

## **41. Kebijaksanaan Samadhi**

Dharma yang Master sampaikan hari ini sangat mendalam, kalian harus mendengarkannya dengan baik. Membangkitkan hati penuh kasih terhadap semua makhluk yang memiliki perasaan; artinya terhadap semua makhluk yang memiliki perasaan di dunia ini, termasuk manusia, anjing, binatang, dan lain sebagainya, asalkan mereka adalah makhluk yang memiliki perasaan, kita harus membangkitkan sejenis hati yang penuh welas asih kepada mereka. Mengapa sekarang kita tidak boleh membunuh binatang, mengapa hati penuh kasih kita merasa tidak tega? Kita tidak makan ikan, tidak makan makhluk yang hidup, itu semua demi menjaga hati yang penuh welas asih. Bahkan semut pun kita tidak boleh menginjaknya sampai mati, hal itu dikarenakan kamu memiliki hati

yang penuh welas asih, oleh sebab itu disebut sebagai Maitri Samadhi. Sesungguhnya samadhi adalah sebuah tingkat kesadaran spiritual, ketika kamu telah menggunakan welas asihmu, maka kamu telah masuk ke dalam Samadhi kamu, yang berarti kamu telah menggunakan sifat dasar dan hati nuranimu. Kalian harus belajar dengan baik, ini semua adalah hal-hal yang dipelajari orang-orang di akademi Buddhis.

Berikutnya, Master akan menjelaskan kepada kalian tentang Animitta Samadhi – samadhi tiada rupa. Yaitu ketika kamu memandang segala hal di dunia ini sebagai hal yang tidak dapat ditembus, tidak terlihat, dan tidak masalah. Kamu merasa bahwa di dunia ini tidak ada benda yang memiliki wujud nyata, karena kamu datang ke dunia ini dengan tangan kosong, dan saat pergi pun juga dengan tangan kosong. Harap diingat, kata “kosong” ini senantiasa menyelimuti

kelahiran dan kematianmu, jika demikian, bukankah hal yang kosong adalah hal yang tidak memiliki wujud nyata? Sebagai contoh sederhana, saat kita baru lahir, nenek kita masih sempat melihat kita; ketika kita berusia lima atau enam tahun, kita pun masih bisa melihat nenek kita. Namun, saat kita menginjak usia tujuh atau delapan tahun, nenek telah tiada. Belasan tahun kemudian, dua puluhan tahun kemudian, pada masa itu belum ada foto, apakah kamu masih mengingat wujud wajah nenekmu? Apakah kamu masih bisa mengingat sosok yang dulunya adalah nenekmu ini? Animitta Samadhi, sudah tiada. Dunia yang saya lihat ini seluruhnya adalah kosong; masa lalu artinya sudah tiada, sudah berakhir, bersifat palsu, dan bagaikan mimpi belaka. Oleh karena itu, saya tidak melekat pada animitta samadhi -- samadhi tiada rupa.

Apranihita Samadhi – samadhi tanpa keinginan. Saya katakan bahwa hari ini saya sedang menyebarkan Dharma, saya memiliki kekuatan tekad. Bagi orang yang membina pikiran dengan sangat baik, mereka bahkan merasa tidak ada lagi kekuatan tekad, lalu kekuatan tekad yang alami itu akan keluar dengan sendirinya, dan itu merupakan sebuah kealamian yang natural. Mengapa orang-orang di zaman sekarang menyukai segala sesuatu yang asli dan murni? Ada sebagian orang yang memasak sup, mereka tidak menambahkan minyak, tidak menambahkan penyedap rasa, tidak menambahkan apa pun; mereka hanya menggunakan api kecil untuk mengeluarkan rasa asli dari bahan-bahan nabati tersebut secara perlahan-lahan. Oleh karena itu, sebagai praktisi Buddhis harus memahami, hari ini ketika saya berikrar, semua itu dikarenakan ada permohonan; hari ini ketika saya berikrar pun di dalamnya terdapat sebuah keserakahan.

Saya harus melafalkan paritta hingga mencapai kondisi tanpa keinginan atau permohonan. Sesungguhnya, di saat kamu berada dalam kondisi tanpa keinginan, di situlah kamu sebenarnya telah memiliki tekad. Kekuatan tekad apa yang saya miliki? Pada dasarnya saya sendiri adalah manusia, saya datang ke dunia ini, maka sudah sepatutnya saya melakukan perbuatan baik. Jika ada sebagian orang yang berikrar bahwa seumur hidup saya tidak akan pernah menerobos lampu merah lagi, tekad semacam apa ini? Kamu sebagai manusia, kamu hidup di Alam Manusia ini, maka kamu wajib mematuhi peraturan lalu lintas. Jika di dalam hatimu masih berpikir, “Saya tidak boleh menerobos lampu merah” , maka tingkat kesadaran spiritualmu sudah sangat rendah. Kamu seharusnya berada dalam kondisi tanpa keinginan, ketika melihat lampu merah, secara alami saya akan menginjak rem; ketika melihat orang lain menderita, secara alami saya

akan membantu. Ketika ada seorang ibu tua yang terjatuh, saya berjalan menghampiri dan membantunya berdiri. Jika kamu masih harus berkata, “Bodhisattva, saya memiliki kekuatan tekad, saya ingin membantu semua orang yang menderita” , lalu barulah membantu ibu tua itu berdiri, dengan demikian, tingkat kesadaran spiritualmu sudah bukan pada kondisi tanpa keinginan lagi, mengertikah?

