

## **6. Mengetahui Prinsip Dharma, Memahami Ajaran Dharma, Pikiran Benar-benar Mencapai Kelenyapan**

Hari ini Master ingin memberitahu kalian, bahwa kita dalam menekuni Dharma dan bersikap atau berperilaku, bagaimana caranya membina pikiran di tengah kerisauan? Membina pikiran harus melatih keadaan kesadaran pikiran kita, karena hanya dengan menggunakan keadaan kesadaran ini, kamu baru bisa benar-benar menghilangkan kerisauan; karena kamu sudah melatih kesadaran ini, kamu baru bisa menghilangkan seluruh kesulitan dan kerisauan secara tuntas dalam pikiranmu sendiri. Apakah dalam diri seseorang memiliki kerisauan atau tidak, mohon dirimu periksalah apakah diri sendiri sedang marah?

Master memberitahu kalian, seseorang harus sering mengamati tubuh dan pikirannya sendiri dengan baik dan cermat, maka kamu akan menjadi jelas, jika dirimu sendiri merasa diri sendiri tidak nyaman, hati merasa tidak senang, berarti sudah ada sangat banyak kerisauan di dalam hati-pikiranmu. Maka itu, terhadap hal-hal ini sesungguhnya kamu sudah kehilangan kendali, kamu tidak memiliki kemampuan untuk mengendalikan suasana hati diri sendiri. Seseorang yang tidak mampu mengendalikan suasana hatinya sendiri, orang ini pasti sangat mudah mengundang jodoh karma. Apa itu jodoh karma? Itu adalah akar atau sumber dari kekuatan karma. Jodoh karma bisa menimbulkan kerisauan bagimu setiap hari, lagipula jodoh karma sangat sulit dilampai. Apa itu karma? Yaitu kekuatan karma. Apa itu jodoh? Yakni jodoh baik dan jodoh buruk yang terlahir akibat kekuatan karma, ini yang dinamakan sebagai jodoh

karma. Ketika jodoh-jodoh ini sudah berada di dalam pikiranmu, maka karma baik dan karma burukmu akan dicatat seperti buku catatan, ini adalah karmamu.

Kita semua dalam mempelajari ajaran Buddha Dharma, harus mengetahui prinsipnya dan memahami ajaran Dharmanya. Mengetahui prinsipnya berarti harus bisa mengetahui prinsip kebenaran Buddha, memahami ajaran Dharma, dengan kata lain, kita harus mengerti apa sesungguhnya ajaran Buddha Dharma itu. Hanya dengan mengetahui prinsipnya, memahami ajaran Dharmanya, sering melafalkan paritta, sering mengingat bahwa Bodhisattva berada di sisimu, baru pelan-pelan kamu bisa menjalani hidupmu secara alami, kalau tidak kamu tidak akan merasa kalau hidupmu sangat nyaman. Kita sering merasa ada Bodhisattva di sisi kita, karena kamu merasa

Bodhisattva sedang melihatmu, jadi kamu tidak boleh melakukan kejahatan, kamu tidak boleh memiliki pemikiran jahat, kamu baru bisa taat pada sila. Taat pada sila, berarti saya tidak berani melakukan hal-hal yang tidak baik, maka, jika teringat akan Bodhisattva, kita tidak akan marah. Karena saat kamu marah, berarti kamu lupa kalau ada Bodhisattva pada dirimu. Ketika kamu mengingat kalau ada Bodhisattva pada dirimu, maka kamu tidak akan marah, karena kamu tahu kalau Bodhisattva itu welas asih, tidak akan marah terhadap suatu masalah atau orang tertentu. Ketika kamu merasa ada Bodhisattva pada dirimu, sewaktu kamu sering terpikirkan akan Bodhisattva, maka Bodhisattva akan memberikan berkat kekuatan kepadamu. Banyak orang mengatakan, mengapa saya bisa mendapat berkat dari Bodhisattva? Karena ada Buddha pada diri saya.

Ketika dalam kehidupan ini, kita merasa sudah tidak tertahankan lagi, maka kita bisa memohon kepada Bodhisattva untuk membantu kita mengubah ketamakan, kebencian, dan kebodohan dalam lubuk hati kita. Dengan kata lain, sewaktu ada kebencian, ketamakan, dan kebodohan dalam pikiranmu, maka hanya dengan mengandalkan kekuatan dari Bodhisattva, baru bisa membantumu mengubah ketiga racun ini. Apakah yang dimaksud dengan mengubah? Misalnya, saat kamu sedang sangat tamak, bisa terpikirkan olehmu, meskipun mendapatkannya, namun kamu malah akan lebih bermasalah; setelah kamu membenci orang lain, maka orang lain bisa membalasmu, dan kamu menjadi lebih repot; yang satu lagi, hari ini kamu sudah melakukan hal ini, maka kamu akan menjadi lebih bodoh dan lebih bermasalah. Saat pemikiran-pemikiran ini muncul, maka kamu pun

bisa mengubah ketamakan, kebencian, dan kebodohanmu.

Master berharap kalian bisa memahami bahwa, seseorang meskipun membina pikirannya, namun kamu tetap tidak bisa mengalahkan kekuatan karmamu. Inilah mengapa, meskipun banyak orang sedang melafalkan paritta, menekuni Dharma, dan membina pikiran, namun dia tetap saja masih menciptakan karma, tetap saja masih berjalan di jalur kekuatan karma. Bukan karena sudah bersembah sujud dan melafalkan paritta, lalu segala hal dalam hidupmu bisa dilancarkan semuanya, atau kamu bisa mengubah nasibmu sendiri, ini karena kekuatan karmamu, karena pembinaan pikiran dan pelafalan paritta kamu, tidak bisa mengalahkan kekuatan karma yang kamu ciptakan sebelumnya.

