

## **39. Teguh dalam Membina Diri, Belajar Buddha Dharma dengan Penuh Keuletan**

Harus dipahami bahwa hati Buddha dan hati semua makhluk hidup tidaklah berbeda. Kalian semua yang ada di sini hari ini, hati Buddha dan hati semua makhluk hidup adalah setara, tidak ada bedanya. Buddha sedang menyebarkan cahaya terang agung, welas asih agung, dan kasih sayang agung, memberikan manfaat baik bagi dunia fana maupun alam bawah, maka seketika itu juga memancarkan terang cahaya. Dengan kata lain, apa yang disebarkan oleh para Buddha dan Bodhisattva di Alam Manusia adalah hati yang terang. Apa yang dimaksud dengan hati yang terang? Hati terang agung berarti di dalam hatimu terdapat hati yang lapang, luas, dan terang benderang. Oleh karena itu, orang-orang sering

berkata bahwa hati orang ini sangat terang, atau hati orang itu sangat gelap. Coba kalian perhatikan sendiri, seseorang yang baik, saat tersenyum akan terlihat sangat cerah dan berseri-seri. Sedangkan orang yang berhati gelap, saat tersenyum yang keluar hanyalah senyum dingin. Praktisi Buddhis tidak boleh seperti itu. Di tempat kita ini ada seorang yang di masa lalunya suka berbuat kebajikan dan mengumpulkan jasa kebajikan. Dia dulu pernah sangat giat, membantu orang lain melakukan banyak hal baik. Namun belakangan ini, hatinya menjadi gelap dan suram. Dia sering membicarakan keburukan orang lain di belakang, melakukan perbuatan buruk, sehingga sisi kegelapannya pun mulai bermunculan dan terlihat jelas, kalian lihat sendiri kan? Karena hati dan pikirannya telah berubah, barulah berubah menjadi gelap. Oleh karena itu, harus dipahami bahwa hati terang agung berarti hati harus terang benderang.

Diriku tidak memiliki hal apa pun yang disembunyikan secara gelap, saat merasa gembira tetap seperti ini, dan saat tidak gembira pun tetap seperti ini, terang benderang dan tidak gelap gulita. Di mana ada cahaya terang, di situ pasti tidak akan ada kegelapan; sebaliknya, di tempat yang terdapat kegelapan, di situ pasti tidak akan ada cahaya terang.

Harus memiliki hati welas asih agung, hati welas asih agung berarti berwelas asih kepada orang lain. Harus memiliki hati kasih sayang agung; apa yang disebut dengan kasih sayang agung? Para Buddha dan Bodhisattva berkata, pandanglah semua orang lanjut usia sebagai orang tuamu sendiri, dan pandanglah semua generasi muda sebagai anak-anakmu sendiri. Lalu, apa yang dimaksud dengan kasih sayang kecil?

Yakni: “Ini adalah putraku, ini adalah putriku, ini milikku, itu milikku...”

Memberikan manfaat baik bagi dunia fana maupun Alam Bawah, maka seketika itu juga memancarkan cahaya. Apa artinya? Yaitu belajar Buddha Dharma tidak hanya harus membuat orang-orang yang berada di dunia fana mendapatkan manfaat, tetapi juga harus membuat para makhluk di alam bawah mendapatkan manfaat; inilah yang disebut sebagai “memberikan manfaat baik bagi alam bawah maupun dunia fana” . Seketika itu juga memancarkan cahaya, cahaya terang ini menyinari seluruh penjuru dunia, alam semesta, bumi, dan segala isinya, mengertikah? Oleh karena itu, bagi siapa pun yang belajar Buddha Dharma, dia tidak hanya menolong dirinya sendiri, tetapi juga menolong para

leluhur dan mendiang kerabatnya yang telah tiada. Kalian yang sekarang sedang melafalkan Xiao Fang Zi, bukankah itu termasuk memberikan manfaat baik bagi alam bawah maupun dunia fana?

Menjadi orang yang jujur dan tulus, maka akan memiliki sebutir keteguhan hati. Seseorang yang bertindak dengan jujur dan tulus, seseorang yang bersikap apa adanya dan nyata, dia pasti akan memiliki keteguhan hati. Coba kalian perhatikan sendiri, orang yang selalu melakukan pekerjaannya dengan tenang, diam-diam, dan jujur, orang seperti ini pasti memiliki keteguhan hati, apakah kalian masih belum bisa merasakannya? Sebaliknya, jika seseorang hanya suka membual dan bicara besar, lalu datang menghampiri dan berkata: "Saya sudah memperkenalkan Dharma kepada berapa banyak orang, saya sudah begini dan

begitu, saya sudah banyak berkorban..." Orang seperti ini adalah orang yang tidak memiliki keteguhan hati. Ada beberapa orang yang pada awalnya saat baru datang ke tempat Master, mereka bersujud, bertobat, hingga menangis tersedu-sedu meluapkan penyesalan. Namun pada akhirnya, sosok mereka bahkan sudah tidak kelihatan lagi, lalu apa gunanya? Belajar Buddha Dharma dengan jujur dan tulus , belajar Buddha Dharma dengan hati yang penuh keikhlasan, orang seperti inilah yang baru bisa mendapatkan keteguhan hati. Hanya ketika keteguhan hati menetap selamanya di dalam batin, orang tersebut barulah bisa menekuni Dharma dengan baik.