Samadhi adalah kebijaksanaan. Artinya, menjalankan kebijaksanaan tanpa rupa, menjalankan kebijaksanaan tanpa keinginan. Samadhi mengacu pada kesadaran mendalam dan kesadaran bawah sadar yang tersisa serta dimiliki di dalam kesadaran pikiranmu. Saya sering mendengar kalian berkata: “Master, saya rasa orang ini sangat baik, tetapi ternyata orang ini adalah orang jahat.” Ketika saya menikah dengannya, dia adalah orang yang sangat

baik — ini adalah kesadaran bawah sadar. Begitu kamu sudah menikah dengannya, lalu kamu merasakan kepahitan hidup darinya, maka kamu akan masuk ke dalam kesadaran mendalammu, sehingga kamu tidak akan pernah melupakannya lagi, setidaknya kamu tidak akan mencari pacar yang seperti ini lagi, apakah mengerti? Akan tetapi, justru kesadaran bawah sadar kalian yang telah mencelakai kalian sendiri.

Harus dipahami, mempelajari Samadhi adalah untuk melihat dengan jelas kondisi dan karakteristik dari kesadaran pikiran semacam ini. Meskipun kesadaran pikiran tidak dapat dilihat, dan kebijaksanaan juga tidak dapat dilihat, namun ketika dipergunakan di dalam kehidupan sehari-hari, hal itu akan dapat terwujud. Mengapa orang lain ketika menghadapi suatu masalah bisa berpikiran terbuka, sedangkan kamu ketika menghadapi masalah justru

berpikiran buntu dan tidak bisa merelakannya? Apakah yang dimaksud dengan “kondisi ” itu? Hari ini kamu ingin melakukan suatu hal, kamu berkata bahwa kamu memiliki Samadhi, kamu memiliki kebijaksanaan yang muncul; lalu apakah kebijaksanaan ini memiliki kondisi dan bentuk nyata? Tidak demikian, bahkan wujud rupa sekalipun memiliki cara berpikir di dalamnya.

Musik juga memiliki wujud rupa. Sebagai contoh, ketika orang jahat muncul, ada musik pengiring untuk orang jahat. Coba kamu lihat, di dalam film begitu musik untuk orang jahat berkumandang, si orang jahat pun akan segera muncul. Begitu mendengar musik jenis itu, meskipun kamu belum melihat orangnya, tetapi kamu bisa langsung merasakan bahwa orang jahat akan segera keluar; inilah yang disebut sebagai wujud rupa musik. Mengapa kamu menyukai lagu ini? Karena lagu tersebut kebetulan sangat cocok dengan

apa yang sedang dipikirkan di dalam hatimu. Sesungguhnya, lagu itu sendiri merupakan sejenis pelepasan dari dalam lubuk hati, ia memiliki bentuk nyata. Apakah kalian tahu seperti apa bentuk dari kebaikan hati? Master memberi tahu kalian, bentuk dari kebaikan hati adalah tanpa wujud; sesuatu yang memiliki wujud, itu sudah bukan lagi kebaikan hati. Master jelaskan secara lebih spesifik kepada kalian, orang-orang sering berkata bahwa orang ini memiliki raut wajah yang jahat dan gerak-gerik yang buruk, benar tidak? Sesuatu yang bentuk rupanya sudah menonjol keluar, itu sudah tidak begitu normal lagi; kealamian itulah yang indah. Betapa indahnya udara yang alami; hembusan angin yang bertiup terasa sangat alami. Jika kamu memasang pendingin ruangan (AC), hal itu justru akan merusak tubuh. Orang-orang menyebut hal ini sebagai wujud buruk, dingin, dinginnya sudah berlebihan, dan itu bukan lagi

batasan yang dapat disesuaikan oleh tubuhmu, apakah mengerti?

Harus dipahami, karakteristik dan kondisi dari kebijaksanaan adalah dicari dan diselesaikan di dalam perubahan yang tanpa wujud nyata, dengan begitu, dalam dirimu akan memunculkan sejenis karakteristik yang lain. Sebagai contoh, orang ini berkata:

“Bagaimana ini?” Lalu saya memberi tahu kamu apa yang harus dilakukan, perkataan yang diucapkan dan metode yang diberikan oleh orang tersebut, itulah yang dinamakan sebagai sebuah karakteristik. Saya menabrak orang ini hingga terluka, bagaimana ini? Karakteristiknya langsung menonjol keluar, bukan? Bagaimana ini? Apakah melarikan diri, ataukah berhenti, atau harus bagaimana? Hal ini merupakan karakteristik dari kondisi psikologis batinmu. Kalian semua harus belajar dengan baik; Master perlu

menggali masalah dan tabiat buruk kalian secara mendalam, demi memperbaiki kekurangan kalian.

Harus meredakan dan menghentikan rasa benci di dalam hati; harus meredakan segala rasa benci yang terpendam di dalam hatimu. Dengan kata lain, di dalam hatimu tidak boleh ada kualitas batin yang membenci orang lain, harus menghentikannya, harus meredakan kemarahan, dan tidak boleh membenci orang lain. Kalian yang duduk di bawah sini, apakah ada yang membenci orang lain? Ada, terkadang bahkan terhadap orang yang paling dekat pun kamu bisa merasa benci. Suami ini terasa sangat menyebalkan, istri ini terasa sangat menyebalkan, anak pun terasa sangat menyebalkan. Rasa benci ini bagaikan kobaran api, hati yang penuh kebencian adalah api, ia akan membakar habis batin dan organ dalammu hingga rusak. Oleh karena itu, rasa benci