Banyak orang mengatakan kalau Master memiliki kekuatan supernatural, bisa membantu kita, tetapi apakah bisa mengalahkan kekuatan karma-karma ini? Master bisa memberitahu kalian, bahkan kekuatan supernatural sekalipun tidak bisa mengalahkan kekuatan karma. Inilah mengapa banyak sekali Bodhisattva yang walau memiliki kemampuan yang sangat besar, namun mereka juga tidak bisa menyelamatkan banyak orang, ini karena mereka memiliki karma bersama, sedangkan karma bersama memiliki medan aura yang sangat kuat, karena semua orang sedang melakukan kejahatan, maka kamu pun masuk ke dalam karma yang diciptakan bersama-sama ini. Karma bersama ini memiliki medan aura yang sangat kuat, bahkan Bodhisattva juga tidak bisa mengubah karma bersama kalian. Oleh karena itu, di banyak tempat tetap saja akan terjadi bencana dan

malapetaka, dan karenanya Bodhisattva merasa sangat sedih.

Ingatlah, menghadapi jodoh karma sendiri, kamu harus bisa mengubah ketamakan, kebencian, dan kebodohan dalam lubuk hatimu sendiri. Kamu sudah tahu bahwa dirimu sudah melakukan banyak kesalahan, maka kamu tidak boleh terus melanjutkan kesalahan ini. Kamu sudah tahu kalau hari ini tidak seharusnya kamu membenci orang lain, maka kamu tidak seharusnya terus membenci orang itu. Master berharap kalian bisa memahami kita harus menggunakan cara apa untuk menghilangkan jodoh karma kita. Jika seseorang memiliki jodoh karma yang sangat dalam, dengan hanya mengandalkan ajaran Buddhisme Hinayana saja tidak akan bisa mengatasinya, kita menekuni Dharma harus belajar

ajaran Buddhisme Mahayana, dan ajaran Buddhisme Mahayana bertujuan untuk menyelamatkan kesadaran spiritual semua makhluk, yakni menolong orang-orang yang berjodoh, jadi kita harus menjadi orang yang bisa mengorbankan diri sendiri untuk menolong orang lain, baru bisa disebut menekuni ajaran Buddhisme Mahayana. Kita meneladani Bodhisattva dalam ajaran Mahayana, harus belajar secara total, harus berlatih dengan cepat, harus membina diri dengan baik, karena menolong orang lain tidak bisa ditunda, kita dalam menekuni Dharma juga tidak bisa ditunda. Kita orang yang menekuni ajaran Buddhisme Mahayana, maka begitu belajar harus belajar sampai ke akar dasarnya. Apakah akar dasar itu? Yaitu welas asih, dengan kata lain, jadi orang harus baik hati, setiap saat harus memikirkan orang lain, harus menolong orang lain, inilah akar dasar dari menekuni Dharma.

Kita harus menggunakan prinsip yang paling dasar yakni, penderitaan yang dialami hari ini adalah untuk membayar balasan karma ini. Karena kita di kehidupan ini terlahir ke dunia ini sudah menderita, maka kita harus melunasi balasan karma ini. Melunasi atau membayar balasan karma ini, yakni kita harus bisa secara total menghilangkan seluruh pemikiran liar diri sendiri. Misalnya, kita semasa kecil pernah melakukan banyak hal-hal yang tidak baik, seperti, kamu pernah mencuri penghapus atau pensil teman sekelas, semua hal-hal kecil ini, namun jika masih tersimpan dalam pikiranmu, maka dia akan selamanya menjadi noda dalam pikiranmu. Hanya saat kamu sudah memahaminya, bahwa hal-hal ini tidak boleh kamu lakukan, dan kamu tidak akan melakukannya lagi nanti, selamanya tidak akan melakukannya, noda ini baru bisa hilang.

Apabila seseorang dalam menghadapi jodoh karmanya sendiri, tidak bisa menggunakan ajaran Buddhisme Mahayana untuk menolong semua makhluk dalam melatih dirinya, maka dia tidak akan bisa mendapatkan akar dasar dari ajaran Buddha Dharma. Penderitaan kita di kehidupan ini, karena karma yang kita ciptakan di kehidupan sebelumnya. Karena kita membuat orang lain menderita, maka di kehidupan ini kita baru bisa menerima buah karma ini. Kita harus belajar ajaran Buddhisme Mahayana, yakni harus bisa mengubah konsep pemikiran diri sendiri dalam menekuni Dharma, kita harus mengubah pemahaman diri sendiri dalam menekuni Dharma, yaitu bukan hanya menyelamatkan diri sendiri, melainkan pergi keluar menolong semua makhluk. Seseorang yang tidak bisa menolong semua makhluk, bagaimana mungkin bisa melindungi dirinya sendiri dengan baik? Seseorang yang tidak melakukan

perbuatan yang baik, bagaimana mungkin bisa menjadi orang yang baik hati? Seseorang yang bahkan tidak mengetahui bagaimana dirinya sekarang dan di masa depan nanti, bagaimana mungkin bisa membantu orang lain?

Egois dan takut menjalankan sila, ini merupakan tolok ukur apakah seseorang benar-benar tulus menekuni Dharma. Jika seseorang sesegera mungkin menanggung karma yang diciptakannya di kehidupan sebelumnya, dan menjalani kesusahan di kehidupan ini, maka ini merupakan suatu pembinaan keras, jadi "Saya harus tahu balas budi, saya harus membantu orang lain, saya ingin meringankan penderitaan orang lain, untuk melunasi hutang karma pada diri saya sendiri" , inilah menekuni ajaran Buddhisme Mahayana. Seseorang yang bahkan tidak berani untuk

menghadapi dirinya sendiri, bagaimana mungkin pantas menjadi Bodhisattva untuk menolong semua makhluk? Oleh karena itu, kita harus memahami bahwa belajar ajaran Buddhisme Mahayana, tidak boleh hanya membina diri di rumah tanpa peduli pada hal-hal lain. Coba pikirkan, dalam masyarakat sekarang ini, tidak peduli pada masalah lain, apakah mungkin? Apakah kamu bisa tidak memedulikan hal-hal lain? Kamu tidak akan bisa melakukannya.

Pahamilah bahwa, yang diutamakan dalam ajaran Buddhisme Hinayana adalah melatih ketidakakuan. Apa itu ketidakakuan? Ketidakakuan berarti tidak ada diri sendiri – tiada Aku, yakni saya sendiri tidak melakukan kesalahan, maka tidak ada halangan karma buruk, dengan kata lain harus bisa melenyapkan tubuh dan pikiran sendiri untuk mencapai ketenangan, yakni

membuat tubuh dan jiwa sendiri menjadi tenang dan terpusat, tidak memedulikan masalah orang lain. Lain kata, berarti hanya melatih diri sendiri, tidak peduli pada orang lain. Pada zaman dulu, kamu boleh berbuat seperti ini, namun pada masyarakat sekarang, kita semua meneladani Bodhisattva dan menekuni Dharma, karena jasa kebajikan kita tidak cukup, maka kita tidak hanya membina diri sendiri dengan baik, kita juga harus menyelamatkan semua makhluk.

