

## **9. Mengamati – Melihat dengan Jelas Sifat Kebuddhaan Diri Sendiri**

Jika sakit gigi? Maka nantinya harus sikat gigi dengan lebih cermat. Kalau mudah panas dalam? Nantinya kurangi makan makanan pedas, pergi jalan-jalan keluar. Dada terasa sesak? Sering menghirup udara segar. Semua masalah pasti ada jalan penyelesaiannya, hanya tergantung dari dirimu sendiri bagaimana menyelesaikannya. Oleh karena itu, untuk membuat kebahagiaan menetap dalam hati kita, sesungguhnya ada syaratnya, yakni harus bisa membuat penderitaan meninggalkanmu, asalkan meninggalkan kerisauan, kamu baru bisa memperoleh kebahagiaan.

Oleh karena itu, kita harus belajar, “menyucikan hati dan pikiran diri sendiri” , yakni kita sendiri harus bisa membuat seluruh niat sendiri menjadi sangat bersih, “Segala perkataan yang terpikir oleh saya pada hari ini, semuanya sangat bersih. Semua niat yang muncul pada diri saya hari ini, sangat bersih – murni sekali” , ini yang dinamakan “menyucikan hati dan pikiran diri sendiri” . Niat yang baik bisa menjadi satu contoh yang baik, semua niat yang muncul harus bersih, jika mengerjakan sesuatu dengan tujuan tertentu, berarti tidak bersih. Oleh karena itu, dalam hidup ini, kita harus terus-menerus membersihkan – menyucikan niat pikiran sendiri.

Manusia hidup, niat pikirannya setiap hari bergerak – beraktivitas, ini tidak bisa dihindari, namun juga tidak masalah, bagaikan ada debu yang setiap hari

bertebaran di atas perabot rumah tangga kamu, namun kamu harus menyekanya dengan bersih. Selain itu, pemikiran seseorang perlu beraktivitas, dalam perilaku juga harus ada aktivitas, manusia hidup memang harus beraktivitas, maka disebut sebagai “huo dong” – gerakan hidup (aktivitas). Tubuh tidak bisa tidak bergerak, otak tidak bergerak akan “berkarat” , namun bagaimana seharusnya “aktivitas” atau gerakan ini? Banyak orang yang beraktivitas sampai melukai pinggangnya, apakah itu juga dinamakan berolahraga? Kita harus berolahraga dengan tepat, otak kita harus berputar dengan benar, tubuh kita juga harus bergerak dengan wajar, harus memahami prinsip-prinsip ini.

Jika seseorang hanya belajar sedikit tentang ketenangan Zen, atau belajar sedikit kung fu, atau

belajar sedikit senam statis Qi Gong, atau sedikit senam dinamis Dong Gong, semua ini tidak ada gunanya, karena yang kamu pelajari hanya ilmu di permukannya saja. Sama seperti seseorang, hari ini di sini sakit, lalu kamu bergerak sedikit, hari ini leher sakit, lalu setelah bergerak sedikit, besok kamu kembali tidak berolah raga. Sesungguhnya, kamu setiap hari harus sedikit menggerakkan tubuh – senam, maka lehermu akan terasa nyaman. Kalau kamu hanya latihan gerakan pada saat ingat, dan tidak latihan gerak kalau tidak ingat, maka sesungguhnya, kamu sama dengan tidak bergerak, benar tidak? Jika kamu setiap hari berpikiran jahat, kamu berpikir: “Hari ini saya berpikiran jahat” – ya sudah, begitu berpikir demikian, walau hanya sedikit, namun berarti kamu sudah berpikiran jahat. Kita harus sering berpemikiran baik, baru bisa tidak memiliki pemikiran jahat.