tersebut wajib diredakan dan dihentikan. Hal ini sama saja dengan kamu menggunakan kebijaksanaan untuk memusnahkan seluruh musuhmu. Di saat kamu berhenti membenci orang lain, sesungguhnya itu setara dengan kamu telah memusnahkan semua musuhmu, terlebih lagi pemusnahan semacam ini sama sekali tidak memerlukan kamu untuk menguras tenaga. Pada awalnya saya sangat membenci seseorang, namun tiba-tiba saya tidak membencinya lagi, saya berhenti membencinya, bukankah dengan begitu saya telah memusnahkan musuh ini? Karena saya tidak membencinya lagi, maka dia bukan lagi musuh saya. Jika kamu membencinya, bukankah dia adalah musuhmu? Tetapi jika saya tidak membencinya, dari mana datangnya musuh bagi saya, benar tidak? Jika tidak, maka di dalam hatimu akan selamanya ada rasa benci, dan api itu akan terus membakar jantung serta paru-parumu. Oleh karena itu, kita tidak perlu

menaklukkan musuh kita di dunia luar dengan membenci yang ini atau membenci yang itu: “Saya ingin bertengkar dengannya, saya ingin begini begitu...” Melainkan, di dalam batin kita harus menerima dan memberikan pemakluman kepada orang lain. Hal itu dikarenakan hati nurani manusia pada dasarnya sangat baik; orang yang bisa sering memaafkan orang lain, maka dia adalah seorang praktisi Buddhis.

Kamu harus menerima ketidaksempurnaan orang lain. Master jelaskan kepada kalian semua, ketika orang lain bertindak kurang baik, ketika orang lain bertindak tidak sempurna, sebenarnya kamu harus menerimanya. Setelah kamu menerima ketidaksempurnaannya, barulah kamu akan dapat melatih kesabaran. Sebagai contoh, suami paling suka melakukan hal yang buruk; setiap kali melihat dia melakukan hal yang buruk, kamu benar-benar merasa sangat benci, dan setiap kali

melihat dia bermalas-malasan, kamu juga merasa sangat benci. Namun, jika kamu menerimanya: “Dia orangnya memang sudah seperti ini, tidak ada cara lain. Anggap saja ini adalah utang saya kepadanya, maka saya lakukan saja sedikit lebih banyak, lagipula hal ini tidak akan membuat saya lelah sampai mati. Bagaimanapun juga, dia dalam aspek tertentu telah memberikan kontribusi yang sangat besar bagi keluarga.” Begitu kamu berpikir demikian, kamu telah menerima ketidaksempurnaannya, dengan begitu kamu akan dapat melatih kesabaran, dan kamu tidak akan membencinya lagi; jika tidak, kamu akan langsung memaki dirinya.

Di saat memaki orang lain, itu tandanya api sedang membakar dirimu sendiri, barulah kamu akan memaki orang. Sebagai contoh sederhana, cerek yang digunakan untuk memasak air, kapankah ia akan

mengeluarkan suara? Itu karena ketika api di bagian bawahnya menyala dengan berkobar-kobar, cerek tersebut akan mengeluarkan suara uap air yang mendesis. Ketika energi amarah di dalam hati seseorang sudah penuh dan dia ingin memarahi orang, api di dalam hatinya akan membakar dengan semakin berkobar-kobar, sama seperti corong mulut cerek yang sedang berbunyi nyaring; karena sudah tidak bisa ditahan lagi, maka dia pun mulai memarahi orang. Jika demikian, bukankah di saat memarahi orang lain, kamu sebenarnya sedang membakar dirimu sendiri? Terasa menderita atau tidak? Di masa lalu ada sejenis cerek yang memiliki peluit pada bagian corong mulutnya. Begitu uap airnya keluar, ia akan berbunyi dengan sangat nyaring. Sesungguhnya, mulut manusia itu persis seperti corong mulut cerek tersebut; orang Shanghai di masa lalu menyebutnya sebagai “tong diao -- cerek tembaga” . Apa maknanya? Ketika energi

amarah seseorang sudah penuh, maka mulutnya akan memarahi orang; sedangkan orang yang tidak menyimpan amarah, mulutnya tidak akan memarahi orang. Mengapa bisa timbul amarah? Itu karena api tersebut terus-menerus membakar dirinya, membakar di dalam lubuk hatinya. Coba kalian lihat secerek air itu, di saat belum mendidih sepenuhnya dan uap air mulai keluar dari corong mulut cerek, kondisi di dalam cerek tersebut sudah sangat panas mendidih. Di saat seseorang sedang marah, apakah organ dalammu sanggup menahan cobaan dari pembakaran yang seperti ini?

Apa yang Master sampaikan kepada kalian ini benar-benar adalah Wejangan Bai Hua Fo Fa (Dharma dalam bahasa sehari-hari), saya berharap kalian semua dapat belajar dengan sebaik-baiknya.

zhì huì sān mèi  
**41. 智慧三昧**

shī fu jīn tiān jiǎng de fó fǎ hěn shēn      nǐ men yào hǎo  
师父今天讲的佛法很深，你们要好  
hǎo tīng      yǔ yí qiè yǒu qíng qǐ cí xīn      jiù shì shuō      yǔ shì  
好听。与一切有情起慈心，就是说，与世  
jiè shàng yí qiè yǒu qíng zhòng shēng      bāo kuò  
界上一切有情众生，包括  
rén      gǒu      dòng wù děng      fán shì yǒu gǎn qíng de zhòng  
人、狗，动物等，凡是有感情的众  
shēng      dōu yào duì tā men qǐ yì zhǒng cí bēi xīn      wèi shén  
生，都要对他们起一种慈悲心。为什  
me xiàn zài bù néng shā dòng wù      wèi shén me cí xīn bù  
么现在不能杀动物，为什么慈心不  
rěn      wǒ men bù chī yú      bù chī huó de dōng xī      jiù shì  
忍，我们不吃鱼，不吃活的东西，就是  
wèi le cí bēi de xīn      lián mǎ yǐ dōu bù néng cǎi sǐ tā      nà  
为了慈悲的心，连蚂蚁都不能踩死它，那  
jiù shì yīn wèi nǐ yǒu cí bēi xīn      suǒ yǐ cí xīn sān mèi      sān  
就是因为你有慈悲心，所以慈心三昧。三  
mèi      shí jì shàng jiù shì yì zhǒng jìng jiè      nǐ yòng le nǐ de  
昧，实际上就是一种境界，你用了你的