Kita harus memahami bahwa, kita tidak hanya harus membuat tubuh dan pikiran sendiri mencapai ketenangan kelenyapan "nirodha-samapatti" , namun kita juga harus melenyapkan seluruh pemikiran liar yang tidak baik pada diri kita, juga melenyapkan tubuh kita sendiri. Oleh karena itu, dalam banyak aliran Zen dan Vajrayana mengatakan, "harus terus-

menerus melenyapkan jiwa sendiri, juga harus melenyapkan tubuh diri sendiri” . Tubuh yang kotor ini sudah sangat banyak mencelakakan kita, sesungguhnya kita bisa naik ke atas secara alami, namun karena adanya tubuh ini telah membuat kita menderita. Coba kalian pikirkan, tubuh kita telah membuat kita menderita berapa banyak? Saat sedang sakit, tubuh membuatmu merasakan penderitaan yang tiada taranya. Pahamiilah bahwa, “pikiran sendiri tidak bisa dimiliki” , tidak ada yang perlu dipikirkan atau dicermati dalam pikiranmu sendiri, sudah tidak ada Aku, maka kamu pun tidak perlu menanggung karma ini lagi, karena kamu sudah tidak ada diri sendiri, kamu sudah mencapai tingkat kesadaran di mana sudah tidak ada diri sendiri, maka untuk siapa kamu menanggung karma ini? Bahkan diri sendiri pun sudah tidak ada, maka tidak perlu lagi menanggung karma ini, inilah ajaran Buddhisme Hinayana.

Contoh sederhana, orang yang melatih diri dalam ajaran Buddhisme Hinayana, tidak akan pernah ikut campur dalam pertengkaran tetangganya, "Saya hanya melatih diri sendiri, yang penting saya mengurus keluarga saya dengan baik, maka tidak akan muncul masalah di rumah" . Namun apa yang dilakukan dalam ajaran Buddhisme Mahayana? "Saya tidak hanya harus mengurus keluarga sendiri, jika keluarga tetangga bertengkar, saya juga harus membantunya, keluarganya kekurangan apa, saya juga akan membelikannya dan memberinya" , itu adalah ajaran Buddhisme Mahayana. Coba kalian katakan, semuanya adalah kebaikan, namun mana yang lebih baik? Jika keluarga tetangga bertengkar, kamu yang mendengarnya di rumah juga merasa tidak enak bukan? Meskipun kamu tidak bertengkar dengan tetangga, namun tetangga lain setiap hari ribut seperti ini, kamu merasa bersusah hati atau tidak? Sama halnya seperti

kita sekarang menekuni Dharma, meskipun keadaan diri sendiri sudah baik, namun melihat keadaan orang lain tidak baik, maka kita pun akan menolongnya. Oleh karena itu, kita harus memahami bahwa di rumah melatih diri sendiri, pergi keluar membantu orang lain, kita tetap akan mendapatkan lebih banyak kebaikan.

Master ingin kalian memahami bahwa, pada suatu hari, nidana bisa berubah, dan kamu akan kembali datang ke dunia ini – Alam Manusia, karena meskipun kamu sudah membina diri sampai mencapai tingkat Asura, juga tetap akan mengikuti Buddha datang ke dunia ini. Dengan kata lain, meskipun kalian sudah mendoakan sanak keluarga sampai ke Alam Asura, asalkan pada suatu hari nanti ada salah satu Bodhisattva yang berkata ingin turun ke dunia untuk menyelamatkan orang-orang, maka banyak sekali

orang-orang Alam Asura yang akan menjadi Pelindung Dharma, akan terlahir menjadi berbagai macam orang dengan beragam kemampuan, ini yang disebut sebagai "terlahir mengikuti Buddha" , dia tetap harus keluar. Contoh sederhana, sekarang Master pergi memabarkan Dharma, kalian semua adalah pengikut dan murid Master, maka kalian juga akan mengikuti Master pergi keluar, kalian harus memahami logika ini.

Master beritahu kalian, nidana kalian setiap hari memiliki buah karmanya. Hari ini kalian melakukan perbuatan baik, maka akan ada balasan yang baik; jika melakukan kejahatan, akan ada balasan yang buruk. Kalian harus memahami satu prinsip bahwa, kita jadi orang, meski tidak ingin datang ke dunia ini, juga tetap akan datang ke dunia ini; kita tidak ingin bertengkar, juga tetap akan bertengkar. Coba pikirkan, terkadang

di rumah, saya benar-benar tidak ingin bertengkar, saya melihat suami saya, saya benar-benar sudah tidak mau ribut, namun baru saja bicara beberapa patah kata, lalu mulai bertengkar. Semua ini bukanlah sesuatu yang bisa kamu kendalikan sendiri, ini yang dinamakan "terlahir mengikuti jodoh" , semoga kalian bisa memahaminya baik-baik.

Orang-orang di Alam Asura akan terlahir ke dunia mengikuti Buddha, mereka akan datang ke Alam Manusia untuk menuntaskan nidananya. Jadi jangan mengira orang-orang yang berada di Alam Asura atau Alam Surga tidak akan turun lagi ke bawah, tetap masih akan turun ke dunia. Selanjutnya, kamu kembali akan menghadapi karma-karma ini, kerisauan akan kembali muncul. Bukan dengan mengatakan kalau kamu hari ini tidak ingin risau, lalu kamu tidak punya

kerisauan, meskipun hari ini kamu tidak memikirkannya, tetap ada kerisauan; memikirkannya, juga tetap ada kerisauan. Hari ini kamu menekuni Dharma, maka nasibmu ini masih bisa diubah, namun jika kamu tidak menekuni Dharma, maka nasibmu tetap seperti itu. Hari ini kalian menekuni Dharma mengikuti Master, maka harus membuat diri sendiri berubah, dalam menekuni Dharma ada kerisauan, apa yang perlu ditakutkan? Asalkan kita berusaha keras baik-baik menekuni Dharma, pasti bisa mencapai Kebuddhaan.

