

22. Mengendalikan Kesadaran, Meningkatkan Pembinaan Diri dan Mencapai Pembebasan

Master sering mengatakan kepada kalian tentang kesadaran kedelapan. Sebenarnya, kesadaran ketujuh adalah akar pikiran di dalam niat dan pikiran. Menurut prinsip “唯识 wei shi -- hanya kesadaran (Vijnaptimatra)” , berdasarkan prinsip satu-satunya kesadaran, alaya vijnana adalah kesadaran kedelapan. Sedangkan kesadaran kesembilan sesungguhnya adalah alaya vijnana yang telah mencapai pengetahuan sejati. Kamu telah menguasai kesadaran kedelapan, berarti dirimu sudah dapat menyentuh gagasan atau prinsip Kebuddhaan di dalam ladang kesadaran kedelapan itu.

Master menasihati kalian, jika telah melakukan perbuatan buruk, jangan pernah menyimpannya di dalam hati. Jika perbuatan buruk itu masuk ke dalam kesadaran kedelapan, maka akar orang ini mulai membusuk. Pada tingkat kesadaran keenam sebenarnya masih tidak masalah, oleh sebab itu Sang Buddha mengatakan bahwa di dalam ladang kesadaran kedelapan hanya boleh menanam benih yang baik, tidak boleh menanam yang buruk. Jika menanam kebajikan, maka akar pikiran masih dapat diselamatkan, dan niat pikiran bisa segera diubah. Namun ketika telah sampai pada tingkat alaya vijnana, sebenarnya sudah mulai melihat sifat Kebuddhaan di dalam dirinya.

Master hari ini menjelaskan kepada kalian tentang menyaksikan sifat Kebuddhaan. Apa yang dimaksud dengan menyaksikan sifat Kebuddhaan? Ketika kamu

menemukan sifat Kebuddhaan dalam dirimu, barulah dapat menyaksikannya. Misalnya, ketika kamu berbicara tentang Buddha Dharma dengan seseorang, awalnya ia tidak mau membicarakannya. Lalu perlahan kamu berbicara dari sisi prinsip dan contoh. Kamu berkata kepadanya: "Jika kamu melihat seseorang tertabrak mobil hingga meninggal, apa yang kamu rasakan?" Ia menjawab: "Saya akan merasa sangat sedih dan iba." Maka di dalam kesadarannya sudah terdapat kesadaran Kebuddhaan, yaitu di dalam akar pikirannya sudah ada unsur kebaikan, mengerti? Dengan demikian, kamu dapat membangkitkan kesadaran spiritualnya.

Banyak psikolog yang melakukan penelitian, kesadaran seseorang bisa berubah. Dari kesadaran keenam berubah ke kesadaran ketujuh, lalu berubah lagi ke kesadaran kedelapan, dan masuk ke dalam

ladang kesadaran kedelapan. Jika kesadaran yang baik ini ditanam dengan baik, maka kesadaran kesembilan kamu yang sesungguhnya adalah kesadaran Buddha, kesadaran Bodhisattva, dengan demikian, pikiranmu ini adalah sangat bersih, dan tidak akan melakukan kesalahan. Seperti yang sering dikatakan guru kepada kita waktu kecil: "Kamu harus menggunakan pikiranmu, kamu harus berpikir lebih dalam." Yang dimaksud dengan "dalam" di sini adalah kesadaran, yaitu ladang kesadaran. Apakah kalian semua mengerti?

"Hanya kesadaran (Vijnaptimatra)" berarti mengetahui tingkat kesadaran spiritual pembinaan diri sendiri. Hari ini, dalam kesadaran saya yang satu-satunya ini, saya mengetahui bahwa saya harus membina diri, dan pembinaan diri saya harus ditingkatkan. Kita harus mengetahui tingkat kesadaran spiritual pembinaan diri dan tahapan dalam

pembinaan. Kamu harus mengetahui pada tahapan mana kamu sedang berada. Sekarang kamu masih berada di Alam Manusia. Coba renungkan, jika saat ini kamu berada di Alam Sukhavati Buddha Amitabha, apakah kamu termasuk tingkat atas bagian atas, tingkat atas bagian tengah, atau tingkat atas bagian bawah? Ataukah tingkat bawah bagian atas, tingkat bawah bagian tengah, atau tingkat bawah bagian bawah? Kamu harus memahami bahwa dalam belajar Buddha Dharma saat ini, apakah kamu masih berada pada tahap awal, tahap menengah, atau tahap lanjut. Kamu harus benar-benar mengenal dirimu sendiri, apakah saat ini kamu adalah orang yang baik atau orang yang jahat? Ketika menghadapi berbagai keadaan, bagaimana kamu menanganinya? Itulah yang disebut kesadaran.

Kita harus mengubah kebiasaan buruk, harus bisa memperbaiki bagian-bagian tidak bersih dari perilaku, ucapan, dan pemikiran. Dengan demikian, kesadaranmu akan naik ke tingkat yang lebih tinggi. Jika tidak, tetap akan berputar di dalam enam alam samsara. Sibuk membina diri sepanjang waktu tetapi tetap tidak bisa keluar dari enam alam, bukankah itu berarti pembinaanmu telah sia-sia? Seperti mengendarai mobil tetapi tidak mengenal jalan; berputar-putar terus, akhirnya tetap berada di tempat yang sama, mengertikah? Harus mengetahui dengan jelas jalan yang sedang kita tempuh dan pada tingkat mana kita telah melangkah. Kita harus memahami bahwa kerisauan harus diputuskan, dan kelahiran serta kematian harus diakhiri. Selama hidup di Alam Manusia, tujuan kita adalah memutuskan kerisauan batin. Setelah meninggal, tujuannya adalah mengakhiri siklus kelahiran dan kematian, meninggalkan enam

alam samsara, barulah dapat menumbuhkan cahaya terang. Karena di dalam enam alam terdapat kelahiran dan kematian yang berulang, maka di sana penuh dengan penderitaan, dan tidak memiliki cahaya sejati. Hanya dengan keluar dari enam alam samsara, seseorang baru dapat memperoleh cahaya terang. Setelah memiliki cahaya itu, barulah hati menjadi terang, sehingga disebut hati yang murni. Mengembangkan bodhicitta berarti bertekad untuk membangkitkan kesadaran semua makhluk. Hari ini kita mengembangkan bodhicitta, yaitu untuk menolong dan membimbing semua makhluk menuju pembebasan.