Seorang praktisi Buddhis yang sesungguhnya, harus mengenakan satu “mantra pengendali” , dengan kata lain, kita harus memahami bahwa, “Segala sesuatu yang saya lakukan tidak boleh berlebihan sampai melenceng, jangan keterlaluhan,” jadi jangan terlalu menyimpang ke kiri atau ke kanan, karena segala hal yang kita pelajari dalam hidup ini bukanlah kesempurnaan yang terakhir. Apakah kesempurnaan yang terakhir? Berarti sudah sampai paling akhir – paling dalam, menurut kalian, apakah ada hal yang sampai ke akhir, yang paling sempurna? Kesempurnaan akhir sangat sulit ditemukan di dunia ini, jika ingin menemukan kesempurnaan terakhir di dunia ini, itu hanyalah Buddha, kita sangat sulit mempelajarinya. Oleh karena itu, jangan merasa kalau hari ini sudah bekerja sedikit, besok kembali tidak mau mengerjakannya, lalu lusa kembali melakukannya sedikit, lusa depan kembali berhenti lagi, maka semua

yang dilakukannya ini adalah kosong, bukanlah kesempurnaan terakhir.

Kita manusia bagaimana supaya bisa benar-benar melakukan semua ini dengan baik? Sesungguhnya dengan memahami bahwa kita tidak boleh melekat – keras kepala. Apakah kalian sekarang keras kepala? “Saya harus mengerjakan hal ini dengan baik” , ini namanya keras kepala – kemelekatan. Pada saat kalian berikrar, kalian mengatakan, “Saya harus bagaimana” , sesungguhnya, kamu sudah memiliki sedikit kemelekatan, karena kamu tidak bisa melakukannya. Ada satu orang yang berkata kepada Master: “Master, saya pasti tidak akan memancing lagi, saya sudah membuang tongkat pancingnya” . Seharusnya sudah sepakat bukan? Namun dalam mimpi masih memancing, dan akhirnya melanggar

hukum dunia yin, tetap saja menerima hukumannya. Kamu di dunia "yang" tidak melanggar hukum namun tiba di dunia "yin" , kamu masih melanggar hukum, karena niat pikiranmu masih melanggar hukum. Di dunia "yang" , dia berkata, dia sudah membuang tongkat pancingnya, benar-benar tidak pergi memancing lagi, tetapi di alam bawah sadarnya, dalam kesadarannya masih menunjukkan kesadaran atas hal-hal yang dulu dilakukannya – dia masih memancing ikan, maka dalam mimpinya, dia masih akan memancing ikan. Oleh karena itu, membina pikiran benar-benar sangat sulit, kita harus berperang melawan kemalasan diri sendiri, harus tekun berusaha, setidaknya harus memiliki tekad seperti ini. Jangan meremehkan diri kalian sendiri, karena kalian sedang berkembang maju, hari ini kalian bisa datang ke Guan Yin Tang untuk mendengarkan kelas, berarti kalian sedang dalam proses kemajuan.

Master minta kalian untuk tidak melekat – keras kepala, jika kamu tidak melekat, maka kamu bisa mencapai nibbana – kesempurnaan, dan nibbana ini berada di dalam diri sendiri. Apakah nibbana itu? Itu adalah tingkat kesadaran spiritual ketiadaan Aku, yakni kesadaran spiritual yang sudah tiada lagi keegoisan. Kita tidak melekat pada kehidupan, ajaran Buddha Dharma sesungguhnya sudah dari dulu berada di alam semesta ini, lalu kita perlu melekat pada apalagi? Kita hanya perlu melakukan semuanya mengikuti ajaran Buddha Dharma, maka kita pasti bisa mencapai tingkat kesadaran spiritual Buddha. Ajaran Buddha Dharma sudah dari dulu berada di alam semesta ini, dia berada di mana-mana, tidak datang dan tidak pergi, seperti semula tak tergoyahkan, maka kamu akan memasuki jalan satu-satunya mencapai Tathagata. Dengan kata lain, pikiranmu sudah menyatu dengan pikiran Bodhisattva yang semula, seperti semula tak

tergoyahkan, pikiranmu baru benar-benar bisa mencapai kelenyapan nibbana, benar-benar memasuki jalan pencerahan satu-satunya, menyatu dengan ajaran Buddha Dharma.

Sekian pembahasan kita pada hari ini, Master berharap kalian bisa belajar dan membina diri baik-baik, jangan meremehkan diri sendiri, jangan menganggap rendah diri sendiri, kita semua pada hari ini menekuni Dharma dengan setara, kita semua memiliki kesetaraan pikiran, oleh karena itu, kita harus menghormati, peduli, dan mengasahi semua orang.