Berhasil membina diri hingga mencapai kebenaran adalah sebuah hal yang luar biasa. Seseorang yang membina pikiran, hingga pada akhirnya semakin

membina batinnya menjadi semakin lurus dan benar, ini tidaklah mudah. Karena membina pikiran sangat mudah menyimpang; ketika seseorang tidak lurus dan benar, maka dia akan condong menyimpang. Hari ini jika dirimu tidak bisa berpikiran jernih, maka kamu pasti sudah menyimpang; Jika kamu merasa semua orang sedang menindasmu, maka kamu sudah tidak lurus dan benar lagi. Karena kamu menganggap orang-orang sedang menindasmu, padahal kenyataannya mereka hanya sedang membicarakan teori dan nalar umum kepadamu, mereka tidak sedang menindasmu. Namun karena dirimu sendiri yang mengira orang lain menindasmu, lalu sebenarnya siapa yang menindas siapa? Dirimu sendirilah yang sedang membohongi dan menindas hatimu sendiri. Meskipun orang lain benar-benar sedang menindasmu, kamu pun tidak seharusnya memandangnya sebagai sebuah penindasan. Mengapa? Karena ini adalah kondisi

pendukung yang meningkatkan kemajuan pembinaan saya. Dia tidak membina diri dengan baik, maka dia sendiri yang akan menerima balasan karmanya, lalu mengapa kamu yang harus merasa marah? Prinsip yang begitu sederhana, sebuah kebenaran di dunia yang begitu nyata, mengapa kamu masih tidak bisa berpikiran jernih, masih tidak memahaminya?

Harus mengubah kebiasaan buruk dari ketidaktahuan. Apa yang dimaksud dengan kebiasaan buruk dari ketidaktahuan? Yaitu tidak paham, tetapi masih mengira dirinya paham. Banyak orang yang sok tahu padahal tidak paham, itulah yang disebut sebagai kebiasaan buruk dari ketidaktahuan. Hari ini ada banyak hal yang tidak kalian pahami, tidak pernah kalian dengar, dan tidak pernah kalian alami, bukankah ini adalah ketidaktahuan? Tidak memahami, dan jika

ketidakpahaman ini dibiarkan dalam waktu yang lama, maka tabiat dan kebiasaan buruk akan bermunculan. Melihat orang-orang di sekitar semuanya merokok, lalu berpikir: “Ah, saya belum pernah merokok, saya coba-coba merokok ah.” Begitu merokok lalu menjadi kecanduan, bukankah telah berubah menjadi sebuah kebiasaan buruk? Banyak anak sejak kecil sangat bergantung pada ayah dan ibunya, namun ayah dan ibu mereka sangat egois, demi perasaan masing-masing akhirnya mereka bercerai. Hal ini melukai hati anak tersebut, si anak seketika itu juga menjadi linglung: “Mengapa sejak saat itu ibu tidak memedulikan saya lagi? Mengapa saya tiba-tiba tidak memiliki ayah lagi?” Itu terjadi karena kamu belum pernah mengalaminya, oleh sebab itulah kamu terjebak dalam ketidaktahuan. Kamu tidak paham; bukankah ayah dan ibu telah melakukan kesalahan? Bukankah ayah dan ibu telah mencelakai rumah

tangga ini hingga hancur berantakan? Jika seseorang tidak memiliki kebijaksanaan, bagaimana mungkin dia bisa menekuni Dharma dengan baik?

Selanjutnya akan menjelaskan sedikit tentang ajaran Zen kepada kalian, sekaligus sebagai penutup kelas hari ini. Karena Master adalah menyebarkan Budaya Zen dari Xin Ling Fa Men, Master memberi tahu kalian bahwa ajaran Zen itu sungguh sangat penuh dengan kebijaksanaan. Ajaran Zen mengatakan: “Sekali tebas, semua tertebas; sekali noda, semua ternoda” . “Sekali tebas, semua tertebas” , artinya menebas kerisauan dan segalanya dalam sekali ayunan pisau, memotong semuanya hingga putus tanpa sisa. Lalu, apa arti dari “sekali noda, semua ternoda?” Sebagai contoh, hari ini kamu mengenakan sehelai kemeja putih bersih, meskipun kemeja itu terkena

noda kotor sedikit saja, namun seluruh pakaian tersebut akan dianggap kotor dan sudah tidak layak lagi untuk dikenakan. Oleh karena itu, di dalam hati kalian sekarang tidak boleh tercemar sedikitpun, tidak boleh ada hal buruk sedikit pun. Meskipun, memiliki hal buruk sedikit saja, maka kamu sudah bukan lagi seseorang yang baik, karena kamu telah memiliki noda hitam. Hari ini saya memiliki sedikit kekurangan, memiliki sedikit tabiat buruk, saya akan menebasnya dalam sekali ayunan pisau dan sejak saat itu saya tidak akan pernah melakukannya lagi, dengan begitu kamu baru menjadi orang baik. Jika kamu membiarkan sedikit saja hal kotor melekat di tubuhmu, bukankah itu berarti kamu adalah orang yang kotor? Sebagai contoh sederhana, ada banyak anak yang baru saja selesai mandi, tetapi mereka mandi tanpa membasuh muka, sehingga masih ada kotoran mata yang menempel keluar. Menurutmu, apakah anak seperti ini

kotor atau tidak? Hanya ketika semuanya telah dibersihkan secara menyeluruh, barulah menjadi seorang yang berhati nurani baik. Harus dipahami, belajar Buddha Dharma itu sungguh tidak mudah. Kerisauan yang sangat rumit dan kacau itu harus dipotong dalam sekali tebas. Mengapa harus merasa berat hati untuk melepaskan dan terus terpikat pada hal-hal yang kotor seperti itu? Begitu sudah tidak ada, maka hal itu sudah lenyap. Di masa lalu dia pernah mencelakai saya, sekarang saya sudah tidak mau mendengarnya lagi, saya sudah tidak mau mengenangnya lagi. Sejak saat ini dan seterusnya, begitu melupakannya, maka hal itu sudah sirna. Mengapa saya harus terus menyimpan hal-hal buruk dari masa lalu di dalam lubuk hatiku, dan masih terus-menerus mengenangnya kembali? Itu adalah tindakan yang bodoh.

