana. Kita harus belajar untuk menghargai, segala sesuatu di dunia ini adalah jodoh kita. Memiliki jodoh akan bertemu walau jarak ribuan mil jauhnya.

huàn qǐ xīn zhōng fó xìng zhù zào xīn líng jìng tǔ shàng
唤起心中佛性 铸造心灵净土 (上)

nián yuè rì lú jūn hóng tái zhǎng xiāng gǎng xuán yì zōng shù dà xíng jiě dá huì kāi shì
2015年6月20日卢军宏台长香港玄艺综述大型解答会开示

fǎ xǐ dé zì zài fó fǎ xīn zhōng kāi gǎn ēn dà cí dà bēi
法喜得自在，佛法心中开。感恩大慈大悲

jiù kǔ jiù nán de guān shì yīn pú sà lóng tiān hù fǎ yí qiè zhū
救苦救难的观世音菩萨、龙天护法、一切诸

fó gè wèi fǎ shī gè wèi jiā bīn jí lái zì quán shì jiè gè guó
佛！各位法师、各位嘉宾，及来自全世界各国

de fó yǒu yì gōng men jí xiāng gǎng shèng yuē hàn jiù hù duì
的佛友义工们，及香港圣约翰救护队

yì gōng men gǎn ēn nǐ men gōng dé wú liàng pú sà chuí
义工们，感恩你们，功德无量！菩萨垂

lián chéng jiù rú cǐ shū shèng de fǎ huì ràng gèng duō de rén
怜，成就如此殊胜的法会，让更多的人

lí kǔ dé lè chéng jiù rén xìng hé sī wéi shàng de jìng tǔ bì
离苦得乐，成就人性和思维上的净土，闭

mén jí shì shēn shān xīn jìng suí chù kě jiàn jìng tǔ yí gè bù
门即是深山，心静随处可见净土。一个不

tān de rén shì yǒu wù xìng de rén yí gè bù hèn de rén shì dǒng
贪的人是有悟性的人，一个不恨的人是懂

yīn guǒ de rén yí gè bù yú chī de rén shì zhī zú cháng lè de rén
因果的人，一个不愚痴的人是知足常乐的人。

lí kāi yù wàng cái yǒu jīng shén shàng zhēn zhèng de jiě tuō hé zì
离开欲望才有精神上真正的解脱和自
yóu
由。

zhōng huá wén huà yuán yuǎn liú cháng fó jiào sī xiǎng zhǐ
中华文化源远流长，佛教思想指
dǎo rén shēng rú jiā jiào yù kǒng mèng zhī dào shǐ rén gèng jiā
导人生，儒家教育孔孟之道使人更加
lǐ zhì ài guó ài mǐn guó tài mǐn ān wǒ men yào yòng fó
理智、爱国爱民、国泰民安。我们要用佛
fǎ zhù zào xīn líng de jiàn kāng jiā yuán yòng cí bēi huà jiě rén
法铸造心灵的健康家园，用慈悲化解人
jiān de fán nǎo hé yōu chóu yòng yuàn lì cù jìn wǒ men xīn líng
间的烦恼和忧愁，用愿力促进我们心灵
de jìng tǔ shì jiè wǒ men rén de yì shēng shì zài xuǎn zé dāng
的净土世界。我们人的一生是在选择当
zhōng dù guò de xuǎn zé kào de shì zhì huì hěn duō rén yīn wei
中度过的，选择靠的是智慧，很多人因为
yì shēng xuǎn zé le cuò wù shāng hài le zì jǐ yě shāng hài
一生选择了错误，伤害了自己，也伤害
le jiā tíng hé bié rén wǒ men jīn tiān xuǎn zé le xué fó yì
了家庭和别人，我们今天选择了学佛，一
shēng kě yǐ gǎi biàn zì jǐ yào yòng zhì huì huó zài chōng mǎn
生可以改变自己。要用智慧活在充满
fán nǎo de shì jiè dāng zhōng fán nǎo jí pú tí néng jiě jué
烦恼的世界当中，烦恼即菩提。能解决

wèn tí de chēng wéi cōng míng , néng jiě jué rén jiān fán nǎo de
问题的称为聪明，能解决人间烦恼的
rén jiù shì rén jiān pú sà
人就是人间菩萨。

shì jiè shàng shì shì wú cháng , ní bó ěr de dà dì zhèn , sǐ
世界上世事无常，尼泊尔的大地震，死
wáng jiē jìn yí wàn rén , tái fēng zào chéng de chén chuán sòng
亡接近一万人，台风造成的沉船送
duō shǎo rén jìn rù wǎng sǐ chéng , āi bó lā yì qíng sǐ wáng qī
多少人进入枉死城，埃博拉疫情死亡七
qiān rén , quán qiú de jiāo tōng sǐ wáng shì yì qiān liǎng bǎi sì shí
千人，全球的交通死亡是一千两百四十
wàn rén , hái yǒu èr shí qī wàn rén shì yīn wéi xíng rén chū chē huò 。
万人，还有二十七万人是因为行人出车祸。
chū mén jiù dān xīn sǐ wáng zhè yǐ jīng shì shì shí , tiān zāi rén huò
出门就担心死亡这已经是事实，天灾人祸
bú duàn , fēi jī shī shì , měi tiān měi gè rén dōu dān xīn zì jǐ
不断，飞机失事，每天每个人都担心自己
huì shēng ái zhèng , huó zài kǒng jù dāng zhōng 。 zhè ge shì jiè
会生癌症，活在恐惧当中。这个世界
píng jūn měi yí fēn zhōng jiù yǒu yí gè ái zhèng bìng rén sǐ wáng
平均每一分钟就有一个癌症病人死亡，
quán shì jiè měi fēn zhōng yǒu 106 rén sǐ wáng , yì nián yǒu 550
全世界每分钟有106人死亡，一年有550
wàn rén sǐ wáng , jiā shàng yōu yù zhèng , kǒng jù zhèng , fā
万人死亡，加上忧郁症、恐惧症、发