Master mengatakan kepada kalian bahwa dalam belajar Buddha Dharma terdapat tiga hal yang sangat penting.

Pertama, harus belajar untuk mencapai tersadarkan dan pencerahan. Banyak orang mengatakan bahwa pencerahan muncul dari penyadaran sesuatu, sesungguhnya, potensi kesadaran dapat tumbuh melalui belajar Buddha Dharma dan bahkan dapat dirasakan. Lalu, dari mana datangnya "kesadaran" ini? Ia muncul dari proses belajar dan penyadaran dari dirimu sendiri. Tersadarkan berarti dirimu sendiri menyadari, belajar pencerahan adalah dirimu yang belajar untuk menyadari.

Kedua, harus berjalan di Jalan Dharma yang benar. Master telah menjelaskan: "wu zhi yi wu de, yi wu suo de gu -- tiada kebijaksanaan juga tiada yang didapatkan, karena sesungguhnya tidak ada yang diperoleh." Segala sesuatu datang dan pergi dalam kekosongan; pada akhirnya semuanya tidak memiliki

keberadaan yang tetap. Jika direnungkan demikian, apa lagi yang sebenarnya bisa kamu miliki? Inilah yang disebut memahami kebenaran. Apa pun keadaannya, kita harus menghilangkan kebingungan terhadap dunia ini, serta menyingkirkan keserakahan, kebencian, dan kebodohan batin. Dengan demikian, seseorang akan lebih mudah berada di jalan yang benar. Sebagai contoh, jika hari ini batinmu tidak lurus, lalu kamu pergi membimbing orang lain, ketika melihat orang ini, kamu merasa sangat menyukainya, lalu kamu membimbingnya. Membimbing orang adalah hal yang benar, tetapi karena di dalam hatimu ada rasa suka, melihat dia masih muda lalu timbul ketertarikan, sehingga kamu membimbingnya karena perasaan itu, maka sebenarnya kamu sudah tidak berada pada jalan yang benar lagi. Lalu, mengapa sesuatu yang disebut "benar" dapat menilai bahwa dirimu tidak benar? Pertama-tama, tanyakan pada dirimu sendiri, apakah

di dalam hati sudah muncul keserakahan? Karena kamu menyukainya, berarti sudah ada unsur keserakahan, bukan? Di dalam keserakahan, kebencian, dan kebodohan batin, selalu ada salah satu yang muncul. Jika hari ini kamu tidak ingin membimbing seseorang, maka dalam menekuni Dharma, dirimu sudah menyimpang, karena di dalam hatimu ada kebencian, benar tidak? Hari ini ada banyak dari kalian yang melihat seseorang memiliki banyak uang, lalu berusaha keras untuk membimbingnya, bahkan berharap bisa sekaligus menjalankan bisnis dengannya. Ini adalah penyimpangan yang jelas, karena di dalamnya terdapat keserakahan. Oleh karena itu, jika tiga racun batin — keserakahan, kebencian, dan kebodohan tidak disingkirkan, maka hati dan pikiranmu tidak akan benar dan lurus.

Ketiga, harus memurnikan diri sendiri, yaitu setiap saat menjaga diri tetap bersih dan murni. Master memberi tahu kalian bahwa hati yang murni adalah yang paling sulit untuk dicapai. Coba kalian pikirkan, kalian yang datang kesini, jika meminta kalian duduk diam di sini dalam waktu yang lama tanpa bergerak, hampir semua orang tidak mampu duduk dengan tenang. Lihatlah para biksu biksuni, mereka dapat duduk di sana tanpa bergerak selama berjam-jam. Karena hati mereka tenang, maka mereka mampu duduk diam tanpa bergerak. Sebaliknya, kalian terus bergerak dan tidak bisa diam, hati kalian tidak bisa tenang, maka hati kalian baru akan bergerak. Apakah hal seperti itu bisa luput dari pengamatan orang lain? Pikirkanlah, karena tidak mampu menjaga hati tetap murni dan tenang, maka bisa membuat dirimu menjadi lebih dekat dengan ketersesatan.

Master pernah berkata kepada para murid, ketika pertama kali pergi ke Hong Kong, ada kerabat dari salah satu orang terkaya di sana yang mengundang kami makan. Master tidak memberitahukan hal ini kepada kalian, karena jika diberitahukan, banyak orang akan mulai gelisah dalam hati, berpikir, "Harus bagaimana dan bagaimana" , hati menjadi tidak bersih. Orang lain memiliki banyak kekayaan, apa hubungannya dengan dirimu? Uang orang lain tetap milik mereka, dan milikmu tetap milikmu. Apa yang kamu miliki, orang lain mungkin tidak memilikinya; dan apa yang dimiliki orang lain, kamu mungkin tidak memilikinya, itu adalah hal yang sangat wajar. Mengapa harus terseret ke dalam kebingungan dan penyimpangan? Mengapa harus tersesat dan bertolak belakang dengan kebenaran? Oleh karena itu, kita harus mengurangi nafsu keinginan dan memiliki pandangan yang bijaksana. Artinya, semakin sedikit

keinginanmu, semakin banyak hal yang benar-benar dapat kamu lihat, dan barulah kamu dapat melihat hal-hal yang mengandung kebijaksanaan.