“Satu adalah banyak, banyak adalah satu” . Apa artinya? Sebuah “Satu” , sebenarnya adalah “Banyak” , apakah kalian bisa memahaminya? Hari ini saya telah menguasai satu pintu Dharma, sebenarnya saya telah menguasai seluruh pintu Dharma yang ada. “Banyak” — sebanyak apa pun pintu Dharma yang ada, pada akhir perjalanan belajarmu, sepuluh ribu ajaran akan kembali ke dalam “yang satu” ; inilah yang disebut sebagai “Satu adalah banyak, banyak adalah satu.” Oleh karena itu, Master meminta kalian untuk menekuni satu pintu Dharma secara mendalam, maka kamu akan dapat mempelajari sepuluh ribu Dharma. Sama halnya ketika kamu berhasil lulus masuk ke universitas; di dalam universitas, kamu tidak hanya mempelajari satu mata kuliah saja, melainkan ada banyak mata kuliah yang sedang kamu pelajari, benar tidak? Namun jika kamu tidak lulus masuk ke

universitas, maka kamu tidak akan bisa mempelajari apa pun.

Master memberi tahu kalian, menekuni satu pintu Dharma secara mendalam maka kamu akan mempelajari sepuluh ribu Dharma. Namun, sepuluh ribu Dharma itu tidak berujung pangkal, karena sepuluh ribu Dharma tidak memiliki ujung benang yang jelas. Jika kamu mempelajari ini sedikit, mempelajari itu sedikit, dan menguasai setiap Dharma hanya separuh-separuh; pada akhirnya, dari delapan belas jenis keahlian bela diri, semuanya akan menjadi serba tanggung dan rapuh. Tidak ada satu pun keahlian yang benar-benar kamu kuasai secara mendalam. Oleh karena itu dikatakan, sepuluh ribu Dharma yang tidak berujung pangkal, bagaimana mungkin bisa menandingi kehebatan dari satu Dharma?

Orang yang bisa segala jenis ilmu bela diri, biasanya tidak memiliki satu pun keahlian yang benar-benar bisa diandalkan. Coba kalian perhatikan baik-baik, di dunia persilatan masa lalu, ada orang yang bisa memainkan golok, tombak, pedang, hingga tongkat, semuanya dia bisa. Saat menari pedang tampaknya sangat meyakinkan, namun begitu datang seseorang yang ahli khusus dalam bermain pedang, hanya dengan dua-tiga gerakan “prak-prak” , dia sudah langsung dikalahkan. Kemudian dia berganti menggunakan tongkat tiga bagian miliknya, sebelum bertarung, bunyinya sudah sangat meriah dan bising sekali. Namun hasilnya, begitu berhadapan dengan orang yang memang spesialis dalam bermain tongkat, hanya dengan dua ketukan dia sudah langsung dijatuhkan. Tidak ada satu pun jurusmu yang benar-benar bisa diandalkan. Hanya jika kamu menekuni satu pintu Dharma secara mendalam; “Saya hanya belajar

Xin Ling Fa Men.” Saya telah memahami dan menguasai seluruh esensi Xin Ling Fa Men, sehingga saya bisa menjelaskan teori-teori di dalamnya dengan sangat logis dan sistematis, dan saya pun menjadi paham akan segala hal. Bukankah dengan demikian kamu telah mempelajari jauh lebih banyak? Memangnyanya di dalam Xin Ling Fa Men milik Master ini tidak mengandung intisari dari pintu Dharma lainnya? Ini adalah hasil dari menyerap dan merangkum segala kelebihan dari berbagai ajaran yang luas. Pada hakikatnya, Dharma dari Buddha dan Bodhisattva itu semuanya berasal dari jalur dan sumber yang sama.

Kita adalah orang-orang yang bersusah payah dalam mencari jalan Kebuddhaan, pencari jalan Kebuddhaan memang sangatlah sulit; jika tidak melalui penderitaan, bagaimana mungkin kita bisa menjadi

seorang pencari jalan Kebuddhaan? Setiap hari dengan susah payah mengamati kebenaran dunia ini, setiap hari kita merenung dengan penuh kesungguhan, namun tetap tidak dapat memahaminya, “Mengapa saya harus mengalami begitu banyak penderitaan? Mengapa keluarga orang lain begitu baik? Mengapa keluarga saya baik, sedangkan keluarga yang itu malah tidak baik?” Berpikir ke sana kemari, tetap tidak memahaminya, “Mengapa hari ini saya datang ke Australia? Mengapa saya menikah dengannya? Mengapa saya harus menikah dua kali?” Dengan susah payah kita mengamati dunia ini, terus mencari dan mencari, ingin menemukan sebuah kebenaran mutlak, apakah bisa menemukannya? Sangatlah sulit untuk menemukan kebenaran sejati di Alam Manusia. Alam Manusia ini pada dasarnya hanyalah sebuah tempat bagimu untuk sekadar lewat, pada dasarnya hanya tempat bagimu untuk melakukan sebuah

perjalanan singkat. Sangat singkat, datang dengan sangat cepat, dan pergi pun dengan sangat cepat. Lihatlah para orang tua kita, pikirkanlah generasi muda kita, dan lihatlah dirimu sendiri, maka kamu akan menyadari bahwa waktu berlalu dengan sangat cepat, sekarang kamu sudah berusia berapa tahun? Benar tidak?

Semakin dalam tingkat pembinaan diri seseorang, semakin harus waspada dalam bertindak, serta harus semakin rendah hati. Master memiliki dua buah moto hidup: yang pertama adalah “Tiada keinginan, maka hati akan setenang air” , jangan memiliki keinginan nafsu, maka pikiranmu akan menjadi tenang dan damai. Dan yang satu lagi adalah “Bagaikan berjalan di atas lapisan es tipis” , belajar Buddha Dharma itu ibarat sedang berjalan di atas lapisan es yang sangat

tipis; jika kamu sedikit saja lengah atau tidak berhati-hati, kamu akan terperosok jatuh ke dalam jurang yang tak berdasar.

Bagaimana iblis bisa tercipta? Yaitu karena tidak menekuni Dharma dengan baik, barulah seseorang bisa berubah menjadi iblis. Sebagai praktisi Buddhis, tidak boleh mengatakan orang lain adalah iblis; jika mengatakan orang lain adalah iblis, maka dirimu sendiri adalah iblis. Seseorang yang memaki orang lain, maka dirinya sendiri adalah orang yang jahat. Harus memahami, Master melihat kalian semua sangatlah kasihan. Harus memahami tentang prinsip, “mengetahui mimpi, maka mendapatkan mimpi” , kamu tahu bahwa Alam Manusia ini adalah sebuah mimpi, dan kita harus meminjam kepalsuan untuk membina kebenaran sejati di Alam Manusia ini.