fēng fā kuáng bèi bìng mó zhé mó de shēng bù rú sǐ de jǐ yì
疯发狂、被病魔折磨得生不如死的几亿

bìng rén wǒ men yào xiǎng yi xiǎng rén gēn běn méi yǒu bàn
病人，我们要想一想，人根本没有办

fǎ bǎo hù zì jǐ wǒ men lián zì jǐ dōu bǎo hù bù liǎo zěn me
法保护自己，我们连自己都保护不了，怎么

bǎo hù zì jǐ de hái zǐ zì jǐ de jiā zhǎng zì jǐ de qīn rén
保护自己的孩子、自己的家长、自己的亲人？

bìng yóu xīn shēng wǒ men shēng huó zài tòng kǔ fán nǎo zhōng
病由心生，我们生活在痛苦烦恼中

yào xué huì xīn líng jiě tuō yǒu rén wèn tái zhǎng shén me shì
要学会心灵解脱，有人问台长“什么是

kāi wù xiǎng de tōng jiù shì kāi wù shén me shì jiě tuō ,
开悟”，想得通就是开悟；“什么是解脱”，

xiǎng míng bai kàn de chuān wú suǒ wèi bù tān bù qiú zhī
想明白、看得穿、无所谓、不贪不求、知

zú cháng lè de rén jiù néng jiě tuō
足常乐的人就能解脱。

yǒu de rén yí bàn de shēng mìng xiàn gěi le wú qióng wú jìn
有的人一半的生命献给了无穷无尽

de fán nǎo rén shēng zài jí duān máng lù dāng zhōng suī rán
的烦恼，人生在极端忙碌当中，虽然

yǒu le fēng shuò de róng yù qián cái dì wèi hé chéng guǒ
有了丰硕的荣誉、钱财、地位和成果，

dàn shì què péi shàng le jiàn kāng qīn qíng yǒu qíng ài qíng
但是却赔上了健康、亲情、友情、爱情，

méi yǒu rén huì lǐ jiě nǐ yòng zhè xiē zhì mìng de yán kù de xiàn
没有人会理解你用这些致命的严酷的现
shí lái huàn qǔ de míng yù dì wèi zhè xiē míng yù hěn kuài huì
实来换取的名誉地位，这些名誉很快会
suí zhe shí jiān liú shì ér shì qù dāng rén bèi bìng mó zhé mó de
随着时间流逝而逝去。当人被病魔折磨的
shí hou hěn duō rén hái shì zhí mí bú wù jì xù bú yào mìng de
时候，很多人还是执迷不悟，继续不要命地
yǎo jǐn yá guān qù zhuī qiú rén jiān suǒ yǒu xū huàn de yí qiè wù
咬紧牙关去追求人间所有虚幻的一切物
zhì méi yǒu xiǎng yi xiǎng sī kǎo yí xià xīn líng shēn chù fó
质，没有想一想、思考一下心灵深处佛
xìng de hū huàn rén men gēn běn bù dǒng yòng fó xìng lái shǐ zì
性的呼唤，人们根本不懂用佛性来使自
jǐ de xīn líng chǔ yú zuì yuán mǎn de zhuàng tài xué fó zuò rén
己的心灵处于最圆满的状态。学佛做人
yào yòng nèi xīn zuì běn chū de fó xìng lái shēng huó dǒng de fó
要用内心最本初的佛性来生活，懂得佛
xìng cái néng zhī zú zài rén jiān jiù yào xué pú sà zuò fó yǐ
性才能知足，在人间就要学菩萨做佛，以
hòu cái néng dào tiān shàng chéng fó chéng pú sà
后才能到天上成佛成菩萨。

hěn duō rén yì shēng yǒu hěn duō zuò cuò de shì qing hěn
很多人一生有很多做错的事情，很
duō rén yīn wei zì jǐ zuò cuò de shì qing jiū jié nán shòu guò qù
多人因为自己做错的事情纠结难受，过去

zhǐ néng dài biǎo guò qù bù néng dài biǎo duì nǐ zì jǐ jīn hòu
只能代表过去，不能代表对你自己今后
jiāng lái xìn xīn de sàng shī hěn duō rén huí yì huǐ hèn shī
将来信心的丧失，很多人回忆、悔恨、失
luò zhǐ huì zēng jiā fán nǎo kàn bù qǐ zì jǐ huì yí shī běn xìng
落，只会增加烦恼，看不起自己会遗失本性。

yí gè shí wǔ suì de hái zǐ hěn wán pí fēi cháng de cū lǚ
一个十五岁的孩子很顽皮，非常的粗鲁
wú lǐ zài xué xiào rě shì shēng fēi yǔ tóng xué dǎ jià méi
无理，在学校惹是生非，与同学打架，没
yǒu tóng xué hé tā wán tā rèn wéi zì jǐ yǐ jīng wú kě jiù yào
有同学和他玩，他认为自己已经无可救药
le dàn shì zhǐ yǒu yí gè míng jiào fēi lā de lǎo shī lì wài yì
了，但是只有一个名叫菲拉的老师例外，一
tiān fàng xué hòu fēi lā jiào zhù le tā gēn tā jiǎng lǎo
天放学后，菲拉叫住了他，跟他讲：“老
shī yù dào le yí dào nán tí nǐ néng bāng wǒ zhǎo chū dá àn
师遇到了一道难题，你能帮我找出答案
ma yǒu sān gè hòu xuǎn rén fēn bié shì dì yī gè yǒu diǎn mí
吗？有三个候选人分别是：第一个，有点迷
xìn yǒu liǎng gè qíng fù chōu yān xiōng hěn shì jiǔ rú mìng
信，有两个情妇，抽烟凶狠，嗜酒如命；
dì èr gè liàn chuáng yì bān dào zhōng wǔ cái qǐ chuáng
第二个，恋床，一般到中午才起床，
céng jīng xī guò yā piàn dì sān céng shì guó jiā de zhàn dòu
曾经吸过鸦片；第三，曾是国家的战斗

