

Menjaga Karma Ucapan, Tekun Melafalkan Paritta; Sehat Tubuh dan Pikiran Menjalani Praktik Amitabha (Bagian 2)

Seminar Dharma Selandia Baru, 22 November 2015

Master di sini menggunakan sebuah perumpamaan agar kalian dapat merasakan betapa singkatnya kehidupan: coba pikirkan, masa muda kalian dulu apakah terasa seperti mimpi yang berlalu begitu saja? Hal-hal yang dulu saat muda membuat kalian tidak bisa berpikir jernih dan sangat menderita, bukankah sekarang perasaan itu tidak ada lagi? Dulu ketika muda, demi pernikahan kalian bisa hidup setengah mati dalam penderitaan, tetapi sekarang jika dipikir kembali, semuanya hanyalah seperti mimpi. Kehidupan ini singkat, harus tahu untuk menghargainya, dalam setiap menit dan detik yang kita miliki, kita harus selalu mengingatkan diri sendiri: untuk apa saya datang ke dunia ini? Jangan menyia-nyiakan hidup, harus menghargai kehidupan dan teruslah maju. Kita harus memahami bahwa hidup ini adalah untuk membayar

hutang karma, datang ke dunia untuk menanggung penderitaan dan mengikis karma. Oleh karena itu, jangan menciptakan karma baru, melunaskan karma lama, maka kita akan memiliki masa depan yang lebih baik, masa depan yang mencapai Kebuddhaan. Semoga semua orang dapat menghargai kehidupan. Mulai hari ini, jangan lagi mudah marah, karena jika marah hingga menimbulkan penyakit, tidak ada orang yang bisa menggantikannya.

Sebagian besar orang mengalami kesedihan di masa tua karena pada masa mudanya tidak menjalani kehidupan dengan baik dan tidak menyempurnakan diri dalam berinteraksi dengan orang lain. Kebahagiaan di dunia ini hanyalah sebuah perasaan. Coba pikirkan, kebahagiaan yang pernah dirasakan saat muda, apakah sekarang masih ada? Namun, orang lain tidak selalu berpikir demikian. Di masa lalu, orang yang masih hidup sering menganggap bahwa orang yang sudah meninggal itu lebih bahagia, karena mereka tidak lagi

harus menderita di dunia ini. Tetapi orang yang sedang menghadapi ajal justru sulit melepaskan keluarga dan rumahnya, berpikir bahwa dirinya tidak bisa menjadi manusia lagi, merasa sangat menderita. Sama seperti ketika kita masih kecil yang selalu menganggap bahwa orang tua kita sangat bahagia. Orang yang tidak mampu memahami orang lain tidak akan bisa belajar Buddha Dharma dengan baik. Orang yang ingin bahagia harus menghargai apa yang dimiliki saat ini, dan melepaskan keterikatan pada apa yang tidak dimiliki.

Manusia harus memiliki ketulusan hati, barulah Buddha akan memberikan respon spiritual; dengan sepenuh hati melafalkan nama suci Buddha, barulah hati dapat menjadi lapang. Seorang praktisi Buddhis dapat mencapai Kebuddhaan dalam kehidupan ini karena jodoh yang tidak sama, tingkat kesadaran spiritual dalam belajar Buddha Dharma juga berbeda. Praktisi Buddhis harus memahami Dharma yang sangat dalam dan luar biasa, harus mengerti melepaskan pikiran dan

rupa, tidak boleh ada kemelekatan dalam berdana dan dalam belajar Buddha Dharma. Ada seseorang yang sangat suka berbuat kebajikan. Ia menyumbangkan tiga ribu yuan kepada lembaga amal. Setelah berdana, ia ingin berdana tanpa rupa. Ia membawa koran dan berkata kepada temannya: "Lihat, di balik sumbangan tiga ribu yuan ini tertulis 'tanpa nama' . Tahukah kamu siapa 'tanpa nama' itu? Itu saya!" Secara permukaan ia berdana, tetapi di dalam hatinya masih mengharapkan balasan. Inilah yang disebut masih ada rupa, masih melekat pada rupa. Menjadi orang baik tidak melekat pada rupa, tulus terhadap orang lain, itulah sikap seorang praktisi Buddhis. Jika dahulu Lei Feng berbuat baik tetapi diketahui orang banyak, maka ia tidak akan menjadi Lei Feng seperti yang dikenal sekarang. Justru karena ia tidak ingin orang lain mengetahuinya, itulah yang disebut sebagai pembinaan sejati yang paling mendalam.