Dengan demikian, kita baru bisa mendapatkan esensi dari mimpi ini, dan membiarkannya berada di sisi kita secara nyata. Ketika terbangun di suatu hari, dan melihat diri sendiri telah hidup secara nyata dan bermakna selama satu hari itu, maka itulah yang dinamakan “mengetahui mimpi, maka mendapatkan mimpi” .

Hari ini sampai disini dulu penjelasannya. Semoga kebijaksanaan kalian menjadi semakin sempurna, serta lebih tekun dan maju dalam menekuni Dharma.

héng xīn xiū fó jiān kǔ xué fó  
**39. 恒 心 修 佛 艰 苦 学 佛**

yào dǒng de fó xīn yǔ zhòng shēng xīn bú èr nǐ men  
要 懂 得, 佛 心 与 众 生 心 不 二。 你 们

jīn tiān suǒ yǒu de rén fó xīn hé zhòng shēng xīn dōu shì píng  
今 天 所 有 的 人, 佛 心 和 众 生 心 都 是 平

děng de méi yǒu bù yí yàng de fó zài chuán bō dà guāng  
等 的, 没 有 不 一 样 的。 佛 在 传 播 大 光

míng xīn dà bēi xīn dà ài xīn míng yáng liǎng lì jí xiàn  
明 心、 大 悲 心、 大 爱 心, 冥 阳 两 利, 即 现

guāng míng a jiù shì shuō fó pú sà zài rén jiān chuán bō de  
光 明 啊。 就 是 说, 佛 菩 萨 在 人 间 传 播 的

shì míng xīn shén me jiào guāng míng xīn a dà míng xīn jiù  
是 明 心。 什 么 叫 光 明 心 啊? 大 明 心, 就

shì nǐ de xīn zhōng shì kuān dà guāng míng zhī xīn a suǒ yǐ  
是 你 的 心 中 是 宽 大 光 明 之 心 啊, 所 以

rén jiā shuō zhè ge rén de xīn hěn guāng míng zhè ge rén de xīn  
人 家 说 这 个 人 的 心 很 光 明, 这 个 人 的 心

hěn yīn àn nǐ men qù kàn hǎo le yí gè hǎo hǎo de rén  
很 阴 暗。 你 们 去 看 好 了, 一 个 好 好 的 人,

xiào qǐ lái hěn càn làn yí gè yīn àn de rén xiào qǐ lái jiù shì  
笑 起 来 很 灿 烂; 一 个 阴 暗 的 人, 笑 起 来 就 是

lěng xiào xué fó rén bù néng zhè yàng wǒ men zhè lǐ yǒu yí  
冷笑，学佛人不能这样。我们这里有一

wèi guò qù zuò shàn shì zuò gōng dé de rén tā céng jīng hěn nǔ  
位过去做善事做功德的人，他曾经很努

lì bāng rén jiā zuò le hěn duō hǎo shì qing hòu lái xīn zhōng  
力，帮人家做了很多好事情，后来心中

yīn àn le jīng cháng bèi hòu shuō rén bù hǎo zuò huài shì  
阴暗了，经常背后说人不好，做坏事，

yīn àn miàn jiù xiǎn xiàn chū lái kàn jiàn le ba yīn wei tā de  
阴暗面就显现出来，看见了吧？因为他的

xīn zhuǎn biàn le cái huì zhuǎn chéng hēi àn suǒ yǐ yào míng  
心转变了，才会转成黑暗。所以要明

bai dà míng xīn jiù shì xīn yào guāng míng wǒ méi yǒu shén  
白，大明心就是心要光明，我没有什

me àn de wǒ kāi xīn shì zhè yàng wǒ bù kāi xīn yě shì zhè  
么暗的，我开心是这样，我不开心也是这

yàng guāng míng bù hēi àn yǒu le guāng míng jiù méi yǒu  
样，光明不黑暗，有了光明，就没有

hēi àn yǒu le hēi àn de dì fang yí dìng méi yǒu guāng míng  
黑暗，有了黑暗的地方，一定没有光明。

yào yǒu dà bēi xīn      dà bēi xīn jiù shì yào cí bēi rén jiā  
要 有 大 悲 心， 大 悲 心 就 是 要 慈 悲 人 家。

yào yǒu dà ài xīn      shén me jiào dà ài      fó pú sà shuō      bǎ  
要 有 大 爱 心， 什 么 叫 大 爱？ 佛 菩 萨 说， 把  
suǒ yǒu de lǎo rén dōu kàn chéng shì nǐ de zhǎng bèi      bǎ suǒ  
所 有 的 老 人 都 看 成 是 你 的 长 辈， 把 所  
yǒu de wǎn bèi dōu kàn chéng shì nǐ de hái zi      xiǎo ài xīn shì  
有 的 晚 辈 都 看 成 是 你 的 孩 子。 小 爱 心 是  
shén me      zhè shì wǒ de ér zi      zhè shì wǒ de nǚ ér      zhè shì  
什 么？ 这 是 我 的 儿 子， 这 是 我 的 女 儿， 这 是  
wǒ de      nà shì wǒ de  
我 的， 那 是 我 的 ... ..