Sebenarnya, dalam belajar Buddha, berbagai aliran, tradisi, pada akhirnya semuanya kembali pada dua jalan. Hari ini, karena banyak biksu agung yang hadir, maka Master menjelaskannya lebih mendalam. Kalian harus belajar dengan sungguh-sungguh. Satu adalah jalan pembebasan, dan satu lagi adalah jalan Bodhi (jalan pencerahan). Master menjelaskannya kepada kalian, apa yang dimaksud dengan jalan pembebasan? Yaitu meninggalkan enam alam samsara, sehingga pada kelahiran berikutnya tidak datang kembali, tidak lagi mengalami penderitaan. Lalu, apa yang dimaksud dengan jalan Bodhi? Yaitu bukan hanya diri sendiri yang ingin terbebas, tetapi juga mengembangkan bodhicitta, bertekad membimbing semua makhluk

agar dapat mencapai pembebasan seperti diri sendiri. Sebenarnya, jika dijelaskan demikian, kalian akan memahaminya, satu adalah jalan pembebasan, yaitu membebaskan diri sendiri dari enam alam samsara, yakni memasuki tingkat Arahat, yaitu Alam Sravaka dan Pratyekabuddha. Sedangkan yang satu lagi adalah jalan Bodhisattva dan Buddha, yang bukan hanya membina diri sendiri hingga baik dan sempurna, tetapi juga menolong serta menyeberangkan semua makhluk menuju pembebasan. Apakah kalian dapat memahaminya?

Kalian telah lama membina pikiran, dan sekarang Master menjelaskan dua jalan yang paling penting. Dengan bahasa yang sederhana masa kini, dijelaskan demikian, jalan pertama adalah memperbaiki diri sendiri terlebih dahulu, tidak ada karma buruk dan arwah asing penagih hutang karma, menjadi bersih

dan murni, sehingga mampu terbebas dari enam alam samsara, ini adalah jalan pembebasan. Jalan kedua adalah setelah mencapai pembebasan dan keluar dari enam alam, kamu kembali lagi untuk menolong dan menyelamatkan makhluk lain, menjalankan jalan Bodhisattva, inilah jalan Bodhi, yaitu mengembangkan bodhicitta. Kita harus memahami bahwa jalan pertama sebenarnya adalah Pratyekabuddha dan Arahat, yang termasuk jalan pembebasan. Ini adalah jalan untuk memutus kerisauan. Setidaknya, selama masih hidup di Alam Manusia, ia dapat terbebas dari kerisauan, barulah ia dapat mencapai pembebasan. Karena orang yang masih dipenuhi kerisauan tidak dapat memperoleh pembebasan.

Tiada perolehan, sesungguhnya berarti memutus kerisauan. Seperti yang baru saja Master jelaskan, tiada perolehan berarti di dunia ini sebenarnya tidak ada

sesuatu yang benar-benar diperoleh. Tiada perolehan berarti tidak masalah, dan memahami cara memutus kerisauan. Bagaimana kerisauan muncul? Hari ini saya kehilangan sesuatu, atau hari ini saya mendapatkan sesuatu, dari situlah kerisauan mulai timbul. Lalu muncul pikiran: Mengapa saya kehilangan? Mengapa saya mendapatkan? Kerisauan pun muncul. Tiada perolehan, maka tidak ada yang benar-benar diperoleh, dan dengan demikian juga tidak ada yang hilang. Jika tidak pernah memperoleh, dari mana datangnya kehilangan? Sebagai contoh sederhana, jika kamu membeli lotere dan berharap menang, tetapi ternyata tidak menang, maka kamu merasa kehilangan. Namun jika sejak awal kamu tidak membelinya, bagaimana mungkin ada menang atau tidak menang? Maka tidak ada rasa kehilangan.

Tidak mengejar harta, rupa atau nafsu, ketenaran, makanan, dan tidur berarti memutuskan kerisauan. Tidak mengejar harta milik diri sendiri, tidak mengejar kenikmatan rupa atau nafsu, tidak mengejar ketenaran, tidak melekat pada makanan, dan juga tidak melekat pada tidur. Banyak orang tidur berlebihan, dan itu juga merupakan karma yang tidak baik. Tahukah kalian? Jika seseorang tidur lebih dari delapan jam, pikirannya bisa menjadi tidak jernih. Coba bayangkan, jika kalian tidur sepuluh jam atau lebih, setelah bangun apakah kaki terasa lemas dan kepala terasa pusing? Oleh karena itu, para Bodhisattva mengajarkan bahwa bahkan dalam tidur pun harus ada pengendalian. Tidur berlebihan juga merupakan bentuk keserakahan.