yīng xióng bù xī yān ǒu ěr hē diǎn pí jiǔ nián qīng shí cóng
英 雄 ， 不 吸 烟 ， 偶 尔 喝 点 啤 酒 ， 年 轻 时 从
wèi zuò guò wéi fǎ de shì qing hái zi jiǎ rú shàng dì yào zài
未 做 过 违 法 的 事 情 。 孩 子 ， 假 如 上 帝 要 在
zhè sān rén zhōng xuǎn yí wèi néng gòu zào fú rén lèi de rén nà
这 三 人 中 选 一 位 能 够 造 福 人 类 的 人 ， 那
me tā lǎo rén jiā huì xuǎn shuí ne hái zi shuō nà dāng
么 他 老 人 家 会 选 谁 呢 ？ ” 孩 子 说 ： “ 那 当
rán shì dì sān gè rén fēi lā shuō bú duì nǐ zhī dao dì
然 是 第 三 个 人 。 ” 菲 拉 说 ： “ 不 对 。 你 知 道 第
sān gè rén shì shuí ma tā jiù shì ā dào fū xī tè lè tā de
三 个 人 是 谁 吗 ？ 他 就 是 阿 道 夫 · 希 特 勒 ， 他 的
zuì xíng zāo dào quán shì jiè rén mín de tuò mà zhè ge hái zi
罪 行 遭 到 全 世 界 人 民 的 唾 骂 。 ” 这 个 孩 子
dāi dāi de kàn zhe lǎo shī bù zhī suǒ yún fēi lā lǎo shī jì xù hé
呆 呆 的 看 着 老 师 ， 不 知 所 云 。 菲 拉 老 师 继 续 和
tā shuō nà me nǐ zhī dao qián liǎng wèi fēn bié shì shuí ma
他 说 ： “ 那 么 你 知 道 前 两 位 分 别 是 谁 吗 ？ ”
fēi lā tíng dùn le yí xià shuō dì yī gè rén jiào fù lán kè
菲 拉 停 顿 了 一 下 说 ， “ 第 一 个 人 叫 富 兰 克
lín luó sī fú shì měi guó lì shǐ shàng wéi yī lián rèn de zǒng
林 · 罗 斯 福 ， 是 美 国 历 史 上 唯 一 连 任 的 总
tǒng dì èr gè shì qiū jí ěr shì yīng guó lì shǐ shàng zuì zhù
统 ； 第 二 个 是 丘 吉 尔 ， 是 英 国 历 史 上 最 著
míng de shǒu xiàng fēi lā yòng shǒu fǔ mō zhe hái zi de tóu
名 的 首 相 。 ” 菲 拉 用 手 抚 摸 着 孩 子 的 头
shuō hái zi nǐ cái gāng gāng kāi shǐ guò qù de róng rǔ
说 ： “ 孩 子 ， 你 才 刚 刚 开 始 ， 过 去 的 荣 辱

zhǐ néng dài biǎo guò qù nǐ rú guǒ gǎi diào guò qù de máo bìng
只能代表过去，你如果改掉过去的毛病，
yí qiè jiāng huì chóng xīn kāi shǐ xiǎo hái shuāng yǎn hán zhe
一切将会重新开始。”小孩双眼含着
lèi shuǐ jiān dìng de diǎn le diǎn tóu xǔ duō nián hòu zhè ge
泪水，坚定地地点了点头。许多年后，这个
míng zì bèi hěn duō rén zhī dào tā jiù shì xiǎng yù huá ěr jiē zuì
名字被很多人知道，他就是享誉华尔街最
nián qīng de jīn róng jiā luó bó tè hā lǐ sēn
年轻的金融家罗伯特·哈里森。

rén de xīn xiàng yì jiā xiǎo shí quán nián wú xiū de zào zuì
人的心像一家24小时全年无休的造罪
gōng chǎng zài měi tiān de tān chēn chī zhōng huó zhe bù tíng
工厂，在每天的贪瞋痴中活着，不停
de zào yè shì shàng méi yǒu wú xīn zhī guò suǒ yǒu de guò cuò
地造业，世上没有无心之过，所有的过错
dōu shì yóu xīn ér shēng xiū xīn rén jiù shì yào guǎn hǎo zì jǐ de
都是由心而生，修心人就是要管好自己的
xīn xiū xíng de mù dì jiù shì yào rèn shi zì jǐ de zhè kē xīn
心，修行的目的就是要认识自己的这颗心，
zhǎo huí mí shī de zì jǐ wán chéng shēng mìng de jué xìng
找回迷失的自己，完成生命的觉性。
zhēn zhèng de xué fó rén xiū xīn zhù zhòng xiū xíng xiū xíng bì xū
真正的学佛人修心注重修行，修行必须
xiū xīn xué fó jiù yào xiū xīn xiū xíng yǒu xiē tè bié zài hu zì
修心，学佛就要修心修行。有些特别在乎自