míng yáng liǎng lì      jí xiàn guāng míng      shén me yì si  
冥 阳 两 利， 即 现 光 明。 什 么 意 思  
ne      jiù shì xué fó jì yào ràng zài yáng jiān de rén dé dào lì yì  
呢？ 就 是 学 佛 既 要 让 在 阳 间 的 人 得 到 利 益，  
yòu yào ràng míng fǔ de zhòng shēng dé dào lì yì a      zhè jiù  
又 要 让 冥 府 的 众 生 得 到 利 益 啊， 这 就  
shì míng yáng liǎng lì      jí xiàn guāng míng      zhè ge guāng míng  
是 冥 阳 两 利。 即 现 光 明， 这 个 光 明  
shì zhào biàn shì jiè yǔ zhòu wàn wù dà dì de      míng bai le ma  
是 照 遍 世 界 宇 宙 万 物 大 地 的， 明 白 了 吗？

suǒ yǐ      rèn hé yí gè xué fó de rén      shì jì bāng le zì jǐ  
所以，任何一个学佛的人，是既帮了自己，  
yòu bāng le zì jǐ de gù rén zǔ zong a      nǐ men xiàn zài niàn  
又帮了自己的故人祖宗啊。你们现在念  
xiǎo fáng zi      shì bu shì míng yáng liǎng lì  
小房子，是不是冥阳两利？

lǎo lǎo shí shí zuò rén      huì yǒu yì kē héng xīn      yí gè lǎo  
老老实实做人，会有一颗恒心。一个老  
lǎo shí shí zuò rén de rén      yí gè shí shí zài zài zuò rén de rén  
老老实实做人的人，一个实实在在做人的人，  
tā huì yǒu héng xīn      nǐ men qù kàn      bù shēng bù xiǎng      lǎo  
他会有恒心，你们去看，不声不响、老  
lǎo shí shí yì zhí zài zuò shì qing de rén      zhè ge rén yí dìng yǒu  
老老实实一直在做事情的人，这个人一定有  
héng xīn de      nǐ men hái méi yǒu gǎn jué ma      rú guǒ yí gè rén  
恒心的，你们还没有感觉吗？如果一个人  
kuā kuā qí tán      pǎo guò lái shuō      wǒ dù le duō shǎo rén      wǒ  
夸夸其谈，跑过来说：我度了多少人，我  
zěn me yàng le      wǒ fù chū le      zhè zhǒng rén shì méi yǒu  
怎么样了，我付出了... ..这种人是没有  
héng xīn de      yǒu xiē rén gāng kāi shǐ dào shī fu zhè lǐ de shí  
恒心的。有些人刚开始到师父这里的时

hou yòu shì guì yòu shì chàn huǐ tòng kū liú tì dào le  
候，又是跪，又是忏悔，痛哭流涕，到了  
zuì hòu rén dōu bú jiàn le yǒu shén me yòng a lǎo lǎo shí shí  
最后人都看不见了，有什么用啊？老老实实  
de xué fó chéng chéng xīn xīn dì xué fó zhè ge rén cái néng  
地学佛，诚 诚 心心地学佛，这个人才 能  
dé dào héng xīn a héng xīn cháng zhù zhè ge rén cái néng  
得到 恒心啊。恒心 常住，这个人才 能  
xué hǎo fó  
学好佛。

xiū chéng zhèng shì bù píng fán de yí gè rén xiū xīn xiū  
修 成 正 是不 平 凡 的。一个人修心修  
dào hòu lái yuè xiū yuè zhèng shì bù róng yì de yīn wei xiū  
到 后 来，越修越 正，是不 容 易 的，因为修  
xīn hěn róng yì zǒu piān chā yīn wei rén bú zhèng tā jiù piān le  
心 很 容 易 走 偏 差，因为人 不 正 他就 偏 了。  
nǐ jīn tiān xiǎng bù tōng le nǐ yí dìng piān le nǐ jué de rén  
你 今 天 想 不 通 了，你 一 定 偏 了；你 觉 得 人  
jiā dōu zài qī fu nǐ nǐ yǐ jīng bú zhèng le yīn wei nǐ bǎ  
家 都 在 欺 负 你，你 已 经 不 正 了。因为 你 把  
rén jiā xiǎng chéng dōu zài qī fu nǐ shí jì shàng rén jiā zhǐ bú  
人 家 想 成 都 在 欺 负 你，实 际 上 人 家 只 不

guò gēn nǐ jiǎng yì bān de lǐ lùn cháng shí      méi yǒu qī fu nǐ  
过 跟 你 讲 一 般 的 理 论 常 识， 没 有 欺 负 你，  
ér nǐ zì jǐ yǐ wéi rén jiā zài qī fu nǐ      nà me shì shuí qī fu  
而 你 自 己 以 为 人 家 在 欺 负 你， 那 么 是 谁 欺 负  
shuí a      shì nǐ zài qī xīn      jiù suàn rén jiā zài qī fu nǐ      nǐ  
谁 啊？ 是 你 在 欺 心。 就 算 人 家 在 欺 负 你， 你  
yě bù yīng gāi bǎ rén jiā kàn chéng shì qī fu      wèi shén me  
也 不 应 该 把 人 家 看 成 是 欺 负， 为 什 么？  
zhè shì gěi wǒ de zēng shàng yuán a      tā xiū de bù hǎo      tā  
这 是 给 我 的 增 上 缘 啊。 他 修 得 不 好， 他  
yǒu bào yìng de      nǐ wèi shén me yào qù shēng qì ne      zhè me  
有 报 应 的， 你 为 什 么 要 去 生 气 呢？ 这 么  
jiǎn dān de dào lǐ      shí shí zài zài de rén jiān dào lǐ      nǐ wèi  
简 单 的 道 理， 实 实 在 在 的 人 间 道 理， 你 为  
shén me xiǎng bù tōng      xiǎng bù míng bai ne  
什 么 想 不 通、 想 不 明 白 呢？

yào gǎi wú míng xí xìng      wú míng xí xìng shì shén me      bù  
要 改 无 明 习 性。 无 明 习 性 是 什 么？ 不  
míng bai      hái yào yǐ wéi zì jǐ míng bai      hěn duō rén bù dǒng  
明 白， 还 要 以 为 自 己 明 白， 很 多 人 不 懂  
zhuāng dǒng      nà jiù shì wú míng xí xìng      nǐ men jīn tiān hěn  
装 懂， 那 就 是 无 明 习 性。 你 们 今 天 很