Harus dipahami bahwa tidak mengejar berarti memutuskan kerisauan. Jika saya tidak mengejar ketenaran dan keuntungan, maka kerisauan pun tidak

ada lagi, benar tidak? Coba lihat banyak politikus, hari ini masih berkedudukan tinggi, tetapi begitu lengser, apapun tidak didapatkannya, benar tidak? Coba lihat, ada beberapa pemimpin di wilayah Taiwan yang ketika menjabat sebagai pejabat tinggi, sikapnya sangat sombong. Namun setelah turun dari jabatan, pada akhirnya tidak memperoleh apa-apa. Bahkan ada yang sampai dipenjara. Ketika ia masih menjabat tinggi, mengapa tidak lebih banyak memikirkan rakyat dan mengurangi keserakahan diri sendiri? Itu karena tidak memiliki kebijaksanaan.

kòng zhì yì shí tí shēng jiě tuō 22. 控制意识 提升解脱

shī fu jīng cháng gěi nǐ men shuō dì bā yì shí shí jì
师父经常给你们说第八意识，实际
shàng dì qī yì shí jiù shì yì niàn dāng zhōng de yì
上，第七意识，就是意念当中的意
gēn àn zhào wéi shí de yuán lǐ jiù shì duì wéi yī de yì shí
根。按照唯识的原理，就是对唯一的意识
zhè ge yuán lǐ lái shuō de ā lài yē shí jiù shì dì bā yì
这个原理来说的，阿赖耶识就是第八意
shí nà me dì jiǔ yì shí shí jì shàng shì zhēn zhī de ā lài
识，那么第九意识，实际上是真知的阿赖
yē shí nǐ yǐ jīng zhǎng wò le dì bā yì shí jiù shì nǐ
耶识，你已经掌握了第八意识，就是你
néng gòu zài bā shí tián zhōng chù mō dào fó de lǐ niàn le
能够在八识田中触摸到佛的理念了。

shī fu quàn dǎo nǐ men rú guǒ zuò le huài shì qiān wàn
师父劝导你们如果做了坏事，千万
bú yào liú zhe rú guǒ huài shì jìn rù le nǐ men de dì bā yì
不要留着，如果坏事进入了你们的第八意
shí zhè ge rén de gēn jiù kāi shǐ làn le dì liù yì shí méi yǒu
识，这个人的根就开始烂了，第六意识没有

guān xì suǒ yǐ fó shuō bā shí tián zhōng zhǐ néng zhòng
关系，所以佛说，八识田中只能种
hǎo de bù néng zhòng làn de zhǒng shàn de yì gēn hái
好的，不能种烂的。种善的，意根还
yǒu jiù kě yǐ bǎ yì niàn gǎn kuài zhuǎn huàn guò lái dàn
有救，可以把意念赶快转换过来，但
shì zhēn zhèng dào le ā lài yē shí de shí hou shí jì shàng yǐ
是真正到了阿赖耶识的时候，实际上已
jīng jiàn dào fó xìng le
经见到佛性了。

shī fu jīn tiān gēn nǐ men jiǎng de jiù shì jiàn zhèng fó
师父今天跟你们讲的就是见证佛
xìng jiàn zhèng fó xìng shì shén me nǐ fā xiàn le fó
性，见证佛性是什么？你发现了佛
xìng nǐ cái néng jiàn zhèng fó xìng bǐ rú nǐ gēn zhè
性，你才能见证佛性。比如，你跟这
ge rén tán fó de shí hou zhè ge rén kāi shǐ bù gēn nǐ
个人谈佛的时候，这个人开始不跟你
jiǎng nǐ màn màn gēn tā jiǎng dào lǐ niàn jǔ lì nǐ
讲，你慢慢跟他讲到理念，举例，你
gēn tā shuō nǐ kàn jiàn rén jiā qì chē yā sǐ rén nǐ huì
跟他说：“你看见人家汽车压死人，你会

shì shén me gǎn jué a tā shuō wǒ huì hěn xīn
是 什 么 感 觉 啊 ？ ” 他 说 ： “ 我 会 很 心
tòng hěn nán guò nà me zhè ge rén de yì shí dāng
痛 ， 很 难 过 。” 那 么 这 个 人 的 意 识 当
zhōng jiù cún zài le fó de yì shí le jiù shì yì gēn dāng
中 就 存 在 了 佛 的 意 识 了 ， 就 是 意 根 当
zhōng yǒu shàn liáng de dōng xi le míng bai ma nǐ jiù
中 有 善 良 的 东 西 了 ， 明 白 吗 ？ 你 就
kě yǐ dù tā le
可 以 度 他 了 。

hěn duō xīn lǐ xué jiā tàn tǎo guò rén de yì shí shì huì
很 多 心 理 学 家 探 讨 过 ， 人 的 意 识 是 会
zhuǎn huàn de cóng dì liù yì shí zhuǎn huàn dào dì qī yì
转 换 的 ， 从 第 六 意 识 转 换 到 第 七 意
shí zài zhuǎn huàn dào dì bā yì shí jìn rù bā shí tián
识 ， 再 转 换 到 第 八 意 识 ， 进 入 八 识 田
zhōng rú guǒ zhè ge shàn liáng yì shí zhòng de hǎo nǐ de
中 ， 如 果 这 个 善 良 意 识 种 得 好 ， 你 的
dì jiǔ yì shí shí jì shàng jiù shì fó de yì shí pú sà de yì
第 九 意 识 实 际 上 就 是 佛 的 意 识 、 菩 萨 的 意
shí nà nǐ zhè ge rén de nǎo zi yí dìng hěn gān jìng yí
识 ， 那 你 这 个 人 的 脑 子 一 定 很 干 净 ， 一

dìng bú huì zuò cuò shì qing jiù xiàng wǒ men xiǎo shí hou lǎo
定 不 会 做 错 事 情 。 就 像 我 们 小 时 候 老
shī shuō de nǐ yào dòng dòng nǎo jīn a nǐ yào wǎng
师 说 的 “ 你 要 动 动 脑 筋 啊 ， 你 要 往
shēn lǐ qù xiǎng a zhè ge shēn jiù shì yì shí yì
深 里 去 想 啊 ” ， 这 个 “ 深 ” 就 是 意 识 、 意
shí tián a dà jiā tīng de dǒng ma
识 田 啊 ， 大 家 听 得 懂 吗 ？