cí bēi xīn      nǐ jiù jìn rù le nǐ de sān mèi      jiù shì nǐ yǐ jīng  
慈悲心，你就进入了你的三昧，就是你已经  
yùn yòng le nǐ de běn xìng liáng xīn      nǐ men yào hǎo hǎo xué  
运用了你的本性良心。你们要好好学  
a      zhè dōu shì rén jiā zài fó xué yuàn lǐ xué de dōng xī  
啊，这都是人家在佛学院里学的东西。

jiē xià qù gēn dà jiā jiǎng wú xiàng sān mèi      jiù shì nǐ bǎ  
接下去跟大家讲无相三昧。就是你把  
shì jiè shàng suǒ yǒu de shì qing dōu kàn bú tòu      kàn bú  
世界上所有的事情都看不透，看不  
dào      wú suǒ wèi      nǐ jué de zhè ge shì jiè shàng méi yǒu shén  
到，无所谓，你觉得这个世界上没有什  
me xíng xiàng de dōng xī      yīn wèi nǐ lái dào zhè ge rén jiān  
么形相的东西，因为你来到这个人间  
kōng kōng rú yě      zǒu de shí hou yě shì kōng kōng rú  
空空如也，走的时候也是空空如  
yě      qǐng jì zhù      kōng kōng      liǎng gè zì      guàn chuān  
也。请记住，“空空”两个字，贯穿  
zhe nǐ de shēng hé sǐ      nà me      kōng de dōng xī shì bu shì  
着你的生和死，那么，空的東西是不是  
méi yǒu xiāng de dōng xī      jǔ gè jiǎn dān lì zǐ      wǒ men  
没有相的东西？举个简单例子，我们

gāng gāng shēng chū lái de shí hou      zǔ mǔ hái kàn jiàn guò wǒ  
刚 刚 生 出 来 的 时 候 ， 祖 母 还 看 见 过 我  
men      wǒ men wǔ liù suì dà de shí hou      hái kàn jiàn guò zǔ  
们 ， 我 们 五 六 岁 大 的 时 候 ， 还 看 见 过 祖  
mǔ      děng wǒ men dào le qī bā suì de shí hou      zǔ mǔ zǒu  
母 ， 等 我 们 到 了 七 八 岁 的 时 候 ， 祖 母 走  
diào le      shí jǐ nián zhī hòu      èr shí jǐ nián zhī hòu      nà  
掉 了 ， 十 几 年 之 后 ， 二 十 几 年 之 后 ， 那  
ge shí hou yě méi yǒu zhào piàn de      nǐ hái jì de zǔ mǔ nà  
个 时 候 也 没 有 照 片 的 ， 你 还 记 得 祖 母 那  
ge xiāng ma      nǐ hái jì de zhù zhè ge céng jīng shì nǐ de nǎi  
个 相 吗 ？ 你 还 记 得 住 这 个 曾 经 是 你 的 奶  
nai ma      wú xiàng sān mèi      méi le      wǒ kàn chū qù de shì  
奶 吗 ？ 无 相 三 昧 ， 没 了 ， 我 看 出 去 的 世  
jiè shì kōng kōng rú yě      guò qù jiù shì méi le      jié shù  
界 是 空 空 如 也 ， 过 去 就 是 没 了 、 结 束  
le      shì jiǎ de      shì mèng huàn de      suǒ yǐ      wǒ bù zhí  
了 ， 是 假 的 ， 是 梦 幻 的 ， 所 以 ， 我 不 执  
zhuó wú xiàng sān mèi  
著 无 相 三 昧 。

wú yuàn sān mèi      wǒ shuō wǒ jīn tiān zài hóng fǎ      wǒ  
无 愿 三 昧 。 我 说 我 今 天 在 弘 法 ， 我  
yǒu yuàn lì      xiū xīn xiū de hǎo de rén      lián yuàn lì dōu jué  
有 愿 力 ， 修 心 修 得 好 的 人 ， 连 愿 力 都 觉  
de méi yǒu le      ér zì rán de yuàn lì jiù chū lái le      ér qiě  
得 没 有 了 ， 而 自 然 的 愿 力 就 出 来 了 ， 而 且  
shì yì zhǒng      de zì rán      wèi shén me xiàn zài de rén  
是 一 种 natural 的 自 然 。 为 什 么 现 在 的 人  
dōu xǐ huan yuán zhī yuán wèi a      yǒu xiē rén bāo tāng      bú  
都 喜 欢 原 汁 原 味 啊 ？ 有 些 人 煲 汤 ， 不  
fàng yóu      bú fàng wèi jīng      shén me dōu bú fàng      jiù yòng  
放 油 ， 不 放 味 精 ， 什 么 都 不 放 ， 就 用  
xiǎo huǒ bǎ zhí wù yuán shǐ běn shēn de wèi dào màn màn shāo chū  
小 火 把 植 物 原 始 本 身 的 味 道 慢 慢 烧 出  
lái      suǒ yǐ      xué fó rén yào dǒng de      wǒ jīn tiān xǔ yuàn  
来 。 所 以 ， 学 佛 人 要 懂 得 ， 我 今 天 许 愿  
dōu shì yǒu qiú      wǒ jīn tiān xǔ yuàn dōu shì yí gè tān      wǒ  
都 是 有 求 ， 我 今 天 许 愿 都 是 一 个 贪 ， 我  
yào niàn jīng niàn dào wú yuàn      shí jì shàng      nǐ wú yuàn jiù  
要 念 经 念 到 无 愿 。 实 际 上 ， 你 无 愿 就  
shì yǒu yuàn le      wǒ yǒu shén me yuàn lì a      wǒ běn shēn  
是 有 愿 了 。 我 有 什 么 愿 力 啊 ？ 我 本 身  
shì rén      wǒ lái dào rén jiān      wǒ jiù yīng gāi zuò hǎo  
是 人 ， 我 来 到 人 间 ， 我 就 应 该 做 好