duō shì qíng dōu bù dǒng      méi yǒu tīng dào guò      méi yǒu pèng  
多 事 情 都 不 懂 ， 没 有 听 到 过 ， 没 有 碰  
dào guò      zhè bú shì wú míng ma      bù míng bai      bù míng bai  
到 过 ， 这 不 是 无 明 吗 ？ 不 明 白 ， 不 明 白  
de shí jiān cháng le      jiù huì yǒu huài xí qì lái le      kàn jiàn rén  
的 时 间 长 了 ， 就 会 有 坏 习 气 来 了 。 看 见 人  
jiā dōu zài chōu yān      āi      wǒ méi yǒu chōu guò ne      wǒ lái  
家 都 在 抽 烟 ， “ 唉 ， 我 没 有 抽 过 呢 ， 我 来  
chōu chōu kàn      yì chōu shàng yǐn le      bú shì chéng xí xìng  
抽 抽 看 ” ， 一 抽 上 瘾 了 ， 不 是 成 习 性  
le ma      hěn duō xiǎo hái zi cóng xiǎo yī lài zhe bà ba mā ma  
了 吗 ？ 很 多 小 孩 子 从 小 依 赖 着 爸 爸 妈 妈 ，  
bà ba mā ma hěn zì sī      wèi le gè zì de gǎn qíng lí hūn le  
爸 爸 妈 妈 很 自 私 ， 为 了 各 自 的 感 情 离 婚 了 ，  
cì shāng le hái zi de xīn      hái zi yí xià zi jiù shǎ diào le  
刺 伤 了 孩 子 的 心 ， 孩 子 一 下 子 就 傻 掉 了 ：  
mā ma zěn me cóng cǐ yǐ hòu bù lǐ wǒ      wǒ zěn me yí xià zi  
妈 妈 怎 么 从 此 以 后 不 理 我 ？ 我 怎 么 一 下 子  
méi yǒu le fù qīn      nǐ méi yǒu pèng dào guò a      suǒ yǐ nǐ cái  
没 有 了 父 亲 ？ 你 没 有 碰 到 过 啊 ， 所 以 你 才  
wú míng a      nǐ bù míng bai a      bà ba mā ma méi yǒu zuò cuò  
无 明 啊 。 你 不 明 白 啊 ， 爸 爸 妈 妈 没 有 做 错

shì qíng a      bà ba mā ma hài de zhè ge jiā hái yǒu ma      yí gè  
事 情 啊？ 爸 爸 妈 妈 害 得 这 个 家 还 有 吗？ 一 个  
rén méi yǒu zhì huì      xué shén me fó a  
人 没 有 智 慧， 学 什 么 佛 啊。

jiē xià lái gēn nǐ men jiǎng diǎn chán xué      yě shì zuò wéi jīn  
接 下 来 跟 你 们 讲 点 禅 学， 也 是 作 为 今  
tiān kè de shōu wěi      yīn wéi shī fu shì hóng yáng xīn líng fǎ mén  
天 课 的 收 尾， 因 为 师 父 是 弘 扬 心 灵 法 门  
de chán wén huà      shī fu gào sù nǐ men      chán xué zhēn de shì  
的 禅 文 化， 师 父 告 诉 你 们， 禅 学 真 的 是  
fēi cháng yǒu zhì huì      chán xué shuō      yì zhǎn yí qiè zhǎn  
非 常 有 智 慧。 禅 学 说： “ 一 斩 一 切 斩，  
yì rǎn yí qiè rǎn      yì zhǎn yí qiè zhǎn      jiù shì bǎ fán nǎo  
一 染 一 切 染。 ” 一 斩 一 切 斩， 就 是 把 烦 恼  
děng yí qiè dōng xī yì dāo zhǎn xià qù      bǎ yí qiè dōu zhǎn  
等 一 切 东 西 一 刀 斩 下 去， 把 一 切 都 斩  
duàn      yì rǎn yí qiè rǎn      shì shén me yì sī ne      bǐ fāng shuō  
断。 一 染 一 切 染， 是 什 么 意 思 呢？ 比 方 说，  
nǐ jīn tiān chuān le yí jiàn bái chèn shān      nǐ nǎ pà rǎn shàng  
你 今 天 穿 了 一 件 白 衬 衫， 你 哪 怕 染 上  
yì diǎn diǎn de zāng      zhěng jiàn yī fu dōu shì zāng de      bù  
一 点 点 的 脏， 整 件 衣 服 都 是 脏 的， 不

néng chuān le suǒ yǐ nǐ men xiàn zài de xīn lǐ bù néng yǒu  
能 穿 了。所 以，你 们 现 在 的 心 里 不 能 有  
yì diǎn diǎn wū rǎn bù néng yǒu yì diǎn diǎn huài de dōng xi  
一 点 点 污 染，不 能 有 一 点 点 坏 的 东 西，  
nǐ nǎ pà yǒu yì diǎn diǎn huài de dōng xi nǐ jiù bú shì gè hǎo  
你 哪 怕 有 一 点 点 坏 的 东 西，你 就 不 是 个 好  
rén yīn wei nǐ yǒu wū diǎn le wǒ jīn tiān yǒu diǎn quē diǎn  
人，因 为 你 有 污 点 了。我 今 天 有 点 缺 点，  
yǒu diǎn máo bìng wǒ yì dāo kǎn duàn wǒ cóng cǐ yǐ hòu  
有 点 毛 病，我 一 刀 砍 断，我 从 此 以 后  
jiù bú gàn le nǐ jiù shì gè hǎo rén le fàng yì diǎn diǎn zāng  
就 不 干 了，你 就 是 个 好 人 了，放 一 点 点 脏  
de dōng xi zài shēn shàng nǐ shì bu shì gè zāng de rén a  
的 东 西 在 身 上，你 是 不 是 个 脏 的 人 啊？  
jǔ gè jiǎn dān lì zi gāng gāng xǐ wán zǎo hěn duō hái zi  
举 个 简 单 例 子，刚 刚 洗 完 澡，很 多 孩 子  
xǐ zǎo bù xǐ liǎn nòng diǎn yǎn shǐ pǎo chū lái nǐ shuō zhè  
洗 澡 不 洗 脸，弄 点 眼 屎 跑 出 来，你 说 这  
ge hái zi zāng bu zāng quán bù xǐ gān jìng nà cái shì gè  
个 孩 子 脏 不 脏？全 部 洗 干 净，那 才 是 个  
shàn liáng de rén yào dǒng a xué fó zhēn de bù róng yì  
善 良 的 人。要 懂 啊，学 佛 真 的 不 容 易，  
qiān tóu wàn xù de fán nǎo yào yì dāo qiē wèi shén me yào duì  
千 头 万 绪 的 烦 恼 要 一 刀 切，为 什 么 要 对