Master juga begitu terhadap kalian, semoga kalian jangan kehilangan pikiran yang bijaksana. Kalian harus sepenuh hati menerima didikan welas asih dari Guan Shi Yin Pu Sa, harus benar-benar bisa memahami

segala hal, bukan hanya memahami aturan dan ajaran Dharma untuk sementara. Kalian benar-benar harus mawas diri, pikiran harus terpusat, harus selalu menjaga kebenaran pemikiran, jadi niat hati dan pemikiran harus dijaga untuk tetap sejalan. Ingatlah, jangan pernah menggunakan pemikiran duniawi untuk melihat sifat Kebuddhaan diri sendiri, kalau tidak kamu malah akan menghilangkan sifat Kebuddhaan sendiri, karena kamu tidak akan merasa kalau diri sendiri sangat hebat, tidak akan merasa kalau diri sendiri sangat bersih. Kamu akan memandang kalau diri sendiri adalah orang yang sangat kotor; kamu harus bisa melihat sifat Kebuddhaan diri sendiri, kamu harus merasa kalau kamu bersama dengan Bodhisattva, dengan begitu, kamu baru bisa meningkatkan kesadaran spiritual diri sendiri. Menghargai diri sendiri, sama dengan menghargai Bodhisattva, menghargai semua makhluk, yang sama dengan menghormati

Buddha, karena semua makhluk memiliki sifat Kebuddhaan.

Semoga kalian membina diri baik-baik, jangan saling membandingkan, harus mawas diri, mulai dari hari ini, semakin membina diri semakin baik, tidak boleh menyerah dan putus asa. Ada orang yang memiliki berkah pahala yang baik, bisa mengenal ajaran Buddha Dharma; namun ada juga orang yang tidak memiliki keberuntungan, setiap hari makan dan hidup hura-hura, setiap hari melakukan hal-hal yang tidak seharusnya dilakukan, ini berarti tidak punya keberuntungan, kita pun hanya bisa menghela nafas, Orang yang memiliki keberuntungan ini, kita pun meyelamatinya.

zhào jiàn zì shēn fó xìng  
**9. 照见自身佛性**

rú guǒ yá tòng yǐ hòu zǐ xì shuā yá huǒ qì dà yǐ  
如果牙痛？以后仔细刷牙。火气大？以  
hòu shǎo chī diǎn là de chū qù zǒu yì zǒu xiōng kǒu mēn  
后少吃点辣的，出去走一走。胸口闷？  
jīng cháng tòu tòu kōng qì suǒ yǒu de shì qing dōu yǒu  
经常透透空气。——所有的事情都有  
jiě jué de fāng fǎ jiù kàn nǐ zì jǐ zěn me yàng bǎ tā jiě jué  
解决的方法，就看你自己怎么样把它解决  
diào suǒ yǐ ràng kuài lè de xīn zhù zài xīn zhōng shí jì  
掉，所以，让快乐的心住在心中，实际  
shàng shì yǒu tiáo jiàn de jiù shì ràng kǔ lí kāi nǐ zhǐ yǒu lí  
上是有条件的，就是让苦离开你，只有离  
kāi kǔ nǎo nǐ cái néng dé dào kuài lè  
开苦恼，你才能得到快乐。

suǒ yǐ yào xué huì zì jìng qí yì jiù shì zì jǐ bǎ  
所以，要学会“自净其意”，就是自己把  
zì jǐ suǒ yǒu de niàn tóu dōu nòng de gān gān jìng jìng wǒ jīn  
自己所有的念头都弄得干干净净，我今

tiān xiǎng chū lái de rèn hé yī jù huà dōu shì hěn gān jìng de  
天 想 出 来 的 任 何 一 句 话 ， 都 是 很 干 净 的 ，  
wǒ jīn tiān dòng chū lái de rèn hé yī gè niàn tóu dōu shì fēi  
我 今 天 动 出 来 的 任 何 一 个 念 头 ， 都 是 非  
cháng gān jìng de zhè jiào zì jìng qí yì hǎo de yì  
常 干 净 的 ， 这 叫 “ 自 净 其 意 ” 。 好 的 意  
niàn kě yǐ zuò yí gè hǎo de biāo běn yì niàn chū lái yí dìng  
念 可 以 做 一 个 好 的 标 本 ， 意 念 出 来 一 定  
yào gān jìng zuò shì qǐng yǒu mù dì jiù shì bù gān jìng suǒ yǐ  
要 干 净 ， 做 事 情 有 目 的 就 是 不 干 净 。 所 以 ，  
rén huó zhe yào bú duàn de ràng zì jǐ de yì niàn gān jìng  
人 活 着 ， 要 不 断 地 让 自 己 的 意 念 干 净 。