wéi shí jiù shì yào zhī dào zì jǐ xiū xíng de jìng jiè jīn
唯 识 就 是 要 知 道 自 己 修 行 的 境 界 。 今
tiān wǒ wéi yī de yì shí wǒ jiù zhī dào wǒ yào xiū xíng wǒ
天 我 唯 一 的 意 识 ， 我 就 知 道 我 要 修 行 ， 我
xiū xíng yào tí shēng yào zhī dào zì jǐ xiū xíng de jìng
修 行 要 提 升 。 要 知 道 自 己 修 行 的 境
jiè xiū xíng de jiē tī nǐ bì xū yào zhī dào zì jǐ zǒu zài
界 、 修 行 的 阶 梯 ， 你 必 须 要 知 道 自 己 走 在
shén me jiē tī shàng nǐ xiàn zài zài rén jiān nǐ xiǎng yì
什 么 阶 梯 上 。 你 现 在 在 人 间 ， 你 想 一
xiǎng rú guǒ nǐ xiàn zài shì zài ē mí tuó fó de xī fāng jí lè
想 ， 如 果 你 现 在 是 在 阿 弥 陀 佛 的 西 方 极 乐
shì jiè nǐ shì shàng děng shàng pǐn hái shì shàng děng
世 界 ， 你 是 上 等 上 品 ， 还 是 上 等

zhōng pǐn hái shì shàng děng xià pǐn hái shì xià děng shàng
中 品 ， 还 是 上 等 下 品 ？ 还 是 下 等 上
pǐn xià děng zhōng pǐn xià děng xià pǐn nǐ yào dǒng de
品 ， 下 等 中 品 ， 下 等 下 品 ？ 你 要 懂 得
nǐ xiàn zài xué fó dào dǐ shì zài chū jí jiē duàn hái shì zhōng
你 现 在 学 佛 到 底 是 在 初 级 阶 段 ， 还 是 中
jí jiē duàn hái shì gāo jí jiē duàn nǐ bì xū yào míng bai
级 阶 段 ， 还 是 高 级 阶 段 ？ 你 必 须 要 明 白
zì jǐ nǐ xiàn zài shì gè hǎo rén hái shì gè huài
自 己 ， 你 现 在 是 个 好 人 ， 还 是 个 坏
rén pèng dào zhè xiē shì qing nǐ huì zěn me chǔ lǐ
人 ？ 碰 到 这 些 事 情 ， 你 会 怎 么 处 理
ne nà jiù shì yì shí
呢 ？ 那 就 是 意 识 。

yào gǎi xí xìng yào gǎi diào shēn kǒu yì bù qīng jìng de
要 改 习 性 ， 要 改 掉 身 口 意 不 清 净 的
bù fèn nà me nǐ de yì shí jiù huì shàng tái jiē fǒu zé hái
部 分 ， 那 么 你 的 意 识 就 会 上 台 阶 ， 否 则 还
shì zài liù dào zhōng lún huí máng le bàn tiān lǎo zài liù
是 在 六 道 中 轮 回 。 忙 了 半 天 ， 老 在 六
dào lǐ zhuǎn bù chū lái nà nǐ bú shì bái xiū le ma kāi zhe
道 里 转 不 出 来 ， 那 你 不 是 白 修 了 吗 ？ 开 着

yí liàng chē bú rèn shì lù rào lái rào qù hái shì zài zhè
一 辆 车 ， 不 认 识 路 ， 绕 来 绕 去 ， 还 是 在 这
ge dì fang míng bai le ma bì xū yào zhī dào zì jǐ zǒu
个 地 方 ， 明 白 了 吗 ？ 必 须 要 知 道 自 己 走
dào shén me lù shàng dào shén me tái jiē yào zhī
到 什 么 路 ， 上 到 什 么 台 阶 。 要 知
dào fán nǎo yào duàn shēng sǐ yào liǎo wǒ men zài rén
道 ， 烦 恼 要 断 ， 生 死 要 了 ， 我 们 在 人
jiān huó zhe jiù shì yào duàn fán nǎo sǐ le jiù shì yào liǎo
间 活 着 就 是 要 断 烦 恼 ， 死 了 就 是 要 了
shēng sǐ lí kāi liù dào cái néng xiū chū guāng
生 死 ， 离 开 六 道 ， 才 能 修 出 光
míng yīn wèi liù dào lǐ shì lún huí suǒ yǐ tā kǔ a tā
明 。 因 为 六 道 里 是 轮 回 ， 所 以 它 苦 啊 ， 它
bú huì yǒu guāng míng de zhǐ yǒu xiū chū liù dào cái néng
不 会 有 光 明 的 。 只 有 修 出 六 道 ， 才 能
dé dào guāng míng yǒu le guāng míng zhī hòu xīn cái huì
得 到 光 明 ， 有 了 光 明 之 后 ， 心 才 会
guāng míng suǒ yǐ jiào guāng míng xīn fā pú tí xīn jiù
光 明 ， 所 以 叫 光 明 心 。 发 菩 提 心 ， 就
shì yào qù dù huà yí qiè zhòng shēng wǒ men jīn tiān fā pú
是 要 去 度 化 一 切 众 生 ， 我 们 今 天 发 菩
tí xīn jiù shì yào qù dù huà yí qiè zhòng shēng
提 心 ， 就 是 要 去 度 化 一 切 众 生 。

shī fu gēn nǐ men jiǎng zài xué fó zhōng yǒu sān diǎn fēi
师父跟你们讲在学佛中有三点非
cháng zhòng yào
常重要。