zhè xiē āng zāng de dōng xī liú lián wàng fǎn ne méi yǒu le  
这些肮脏的东西流连忘返呢？没有了，  
jiù méi yǒu le guò qù tā hài guò wǒ wǒ bù xiǎng tīng le  
就没有了，过去他害过我，我不想听了，  
wǒ bù xiǎng huí yì le cóng cǐ yǐ hòu wàng jì le jiù méi yǒu  
我不想回忆了，从此以后忘记了就没有  
le wǒ wèi shén me yào bǎ guò qù nà xiē bù hǎo de dōng xī hái  
了，我为什么要把过去那些不好的东西还  
fàng zài xīn zhōng hái bù tíng de qù huí yì ne fàn shǎ a  
放在心中，还不停地去回忆呢？犯傻啊。

yì jí duō duō jí yī shén me yì si a yí gè yī  
一即多，多即一。什么意思啊？一个一，  
jiù shì hěn duō de tīng de dǒng ma wǒ jīn tiān zhǎng wò le  
就是很多的，听得懂吗？我今天掌握了  
yí gè fǎ mén shí jì shàng wǒ jiù zhǎng wò le suǒ yǒu de fǎ  
一个法门，实际上我就掌握了所有的法  
mén duō zài duō de fǎ mén nǐ xué dào zuì hòu wàn jiào  
门；多，再多的法门，你学到最后，万教  
guī yī a zhè jiù jiào yì jí duō duō jí yī suǒ yǐ shī  
归一啊，这就叫一即多，多即一。所以，师  
fu jiào nǐ men yì mén jīng jìn xué dào wàn fǎ nǐ zhǐ yào kǎo  
父叫你们一门精进，学到万法。你只要考

shàng le dà xué nǐ zài dà xué lǐ yòu bú shì xué yì mén gōng  
上了大学，你在大学里又不是学一门功

kè hěn duō mén kè chéng dōu zài xué ma duì bu duì nǐ  
课，很多门课程都在学嘛，对不对？你

kǎo bú shàng dà xué nǐ shén me dōu xué bú dào  
考不上大学，你什么都学不到。

shī fu gēn nǐ men shuō yì mén jīng jìn xué dào wàn fǎ  
师父跟你们说，一门精进，学到万法，

wàn fǎ wú xù yīn wei wàn fǎ méi yǒu tóu xù a nǐ zhè ge  
万法无绪，因为万法没有头绪啊，你这个

xué diǎn nà ge xué diǎn nǐ shén me fǎ dōu xué yì diǎn zuì  
学点，那个学点，你什么法都学一点，最

hòu shí bā bān wǔ yì yàng yàng xī sōng nǐ méi yǒu yí yàng  
后十八般武艺样样稀松，你没有一样

dōng xī xué dé dào de suǒ yǐ jiào wàn fǎ wú xù zěn bǐ yì  
东西学得到的，所以叫万法无绪，怎比一

fǎ a shén me wǔ gōng dōu huì de rén méi yǒu yí yàng dōng  
法啊。什么武功都会的人，没有一样东

xī shì ná dé chū shǒu de nǐ men qù kàn hǎo le guò qù wǔ  
西是拿得出手的。你们去看好了，过去武

lín lǐ zhè ge rén dāo chā jiàn gùn shén me dōu huì wǔ jiàn  
林里，这个人刀叉剑棍什么都会，舞剑

hěn xiàng yàng zi rén jiā lái le ge zhuān mén wǔ jiàn de  
很 像 样 子， 人 家 来 了 个 专 门 舞 剑 的，

pā pā liǎng zhāo bǎ tā dǎ xià qù le rán hòu tā yòu yòng  
“ 啪 啪 ” 两 招 把 他 打 下 去 了， 然 后 他 又 用

tā de sān jié gùn zài hái méi yǒu dǎ zhī qián xiǎng de bù dé  
他 的 三 节 棍， 在 还 没 有 打 之 前， 响 得 不 得

liǎo jié guǒ bèi rén jiā zhuān mén wǔ gùn zi de rén liǎng xià zi  
了， 结 果 被 人 家 专 门 舞 棍 子 的 人 两 下 子

jiù gàn xià qù le méi yǒu yí yàng dōng xī nǐ shì ná dé chū  
就 干 下 去 了， 没 有 一 样 东 西 你 是 拿 得 出

shǒu de nǐ zhǐ yǒu yī mén jīng jìn wǒ jiù xué xīn líng fǎ mén  
手 的。 你 只 有 一 门 精 进， 我 就 学 心 灵 法 门，

wǒ bǎ xīn líng fǎ mén róng huì guàn tōng le lǐ miàn de lǐ lùn  
我 把 心 灵 法 门 融 会 贯 通 了， 里 面 的 理 论

wǒ kě yǐ jiǎng de tóu tóu shì dào wǒ shén me dōu dǒng nǐ  
我 可 以 讲 得 头 头 是 道， 我 什 么 都 懂， 你

shuō nǐ bú shì xué dào gèng duō le ma nán dào shī fu de xīn  
说 你 不 是 学 到 更 多 了 吗？ 难 道 师 父 的 心

líng fǎ mén lǐ miàn méi yǒu qí tā fǎ mén de dōng xī ma bó  
灵 法 门 里 面 没 有 其 他 法 门 的 东 西 吗？ 博

cǎi zhòng cháng a pú sà de fó fǎ yuán lái shì tóng chū yì  
采 众 长 啊， 菩 萨 的 佛 法， 原 来 是 同 出 一