rén huó zhe yì niàn tiān tiān zài dòng dòng shì méi yǒu  
人 活 着 ， 意 念 天 天 在 动 ， 动 是 没 有  
bàn fǎ de dàn shì yě méi yǒu guān xì jiù xiàng tiān tiān yǒu  
办 法 的 ， 但 是 也 没 有 关 系 ， 就 像 天 天 有  
huī chén luò zài nǐ de jiā jù shàng yí yàng dàn shì nǐ yào bǎ  
灰 尘 落 在 你 的 家 具 上 一 样 ， 但 是 你 要 把  
tā cā gān jìng a ér qiě rén zài sī wéi shàng xū yào dòng  
它 擦 干 净 啊 。 而 且 人 在 思 维 上 需 要 动 ，  
xíng wéi shàng yě yào dòng rén huó zhe jiù yào dòng suǒ yǐ  
行 为 上 也 要 动 ， 人 活 着 就 要 动 ， 所 以

jiào huó dòng shēn tǐ bú dòng bù xíng nǎo zi bú dòng shēng  
叫 活 动 ， 身 体 不 动 不 行 ， 脑 子 不 动 生  
xiù dàn shì zěn me gè dòng fǎ hěn duō rén bǎ yāo dòng huài  
锈 ， 但 是 怎 么 个 动 法 ， 很 多 人 把 腰 动 坏  
le nà yě jiào duàn liàn shēn tǐ ma yào shì dàng de dòng  
了 ， 那 也 叫 锻 炼 身 体 吗 ？ 要 适 当 地 动 ，  
nǎo zi yào zhèng què de dòng shēn tǐ yě yào zhèng què de  
脑 子 要 正 确 地 动 ， 身 体 也 要 正 确 地  
dòng yào dǒng de zhè xiē dào lǐ  
动 ， 要 懂 得 这 些 道 理 。

rú guǒ yí gè rén jǐn jǐn xué yì diǎn chán dìng xué yì diǎn  
如 果 一 个 人 仅 仅 学 一 点 禅 定 ， 学 一 点  
wǔ gōng xué yì diǎn jìng gōng yòu xué yì diǎn dòng gōng  
武 功 ， 学 一 点 静 功 ， 又 学 一 点 动 功 ，  
zhè xiē dōu méi yǒu yòng nǐ xué dào de shì yì diǎn pí máo  
这 些 都 没 有 用 ， 你 学 到 的 是 一 点 皮 毛 ，  
jiù xiàng yí gè rén yí yàng jīn tiān zhè lǐ tòng le nǐ dòng  
就 像 一 个 人 一 样 ， 今 天 这 里 痛 了 ， 你 动  
liǎng xià jīn tiān bó zi tòng le nǐ dòng liǎng xià míng tiān  
两 下 ， 今 天 脖 子 痛 了 ， 你 动 两 下 ， 明 天  
nǐ yòu bú yùn dòng le shí jì shàng nǐ měi tiān yào zhè me  
你 又 不 运 动 了 。 实 际 上 你 每 天 要 这 么