shì      rú guǒ yǒu xiē rén xǔ yuàn      wǒ zhè bèi zi zài yě bú huì  
事 。 如 果 有 些 人 许 愿 ， 我 这 辈 子 再 也 不 会  
chuǎng hóng dēng le      zhè shì shén me yuàn a      nǐ zuò  
闯 红 灯 了 ， 这 是 什 么 愿 啊 ？ 你 做  
rén      nǐ huó zài zhè ge rén jiān      nǐ jiù bì xū zūn shǒu jiāo  
人 ， 你 活 在 这 个 人 间 ， 你 就 必 须 遵 守 交  
tōng guī zé      nǐ rú guǒ zài xīn lǐ xiǎng      wǒ bù néng qù  
通 规 则 ， 你 如 果 在 心 里 想 ， “ 我 不 能 去  
chuǎng hóng dēng      nǐ zhè ge rén de jìng jiè yǐ jīng hěn dī  
闯 红 灯 ” ， 你 这 个 人 的 境 界 已 经 很 低  
le      nǐ yīng gāi wú yuàn      jiàn dào hóng dēng      zì rán wǒ  
了 。 你 应 该 无 愿 ， 见 到 红 灯 ， 自 然 我  
jiù yào shā chē      kàn jiàn bié rén shòu kǔ wǒ jiù yào bāng  
就 要 刹 车 ， 看 见 别 人 受 苦 我 就 要 帮  
zhù      yí wèi lǎo mā ma diē dǎo le      wǒ zǒu guò qù bǎ tā fú  
助 。 一 位 老 妈 妈 跌 倒 了 ， 我 走 过 去 把 她 扶  
qǐ lái      rú guǒ nǐ hái yào shuō      pú sà      wǒ yǒu yuàn  
起 来 ， 如 果 你 还 要 说 “ 菩 萨 ， 我 有 愿  
lì      wǒ yào bāng zhù suǒ yǒu tòng kǔ de rén      rán hòu zài  
力 ， 我 要 帮 助 所 有 痛 苦 的 人 ” ， 然 后 再  
bǎ lǎo mā ma fú qǐ lái      nà nǐ běn shēn de jìng jiè yǐ jīng bú  
把 老 妈 妈 扶 起 来 ， 那 你 本 身 的 境 界 已 经 不  
shì wú yuàn le      míng bai ma  
是 无 愿 了 ， 明 白 吗 ？

sān mèi jiù shì zhì huì , jiù shì shuō zuò wú xiàng de zhì  
三 昧 就 是 智 慧 , 就 是 说 做 无 相 的 智  
huì , zuò wú yuàn de zhì huì , sān mèi jiù shì zhǐ nǐ de yì shí  
慧 , 做 无 愿 的 智 慧 , 三 昧 就 是 指 你 的 意 识  
dāng zhōng cán cún de hé yōng yǒu de nà xiē shēn yì shí qián  
当 中 残 存 的 和 拥 有 的 那 些 深 意 识 、 潜  
yì shí jīng cháng tīng nǐ men jiǎng shī fu wǒ rèn wéi  
意 识 。 经 常 听 你 们 讲 : “ 师 父 , 我 认 为  
zhè ge rén hěn hǎo de ma , jié guǒ zhè ge rén shì huài  
这 个 人 很 好 的 嘛 , 结 果 这 个 人 是 坏  
rén wǒ jià gěi tā de shí hou tā shì gè hěn hǎo de  
人 。 ” 我 嫁 给 他 的 时 候 , 他 是 个 很 好 的  
rén zhè shì qián yì shí , děng dào nǐ jià gěi tā zhī  
人 —— 这 是 潜 意 识 , 等 到 你 嫁 给 他 之  
hòu nǐ chī le tā de kǔ tou le , nà nǐ jiù jìn rù dào nǐ de  
后 , 你 吃 了 他 的 苦 头 了 , 那 你 就 进 入 到 你 的  
shēn céng yì shí dāng zhōng , nà nǐ jiù yǒng yuǎn bú huì wàng  
深 层 意 识 当 中 , 那 你 就 永 远 不 会 忘  
jì le , zhì shǎo nǐ bú huì zài zhǎo zhè zhǒng nán péng  
记 了 , 至 少 你 不 会 再 找 这 种 男 朋  
you tīng de dǒng ma dàn shì jiù shì nǐ men de qián yì shí  
友 , 听 得 懂 吗 ? 但 是 就 是 你 们 的 潜 意 识  
hài le nǐ men  
害 了 你 们 。