Hanya orang yang memahami Dharma dan prinsip-prinsip ajaran Buddha yang benar-benar dapat melepaskan diri dari kebodohan batinnya. Orang yang bodoh bukan berarti tidak memiliki pengetahuan, hanya saja tidak mampu membedakan mana yang baik dan mana yang buruk dalam jodoh. Banyak orang berkata kepada orang lain: “Kehidupan rumah tangga saya sangat menderita, suami setiap hari bertengkar dengan saya, saya benar-benar ingin bercerai.” Karena satu kalimat dari kamu, “Ceraikan saja, tidak apa-apa, pria seperti itu, ya sudahlah pisah saja,” maka kamu telah menyentuh karma orang lain. Master pernah menceritakan sebuah kisah nyata dari masa lalu. Ada seseorang yang suatu malam bermimpi, Dewa Bumi berkata kepadanya, “Tolong bantu saya membangun sebuah tembok di antara rumah sebelah itu. Karena di kehidupan sebelumnya, orang itu telah membina diri dengan baik, sehingga setiap kali dia pulang ke rumah, saya sebagai Dewa Bumi harus berdiri dan memberi hormat kepadanya. Saya sangat lelah, bisakah kamu membantu saya membangun tembok?” Orang tersebut

kemudian membangun tembok itu, dan sejak saat itu ia tidak pernah lagi bermimpi tentang Dewa Bumi tersebut. Beberapa tahun kemudian, pada suatu hari ia kembali bermimpi. Dewa Bumi berkata kepadanya, "Sekarang kamu sudah bisa membongkar tembok ini." "Kenapa?"

"Karena sekarang dia sudah tidak memiliki jasa kebajikan lagi, jadi Aku tidak perlu berdiri lagi." Ia pun berpikir, orang itu pasti telah melakukan sesuatu yang tidak bermoral, tidak sesuai dengan aturan dan ajaran Dharma. Lalu ia pergi bertanya, "Apakah belakangan ini kamu melakukan sesuatu? Apakah ada perbuatan yang tidak sesuai dengan aturan atau tidak bermoral?"

"Aku tidak." "Coba pikirkan lagi..." "Oh, Aku pernah membantu seseorang menulis surat gugatan perceraian." Ternyata, justru surat gugatan perceraian itulah yang membuat seluruh jasa kebajikannya lenyap.

Kehidupan manusia adalah proses yang terus-menerus menciptakan karma. Oleh karena itu, diharapkan semua orang menasihati untuk berdamai,

bukan mendorong perpisahan. Pertengkaran suami istri biasanya hanya untuk melampiaskan emosi, sehingga tidak seharusnya mengucapkan kata-kata yang menyakitkan. Jika seseorang mengucapkan kata-kata yang melukai hati orang lain, dalam pandangan ajaran Buddha Dharma hal itu sudah termasuk niat jahat. Seseorang tidak boleh memiliki niat jahat dalam pikirannya dan tidak boleh terus-menerus melekat pada sesuatu. Jika kemelekatan berlangsung lama, maka orang tersebut bisa menjadi binatang yang tidak berakal. Tahukah kalian dari apa ular berbisa berasal? Ada ular berbisa yang merupakan reinkarnasi manusia. Jika seseorang semasa hidupnya sangat kejam dan menjauh dari rasa kemanusiaan, maka setelah meninggal ia akan terlahir menjadi ular berbisa. Orang lain pun tidak ingin berhubungan dengannya, ia sangat jahat sekali. Lalu harimau berasal dari apa? Seseorang yang sangat kasar dan penuh amarah, berteriak-teriak dan meluapkan emosi dengan hebat, dengan karma yang begitu kuat dan berat, setelah meninggal akan terlahir menjadi harimau. Banyak orang berkata, "Orang ini kesakitan,

melompat-lompat dan berteriak seperti harimau, saat bertengkar seolah-olah ingin menerkam dan memakan orang lain.”