dòng yì dòng nǐ de bó zi jiù shū fu le nǐ xiǎng dào de shí  
动 一 动 ， 你 的 脖 子 就 舒 服 了 。 你 想 到 的 时  
hou jiù dòng nǐ méi yǒu xiǎng dào de shí hou jiù bú dòng shí  
候 就 动 ， 你 没 有 想 到 的 时 候 就 不 动 ， 实  
jì shàng nǐ jiù shì méi dòng duì bu duì rú guǒ nǐ tiān tiān  
际 上 ， 你 就 是 没 动 ， 对 不 对 ？ 如 果 你 天 天  
dòng huài nǎo jīn nǐ xiǎng dào wǒ jīn tiān dòng huài nǎo jīn  
动 坏 脑 筋 ， 你 想 到 ： 我 今 天 动 坏 脑 筋  
le hǎo le jiù zhè me yì xiǎng jiù zhè me yì diǎn  
了 —— 好 了 ， 就 这 么 一 想 ， 就 这 么 一 点 ，  
nǐ yǐ jīng dòng hǎo nǎo jīn le yào jīng cháng xiǎng shàn niàn  
你 已 经 动 好 脑 筋 了 。 要 经 常 想 善 念 ，  
cái huì méi yǒu è niàn  
才 会 没 有 恶 念 。

zhēn zhèng xué fó de rén yào tào shàng yí gè jǐn gū zhòu  
真 正 学 佛 的 人 ， 要 套 上 一 个 紧 箍 咒 ，  
jiù shì yào néng gòu dǒng de wǒ zuò rèn hé shì qing bú yào jiǎo  
就 是 要 能 够 懂 得 ， 我 做 任 何 事 情 不 要 矫  
wǎng guò zhèng bú yào guò tóu bú yào tài guò zuǒ yě bú  
枉 过 正 ， 不 要 过 头 ， 不 要 太 过 左 ， 也 不  
yào tài guò yòu yīn wei wǒ men zài shēng huó zhōng suǒ yǒu xué  
要 太 过 右 ， 因 为 我 们 在 生 活 中 所 有 学

de dōng xi dōu bú shì jiū jìng de    jiū jìng shì shén me    shì dào  
的 东 西 都 不 是 究 竟 的。 究 竟 是 什 么？ 是 到  
dǐ de    nǐ men shuō    nǎ jiàn shì qing shì dào dǐ de    shì yuán  
底 的， 你 们 说 ， 哪 件 事 情 是 到 底 的、 是 圆  
mǎn de    jiū jìng yuán mǎn zài rén jiān hěn nán zhǎo dào    yào  
满 的？ 究 竟 圆 满 在 人 间 很 难 找 到 ， 要  
zhǎo dào zài rén jiān de jiū jìng yuán mǎn    nà zhī yǒu fó    wǒ  
找 到 在 人 间 的 究 竟 圆 满 ， 那 只 有 佛 ， 我  
men shì hěn nán xué dào de    suǒ yǐ    bú yào jué de jīn tiān zuò  
们 是 很 难 学 到 的。 所 以 ， 不 要 觉 得 今 天 做  
le yì diǎn le    míng tiān yòu bú zuò le    hòu tiān yòu zuò yì  
了 一 点 了 ， 明 天 又 不 做 了 ， 后 天 又 做 一  
diǎn le    dà hòu tiān yòu bú zuò le    suǒ yǒu de zhè yí qiè dōu  
点 了 ， 大 后 天 又 不 做 了 ， 所 有 的 这 一 切 都  
shì kōng de    dōu shì bù jiū jìng de  
是 空 的 ， 都 是 不 究 竟 的。

wǒ men rén zěn yàng néng gòu bǎ zhè xiē zhēn zhèng de zuò  
我 们 人 怎 样 能 够 把 这 些 真 正 地 做  
hǎo ne    shí jì shàng yào dǒng de bù néng zhí zhuó    nǐ men  
好 呢？ 实 际 上 要 懂 得 不 能 执 著 。 你 们  
xiàn zài yǒu méi yǒu zhí zhuó    wǒ yí dìng yào bǎ zhè jiàn shì qing  
现 在 有 没 有 执 著 ？ 我 一 定 要 把 这 件 事 情