yào dǒng de xué sān mèi jiù shì yào kàn chū zhè zhǒng yì  
要 懂 得 , 学 三 昧 就 是 要 看 出 这 种 意  
shí de zhuàng tài hé tè zhēng yì shí suī rán kàn bú jiàn zhì  
识 的 状 态 和 特 征 。 意 识 虽 然 看 不 见 , 智  
huì yě kàn bú jiàn dàn shì yòng zài shēng huó dāng  
慧 也 看 不 见 , 但 是 用 在 生 活 当  
zhōng tā jiù néng tǐ xiàn chū lái wèi shén me rén jiā pèng  
中 , 它 就 能 体 现 出 来 。 为 什 么 人 家 碰  
dào shì qing jiù néng xiǎng tōng ér nǐ pèng dào shì qing nǐ  
到 事 情 就 能 想 通 , 而 你 碰 到 事 情 你  
jiù xiǎng bù tōng a zhuàng tài shì shén me jīn tiān nǐ yào  
就 想 不 通 啊 ? 状 态 是 什 么 ? 今 天 你 要  
zuò mǒu jiàn shì qing nǐ shuō nǐ yǒu sān mèi nǐ yǒu zhì  
做 某 件 事 情 , 你 说 你 有 三 昧 , 你 有 智  
huì chū lái zhè ge zhì huì yǒu méi yǒu zhuàng tài hé xíng  
慧 出 来 , 这 个 智 慧 有 没 有 状 态 和 形  
zhuàng a bú duì lián xíng xiàng dōu shì yǒu sī wéi de  
状 啊 ? 不 对 , 连 形 象 都 是 有 思 维 的 。

yīn yuè yě yǒu xíng xiàng bǐ rú huài rén chū lái yǒu  
音 乐 也 有 形 象 , 比 如 , 坏 人 出 来 有  
huài rén de yīn yuè nǐ qù kàn kàn diàn yǐng lǐ huài rén de  
坏 人 的 音 乐 , 你 去 看 看 , 电 影 里 坏 人 的  
yīn yuè yī chū lái huài rén mǎ shàng jiù chū lái le yì tīng  
音 乐 一 出 来 , 坏 人 马 上 就 出 来 了 , 一 听

dào nà zhǒng yīn yuè , suī rán nǐ kàn bú jiàn rén , dàn nǐ mǎ  
到 那 种 音 乐 , 虽 然 你 看 不 见 人 , 但 你 马  
shàng jiù gǎn jué dào huài rén yào chū lái le , zhè jiào yīn yuè  
上 就 感 觉 到 坏 人 要 出 来 了 , 这 叫 音 乐  
xíng xiàng 。 wèi shén me nǐ xǐ huan zhè shǒu gē yīn wèi zhè  
形 象 。 为 什 么 你 喜 欢 这 首 歌 ? 因 为 这  
shǒu gē zhèng hǎo qiè hé le nǐ xīn zhōng xiǎng de dōng  
首 歌 正 好 切 合 了 你 心 中 想 的 东  
xi , shí jì shàng tā běn shēn jiù shì xīn líng de yī zhǒng shì  
西 , 实 际 上 它 本 身 就 是 心 灵 的 一 种 释  
fàng , tā shì yǒu xíng zhuàng de nǐ men zhī dào shàn liáng  
放 , 它 是 有 形 状 的 。 你 们 知 道 善 良  
de xíng zhuàng shì shén me ma shī fu gào sù nǐ men shàn  
的 形 状 是 什 么 吗 ? 师 父 告 诉 你 们 , 善  
liáng de xíng zhuàng jiù shì wú xíng yǒu xíng de nà yǐ jīng shì  
良 的 形 状 就 是 无 形 , 有 形 的 那 已 经 是  
bú shàn liáng le jiǎng jù tǐ diǎn gěi nǐ men tīng rén jiā  
不 善 良 了 。 讲 具 体 点 给 你 们 听 , 人 家  
shuō zhè ge rén è xíng è zhuàng duì bu duì yǒu xíng  
说 这 个 人 恶 形 恶 状 , 对 不 对 ? 有 形  
zhuàng chū lái de dōng xi jiù bú dà zhèng cháng le zì rán shì  
状 出 来 的 东 西 就 不 大 正 常 了 , 自 然 是  
měi de zì rán de kōng qì duō hǎo a yí zhèn fēng chuī  
美 的 。 自 然 的 空 气 多 好 啊 , 一 阵 风 吹

guò lái , hěn zì rán , rú guǒ nǐ nòng gè kōng tiáo , jiù huì  
过 来 , 很 自 然 , 如 果 你 弄 个 空 调 , 就 会  
bǎ shēn tǐ nòng huài , rén jiā shuō zhè ge jiù shì è  
把 身 体 弄 坏 , 人 家 说 这 个 就 是 恶  
xíng , lěng a , lěng guò tóu le , bú shì nǐ shēn tǐ shì yìng  
形 , 冷 啊 , 冷 过 头 了 , 不 是 你 身 体 适 应  
de fàn wéi tīng de dǒng ma  
的 范 围 , 听 得 懂 吗 ?

yào dǒng de zhì huì de tè zhēng hé zhuàng tài shì zài wú  
要 懂 得 , 智 慧 的 特 征 和 状 态 是 在 无  
xíng de biàn huà zhī zhōng qù xún zhǎo qù jiě jué nà nǐ jiù  
形 的 变 化 之 中 去 寻 找 、 去 解 决 , 那 你 就  
huì chǎn shēng lìng yì zhǒng tè zhēng bǐ fāng shuō zhè ge  
会 产 生 另 一 种 特 征 。 比 方 说 , 这 个  
rén shuō zěn me bàn nà wǒ gào sù nǐ zěn me  
人 说 : “ 怎 么 办 ? ” 那 我 告 诉 你 怎 么  
bàn zhè ge rén jiǎng chū lái de zhè ge huà zhè ge fāng fǎ  
办 , 这 个 人 讲 出 来 的 这 个 话 、 这 个 方 法  
jiù shì yí gè tè zhēng wǒ bǎ zhè ge rén zhuàng shāng  
就 是 一 个 特 征 。 我 把 这 个 人 撞 伤  
le zěn me bàn tè zhēng chū lái le ba zěn me  
了 , 怎 么 办 ? 特 征 出 来 了 吧 ? 怎 么