zhī fó lǐ míng fó fǎ      zhēn xīn miè dìng  
**6. 知佛理 明佛法      真心灭定**

jīn tiān shī fu gēn dà jiā jiǎng      wǒ men xué fó zuò rén  
今天师父跟大家讲，我们学佛做人，  
zěn yàng zài fán nǎo dāng zhōng xiū xīn      xiū xīn yào xiū yì jìng  
怎样在烦恼当中修心，修心要修意境，  
yīn wei nǐ zhǐ yǒu yòng yì jìng cái néng zhēn zhèng de qù chú fán  
因为你只有用意境才能真正地去除烦  
nǎo      yīn wei nǐ xiū le yì jìng      nǐ cái néng ràng zì jǐ de nǎo  
恼，因为你修了意境，你才能让自  
zi bǎ suǒ yǒu de nán hé fán dàng rán wú cún de qù chú diào  
己把所有的难和烦荡然无存地去除掉。  
yí gè rén de shēn tǐ hé xīn líng yǒu méi yǒu fán nǎo      qǐng nǐ  
一个人的身体和心灵有没有烦恼，请你  
chá yi chá zì jǐ yǒu méi yǒu zài shēng qì  
查一查自己有没有在生气。

shī fu gēn nǐ men jiǎng      yí gè rén yào shàn yú jīng cháng  
师父跟你们讲，一个人要善于经常  
guān chá zì jǐ de shēn xīn      nǐ jiù huì qīng chǔ      rú guǒ nǐ jué  
观察自己的身心，你就会清楚，如果你觉

de zì jǐ yǐ jīng zài bù shū fu le    xīn li bù kāi xīn le    xīn li  
得自己已经在不舒服了，心里不开心了，心里  
yǐ jīng yǒu hěn duō fán nǎo le    nà me nǐ duì zhè xiē shì qing shí  
已经有很多烦恼了，那么你对这些事情实  
jì shàng yǐ jīng shī kòng le    nǐ méi yǒu zhè ge néng lì qù cāo  
际上已经失控了，你没有这个能力去操  
kòng zì jǐ de qíng xù    rú guǒ méi yǒu néng lì kòng zhì zì jǐ  
控自己的情绪。如果没有能力控制自己  
qíng xù de rén    zhè ge rén yí dìng huì rě shàng yè yuán    yè  
情绪的人，这个人一定会惹上业缘。业  
yuán shì shén me    jiù shì yè lì de gēn yuán    yè yuán huì ràng  
缘是什么？就是业力的根源。业缘会让  
nǐ měi tiān chǎn shēng fán nǎo    ér qiě yè yuán shì hěn nán kuà  
你每天产生烦恼，而且业缘是很难跨  
yuè de    yè shì shén me    jiù shì yè lì    yuán shì shén me  
越的。业是什么？就是业力。缘是什么？  
yóu yè lì suǒ chǎn shēng de shàn yuán hé è yuán    zhè ge jiù  
由业力所产生的善缘和恶缘，这个就  
jiào yè yuán    dāng zhè xiē yuán yǐ jīng zài nǐ xīn zhōng de shí  
叫业缘。当这些缘已经在你心中的时  
hou    nà me    nǐ de shàn yè hé è yè dōu huì xiàng yì běn běn  
候，那么，你的善业和恶业都会像一本本  
zi yí yàng gěi nǐ jì lù xià lái    zhè ge jiù shì nǐ de yè  
子一样给你记录下来，这个就是你的业。

dà jiā xué fó xué fǎ yào zhī lǐ yào míng fó fǎ zhī  
大家学佛学法，要知理，要明佛法。知  
lǐ jiù shì yào zhī dào fó lǐ míng fó fǎ jiù shì yào míng bai  
理就是要知道佛理，明佛法，就是要明白  
fó fǎ jiū jìng shì zěn me yì huí shì zhǐ yǒu zhī lǐ míng fó fǎ  
佛法究竟是怎么一回事。只有知理，明佛法，  
cháng niàn jīng cháng xiǎng qǐ pú sà zài nǐ de shēn biān nǐ  
常念经，常想起菩萨在你的身边，你  
cái néng màn màn jué de zì jǐ guò de zì rán fǒu zé nǐ bú  
才能慢慢觉得自己过得自然，否则，你不  
huì jué de zì jǐ guò de hěn shū fu de wǒ men jīng cháng jué  
会觉得自已过得很舒服的。我们经常觉  
de zài pú sà shēn biān yīn wei nǐ jué de pú sà zài kàn zhe nǐ  
得在菩萨身边，因为你觉得菩萨在看着你，  
nǐ bù néng zuò huài shì nǐ bù néng yǒu huài de yì niàn nǐ  
你不能做坏事，你不能有坏的意念，你  
cái néng shǒu jiè shǒu jiè jiù shì wǒ bù gǎn qù zuò bù hǎo de  
才能守戒。守戒就是我不敢去做不好的  
shì qing suǒ yǐ xiǎng dào pú sà wǒ men jiù bú huì shēng  
事情，所以，想到菩萨，我们就不会生  
qì le yīn wei nǐ shēng qì de shí hou nǐ shì wàng jì le nǐ  
气了。因为你生气的时候，你是忘记了  
yǒu pú sà zài shēn shàng dāng nǐ xiǎng qǐ pú sà zài nǐ shēn  
有菩萨在身上。当你想起菩萨在你身

shàng de shí hou nǐ jiù bú huì shēng qì yīn wei nǐ zhī dao pú  
上的时候，你就不会生气，因为你知道菩  
sà shì cí bēi de bú huì duì mǒu yí jiàn shì qing bú huì duì  
萨是慈悲的，不会对某一件事情、不会对  
mǒu yí gè rén shēng qì dāng nǐ jué de pú sà zài nǐ shēn  
某一个人生气。当你觉得菩萨在你身  
shàng de shí hou dāng nǐ cháng xiǎng qǐ pú sà de shí hou  
上的时候，当你常想起菩萨的时候，  
pú sà jiù gěi nǐ jiā chí le hěn duō rén shuō wèi shén me wǒ  
菩萨就给你加持了。很多人说，为什么我  
huì dé dào jiā chí yīn wei wǒ yǒu fó zài shēn  
会得到加持？因为我有佛在身。