zuò hǎo zhè ge jiù jiào zhí zhuó nǐ men xǔ yuàn de shí hou  
做好，这个就叫执著。你们许愿的时候

shuō wǒ yí dìng yào zěn me yàng shí jì shàng nǐ yǐ  
说，“我一定要怎么样”，实际上你已

jīng yǒu diǎn zhí zhuó le nǐ zuò bú dào de yǒu yí gè rén  
经有点执著了，你做不到的。有一个人

gēn shī fu shuō tái zhǎng wǒ yí dìng bú diào yú le wǒ  
跟师父说：“台长，我一定不钓鱼了，我

bǎ yú gān dōu rēng diào le yīng gāi shuō hǎo le ba kě  
把鱼竿都扔掉了。”应该说好了吧？可

shì zuò mèng hái zài diào yú jié guǒ fàn le yīn lǜ zhào yàng  
是做梦还在钓鱼，结果犯了阴律，照样

shòu dào chéng fá nǐ zài yáng jiān bú fàn zuì le nǐ dào le  
受到惩罚。你在阳间不犯罪了，你到了

yīn jiān hái huì fàn zuì yīn wei nǐ de yì niàn fàn zuì a tā zài  
阴间还会犯罪，因为你的意念犯罪啊。他在

yáng jiān shuō tā bǎ diào yú gān dōu rēng diào le zhēn bú  
阳间说，他把钓鱼竿都扔掉了，真不

qù diào yú le kě shì tā de xià yì shí tā de yì shí liú biǎo  
去钓鱼了，可是他的下意识，他的意识流表

xiàn chū tā guò qù suǒ zuò guò de nà xiē shì qing de yì shí hái  
现出他过去所做过的那些事情的意识，还

shì zài diào yú nà me tā zài mèng zhōng jiù huì diào yú suǒ  
是在钓鱼，那么他在梦中就会钓鱼。所

yǐ xiū xīn zhēn de hěn nán a yào gēn zì jǐ de duò xìng zuò  
以，修心真的很难啊，要跟自己的惰性作  
dòu zhēng yí dìng yào nǔ lì zhì shǎo yào yǒu zhè ge jué xīn  
斗争，一定要努力，至少要有这个决心。  
bú yào xiǎo kàn nǐ men zì jǐ nǐ men zài jìn bù jīn tiān nǐ  
不要小看你们自己，你们在进步，今天你  
men néng gòu dào guān yīn táng lái tīng kè nǐ men jiù shì zài  
们能够到观音堂来听课，你们就是在  
jìn bù  
进步。

shī fu jiào nǐ men bú yào zhí zhuó rú guǒ nǐ bù zhí zhuó  
师父叫你们不要执著，如果你不执著，  
nǐ jiù néng gòu dá dào niè pán niè pán jiù zài zì jǐ shēn dāng  
你就能达到涅槃，涅槃就在自己身当  
zhōng niè pán shì shén me jiù shì wú wǒ de jìng jiè jiù shì  
中。涅槃是什么？就是无我的境界，就是  
wú sī de jìng jiè wǒ men bù zhí zhuó rén shēng fó fǎ běn  
无私的境界。我们不执著人生，佛法本  
lái zǎo jiù cún zài yǔ zhòu zhī zhōng le wǒ men yǒu shén me kě  
来早就存在宇宙之中了，我们有什么可  
yǐ zhí zhuó de wǒ men zhǐ yào hǎo hǎo de zūn zhào fó fǎ qù  
以执著的？我们只要好好地遵照佛法去

zuò wǒ men jiù yí dìng néng gòu dá dào fó de jìng jiè fó fǎ  
做，我们就一定能够达到佛的境界。佛法  
zǎo jiù zài yǔ zhòu zhī zhōng le tā shì wú suǒ bú zài de wú  
早就在宇宙之中了，它是无所不在的，无  
lái wú qù rú rú bú dòng nà me nǐ jiù shì jìn rù le rú lái  
来无去，如如不动，那么你就是进入了如来  
de bú èr fǎ mén yě jiù shì shuō nǐ de xīn yǐ jīng hé yuán  
的不二法门。也就是说，你的心已经和原  
lái pú sà de xīn hé èr wéi yī rú rú bú dòng nǐ de xīn cái  
来菩萨的心合二为一，如如不动，你的心才  
zhēn zhèng jìn rù le niè pán jì jìng zhēn zhèng de jìn rù le  
真正进入了涅槃寂静，真正地进入了  
bú èr fǎ mén gēn fó fǎ hé zài yì qǐ le  
不二法门，跟佛法合在一起了。