dì yī yào xué xī kāi wù yào xué xī jué wù hěn duō
第一，要学习开悟，要学习觉悟。很多
rén shuō jué wù shì wù chū lái de shí jì shàng xué fó zhēn de
人说觉悟是悟出来的，实际上学佛真的
néng xué chū wù xìng lái gǎn jué néng gǎn jué chū wù xìng
能学出悟性来，感觉能感觉出悟性
lái zhè ge wù shì zěn me lái de jiù shì nǐ xué chū
来。这个“悟”是怎么来的？就是你学出
lái de jiù shì nǐ wù chū lái de kāi wù jiù shì qù wù xué
来的，就是你悟出来的，开悟就是去悟，学
xī jué wù jiù shì nǐ qù xué
习觉悟就是你去学。

dì èr bì xū zǒu zài zhèng fǎ shàng shī fu yǐ jīng
第二，必须走在正法上。师父已经
jiǎng le wú zhì yì wú dé yǐ wú suǒ dé gù suǒ
讲了，“无智亦无得，以无所得故”，所
yǒu de dōng xi dōu shì lái qù kōng kōng dōu shì méi yǒu
有的东西都是来去空空，都是没有

de xiǎng xiǎng kàn nǐ hái huì yǒu shén me zhè jiù jiào
的。想想看，你还会有什么？这就叫
dǒng de zhèng wú lùn rú hé yào xiāo chú zì jǐ duì rén jiān de
懂得正，无论如何要消除自己对人间的
mí huò yào xiāo chú tān chēn chī zhè ge rén jiù róng yì
迷惑，要消除贪瞋痴，这个人就容易
zhèng bǐ fāng shuō nǐ jīn tiān bú zhèng le nǐ jīn tiān
正。比方说，你今天不正了，你今天
qù dù rén nǐ kàn jiàn zhè ge rén nǐ hěn xǐ huan nǐ qù
去度人，你看见这个人，你很喜欢，你去
dù tā dù rén zhè shì yí gè zhèng fǎ dàn shì yīn wèi nǐ xǐ
度她，度人这是一个正法，但是因为你喜
huan tā nǐ kàn jiàn tā nián qīng nǐ xǐ huan tā nǐ qù
欢她，你看见她年轻，你喜欢她，你去
dù tā le shí jì shàng nǐ jiù shì bú zhèng le nà
度她了，实际上你就是不正了。那
me zhèng wèi shén me huì píng pàn chū nǐ zhè ge bú zhèng
么“正”为什么会评判出你这个不正
ne shǒu xiān nǐ jué de nǐ shì bu shì tān le yīn wèi nǐ
呢？首先，你觉得你是不是贪了？因为你
xǐ huan tā tān le ba tān chēn chī dāng zhōng nǐ zǒng
喜欢她，贪了吧？贪瞋痴当中，你总
yǒu yì diǎn nǐ jīn tiān bù xiǎng qù dù zhè ge rén nǐ xué
有一点。你今天不想去度这个人，你学

fó xué piān le , yīn wèi nǐ yǒu hèn zài xīn lǐ , duì bu
佛学偏了，因为你心里有恨，对不
duì ? jīn tiān nǐ men yǒu hěn duō de rén jué de tā yǒu diǎn
对？今天你们很多人觉得他有点
qián , nǐ men jiù pīn mìng de qù dù tā , zuì hǎo hái nòng
钱，你们就拼命地去度他，最好还弄
diǎn shēng yì zuò zuò , nǐ men zhè shì jué duì piān chā , yīn
点生意做做，你们这是绝对偏差，因
wèi nǐ men yǒu tān xīn zài lǐ miàn 。 suǒ yǐ , tān chēn chī sān
为你们有贪心在里面。所以，贪瞋痴三
dú bù chú , nǐ de xīn bù néng zhèng 。
毒不除，你的心不能正。

dì sān , yào qīng jìng zì jǐ , jiù shì shí shí kè kè ràng zì
第三，要清净自己，就是时时刻刻让自
jǐ qīng jìng 。 shī fu gào sù nǐ men , qīng jìng xīn shì zuì nán
己清净。师父告诉你们，清净心是最难
zuì nán de , nǐ men xiǎng xiǎng kàn nǐ men lái de rén , jiào
最难的，你们想想看你们来的人，叫
nǐ men zuò zài zhè lǐ hěn cháng shí jiān bú dòng , gè gè dōu
你们坐在这里很长时间不动，个个都
shì zuò bú zhù de 。 nǐ men kàn kàn rén jiā fǎ shī , zuò zài nà
是坐不住的。你们看看人家法师，坐在那

lǐ kě yǐ jǐ gè xiǎo shí bú dòng yīn wèi tā men de xīn ān
里可以几个小时不动。因为他们的心安
jìng tā men jiù néng gòu zuò zhe bú dòng ér nǐ men bù
静，他们就能够坐着不动。而你们不
tíng de dòng nǐ men de xīn jìng bú xià lái suǒ yǐ nǐ men
停地动，你们的心静不下来，所以你们
de xíng cái huì dòng táo de guò rén jiā de yǎn jīng
的行才会动，逃得过人家的眼睛
ma xiǎng yi xiǎng yīn wèi nǐ bù néng qīng jìng xīn nǐ
吗？想一想，因为你不能清净心，你
jiù huì hé xié mí zǒu de tài jìn
就会和邪迷走得太近。