dāng wǒ men zài shēng huó dāng zhōng jué de shí zài wú fǎ  
当我们在生活当中觉得实在无法  
rěn shòu de shí hou qǐng pú sà bāng zhù wǒ men zhuǎn huà nèi  
忍受的时候，请菩萨帮助我们转化内  
xīn de tān chēn chī yě jiù shì shuō nǐ xīn zhōng yǒu hèn niàn  
心的贪瞋痴。也就是说，你心中有恨念、  
tān niàn chī niàn de shí hou nǐ zhǐ yǒu yī kào pú sà de lì  
贪念、痴念的时候，你只有依靠菩萨的力  
liàng lái bāng zhù nǐ zhuǎn huàn tān chēn chī shén me jiào zhuǎn  
量来帮助你转换贪瞋痴。什么叫转

huàn dāng nǐ hěn tān de shí hou nǐ xiǎng dào nǐ tān dào  
换？ 当你很贪的时候，你想到，你贪到  
le nǐ huì gèng jiā má fan nǐ hèn le rén jiā zhī hòu rén jiā  
了，你会更加麻烦；你恨了人家之后，人家  
huì bào fu nǐ nǐ gèng jiā má fan lìng wài yí gè nǐ jīn tiān  
会报复你，你更加麻烦；另外一个，你今天  
zuò le zhè ge shì qing nǐ huì hěn yú chī nǐ huì gèng má fan  
做了这个事情，你会很愚痴，你会更麻烦。  
zhè xiē yì niàn yì qǐ nǐ jiù huì zhuǎn huàn tān chēn chī  
这些意念一起，你就会转换贪瞋痴。

shī fu xī wàng nǐ men yào dǒng de yí gè rén jiù suàn xiū  
师父希望你们要懂得，一个人就算修  
xīn nǐ yě dí bú guò nǐ de yè lì zhè jiù shì wèi shén me hěn  
心，你也敌不过你的业力。这就是为什么很  
duō rén zài niàn jīng xué fó xiū xīn tā zhào yàng hái zài zào  
多人在念经、学佛、修心，他照样还在造  
yè zhào yàng hái zài yè lì de guǐ dào shàng zǒu bìng bú shì  
业，照样还在业力的轨道上走，并不是  
kē le tóu niàn le jīng nǐ jiù néng gòu yì fān fēng shùn nǐ  
磕了头、念了经，你就能够一帆风顺，你  
jiù néng gòu gǎi biàn nǐ zì jǐ de mìng yùn yīn wei nǐ de yè  
就能够改变你自己的命运，因为你的业

lì yīn wei nǐ de xiū xīn niàn jīng bìng bù néng dí dé guò nǐ  
力，因为你的修心、念经并不能敌得过你  
guò qù zào de yè lì  
过去造的业力。

hěn duō rén shuō shī fu yǒu shén tōng kě yǐ bāng zhù wǒ  
很多人说师父有神通，可以帮助我  
men dàn néng bu néng dí dé guò zhè xiē yè lì ne shī fu kě  
们，但能不能敌得过这些业力呢？师父可  
yǐ gào sù nǐ men lián shén tōng dōu dí bú guò yè lì zhè  
以告诉你们，连神通都敌不过业力。这  
jiù shì wèi shén me hěn duō pú sà yǒu hěn dà de gōng néng tā  
就是为什么很多菩萨有很大的功能，他  
men yě jiù bù liǎo hěn duō rén zhè shì yīn wei tā men yǒu gòng  
们也救不了很多人，这是因为他们有共  
yè gòng yè yǒu hěn qiáng de qì chǎng dà jiā dōu zài zuò  
业，共业有很强的气场，大家都在做  
huài shì nǐ jiù jìn rù le gòng tóng suǒ zào de yè dāng zhōng  
坏事，你就进入了共同所造的业当中。  
zhè ge gòng yè yǒu hěn qiáng de qì chǎng lián pú sà dōu gǎi  
这个共业有很强的气场，连菩萨都改

biàn bù liǎo nǐ men de gòng yè suǒ yǐ hěn duō dì fang zhào  
变不了你们的共业。所以，很多地方照  
yàng zài shòu zāi shòu nàn pú sà hěn nán guò  
样在受灾受难，菩萨很难过。

yào jì zhù miàn duì zì jǐ de yè yuán nǐ yào qù zhuǎn  
要记住，面对自己的业缘，你要去转  
zì jǐ nèi xīn de tān chēn chī nǐ zhī dao zì jǐ hěn duō shì qing  
自己内心的贪瞋痴。你知道自己很多事情  
zuò cuò le jiù bù néng zài ràng zì jǐ cuò xià qù nǐ zhī dao  
做错了，就不能再让自己错下去。你知道  
zì jǐ jīn tiān hèn rén jiā shì bù yīng gāi de nǐ jiù bù yīng gāi  
自己今天恨人家是不应该的，你就不应该  
zài qù hèn rén jiā le shī fu xī wàng dà jiā yào dǒng de wǒ  
再去恨人家了。师父希望大家要懂得，我  
men de yè yuán yào yòng shén me fāng fǎ lái qù chú rú guǒ  
们的业缘要用什么方法来去除。如果  
yí gè rén yǒu hěn shēn de yè yuán kào zhe xiǎo chéng fó fǎ nà  
一个人有很深的业缘，靠着小乘佛法那  
shì jiě jué bù liǎo de xué fó yào xué dà chéng fó fǎ dà  
是解决不了的，学佛要学大乘佛法，大  
chéng fó fǎ jiù shì yào jiù dù zhòng shēng dà chéng fó fǎ jiù  
乘佛法就是要救度众生，大乘佛法就

shì yào jiù dù yǒu yuán zhòng shēng de rén jiù shì yào néng gòu  
是要救度有缘 众 生 的 人， 就是要 能 够

shě jǐ jiù rén de rén cái chēng de shàng shì xué dà chéng fó fǎ  
舍己救人的 人， 才 称 得 上 是 学 大 乘 佛 法。

wǒ men xué dà chéng pú sà jiù shì yào xué de chè dǐ yào xiū  
我 们 学 大 乘 菩 萨， 就 是 要 学 得 彻 底， 要 修