jǐ de rén fán nǎo wǎng wǎng yě tè bié duō tài zhù zhòng zì
己的人，烦恼往往也特别多，太注重自
jǐ le fán nǎo jiù duō ér nà xiē wú sī wú wǒ zhěng tiān xiǎng
己了，烦恼就多，而那些无私无我整天想
zhe bié rén de rén tā men shàn liáng huó de zì zài kuài lè
着别人的人，他们善良，活得自在快乐，
shén me shì qing dōu bú qù liú liàn jiù xīn wú guà ài yí gè bù
什么事情都不去留恋就心无罣碍，一个不
néng yuán liàng bié rén de rén yǒng yuǎn bù néng xīn ān lǐ dé
能原谅别人的人永远不能心安理得。
wǒ men yào pāo qì rén jiān de xiǎo cōng míng xún zhǎo zì jǐ
我们要抛弃人间的小聪明、寻找自己
běn xìng zhōng de zhēn zhì huì xiǎng ràng bié rén kuài lè shǒu
本性中的真智慧，想让别人快乐，首
xiān zì jǐ yào kuài lè qǐ lái yào ràng zì jǐ de fó xìng cháng
先自己要快乐起来。要让自己的佛性长
cún fó dé yǒng zhù wéi yuàn jiǔ zhù chà chén jié lì lè yī
存、佛德永住，唯愿久住刹尘劫，利乐一
qiè zhū zhòng shēng
切诸众生。

zài niǔ yuē yǒu yí zuò dì guó dà shà zài tái běi yǒu yí
在纽约，有一座帝国大厦，在台北有一
zhuàng xīng guāng mó tiān dà lóu zào de dōu hěn gāo dàn zhè
幢星光摩天大楼，造的都很高，但这
zhǒng dà lóu yào huā sān nián de shí jiān dǎ dì jī de gōng chéng
种大楼要花三年的时间打地基的工程，

děng dì jī dǎ hǎo zài yòng yì nián bàn de shí jiān wàn zhàng
等 地 基 打 好 ， 再 用 一 年 半 的 时 间 ， 万 丈
gāo lóu cái néng qǐ lái suǒ yǐ yuè gāo de dà lóu dì jī yuè
高 楼 才 能 起 来 ， 所 以 越 高 的 大 楼 ， 地 基 越
yào yǒu wěn gù de jī chǔ xué fó rén yào xiǎng xué de hǎo rén
要 有 稳 固 的 基 础 。 学 佛 人 要 想 学 得 好 ， 人
gé běn xìng zì jǐ de yè zhàng dōu yào guān zhù rú guǒ dì
格 、 本 性 、 自 己 的 业 障 都 要 关 注 ， 如 果 地
jī bù hǎo zěn me shàng tiān jiàn guān shì yīn pú sà dì jī wěn
基 不 好 ， 怎 么 上 天 见 观 世 音 菩 萨 ？ 地 基 稳
gù cái néng xiū de gāo hěn duō rén měi tiān xiǎng chéng gōng
固 才 能 修 的 高 。 很 多 人 每 天 想 成 功 ，
dàn yòu bù jiǎo tà shí dì zhù míng zuò jiā lín qīng xuán jīng
但 又 不 脚 踏 实 地 。 著 名 作 家 林 清 玄 经
cháng shuō wǒ shì yí gè nóng fū de hái zi jiā lǐ sì dài
常 说 ： “ 我 是 一 个 农 夫 的 孩 子 ， 家 里 四 代
zhòng dì měi nián zhǐ yǒu yí cì de shōu chéng dàn shì wǒ men
种 地 ， 每 年 只 有 一 次 的 收 成 ， 但 是 我 们
běn bì xū tiān tiān xià tián gōng zuò měi rì gēng yún dào nián
本 必 须 天 天 下 田 工 作 ， 每 日 耕 耘 ， 到 年
zhōng cái huì yǒu shōu chéng měi dāng wǒ men kàn dào hěn
终 才 会 有 收 成 。 ” 每 当 我 们 看 到 很
duō rén pái duì děng diàn tī zǒng huì yǒu hěn duō rén zǒu lóu tī
多 人 排 队 等 电 梯 ， 总 会 有 很 多 人 走 楼 梯
shàng qù zǒu lóu tī suī rán bǐ jiào xīn kǔ dàn shì fǎn ér bǐ jiào
上 去 ， 走 楼 梯 虽 然 比 较 辛 苦 ， 但 是 反 而 比 较
kuài yǒu xiē rén zhěng tiān zài děng diàn tī jiù yóu rú xiàn zài
快 。 有 些 人 整 天 在 等 电 梯 ， 就 犹 如 现 在

shè huì rén zhěng tiān zài děng jī huì ér yǒu xiē rén yì zhí zài pá
社会人整天在等机会；而有些人一直在爬
lóu tī děng tā men dào le shàng miàn bǎ shì qing bàn hǎo le
楼梯，等他们到了上面，把事情办好了，
xià lóu tī de shí hou kàn jiàn diàn tī kǒu hái shì cháng cháng de duì
下楼梯的时候看见电梯口还是长长的队
wu pái zài nà lǐ kǔ děng yīn wei děng diàn tī de rén tài duō
伍排在那里苦等，因为等电梯的人太多，
jī huì duì tā men ér yán fǎn ér xiāng duì jiù shǎo le tóng
机会对他们而言，反而相对就少了。同
yàng dào lǐ fàng qì rén shēng de diàn tī chéng gōng méi yǒu
样道理，放弃人生的电梯，成功没有
jié jìng kào de shì tā tā shí shí de xué fó xué fó rén méi yǒu
捷径，靠的是踏踏实实的学佛。学佛人没有
jié jìng cóng wǒ zuò qǐ niàn jīng fàng shēng xǔ yuàn bì
捷径，从我做起，念经、放生、许愿，必
xū qín fèn chī kǔ rěn rǔ zhè jiù shì nǐ de jī chǔ zhè jiù
须勤奋、吃苦、忍辱，这就是你的基础，这就
shì nǐ xué fó de kāi shǐ
是你学佛的开始。

yǒu yí gè háng zhōu de qīng nián suì kǎo rù shàng hǎi
有一个杭州的青年，18岁考入上海
tóng jì dà xué suì xuǎn pài dào dé guó mù ní hēi dà xué shēn
同济大学，20岁选派到德国慕尼黑大学深
zào suì huò dé bó shì xué wèi liú zài dé guó yī xué yuàn
造，26岁获得博士学位，留在德国医学院