shī fu céng jīng gēn tú dì jiǎng guò dì yī cì qù xiāng
师父曾经跟徒弟讲过，第一次去香
gǎng de shí hou xiāng gǎng yǒu ge zuì yǒu qián rén de qīn qi
港的时候，香港有个最有钱人的亲戚
qǐng wǒ men chī fàn shī fu méi yǒu gào sù nǐ men rú guǒ
请我们吃饭，师父没有告诉你们，如果
gào sù nǐ men le hěn duō rén de xīn jiù yào dòng qǐ lái le
告诉你们了，很多人的心就要动起来了，
yīng gāi zěn me yàng yīng gāi zěn me yàng xīn bù gān
“应该怎么样，应该怎么样”，心不干

jìng a rén jiā yǒu qián gēn nǐ yǒu shén me guān xì a rén
净啊，人家有钱跟你有什么关系啊？人
jiā de qián shì rén jiā de nǐ de hái shì nǐ de nǐ yǒu
家的钱是人家的，你的还是你的。你有
de rén jiā méi yǒu rén jiā yǒu de nǐ méi yǒu nà shì
的，人家没有，人家有的，你没有，那是
hěn zhèng cháng de nǐ wèi shén me yào xié mí ne wèi
很正常的，你为什么耍邪迷呢？为
shén me yào mí huò diān dǎo ne suǒ yǐ yào shǎo yù zhì
什么耍迷惑颠倒呢？所以，耍少欲智
jiàn jiù shì shuō nǐ de yù wàng yuè shǎo nǐ zhēn zhèng
见，就是说，你的欲望越少，你真正
kàn dào de dōng xi cái huì duō nǐ cái huì kàn dào zhì huì de
看到的东 西才会多，你才会看到智慧的
dōng xi
东 西。

qí shí xué fó gè jiào gè zōng gè pài dào zuì hòu shì xué
其实，学佛各教各宗各派到最后是学
liǎng tiáo lù jīn tiān yīn wèi yǒu hěn duō gāo sēng dà dé
两条路，今天因为有很多高僧大德
zài shī fu jiù jiǎng de shēn le nǐ men yào hǎo hǎo xué
在，师父就讲得深了，你们要好好学

a yì tiáo jiù shì jiě tuō zhī dào yì tiáo jiù shì pú tí
啊 ， 一 条 就 是 解 脱 之 道 ， 一 条 就 是 菩 提
dào shī fu fēn xī gěi nǐ men tīng jiě tuō dào shì shén
道 。 师 父 分 析 给 你 们 听 ， 解 脱 道 是 什
me jiù shì yào lí kāi liù dào lún huí xià yí cì bù néng zài
么 ？ 就 是 要 离 开 六 道 轮 回 ， 下 一 次 不 能 再
lái le bù chī kǔ le pú tí dào shì shén me jiù shì bù
来 了 ， 不 吃 苦 了 。 菩 提 道 是 什 么 ？ 就 是 不
dān zì jǐ yào jiě tuō hái yào fā pú tí xīn qù jiào dǎo
单 自 己 要 解 脱 ， 还 要 发 菩 提 心 ， 去 教 导
zhòng shēng hé zì jǐ yí yàng de qù jiě tuō shí jì
众 生 和 自 己 一 样 地 去 解 脱 。 实 际
shàng jiǎng gěi nǐ men tīng nǐ men jiù míng bai le yí
上 ， 讲 给 你 们 听 ， 你 们 就 明 白 了 ， 一
gè jiě tuō dào shì ràng zì jǐ jiě tuō lí kāi liù dào jiù shì
个 解 脱 道 ， 是 让 自 己 解 脱 离 开 六 道 ， 就 是
jìn rù ā luó hàn jiù shì shēng wén yuán jué dào hái
进 入 阿 罗 汉 ， 就 是 声 闻 、 缘 觉 道 ； 还
yǒu yì tiáo jiù shì pú sà hé fó de dào tā men bú dàn yào zì
有 一 条 就 是 菩 萨 和 佛 的 道 ， 他 们 不 但 要 自
jǐ xiū hǎo hái yào qù jiù dù zhòng shēng nǐ men tīng de
己 修 好 ， 还 要 去 救 度 众 生 。 你 们 听 得
dǒng ma
懂 吗 ？

nǐ men xiū xīn xiū le bàn tiān , shī fu xiàn zài jiǎng de shì
你们修心修了半天，师父现在讲的是
zuì guān jiàn de liǎng tiáo dào a yòng xiàn dài bái huà fó fǎ
最关键的两条道啊。用现代白话佛法
gēn nǐ men jiǎng yì tiáo dào shì xiān bǎ zì jǐ xiū hǎo , méi
跟你们讲，一条道是先把自己修好，没
yǒu yè zhàng , méi yǒu líng xìng , gān gān jìng jìng , néng
有业障，没有灵性，干干净净，能
gòu tuō lí liù dào zhè shì dì yī tiáo jiě tuō dào dì èr tiáo
够脱离六道，这是第一条解脱道。第二条
dào shì nǐ shàng qù le tuō lí liù dào zhī hòu nǐ yòu xià lái
道是你上去了，脱离六道之后，你又下来
jiù rén nǐ yòu zuò pú sà le nà jiù shì dì èr tiáo
救人，你又做菩萨了，那就是第二条
dào nà jiù shì pú tí xīn wǒ men yào dǒng de dì yī tiáo
道，那就是菩提心。我们要懂得第一条
dào shí jì shàng jiù shì yuán jué hé ā luó hàn shǔ yú jiě tuō
道实际上就是缘觉和阿罗汉，属于解脱
dào tā shì duàn fán nǎo de dào zhì shǎo zài rén jiān tā kě
道，它是断烦恼的道，至少在人间他可
yǐ méi yǒu fán nǎo tā cái kě yǐ qiú de jiě tuō yīn wèi yǒu
以没有烦恼，他才可以求得解脱，因为有
fán nǎo de rén shì bù néng qiú de jiě tuō de
烦恼的人是不能求得解脱的。