Karma diciptakan oleh pikiran, dan rupa akan berubah menyesuaikan pikiran. Orang yang sering berbuat baik, rupanya akan berubah menjadi lebih ramah dan penuh kedamaian. Bencana alam dan bencana ulah manusia di dunia ini bukanlah sesuatu yang tiba-tiba turun dari langit, melainkan sering kali merupakan akibat yang dicari oleh manusia sendiri. Banyak kejadian sebenarnya adalah bencana yang dibuat oleh manusia itu sendiri. Orang sekarang sering kali tidak berbakti kepada orang tua. Ada seorang lansia yang ketika meninggal dunia, ia tidak meninggalkan sepeser pun untuk keturunannya; bahkan uang sebesar 210 ribu yuan ikut dibakar bersama jasadnya. Baru-baru ini terjadi serangan teroris di Turki yang menewaskan lebih dari 300 orang. Beberapa bulan kemudian, terjadi pembantaian dan serangan teroris di Paris, di mana

orang-orang yang kehilangan kemanusiaan itu membunuh lebih dari 200 orang dan melukai lebih dari 500 orang. Ada pula sebuah bus yang tiba-tiba terjun ke dasar jurang, menyebabkan lebih dari 50 penumpang, termasuk 13 anak-anak, semuanya meninggal dunia... Bencana alam dan bencana ulah manusia terus terjadi tanpa henti. Hidup di dunia ini, kita seharusnya lebih banyak memohon keselamatan dan kedamaian, maka negara akan damai dan sejahtera, rakyat pun akan tenteram. Kita harus memahami bahwa di dunia ini jika hati manusia baik, maka keluarga akan menjadi harmonis dan damai. Manusia tidak perlu mengejar terlalu banyak hal lain; di masa kini, keselamatan dan kedamaian itu adalah berkah.

Pada abad ke-17, terjadi perang antara Denmark dan Swedia. Setelah sebuah pertempuran sengit, Denmark meraih kemenangan. Seorang prajurit Denmark duduk untuk beristirahat, merasa sangat haus. Ia mengambil botol airnya dan hendak minum, tiba-tiba

ia mendengar suara permohonan. Ia pun mendekat dan melihat seorang prajurit Swedia yang terluka parah, menatap botol air di tangannya. Dengan tegas, prajurit Denmark itu berkata, "Kebutuhanmu lebih besar daripada kebutuhanku," lalu ia mengangkat botol air tersebut dan memberikannya kepada prajurit yang terluka. Namun, secara tiba-tiba, prajurit Swedia itu mengangkat tombaknya dan menusuk ke arahnya. Untungnya, serangan itu meleset sedikit dan hanya melukai lengannya. Prajurit Denmark itu berkata, "Ah, saya memberimu air untuk diminum, tetapi kamu membalasnya seperti ini? Tadinya saya punya satu botol penuh, tetapi kamu sudah menumpahkan setengahnya. Sekarang saya hanya bisa memberimu setengah botol air." Peristiwa ini kemudian diketahui oleh raja. Ia secara khusus memanggil prajurit Denmark itu dan bertanya, "Mengapa kamu tidak membunuh orang yang tidak tahu berterima kasih itu?" Dengan santai ia menjawab, "Yang Mulia, saya tidak ingin membunuh seseorang yang pernah ingin saya bantu." Kisah ini memberi tahu kita tentang sisi kemanusiaan. Ketika

orang lain tidak tahu berterima kasih, kita tetap harus memiliki hati yang mampu memaafkan dan mengampuni. Ini adalah bentuk pengampunan yang kedua, dan merupakan suatu sikap batin yang lebih mulia. Sebagai praktisi Buddhis, kita harus memahami untuk memaafkan orang lain. Seseorang yang pernah menyakiti kamu, jika suamimu pernah menyakitimu, kamu harus memaafkannya, karena manusia pasti pernah berbuat kesalahan. Meskipun istrimu pernah menyakitimu, kamu juga harus memaafkannya. Inilah welas asih agung Buddha. Dengan bersikap toleran terhadap suami, istri, anak-anak, dan teman, barulah sifat kemanusiaan kamu akan menjadi semakin welas asih dan penuh kebajikan.

Penderitaan dan kebahagiaan bagaikan sepasang saudara kembar. Jika ada penderitaan, pasti ada kebahagiaan; setelah kebahagiaan, pasti akan datang penderitaan. Keduanya silih berganti. Hanya orang yang tahu bagaimana menyesuaikan diri dengan keduanya

serta mampu mengatasinya, barulah benar-benar memahami bagaimana menjalani kehidupan. Ada seseorang dengan wajah penuh kekecewaan datang mencari temannya untuk mengobrol. Ia berkata:

“Sepanjang hari yang saya temui hanyalah masalah. Hidup saya sangat sulit, saya sangat sedih, saya benar-benar sudah tidak tahan lagi. Jika kamu bisa membantu saya menyelesaikan semua masalah ini, saya bersedia segera menyumbangkan sejumlah uang ke badan amal.”