de kuài yào xiū de hǎo yīn wei jiù rén shì bù néng děng de  
得 快， 要 修 得 好， 因 为 救 人 是 不 能 等 的，

wǒ men yào xué fó shì bù néng děng de wǒ men xué xí dà  
我 们 要 学 佛 是 不 能 等 的， 我 们 学 习 大

chéng fó fǎ de rén yì xué jiù yào xué dào gēn běn gēn běn  
乘 佛 法 的 人， 一 学 就 要 学 到 根 本。 根 本

shì shén me jiù shì cí bēi xīn jiù shì yí gè rén de shàn rèn  
是 什 么？ 就 是 慈 悲 心， 就 是 一 个 人 的 善， 任

hé shí hou yào qù xiǎng dào rén jiā yào qù jiù rén zhè jiù shì  
何 时 候 要 去 想 到 人 家， 要 去 救 人， 这 就 是

xué fó de gēn běn  
学 佛 的 根 本。

wǒ men yào yòng zuì jī chǔ de jīn shēng shòu kǔ lái huán  
我 们 要 用 最 基 础 的 今 生 受 苦， 来 还

diào zhè ge yè bào yīn wei wǒ men jīn shēng dào rén jiān yǐ jīng  
掉 这 个 业 报。 因 为 我 们 今 生 到 人 间 已 经

chī kǔ le suǒ yǐ wǒ men yào huán diào zhè ge yè bào huán  
吃苦了，所以我们要还掉这个业报。还  
diào zhè ge yè bào jiù shì shuō wǒ men bì xū yào ràng zì jǐ  
掉这个业报，就是说我们必须要把自己  
de zá niàn chè dǐ de zài shēn shàng xiāo chú diào bǐ rú shuō  
的杂念彻底地在身上消除掉。比如说，  
wǒ men xiǎo shí hou zuò guò hěn duō bù hǎo de shì qing rú guǒ  
我们小时候做过很多不好的事情，如果  
nǐ tōu guò tóng xué de xiàng pí tōu guò tóng xué de qiān bǐ  
你偷过同学的橡皮、偷过同学的铅笔，  
zhè xiē hěn xiǎo de shì qing rú guǒ nǐ zài xīn zhōng hái liú cún  
这些很小的事情，如果你在心中还留存  
zhe nà jiù huì zài nǐ xīn zhōng shì yí gè yǒng yuǎn de wū diǎn  
着，那就会在你心中是一个永远的污点。  
zhǐ yǒu dāng nǐ míng bai le zhè xiē shì qing nǐ bù néng zuò  
只有当你明白了，这些事情你不能做，  
nǐ yǐ hòu bú huì zài zuò nǐ yǒng yuǎn bù néng zài zuò le  
你以后不会再做，你永远不能再做了，  
zhè ge wū diǎn cái huì qù chú  
这个污点才会去除。

yí gè rén rú guǒ miàn duì zì jǐ de yè yuán , bù néng  
一个人如果面对自己的业缘，不能  
yòng dà chéng fó fǎ qù jiù dù zhòng shēng dì zhè me qù xiū xíng ,  
用大乘佛法去救度众生地这么去修行，  
tā jiù bù néng dé dào fó fǎ de gēn běn 。 wǒ men jīn shēng shòu  
他就不能得到佛法的根本。我们今生受  
kǔ yīn wei wǒ men qián shì zào yè wǒ men ràng bié rén tòng  
苦，因为我们前世造业，我们让别人痛  
kǔ wǒ men jīn shì cái huì shòu zhè ge guǒ bào wǒ men yào  
苦，我们今世才会受这个果报。我们要  
xué dà chéng fó fǎ dǒng de yí dìng yào zhuǎn biàn zì jǐ xué  
学大乘佛法，懂得一定要改变自己学  
fó de guān niàn bì xū zhuǎn biàn zì jǐ xué fó de guān niàn  
佛的观念，必须改变自己学佛的观念，  
nà jiù bú shì zì jǐ bǎo zì jǐ ér shì chū lái jiù zhòng shēng  
那就不是自己保自己，而是出来救众生。  
yí gè bù néng jiù zhòng shēng de rén zěn me néng gòu bǎo hù  
一个不能救众生的人，怎么能够保护  
hǎo zì jǐ yí gè rén bú shì chū lái zuò shàn liáng de shì qing  
好自己？一个人不是出来做善良的事情，  
tā zěn me néng gòu chéng wéi yí gè shàn liáng de rén yí gè  
他怎么能够成为一个善良的人？一个

rén lián zì jǐ dōu bù zhī dào zì jǐ jīn hòu huì zěn me yàng tā  
人连自己都不知道自己今后会怎么样，他  
zěn me néng gòu bāng zhù dào qí tā rén ne  
怎么能够帮助到其他人呢？

zì sī pà shòu jiè zhè jiù shì yí gè rén shì fǒu chéng xīn  
自私、怕受戒，这就是一个人是否诚心  
xué fó de shì jīn shí yí gè rén gǎn jǐn chéng dān zì jǐ qián shì  
学佛的试金石。一个人赶紧承担自己前世  
zào de yè jīn shì lái shòu kǔ le zhè jiù shì yí zhǒng kǔ xiū  
造的业，今世来受苦了，这就是一种苦修，  
wǒ yào dǒng de huí bào wǒ yào dǒng de bāng zhù rén jiā wǒ  
我要懂得回报，我要懂得帮助人家，我  
yào jiǎn qīng bié rén de tòng kǔ lái huán qīng wǒ zì jǐ shēn  
要减轻别人的痛苦，来还清我自己身  
shàng bèi de yè zhè jiù shì xué xí dà chéng fó fǎ lián zì jǐ  
上背的业，这就是学习大乘佛法。连自己  
dōu bù gǎn yǒng gǎn miàn duì zì jǐ de rén zhè ge rén zěn me  
都不敢勇敢面对自己的人，这个人怎么  
pèi de shàng zuò pú sà lái jiù dù zhòng shēng ne suǒ yǐ wǒ  
配得上做菩萨来救度众生呢？所以，我  
men yào dǒng de xué dà chéng fó fǎ wǒ men bù néng zhǐ zài  
们要懂得学大乘佛法，我们不能只在