wú suǒ dé , shí jì shàng jiù shì duàn fán nǎo 。 shī fu
无 所 得 ， 实 际 上 就 是 断 烦 恼 。 师 父
gāng gāng gēn nǐ men jiǎng dào xiàn zài , wú suǒ dé , jiù shì
刚 刚 跟 你 们 讲 到 现 在 ， 无 所 得 ， 就 是
zài zhè ge shì jiè shàng shén me shì qing dōu méi yǒu dé
在 这 个 世 界 上 什 么 事 情 都 没 有 得
dào 。 wú suǒ dé jiù shì wú suǒ wèi 。 wú suǒ dé jiù shì yào dǒng
到 ， 无 所 得 就 是 无 所 谓 ， 无 所 得 就 是 要 懂
de duàn fán nǎo 。 fán nǎo shì zěn me lái de ? wǒ jīn tiān shī
得 断 烦 恼 。 烦 恼 是 怎 么 来 的 ？ 我 今 天 失
qù yí gè dōng xī le , wǒ jīn tiān dé dào yí gè dōng xī
去 一 个 东 西 了 ， 我 今 天 得 到 一 个 东 西
le , jiù kāi shǐ shēng chū fán nǎo le , wèi shén me huì shī qù
了 ， 就 开 始 生 出 烦 恼 了 ， 为 什 么 会 失 去
a ? wèi shén me huì dé dào a ? fán nǎo jiù lái le , wú
啊 ？ 为 什 么 会 得 到 啊 ？ 烦 恼 就 来 了 ， 无
suǒ dé , méi yǒu dé dào de , jiù yí dìng méi yǒu shī qù
所 得 ， 没 有 得 到 的 ， 就 一 定 没 有 失 去
de , méi yǒu dé dào nǎ lái de shī qù ne ? jǔ gè jiǎn dān lì
的 ， 没 有 得 到 哪 来 的 失 去 呢 ？ 举 个 简 单 例
zi , nǐ qù mǎi liù hé cǎi , nǐ xiǎng zhòng jiǎng , jié guǒ
子 ， 你 去 买 六 合 彩 ， 你 想 中 奖 ， 结 果
méi yǒu zhōng dào , nà nǐ jiù shī qù le , rú guǒ nǐ lián mǎi
没 有 中 到 ， 那 你 就 失 去 了 ， 如 果 你 连 买

dōu bù mǎi , nǎ yǒu zhòng jiǎng huò bú zhòng jiǎng ne ? bù
都不买 , 哪有中奖或不中奖呢 ? 不
shī qù le
失去了 。

bù zhuī qiú cái sè míng shí shuì jiù shì duàn fán nǎo 。 duì
不追求财色名食睡就是断烦恼 。 对
zì jǐ de cái bú qù zhuī qiú , sè bú qù zhuī qiú , míng bú qù
自己的财不去追求 , 色不去追求 , 名不去
zhuī qiú , duì zì jǐ chī de dōng xi bú qù zhuī qiú , shuì jiào
追求 , 对自己吃的东西不去追求 , 睡觉
yě bú qù zhuī qiú 。 hěn duō rén pīn mìng de shuì jiào , yě shì
也不去追求 。 很多人拼命地睡觉 , 也是
bù hǎo de yè zhàng a 。 nǐ men zhī dào ma , yí gè rén chāo
不好的业障啊 。 你们知道吗 , 一个人超
guò bā xiǎo shí de shuì mián zhī hòu , rén huì xī li hú tú
过八小时的睡眠之后 , 人会稀里糊涂
de , xiǎng xiǎng , nǐ men yào shì shuì shí jǐ gè xiǎo
的 , 想想 , 你们要是睡十几个小
shí , xǐng guò lái hòu , shì bu shì tuǐ dōu bú huì zǒu lù le
时 , 醒过来后 , 是不是腿都不会走路了

a tóu shì bu shì yūn yūn de suǒ yǐ pú sà jiào wǒ men
啊？头是不是晕晕的？所以，菩萨叫我们
shuì jiào dōu yào jié zhì duō shuì jiào dōu shì yì zhǒng tān a
睡觉都要节制，多睡觉都是一种贪啊。

yào míng bai bù zhuī qiú jiù shì duàn fán nǎo wǒ bù
要明白，不追求就是断烦恼。我不
zhuī qiú míng lì le wǒ de fán nǎo jiù méi yǒu le duì bu
追求名利了，我的烦恼就没有了，对不
duì kàn kàn hěn duō de zhèng zhì rén wù jīn tiān zài gāo
对？看看很多的政治人物，今天在高
wèi kě shì yí xià lái shén me dōu wú suǒ dé duì bu
位，可是一下来，什么都无所得，对不
duì xiǎng xiǎng tái wān dì qū de yǒu yì xiē lǐng dǎo rén zài
对？想想台湾地区的有一些领导人，在
zuò gāo guān de shí hou fēi cháng gāo ào xiàn zài xià lái
做高官的时候非常高傲，现在下来
le wú suǒ dé a shén me dōu dé bú dào yǒu de hái
了，无所得啊，什么都得不到，有的还
bèi guān zài jiān yù lǐ tā zuò gāo guān de shí hou wèi
被关在监狱里，他做高官的时候，为

shén me bù néng duō wèi mǐn zhòng xiǎng xiǎng , zì jǐ shǎo
什么不能多为民众想想，自己少

tān yì diǎn ne jiù shì yīn wèi méi yǒu zhì huì a
贪一点呢？就是因为没有智慧啊。