zhé a  
辙 啊。

wǒ men shì jiān kǔ de qiú fó rén      qiú fó rén fēi cháng jiān  
我 们 是 艰 苦 的 求 佛 人 ， 求 佛 人 非 常 艰  
kǔ      bù kǔ de huà      wǒ men zěn yàng néng gòu chéng wéi yí gè  
苦 ， 不 苦 的 话 ， 我 们 怎 样 能 够 成 为 一 个  
qiú fó rén ne      měi tiān kǔ kǔ de dòng chá zhè ge shì jiān de  
求 佛 人 呢 ？ 每 天 苦 苦 地 洞 察 这 个 世 间 的  
zhēn xiàng      wǒ men měi tiān dōu zài kǔ kǔ de xiǎng      què xiǎng  
真 相 ， 我 们 每 天 都 在 苦 苦 地 想 ， 却 想  
bù míng bai      wèi shén me wǒ yào chī zhè me duō de kǔ a      wèi  
不 明 白 ， 为 什 么 我 要 吃 这 么 多 的 苦 啊 ？ 为  
shén me bié de rén jiā hǎo      wèi shén me wǒ de jiā hǎo      nà jiā  
什 么 别 的 人 家 好 ？ 为 什 么 我 的 家 好 ， 那 家  
què bù hǎo      xiǎng lái xiǎng qù      xiǎng bù míng bai      wèi shén  
却 不 好 ？ 想 来 想 去 ， 想 不 明 白 ， 为 什  
me jīn tiān wǒ pǎo dào ào zhōu lái      wǒ wèi shén me yào jià gěi  
么 今 天 我 跑 到 澳 洲 来 ？ 我 为 什 么 要 嫁 给  
tā      wǒ wèi shén me yào jié hūn liǎng cì a      kǔ kǔ de zài rén  
他 ？ 我 为 什 么 要 结 婚 两 次 啊 ？ 苦 苦 地 在 人  
jiān qù dòng chá zhè ge shì jiān      zhǎo a zhǎo      xiǎng zhǎo dào  
间 去 洞 察 这 个 世 间 ， 找 啊 找 ， 想 找 到  
yí gè zhēn xiàng      zhǎo de dào ma      què nán zhǎo chū rén jiān  
一 个 真 相 ， 找 得 到 吗 ？ 却 难 找 出 人 间  
de zhēn lǐ      rén jiān běn lái jiù shì ràng nǐ lái guò lù de      běn  
的 真 理 。 人 间 本 来 就 是 让 你 来 过 路 的 ， 本

lái jiù shì ràng nǐ lái zǒu yì zāo de hěn duǎn zàn hěn kuài de  
来就是让你来走一遭的，很短暂，很快地  
lái hěn kuài de zǒu kàn kàn wǒ men de zhǎng bèi xiǎng  
来，很快地走。看看我们的长辈，想  
xiǎng wǒ men de xiǎo bèi kàn kàn nǐ zì jǐ nǐ jiù zhī dao  
想我们的小辈，看看你自己，你就知道，  
shí jiān guò de hěn kuài nǐ yǐ jīng jǐ suì le duì bu duì a  
时间过得很快，你已经几岁了？对不对啊？

xiū xíng yuè shēn de rén zuò rén yuè yào jǐn shèn yuè yào  
修行越深的人，做人越要谨慎，越要  
qiān xū shī fu yǒu liǎng gè zuò yòu míng yí gè shì wú yù  
谦虚。师父有两个座右铭：一个是“无欲  
zì rán xīn rú shuǐ bú yào yǒu yù wàng nǐ de xīn jiù píng  
自然心如水平”，不要有欲望，你的心就平  
jìng le hái yǒu yí gè shì rú lǚ báo bīng xué fó xiàng  
静了；还有一个是“如履薄冰”，学佛像  
zǒu zài báo báo de bīng shàng yí yàng shāo bù liú shén de huà  
走在薄薄的冰上一样，稍不留神的话，  
nǐ jiù huì diào rù wàn zhàng shēn yuān  
你就会掉入万丈深渊。

mó shì zěn me lái de    jiù shì xué fó méi yǒu xué hǎo    cái  
魔 是 怎 么 来 的？ 就 是 学 佛 没 有 学 好， 才  
chéng wéi mó de    xué fó rén bù néng shuō rén jiā shì mó    shuō  
成 为 魔 的。 学 佛 人 不 能 说 人 家 是 魔， 说  
rén jiā shì mó    nǐ jiù shì mó    mà bié rén de rén    nǐ jiù shì gè  
人 家 是 魔， 你 就 是 魔； 骂 别 人 的 人， 你 就 是 个  
huài rén    yào dǒng a    shī fu kàn nǐ men hěn kě lián    yào  
坏 人。 要 懂 啊， 师 父 看 你 们 很 可 怜， 要  
dǒng de    zhī mèng de mèng    nǐ zhī dào rén jiān shì yí gè  
懂 得， 知 梦 得 梦， 你 知 道 人 间 是 一 个  
mèng    wǒ men yào zài rén jiān jiè jiǎ xiū zhēn    wǒ men jiù dé  
梦， 我 们 要 在 人 间 借 假 修 真， 我 们 就 得  
dào le zhè ge mèng    ràng tā zhēn shí de zài wǒ men de shēn  
到 了 这 个 梦， 让 它 真 实 地 在 我 们 的 身  
biān    xǐng guò lái yì tiān    kàn dào zì jǐ zhēn shí de huó le  
边， 醒 过 来 一 天， 看 到 自 己 真 实 地 活 了  
yì tiān    nà nǐ jiù shì zhī mèng de mèng  
一 天， 那 你 就 是 知 梦 得 梦。

jīn tiān jiù gēn dà jiā jiǎng dào zhè lǐ    xī wàng dà jiā zhì  
今 天 就 跟 大 家 讲 到 这 里， 希 望 大 家 智  
huì gèng jiā yào yuán róng    xué fó gèng jiā yào jīng jìn  
慧 更 加 要 圆 融， 学 佛 更 加 要 精 进。