gōng zuò gè yuè zhī hòu tā zuò le cóng yī hòu dì yī gè
工 作。 8 个 月 之 后 ， 他 做 了 从 医 后 第 一 个
shǒu shù yí gè xiǎo xiǎo de lán wěi yán kě bìng rén wǔ tiān hòu
手 术 ， 一 个 小 小 的 阑 尾 炎 ， 可 病 人 五 天 后
guò shì le tā fēi cháng nán guò shī tǐ jiě pōu zhèng míng
过 世 了 ， 他 非 常 难 过 ， 尸 体 解 剖 证 明
shǒu shù méi wèn tí bú shì tā de zé rèn dàn tā de dǎo shī
手 术 没 问 题 ， 不 是 他 的 责 任 ， 但 他 的 导 师
shuō le yí jù huà tā shì sì gè hái zǐ de mā ma zhè jù
说 了 一 句 话 ， “ 她 是 四 个 孩 子 的 妈 妈 ” ， 这 句
huà xiàng dāo yí yàng zhā jìn le tā de xīn zhōng ràng tā yì
话 像 刀 一 样 扎 进 了 他 的 心 中 ， 让 他 一
shēng nán wàng shēn shēn yǐng xiǎng le tā liù shí duō nián de wài
生 难 忘 ， 深 深 影 响 了 他 六 十 多 年 的 外
kē shēng yá zuì hòu chéng wéi zhōng guó yī xué jiè tài dòu jí
科 生 涯 ， 最 后 成 为 中 国 医 学 界 泰 斗 级
rén wù qiú fǎ zǔ yuàn shì dāng jì zhě wèn tā nǐ yì
人 物 —— 裘 法 祖 院 士 。 当 记 者 问 他 “ 你 一
shēng zuì dà de chéng jiù shì shén me tā shuō shì tā de dǎo
生 最 大 的 成 就 是 什 么 ” ， 他 说 是 他 的 导
shī shuō tā shì sì gè hái zǐ de mā ma ràng tā zhēn chéng
师 说 “ 她 是 四 个 孩 子 的 妈 妈 ” ， 让 他 真 诚
zhēn xīn duì dài bìng rén ài hù bìng rén
真 心 对 待 病 人 ， 爱 护 病 人 。

rén yīng gāi zài tòng kǔ zhōng xué huì zhī zú zài mó nàn zhī
人 应 该 在 痛 苦 中 学 会 知 足 ， 在 磨 难 之
hòu xué huì lǐ zhì zài gǎn dòng hòu xué huì cí bēi rén de yì
后 学 会 理 智 ， 在 感 动 后 学 会 慈 悲 ， 人 的 一
shēng zhōng jiāng rén shēng de yīn guǒ hé tòng kǔ de guò qù kě
生 中 ， 将 人 生 的 因 果 和 痛 苦 的 过 去 可
yǐ jì zài xīn dàn shì yě yào wàng jì wǒ men yào xué huì chàn
以 记 在 心 ， 但 是 也 要 忘 记 ， 我 们 要 学 会 忏
huǐ shǐ zì jǐ biàn de gèng jiān qiáng gèng nǔ lì de qù wán
悔 ， 使 自 己 变 得 更 坚 强 ， 更 努 力 地 去 完
chéng shēng mìng zhōng wèi zhòng shēng suǒ fù chū de zé rèn
成 生 命 中 为 众 生 所 付 出 的 责 任 。

wǒ men yīng gāi fàng xià yīng gāi de xìng fú hěn duō rén rèn
我 们 应 该 放 下 应 该 的 幸 福 ， 很 多 人 认
wéi zì jǐ yīng gāi hěn xìng fú wǒ men rén yào fàng xià yīng yǒu
为 自 己 应 该 很 幸 福 ， 我 们 人 要 放 下 应 有
de kuài lè fàng xià yīng gāi huò dé de chéng gōng nǐ huì fā
的 快 乐 ， 放 下 应 该 获 得 的 成 功 ， 你 会 发
xiàn rén shēng bú huì guò de nà me chén zhòng fó tuó shuō
现 人 生 不 会 过 得 那 么 沉 重 。 佛 陀 说 ：

yǒu xiē shù fù shì wǒ men zì jǐ zhǎo de yǒu xiē tòng kǔ shì
“ 有 些 束 缚 是 我 们 自 己 找 的 ， 有 些 痛 苦 是
wǒ men zì jǐ yuàn yì de méi yǒu rú yǐng suí xíng de bú xìng
我 们 自 己 愿 意 的 ， 没 有 如 影 随 形 的 不 幸 ，
zhǐ yǒu sǐ bú fàng shǒu de zhí zhuó xiāng xìn zì jǐ de lì
只 有 死 不 放 手 的 执 著 。 ” 相 信 自 己 的 力
liàng shù fù zì shēn de shì nǐ zì jǐ jiě tuō nǐ zì jǐ de yí
量 ， 束 缚 自 身 的 是 你 自 己 ， 解 脱 你 自 己 的 一

dìng yě shì nǐ zì jǐ rén de tòng kǔ zài yú tài zhí zhuó yú zì jǐ
定也是你自己。人的痛苦在于太执著于自己

yōng yǒu de hán xīn rú kǔ jiāng hái zǐ yǎng dà rèn wéi hái zǐ
拥有的，含辛茹苦将孩子养大，认为孩子

yí dìng huì xiào shùn nǐ zài rén jiān yǐ wéi zhǐ yào duì bié rén hǎo
一定会孝顺你；在人间以为只要对别人好，

bié rén yí dìng huì huí bào nǐ yǐ wéi ài nǐ de rén yí dìng huì
别人一定会回报你；以为爱你的人一定会