jīn tiān gēn dà jiā jiù jiǎng dào zhè lǐ shī fu xī wàng nǐ  
今天跟大家就讲到这里，师父希望你  
men hǎo hǎo xué hǎo hǎo xiū bú yào kàn dī zì jǐ bú yào  
们好好学，好好修，不要看低自己，不要  
kàn bù qǐ zì jǐ wǒ men jīn tiān dōu shì píng děng de zài xué  
看不起自己，我们今天都是平等地在学  
fó wǒ men dōu shì píng děng xīn suǒ yǐ wǒ men duì suǒ  
佛，我们都是平等心，所以，我们对所

yǒu rén dōu yào zūn zhòng , duì suǒ yǒu rén dōu yào guān xīn  
有人都要尊重，对所有人都要关心  
guān ài  
关爱。

shī fu duì nǐ men yě shì zhè yàng , xī wàng dà jiā bú yào  
师父对你们也是这样，希望大家不要  
shī qù huì xīn nǐ men yào hǎo hǎo de jiē shòu guān shì yīn pú  
失去慧心。你们要好好地接受观世音菩  
sà de cí bēi jiào yù yào zhēn zhèng de dǒng shì qing ér bú  
萨的慈悲教育，要真正地懂事情，而不  
shì zàn shí de zhī lǐ zhī fǎ qiān wàn yào zì zhòng yào sī  
是暂时地知理知法。千万要自重，要思  
xiǎng jí zhōng yào yì niàn shǒu yī niàn tou hé yì niàn yào  
想集中，要意念守一，念头和意念要  
shǒu zài yì tiáo xiàn shàng yào jì zhù qiān wàn bú yào yòng  
守在一条线上。要记住，千万不要用  
rén jiān de xiǎng fǎ qù kàn zì jǐ de fó xīn fǒu zé nǐ huì bǎ  
人间的想法去看自己的佛心，否则你会把  
zì jǐ de fó xīn kàn diū le yīn wei nǐ bú huì jué de zì jǐ hěn  
自己的佛心看丢了，因为你不会觉得自己很  
wěi dà bú huì jué de zì jǐ hěn gān jìng nǐ huì bǎ zì jǐ kàn  
伟大，不会觉得自己很干净，你会把自己看

chéng yí gè fēi cháng āng zāng de rén nǐ yào kàn dào zì jǐ  
成 一个 非 常 肮 脏 的 人； 你 要 看 到 自 己  
de fó xìng nǐ yào jué de nǐ hé pú sà shì zài yì qǐ de zhè  
的 佛 性， 你 要 觉 得 你 和 菩 萨 是 在 一 起 的， 这  
yàng nǐ cái néng tí gāo zì jǐ de jìng jiè kàn de qǐ zì jǐ  
样 你 才 能 提 高 自 己 的 境 界。 看 得 起 自 己，  
jiù shì kàn de qǐ pú sà kàn de qǐ zhòng shēng jiù shì zūn  
就 是 看 得 起 菩 萨， 看 得 起 众 生， 就 是 尊  
zhòng fó yīn wèi zhòng shēng dōu jù fó xìng  
重 佛， 因 为 众 生 都 具 佛 性。

xī wàng dà jiā hǎo hǎo xiū bú yào bǐ chā yào hǎo zì  
希 望 大 家 好 好 修， 不 要 比 差， 要 好 自  
wéi zhī cóng jīn tiān kāi shǐ yuè xiū yuè hǎo bù néng zì bào  
为 之， 从 今 天 开 始， 越 修 越 好， 不 能 自 暴  
zì qì yǒu de rén yǒu fú qì wén dào fó fǎ yǒu de rén  
自 弃。 有 的 人 有 福 气， 闻 到 佛 法； 有 的 人  
zhēn de méi yǒu fú qì a tiān tiān chī hē wán lè měi tiān  
真 的 没 有 福 气 啊， 天 天 吃 喝 玩 乐， 每 天  
zuò bù yīng gāi zuò de shì zhè jiù shì méi yǒu fú qì de rén  
做 不 应 该 做 的 事， 这 就 是 没 有 福 气 的 人，

wǒ men zhǐ néng tàn xī ; yǒu fú qì de rén , wǒ men gōng xǐ  
我 们 只 能 叹 息 ; 有 福 气 的 人 , 我 们 恭 喜

tā  
他 。