bàn shì zǒu rén hái shì tíng xià lái hái shì zěn me  
办？是走人，还是停下来，还是怎么

bàn zhè ge jiù shì nǐ xīn lǐ de tè zhēng nǐ men yào xué  
办？这个就是你心理的特征。你们要学

a shī fu yào shēn wā nǐ men de máo bìng lái gǎi zhèng  
啊，师父要深挖你们的毛病，来改正

nǐ men de quē diǎn  
你们的缺点。

yào zhǐ xī xīn nèi de zēng hèn yào zhǐ xī nǐ xīn zhōng nèi  
要止息心内的憎恨，要止息你心中内

hán de yí qiè zēng hèn yě jiù shì shuō nǐ de xīn zhōng bù  
含的一切憎恨，也就是说，你的心中不

néng yǒu hèn rén jiā de sù zhì yào tíng zhǐ yào xī  
能有恨人家的素质，要停止，要息

nù bù néng hèn rén jiā nǐ men zuò zài xià miàn de  
怒，不能恨人家。你们坐在下面的

rén yǒu méi yǒu hèn rén jiā a yǒu a yǒu shí hou lián  
人，有没有恨人家啊？有啊，有时候连

zì jǐ zuì qīn de rén dōu hèn zhè ge lǎo gōng tǎo yàn de bù  
自己最亲的人都恨，这个老公讨厌得不

dé liǎo zhè ge lǎo po tǎo yàn de bù dé liǎo hái zi tǎo yàn  
得了，这个老婆讨厌得不得了，孩子讨厌

de bù dé liǎo      zhè ge hèn xiàng yì bǎ huǒ yí yàng      hèn xīn  
得不得了。这个恨像一把火一样，恨心  
shì huǒ      huì bǎ nǐ de nèi xīn      nèi zàng dōu shāo huài  
是火，会把你的内心、内脏都烧坏  
de      suǒ yǐ      bì xū zhǐ xī      děng yú nǐ yòng zhì huì miè jìn  
的，所以，必须止息，等于你用智慧灭尽  
suǒ yǒu de dí rén      dāng nǐ tíng zhǐ zēng hèn rén jiā de shí  
所有的敌人。当你停止憎恨人家的时  
hou      shí jì shàng jiù xiāng dāng yú nǐ xiāo miè le nǐ suǒ yǒu  
候，实际上就相当于你消灭了你所有  
de dí rén      ér qiě zhè zhǒng xiāo miè yòng bù zháo nǐ huā fèi  
的敌人，而且这种消灭用不着你花费  
jīng lì de      běn lái wǒ hěn hèn yí gè rén      tū rán zhī jiān wǒ  
精力的。本来我很恨一个人，突然之间我  
bú hèn tā le      wǒ tíng zhǐ hèn tā le      wǒ shì bu shì bǎ zhè ge  
不恨他了，我停止恨他了，我是不是把这个  
dí rén xiāo miè le      yīn wèi wǒ bú hèn tā le      tā bú shì wǒ  
敌人消灭了？因为我不恨他了，他不是我  
de dí rén le      rú guǒ nǐ hèn tā      tā shì bu shì nǐ de dí  
的敌人了。如果你恨他，他是不是你的敌  
rén      wǒ bú hèn tā      wǒ nǎ lái de dí rén a      duì bu  
人？我不恨他，我哪来的敌人啊，对不  
duì      fǒu zé nǐ de xīn zhōng jiù yì zhí yǒu hèn      huǒ jiù zài  
对？否则你的心中就一直有恨，火就在

shāo nǐ de xīn hé fèi      suǒ yǐ      wǒ men bù xū yào zài wài jiè  
烧 你的心和肺， 所以， 我们不需要在外界  
lái zhì fú wǒ men de chóu dí      hèn zhè ge      hèn nà  
来制服我们的仇敌， 恨这个， 恨那  
ge      wǒ yào gēn tā gǎo      wǒ yào zěn me yàng      ér shì zài  
个： 我要跟他搞， 我要怎么样 ..... 而是在  
nèi xīn yào jiē nà duì rén jiā de liàng jiě      yīn wèi rén de liáng  
内心要接纳对人家的谅解， 因为人的良  
xīn dōu hěn shàn liáng      jīng cháng huì yuán liàng bié rén de  
心都很善良， 经常会原谅别人的  
rén      jiù shì xué fó rén  
人， 就是学佛人。

yào jiē nà tā rén de bù yuán mǎn      shī fu jiǎng gěi nǐ men  
要接纳他人的不圆满。 师父讲给你们  
tīng      tā rén zuò de bù hǎo      tā rén zuò de bù yuán  
听， 他人做得不好， 他人做得不圆  
mǎn      shí jì shàng      nǐ yào jiē nà      nǐ bǎ tā de bù yuán  
满， 实际上， 你要接纳， 你把他的不圆  
mǎn jiē nà zhī hòu      nǐ jiù néng rěn rǔ      bǐ fāng  
满接纳之后， 你就能忍辱。 比方  
shuō      zhàng fu zuì xǐ huan zuò huài shì le      měi cì kàn jiàn  
说， 丈夫最喜欢做坏事了， 每次看见