yǒng yuǎn ài nǐ yǐ wéi shēn biān de qīn rén yǒng yuǎn huì péi
永远爱你；以为身边的亲人永远会陪

bàn nǐ bǎ zì jǐ de zhè xiē yù wàng hé qī dài tóu shè zài zhè
伴你... ..把自己的这些欲望和期待投射在这

ge měi tiān dōu biàn huà wú cháng de shì jiè zhōng rú guǒ zǎo yì
个每天都变化无常的世界中，如果早一

tiān zhī dao rén huì biàn zhè ge shì jiè suǒ yǒu de shì qing dōu
天知道，人会变，这个世界所有的事情都

huì biàn wù zhì yě huì gǎi biàn wǒ men jiù bú huì gěi zì jǐ de
会变，物质也会改变，我们就不会给自己的

shēng mìng chū nán tí yě bú huì ràng zì jǐ gèng shāng xīn gèng
生命出难题，也不会让自己更伤心更

liú lèi shī qù hé yōng yǒu zhǐ shì yì zhǒng cháng tài wǒ men
流泪。失去和拥有只是一种常态，我们

xué fó rén dǒng yīn guǒ zhī dao yīn yuán guǒ bào wǒ men jiù
学佛人懂因果、知道因果报，我们就

néng kè fú tā yuán lái le shàn yuán wǒ men kě yǐ jì xù
能克服它。缘来了，善缘我们可以继续，

è yuán lái le wǒ men yīng gāi huà jiě bù guǎn shén me yuán
恶缘来了，我们应该化解。不管什么缘

fèn lái le yīn wei wǒ men shì xué fó rén wǒ men yí dìng yào
分来了，因为我们是学佛人，我们一定要
xué huì suí yuán
学会随缘。

dāng wǒ men rèn wéi zì jǐ yīng gāi kuài lè de shí hou qí
当我们认为自己应该快乐的时候，其
shí zì jǐ yào dāng xīn le yào kāi shǐ tòng kǔ le wèi shén me
实自己要当心了，要开始痛苦了。为什么？
yīn wei rén yǒu yì zhǒng cuò wù de lǐ niàn zǒng jué de zì jǐ
因为人有一种错误的理念，总觉得自己
huó zài lǐ suǒ dāng rán de yīng gāi zhōng lì rú gǔ piào xià
活在理所当然的应该中，例如“股票下
diē zhè me jiǔ le wǒ jué de tā yīng gāi huí shēng le jié
跌这么久了，我觉得它应该回升了”，结
guǒ quán bù tào zhù rèn wéi wǒ de lǎo bǎn nà me kěn dìng wǒ
果全部套住；认为“我的老板那么肯定我，
yīng gāi huì tí gōng zī jiā xīn chóu tí shēng wǒ de zhí wèi
应该会提工资、加薪酬、提升我的职位”，
jié guǒ shī wàng hé nǚ yǒu liàn ài le zhè me jiǔ tā yí dìng
结果失望；“和女友恋爱了这么久，她一定
huì jià gěi wǒ jié guǒ fēn shǒu le hǎo bù róng yì pàn dào
会嫁给我”，结果分手了；好不容易盼到
jié hūn jué de yǒu yí gè xīn de jiā huì xìng fú wú bǐ jié guǒ
结婚，觉得有一个新的家会幸福无比，结果
tiān tiān dǎ jià zì jǐ zhè me duō nián de dǎ pīn rèn wéi zì jǐ
天天打架；自己这么多年的打拼，认为自己

huì chéng gōng jié guǒ shī bài le dāng wǒ men yí dàn fā
会 成 功 ， 结 果 失 败 了 当 我 们 一 旦 发
xiàn nà xiē zì rèn wéi yīng gāi de dàn shì méi yǒu fā shēng de shí
现 那 些 自 认 为 应 该 的 但 是 没 有 发 生 的 时
hou wǒ men jiù kāi shǐ bú kuài le wǒ men bào yuàn lǎo tiān bù
候 ， 我 们 就 开 始 不 快 乐 ， 我 们 抱 怨 老 天 不
gōng píng màn màn de xiǎng bù kāi jué de huó de hěn lèi
公 平 ， 慢 慢 地 想 不 开 ， 觉 得 活 得 很 累 ，
shèn zhì huó bú xià qù wǒ men jiù huì yì tiān tiān de yōu yù
甚 至 活 不 下 去 ， 我 们 就 会 一 天 天 的 忧 郁
chéng bìng xué fó rén zhǐ yào tǐ huì fó tuó suǒ shuō de fàng xià
成 病 ， 学 佛 人 只 要 体 会 佛 陀 所 说 的 放 下 ，
fàng xià nǐ rèn wéi yīng gāi de xìng fú cái huì huò dé rén shēng
放 下 你 认 为 应 该 的 幸 福 ， 才 会 获 得 人 生
zhēn zhèng de kuài lè
真 正 的 快 乐 。

yǒu yí gè xiǎo yōu mò shuō de shì wǒ men rén bú dàn zì
有 一 个 小 幽 默 ， 说 的 是 我 们 人 不 但 自
jǐ huì zhǎo fán nǎo hái huì qù zhǎo bié rén de má fan yǒu yí
己 会 找 烦 恼 ， 还 会 去 找 别 人 的 麻 烦 。 有 一
wèi nǚ zǐ jīng cháng shēng qì tóu tòng yī shēng hěn duō nián
位 女 子 ， 经 常 生 气 头 痛 ， 医 生 很 多 年
dōu kàn bù hǎo tā de bìng zuì hòu yī shēng jiàn yì tā gǎn kuài
都 看 不 好 她 的 病 ， 最 后 医 生 建 议 她 赶 快
jià chū qù guò le yì nián zhè wèi yī shēng yù dào zhè wèi nǚ
嫁 出 去 ， 过 了 一 年 ， 这 位 医 生 遇 到 这 位 女
shì wèn zěn me yàng nǐ xiàn zài hái tóu téng ma zhè
士 ， 问 ： “ 怎 么 样 ， 你 现 在 还 头 疼 吗 ？ ” 这