jiā xiū xíng    qí tā shì qing shén me dōu bù guǎn    xiǎng yī  
家修行，其他事情什么都不管。想一  
xiǎng    zài xiàn zài zhè ge shè huì shàng    shén me shì qing dōu  
想，在现在这个社会上，什么事情都  
bù guǎn kě néng ma    nǐ zuò de dào shén me shì qing dōu bù  
不管可能吗？你做得到什么事情都不  
guǎn ma    nǐ shì zuò bú dào de  
管吗？你是做不到的。

yào míng bai    xiǎo chéng fó fǎ zhǔ yào shì xiū wú wǒ    wú  
要明白，小乘佛法主要是修无我，无  
wǒ shì shén me    wú wǒ jiù shì méi yǒu zì wǒ    jiù shì zì wǒ bú  
我是什么？无我就是没有自我，就是自我不  
fàn zuì    jiù shì méi yǒu yè zhàng    jiù shì ràng zì jǐ shēn xīn  
犯罪，就是没有业障，就是让自己身心  
miè dìng    jiù shì ràng zì jǐ de shēn tǐ hé xīn líng ān dìng xià  
灭定，就是让自己的身体和心灵安定下  
lái    bù guǎn bié rén de shì qing    yě jiù shì shuō zhǐ xiū zì jǐ  
来，不管别人的事情，也就是说只修自己，  
bù guǎn bié rén    zài guò qù de shí hou    nǐ kě yǐ zhè yàng zuò  
不管别人。在过去的时候，你可以这样做，  
yīn wei xiàn zài shè huì    dà jiā dōu shì xué pú sà    xué fó    yīn  
因为现在社会，大家都是学菩萨、学佛，因

wei wǒ men de gōng dé bú gòu suǒ yǐ wǒ men bù dān yào xiū  
为 我 们 的 功 德 不 够 ， 所 以 我 们 不 单 要 修  
hǎo zì jǐ wǒ men hái yào jiù dù zhòng shēng  
好 自 己 ， 我 们 还 要 救 度 众 生 。

bì xū yào míng bai wǒ men bú dàn yào ràng zì jǐ de  
必 须 要 明 白 ， 我 们 不 但 要 让 自 己 的  
shēn xīn miè dìng bǎ zì jǐ xīn zhōng bù hǎo de zá niàn miè  
身 心 灭 定 ， 把 自 己 心 中 不 好 的 杂 念 灭  
diào bǎ zì shēn yě xiāo miè diào suǒ yǐ hěn duō chán  
掉 ， 把 自 身 也 消 灭 掉 。 所 以 ， 很 多 禅  
zōng mì zōng lǐ miàn dōu jiǎng dào bú duàn yào xiāo miè zì  
宗 、 密 宗 里 面 都 讲 到 ， 不 断 要 消 灭 自  
jǐ de líng hún yě yào xiāo miè zì jǐ de ròu tǐ zhè ge chòu  
己 的 灵 魂 ， 也 要 消 灭 自 己 的 肉 体 。 这 个 臭  
pí náng hài le wǒ men hěn duō wǒ men běn lái kě yǐ hěn zì  
皮 囊 害 了 我 们 很 多 ， 我 们 本 来 可 以 很 自  
rán de shàng qù jiù shì yīn wei zhè ge shēn tǐ ràng wǒ men  
然 地 上 去 ， 就 是 因 为 这 个 身 体 让 我 们  
shòu dào tòng kǔ dà jiā xiǎng yi xiǎng ròu tǐ ràng wǒ men  
受 到 痛 苦 。 大 家 想 一 想 ， 肉 体 让 我 们  
shòu le duō shǎo tòng kǔ shēng bìng de shí hou shēn tǐ huì  
受 了 多 少 痛 苦 ？ 生 病 的 时 候 ， 身 体 会

ràng nǐ shòu dào wú xiàn de tòng kǔ yào míng bai zì jǐ de  
让你受到无限的痛苦。要明白，自己的  
xīn bù kě dé nǐ zì jǐ de xīn méi yǒu shén me kě xiǎng de  
心不可得，你自己的心没有什么可想的、  
kě yán jiū de wú wǒ le nà nǐ jiù bú yòng qù chéng shòu zhè  
可研究的，无我了，那你就不要用去承受这  
ge yè le yīn wei nǐ méi yǒu zì jǐ le nǐ xiū dào jìng jiè lián  
个业了，因为你没有自己了，你修到境界连  
zì jǐ dōu méi yǒu le nǐ hái huì wèi shuí qù chéng dān zhè ge  
自己都没有了，你还会为谁去承担这个  
yè ma nǐ zì jǐ dōu méi yǒu le yòng bù zháo qù chéng shòu  
业吗？你自己都没有了，用不着去承受  
zhè ge yè zhè jiù shì xiǎo chéng fó fǎ  
这个业，这就是小乘法。

jǔ gè jiǎn dān lì zi xiū xiǎo chéng fó fǎ de rén lín jū  
举个简单例子，修小乘法的人，邻居  
chǎo jià cóng lái bù cān yù de wǒ jiù xiū wǒ zì jǐ wǒ bǎ zì  
吵架从来不参与的，我就修我自己，我把自  
jǐ de jiā guǎn hǎo jiā li jiù méi yǒu shì qing fā shēng dà  
己的家管好，家里就没有事情发生。大  
chéng fó fǎ shì shén me ne wǒ fēi dàn yào guǎn hǎo zì jǐ de  
乘法是什么呢？我非但要管好自己的