tā zuò huài shì      zhēn de hèn de bù dé liǎo      měi cì kàn jiàn  
他 做 坏 事 ， 真 的 恨 得 不 得 了 ， 每 次 看 见  
tā lǎn de shí hou      yě hèn de bù dé liǎo      rú guǒ nǐ jiē nà  
他 懒 的 时 候 ， 也 恨 得 不 得 了 。 如 果 你 接 纳  
tā      tā zhè ge rén jiù shì zhè yàng zi      méi yǒu bàn fǎ      jiù  
他 ， 他 这 个 人 就 是 这 样 子 ， 没 有 办 法 ， 就  
suàn wǒ qiàn tā de      wǒ jiù duō zuò yì diǎn ba      wǒ yě lèi  
算 我 欠 他 的 ， 我 就 多 做 一 点 吧 ， 我 也 累  
bù sǐ      fǎn zhèng tā zài mǒu gè fāng miàn yě wèi jiā lǐ zuò le  
不 死 ， 反 正 他 在 某 个 方 面 也 为 家 里 做 了  
hěn dà de gòng xiàn      nǐ zhè me yì xiǎng zhī hòu      nǐ jiē nà  
很 大 的 贡 献 。 你 这 么 一 想 之 后 ， 你 接 纳  
le tā de bù yuán mǎn      nà nǐ jiù néng gòu rěn rǔ le      nǐ  
了 他 的 不 圆 满 ， 那 你 就 能 够 忍 辱 了 ， 你  
bú huì qù hèn tā le      fǒu zé nǐ mǎ shàng yào mà tā  
不 会 去 恨 他 了 ， 否 则 你 马 上 要 骂 他 。

mà rén de shí hou      jiù shì huǒ zài shāo zì jǐ      nǐ cái huì  
骂 人 的 时 候 ， 就 是 火 在 烧 自 己 ， 你 才 会  
mà rén      jǔ gè jiǎn dān lì zi      shāo shuǐ de shuǐ hú      tā  
骂 人 。 举 个 简 单 例 子 ， 烧 水 的 水 壶 ， 它  
shén me shí hou huì yǒu shēng yīn a      yīn wèi xià miàn huǒ shāo  
什 么 时 候 会 有 声 音 啊 ？ 因 为 下 面 火 烧

de wàng de shí hou      shuǐ hú jiù huì yǒu shuǐ qì mào chū de  
得 旺 的 时 候 ， 水 壶 就 会 有 水 气 冒 出 的  
shēng yīn      yí gè rén xīn zhōng qì zú de shí hou      xiǎng mà  
声 音 ， 一 个 人 心 中 气 足 的 时 候 ， 想 骂  
rén de shí hou      tā xīn zhōng de huǒ yuè shāo yuè wàng      jiù  
人 的 时 候 ， 他 心 中 的 火 越 烧 越 旺 ， 就  
xiàng shāo shuǐ hú de zuǐ ba zài xiǎng      biē bú zhù le      jiù kāi  
像 烧 水 壶 的 嘴 巴 在 响 ， 憋 不 住 了 ， 就 开  
shǐ mà rén le      nà mà rén de shí hou bú jiù shì zài shāo zì jǐ  
始 骂 人 了 ， 那 骂 人 的 时 候 不 就 是 在 烧 自 己  
ma      nán guò bu nán guò      guò qù yǒu yì zhǒng shuǐ  
吗 ？ 难 过 不 难 过 ？ 过 去 有 一 种 水  
hú      zài hú kǒu yǒu yí gè shào zi yí yàng de dōng  
壶 ， 在 壶 口 有 一 个 哨 子 一 样 的 东  
xi      děng qì chū lái de shí hou      jiào de hěn xiǎng      shí jì  
西 ， 等 气 出 来 的 时 候 ， 叫 得 很 响 ， 实 际  
shàng      rén de zuǐ ba jiù gēn nà ge hú zuǐ yí yàng de      guò  
上 ， 人 的 嘴 巴 就 跟 那 个 壶 嘴 一 样 的 ， 过  
qù shàng hǎi rén jiào      tóng diào      shén me yì si  
去 上 海 人 叫 “ 铜 吊 ” ， 什 么 意 思  
ne      dāng yí gè rén qì zú de shí hou      tā de zuǐ ba jiù huì  
呢 ？ 当 一 个 人 气 足 的 时 候 ， 他 的 嘴 巴 就 会  
mà rén      méi yǒu shēng qì de rén      tā de zuǐ ba shì bú huì mà  
骂 人 ， 没 有 生 气 的 人 ， 他 的 嘴 巴 是 不 会 骂

rén de wèi shén me huì shēng qì ne yīn wèi tā bù tíng de  
人的。为什 么 会 生 气 呢？因 为 它 不 停 地  
zài shāo tā a nèi xīn zài shāo a nǐ men kàn nà yì hú  
在 烧 他 啊，内 心 在 烧 啊，你 们 看 那 一 壶  
shuǐ hái méi yǒu shāo kāi de shí hou qì zài hú kǒu chū lái  
水，还 没 有 烧 开 的 时 候，气 在 壶 口 出 来  
de shí hou hú lǐ miàn shì gǔn tàng de a yí gè rén zài  
的 时 候，壶 里 面 是 滚 烫 的 啊。一 个 人 在  
shēng qì de shí hou nǐ de wǔ zàng liù fǔ jīng de qǐ zhè me  
生 气 的 时 候，你 的 五 脏 六 腑 经 得 起 这 么  
shāo ma  
烧 吗？

shī fu gēn nǐ men jiǎng de zhēn de shì bái huà fó fǎ xī  
师 父 跟 你 们 讲 的 真 的 是 白 话 佛 法，希  
wàng nǐ men hǎo hǎo de xué  
望 你 们 好 好 地 学。