wèi nǚ shì shuō xiè xiè yī shēng wǒ xiàn zài bù tóu téng le
位女士说：“谢谢医生，我现在不头疼了，
bú guò wǒ zhàng fu shuō tā zì cóng qǔ le wǒ zhī hòu jiù tiān tiān
不过我丈夫说他自从娶了我之后就天天
tóu téng rén bù néng jiāng zì jǐ de fán nǎo qiáng jiā yú bié
头疼。”人不能将自己的烦恼强加于别
rén shēn shàng yào dǒng de zì wǒ liǎo què fán nǎo wǒ men rén
人身上，要懂得自我了却烦恼。我们人
wèi shén me néng gòu huó zài zhè ge shì jiè shàng yīn wei wǒ men
为什么能够活在这个世界上，因为我们
dǒng de yīn guǒ zhòng shén me yīn jiù huì dé shén me guǒ wǒ
懂得因果，种什么因就会得什么果，我
men xué fó rén yào dǒng de ài zhòng shēng ài bié rén wǒ
们学佛人要懂得爱众生、爱别人，我
men bú wèi zì jǐ huó yào wèi zhòng shēng ér huó zhe zhè
们不为自己活，要为众生而活着，这
yàng jìng jiè jiù huì tí shēng gǎn qíng jiù huì chún jié zhì huì
样境界就会提升，感情就会纯洁，智慧
jiù huì shēng chū zhè yàng cái néng zuò dào rén chéng jí fó
就会生出，这样才能做到人成即佛
chéng
成。

dāng nián yǒu rén wèn fó tuó tōng guò xiū xīn nǐ jiū
当年有人问佛陀：“通过修心，你究
jìng dé dào le shén me fó tuó shuō wǒ shén me dōu méi
竟得到了什么？”佛陀说：“我什么都没

yǒu dé dào zhè rén shuō nà nǐ hái xiū xīn zuò shén
有得到。 ” 这人说： ” 那你还修心做什
me fó tuó wēi xiào zhe shuō bú guò wǒ kě yǐ gào sù nǐ
么？ ” 佛陀微笑着说： ” 不过我可以告诉你
wǒ shī qù de dōng xi wǒ shī qù fèn nù yōu lǜ bēi guān
我失去的东西，我失去愤怒、忧虑、悲观、
jǔ sàng jiāo lǜ bù ān wǒ shī qù zì sī zì lì de tān chēn chī
沮丧、焦虑不安，我失去自私自利的贪瞋痴
sān dú shī qù le fán fū sù zǐ de yí qiè wú zhī hé xí qì yè
三毒，失去了凡夫俗子的一切无知和习气业
zhàng wǒ yě shī qù le duì lǎo qù hé sǐ wáng de kǒng jù
障，我也失去了对老去和死亡的恐惧。 ”
fó tuó shuō zhī zú cháng lè dàn shì rén cháng tāo lùn de shì
佛陀说知足常乐，但是人常讨论的是
duō shǎo nián yǐ hòu wǒ yào zěn yàng wǒ shì yè yào zěn yàng
” 多少年以后我要怎样，我事业要怎样，
wǒ yǐ hòu cái zhèng yào zěn yàng zhuàn qián yào zěn yàng
我以后财政要怎样、赚钱要怎样 ”
rén lèi shì jiàn wàng de wàng jì le zì jǐ de shòu mìng shì yǒu
人类是健忘的，忘记了自己的寿命是有
xiàn de shì wú cháng de qián shì wú xiàn de zhuàn zài duō yě
限的是无常的，钱是无限的，赚再多也
yòng de wán yě yòng bù wán yù wàng shì yǒng yuǎn dé bú dào
用得完也用不完，欲望是永远得不到
mǎn zú de wǒ men yǐ yǒu xiàn de shēng mìng zhuī qiú nà xiē wú
满足的，我们以有限的生命追求那些无

xiàn de qián cái xī wàng yǐ cǐ lái mǎn zú zì jǐ wú xiū zhǐ de
限的钱财，希望以此来满足自己无休止的
yù wàng jié guǒ bèi qián cái de yù wàng yí bèi zì huó huó lèi sǐ
欲望，结果被钱财的欲望一辈子活活累死。

zài wǒ men ào zhōu yǒu yí gè liú xué shēng tā de mā ma
在我们澳洲有一个留学生，她的妈妈
wèi le ràng tā zài ào zhōu liú xué zài bié rén jiā zuò yōng rén
为了让她在澳洲留学，在别人家做佣人、
bāng bié rén bǔ kè bái tiān shàng bān wǎn shàng huí jiā hái yào
帮别人补课，白天上班，晚上回家还要
zuò jiā wù zhè yàng wéi chí hái zǐ zài ào dà lì yà liú xué zuì
做家务，这样维持孩子在澳大利亚留学，最
hòu nǚ ér yāo qǐng mǔ qīn lái ào zhōu cān jiā bì yè diǎn lǐ de shí
后女儿邀请母亲来澳洲参加毕业典礼的时
hou mǔ qīn yīn wéi dé le cháng ái yǐ jīng tǎng zài yī yuàn lǐ bù
候，母亲因为得了肠癌已经躺在医院里不
néng qián lái ào zhōu le rén zài wán mìng wèi le yí diǎn rén
能前来澳洲了。人在玩命，为了一点人
jiān de qián cái hào fèi zì jǐ suǒ jī zǎn de yí gè jī běn de wéi yī
间的钱财耗费自己所积攒的一个基本的唯一
de zī běn rén yì shēng wéi yī de zī běn jiù shì shēn tǐ dāng
的资本，人一生唯一的资本就是身体，当
yí gè rén shēn tǐ méi yǒu le jiù méi yǒu le zài rén jiān shēng
一个人身体没有了，就没有了在人间生
cún de běn qián bù néng yòng shēn tǐ de běn qián hé zī běn qù
存的本钱，不能用身体的本钱和资本去