jiā rú guǒ lín jū jiā chǎo jià wǒ hái yào qù bāng zhù tā  
家, 如果邻居家吵架, 我还要去帮助他,  
tā jiā quē shén me wǒ hái yào mǎi dōng xi sòng gěi tā nà  
他家缺什么, 我还要买东西送给他, 那  
jiù shì dà chéng fó fǎ dà jiā shuō dōu shì hǎo shì qing nǎ  
就是大乘佛法。大家说, 都是好事情, 哪  
yí gè gèng hǎo ne ràng lín jū chǎo jià nǐ zài jiā li tīng le  
一个更好呢? 让邻居吵架, 你在家听了  
nán shòu ma nǐ suī rán méi yǒu hé lín jū chǎo jià dàn shì qí  
难受吗? 你虽然没有和邻居吵架, 但是其  
tā lín jū tiān tiān zhè me chǎo nǐ xīn li nán guò bu nán guò  
他邻居天天这么吵, 你心里难过不难过?  
wǒ men xiàn zài xué fó jiù shì zhè yàng jiù suàn zì jǐ hěn hǎo  
我们现在学佛就是这样, 就算自己很好  
le wǒ men kàn dào rén jiā bù hǎo wǒ men jiù yào qù jiù rén  
了, 我们看到人家不好, 我们就要去救人  
jiā suǒ yǐ wǒ men yào dǒng de zài jiā zì jǐ xiū zì jǐ de  
家。所以, 我们要懂得在家自己修自己的,  
dào wài miàn qù bāng zhù bié rén wǒ men zhào yàng kě yǐ dé  
到外面去帮助别人, 我们照样可以得  
gèng duō  
更多。

shī fu yào nǐ men dǒng de yǒu yì tiān yīn yuán huì zhuǎn  
师父要你们懂得，有一天因缘会转  
biàn de nǐ yòu yào lái dào rén jiān yīn wei jiù suàn nǐ xiū dào  
变的，你又要来到人间，因为就算你修到  
ā xiū luó dào yě huì suí fó dào rén jiān de jiù shì shuō nǐ  
阿修罗道，也会随佛到人间的。就是说，你  
men jiù suàn bǎ qīn rén chāo dào ā xiū luó dào le zhǐ yào nǎ  
们就算把亲人超到阿修罗道了，只要哪  
yì tiān mǒu wèi pú sà shuō yào dào rén jiān qù dù rén hěn duō  
一天某位菩萨说要到人间去度人，很多  
ā xiū luó dào de rén jiù huì chéng wéi hù fǎ jiù huì chéng wéi  
阿修罗道的人就会成为护法，就会成为  
gè zhǒng néng lì de rén zhè jiào suí fó chū shì tā bì  
各种能力的人，这叫“随佛出世”，他必  
xū yào chū lái jǔ gè jiǎn dān lì zi shī fu xiàn zài yào chū  
须要出来。举个简单例子，师父现在要出  
qù hóng fǎ le nǐ men shì shī fu de tú dì dì zǐ nǐ men  
去弘法了，你们是师父的徒弟、弟子，你们  
huì suí zhe shī fu yì qǐ chū lái yào míng bai zhè xiē dào lǐ  
会随着师父一起出来，要明白这些道理。

shī fu gēn nǐ men jiǎng nǐ men měi tiān de yīn yuán dōu  
师父跟你们讲，你们每天的因缘都  
huì yǒu guǒ bào nǐ men jīn tiān zuò hǎo shì le huì yǒu hǎo  
会有果报。你们今天做好事了，会有好  
bào zuò è shì le huì yǒu è bào dà jiā yào dǒng de yí  
报，做恶事了，会有恶报。大家要懂得一  
gè dào li yí dìng yào míng bai wǒ men zuò rén bù xiǎng  
个道理，一定要明白，我们做人，不想  
lái dào rén jiān wǒ men yě huì lái dào rén jiān wǒ men zuò  
来到人间，我们也会来到人间，我们做  
rén bù xiǎng chǎo jià yě huì chǎo jià xiǎng xiǎng yǒu shí hou  
人不想吵架，也会吵架。想想有时候  
zài jiā li wǒ zhēn de bù xiǎng chǎo jià le wǒ kàn dào wǒ de  
在家里，我真的不想吵架了，我看到我的  
lǎo gōng wǒ zhēn de bù xiǎng chǎo jià le kě shì kāi kǒu jiǎng  
老公，我真的不想吵架了，可是开口讲  
jǐ jù huà jiù kāi shǐ chǎo jià le zhè ge bú shì nǐ zì jǐ suǒ  
几句话，就开始吵架了，这个不是你自己所  
néng gòu kòng zhì de zhè ge jiù jiào suí yuán ér shēng xī  
能够控制的，这个就叫随缘而生，希  
wàng nǐ men hǎo hǎo lǐ jiě  
望你们好好理解。

ā xiū luó dào de rén huì suí fó chū shì huì dào rén jiān lái  
阿 修 罗 道 的 人 会 随 佛 出 世 ， 会 到 人 间 来

jìn yīn yuán bú yào yǐ wéi ā xiū luó dào tiān dào de rén jiù  
尽 因 缘 ， 不 要 以 为 阿 修 罗 道 、 天 道 的 人 就

bú xià lái le hái yào zài xià lái jiē xià lái nǐ yòu yào miàn  
不 下 来 了 ， 还 要 再 下 来 。 接 下 来 ， 你 又 要 面

duì zhè xiē yīn guǒ fán nǎo yòu huì chū xiàn bú shì shuō nǐ jīn  
对 这 些 因 果 ， 烦 恼 又 会 出 现 。 不 是 说 你 今

tiān bù xiǎng fán nǎo nǐ jiù méi yǒu fán nǎo nǐ jīn tiān bù  
天 不 想 烦 恼 ， 你 就 没 有 烦 恼 ， 你 今 天 不

xiǎng huì yǒu fán nǎo xiǎng le yě huì yǒu fán nǎo nǐ jīn  
想 ， 会 有 烦 恼 ， 想 了 ， 也 会 有 烦 恼 。 你 今

tiān xué fó le nǐ zhè ge mìng hái kě yǐ gǎi biàn nǐ bù xué  
天 学 佛 了 ， 你 这 个 命 还 可 以 改 变 ， 你 不 学

fó nǐ yě shì zhè ge mìng nǐ men jīn tiān gēn zhe shī fu xué fó  
佛 你 也 是 这 个 命 。 你 们 今 天 跟 着 师 父 学 佛

le jiù bì xū ràng zì jǐ gǎi biàn xué fó zhōng yǒu fán nǎo  
了 ， 就 必 须 让 自 己 改 变 ， 学 佛 中 有 烦 恼 ，

yǒu shén me kě yǐ pà de zhǐ yào jìn zì jǐ de nǚ lì hǎo hǎo  
有 什 么 可 以 怕 的 ？ 只 要 尽 自 己 的 努 力 好 好

xué fó yí dìng huì chéng fó  
学 佛 ， 一 定 会 成 佛 。