huàn nà xiē xū huàn de wù zhì lái mǎn zú zì jǐ zài rén jiān de xū
换 那 些 虚 幻 的 物 质 来 满 足 自 己 在 人 间 的 虚
róng xīn wǒ men zhēn zhèng de shēng huó chǎng dì shì zài tiān
荣 心。 我 们 真 正 的 生 活 场 地 是 在 天
shàng yīn wei zài tiān shàng yǒu wǒ men de qīn rén hé mǔ qīn zài
上 ， 因 为 在 天 上 有 我 们 的 亲 人 和 母 亲 在
děng zhe wǒ men xī wàng hǎo hǎo zài rén jiān shǎo shòu tòng kǔ
等 着 我 们 ， 希 望 好 好 在 人 间 少 受 痛 苦 ，
dù wán měi mǎn de rén shēng zuì hòu xiū dào tiān shàng qù huí
度 完 美 满 的 人 生 ， 最 后 修 到 天 上 去 ， 回
dào mǔ qīn de huái bào
到 母 亲 的 怀 抱。

zài fǎ guó bā lí shì jiāo qū yǒu jiā hēi àn zī wèi cān
在 法 国 巴 黎 市 郊 区 有 家 “ 黑 暗 滋 味 ” 餐
guǎn zhè jiā cān guǎn yǔ qí tā cān guǎn méi yǒu tài dà qū bié
馆 ， 这 家 餐 馆 与 其 他 餐 馆 没 有 太 大 区 别 ，
wéi yī qū bié shì yíng yè shí hou méi yǒu zhào míng dēng ér shì
唯 一 区 别 是 营 业 时 候 没 有 照 明 灯 ， 而 是
bǐ jiào àn àn de jī hū kàn bù qīng de dēng guāng fú wù yuán
比 较 暗 暗 的 ， 几 乎 看 不 清 的 灯 光 ， 服 务 员
dōu shì jīng guò tè shū péi xùn de máng rén zài zhè jiā hēi àn
都 是 经 过 特 殊 培 训 的 盲 人。 在 这 家 “ 黑 暗
zī wèi cān guǎn zhōng céng jīng fā shēng xǔ duō yǒu qù de
滋 味 ” 餐 馆 中 ， 曾 经 发 生 许 多 有 趣 的
shì qing yǒu yí duì fū qī yīn wei gǎn qíng bù hé miàn lín gǎn
事 情 。 有 一 对 夫 妻 因 为 感 情 不 和 ， 面 临 感

qíng de bēng kuì zài lí hūn zhī qián yuē dìng yào yì qǐ chī zuì
情的崩溃，在离婚之前，约定要一起吃最
hòu yí dùn fàn tā men wèi le bì miǎn gān gà jiù xuǎn zé le
最后一顿饭。他们为了避免尴尬，就选择了
zhè jiā hēi àn zī wèi cān guǎn kě shì zài yòng cān de shí
这家“黑暗滋味”餐馆。可是，在用餐的时
hou qī zi bú shèn bèi dǎ suì de jiǔ píng huá pò le shǒu zhǐ
候，妻子不慎被打碎的酒瓶划破了手指。
zhàng fu yì biān ān wèi zhe tā yì biān mō hēi wèi jí jiāng fēn
丈夫一边安慰着她，一边摸黑为即将分
shǒu de qī zi cōng máng de bāo zā shāng kǒu dāng tā liǎng yì
手的妻子匆忙地包扎伤口。当他俩一
qǐ zǒu chū cān guǎn shí qī zi cái fā xiàn zhàng fu de yí gè
起走出餐馆时，妻子才发现丈夫的一个
shǒu zhǐ zài wǎng wài shèn zhe xuè yuán lái tā gāng cái jí yú wèi
手指在往外渗着血，原来他刚才急于为
tā bāo zā shāng kǒu zì jǐ de shǒu zhǐ chù zài le bō li chá
她包扎伤口，自己的手指触在了玻璃碴
shàng bù zhī wèi shén me qī zi liú lèi le jǐn jǐn de bào zhù
上。不知为什么，妻子流泪了紧紧地抱住
zhàng fu yǒu jì zhě cǎi fǎng zhè jiā cān guǎn wèi hé yào zhè me
丈夫。有记者采访这家餐馆为何要这么
kāi bàn lǎo bǎn shuō rén zhǐ yǒu pǐn cháng hēi àn cái néng
开办，老板说：“人只有品尝黑暗，才能
zhēn zhèng gǎn shòu dào yáng guāng de zhēn guì
真正感受到阳光的珍贵。”

yí gè rén bù zhēn xī jiù huì shī qù wǒ men bù zhēn xī shēn
一个人不珍惜就会失去，我们不珍惜身
shàng de shǒu shì yǒu yì tiān huì diū diào wǒ men bù zhēn xī
上的首饰，有一天会丢掉；我们不珍惜
zì jǐ de fù mǔ qīn fù mǔ qīn huì lí kāi wǒ men wǒ men bù
自己的父母亲，父母亲会离开我们；我们不
zhēn xī zì jǐ de hái zǐ hái zǐ huì lí kāi wǒ men wǒ men bù
珍惜自己的孩子，孩子会离开我们；我们不
zhēn xī fó fǎ fó fǎ yě huì lí kāi wǒ men dǒng de zhēn xī
珍惜佛法，佛法也会离开我们。懂得珍惜
de rén cái shì zhì zhě yào dǒng de zhēn xī zhè shì jiè shàng suǒ
的人才是智者，要懂得珍惜，这世界上所
yǒu de yí qiè dōu shì wǒ men de yuán yǒu yuán qiān lǐ lái xiāng
有的一切都是我们的缘，有缘千里来相
huì
会。