Temannya menjawab, “Menurut yang saya ketahui, ada sebuah komunitas besar yang dihuni ribuan orang, dan tidak satu pun dari mereka memiliki masalah apa pun. Apakah kamu ingin pergi ke sana?” “Tempat itu kedengarannya seperti tempat yang ingin saya kunjungi,” kata orang itu dengan penuh semangat. “Ajak saya ke sana untuk melihatnya.” Temannya lalu membawanya ke sebuah pemakaman dan berkata kepadanya:

“Setahu saya, orang-orang yang tidak memiliki masalah semuanya tinggal di sini!” Konflik selalu ada, kapan pun dan di mana pun. Masalah yang kamu hadapi seharusnya bukan menjadi penghalang bagi

pertumbuhanmu, harus menghadapinya dengan sikap yang benar dan optimis, dengan begitu, kamu akan merasa jauh lebih ringan. Seperti halnya seseorang yang pergi makan di restoran prasmanan. Karena layanan berakhir pukul 13.00, ia datang pukul 12.45. Ketika melihat banyak makanan sudah dibereskan, ada orang yang merasa sangat kecewa, "Hari ini sia-sia, sudah bayar mahal tapi hanya makan beberapa roti dan mentega, tidak ada yang tersisa." Namun ada juga orang lain yang berkata, "Wah, senang sekali! Datang terlambat begini ternyata masih ada roti dan mentega!" Inilah yang disebut mentalitas.

Master menceritakan sebuah lelucon kecil kepada kalian. Larut malam, setelah Guru Wang selesai mengoreksi lembar ujian terakhir, dengan kelelahan ia menyalakan radio. Dari radio terdengar suara penyiar: "Seluruh siswa kelas 3 dari SMP XXX bersama-sama mempersembahkan lagu ini untuk guru tercinta mereka, Guru Wang, sebagai ucapan terima kasih atas selama

bertahun-tahun beliau telah memberikan tak terhitung banyaknya soal latihan, sehingga mereka mendapatkan kesempatan berlatih yang sangat berharga..." Mendengar sampai di sini, mata Guru Wang pun berkaca-kaca, dan di wajahnya yang kelelahan muncul senyum penuh kelegaan. Penyiar melanjutkan: "Sekarang mari kita dengarkan lagu ini bersama-sama, 'Kamu Tidak Akan Mendapatkan Hasil yang Baik' yang dinyanyikan oleh Li Huimin." Seketika itu juga, mata Guru Wang terbelalak putih dan mulutnya berbusa.

Orang-orang zaman sekarang tidak mampu membedakan baik dan buruk, tidak memiliki kebijaksanaan. Ini seperti saat Master menasihati kalian sekarang untuk tidak serakah, tidak berbohong, tidak mencuri, dan tidak melakukan perbuatan asusila, semuanya pasti akan mendatangkan masalah, namun banyak orang tidak mau mendengarkan. Master pernah menasihati banyak orang agar tidak serakah terhadap

harta, karena itu akan membawa masalah. Namun mereka tidak mendengarkan dan akhirnya menjadi pejabat korup. Ada juga banyak orang yang Master nasihati agar jangan suka membual, akhirnya dipukul oleh suaminya. Saya pernah menasihatnya agar tidak mencuri, tetapi kemudian ia justru kehilangan lebih banyak karena dicuri orang lain, itulah balasan karma. Hal-hal kecil seperti itu saja suka membual, itu bisa membuat seseorang mudah dipecat dari perusahaan. Minum alkohol lalu menerobos lampu merah bisa membuat surat izin mengemudi dicabut. Banyak orang hidup dengan mentalitas “untung-untungan” . Ada seseorang yang melihat lampu kuning hampir berakhir, lalu tancap gas dan menerobos. Saat itu muncul seorang polisi dan bertanya, “Mengapa kamu menerobos lampu merah? Tidak lihat lampu merah?” Dia menjawab, “Saya melihat lampu merah, tapi saya tidak melihat Anda.” Inilah mentalitas untung-untungan, ini bukanlah kebijaksanaan.

Dalam kehidupan masyarakat, karena terpengaruh oleh lima nafsu keinginan dan enam kekotoran duniawi, kebiasaan buruk terbentuk tanpa disadari. Orang Australia suka menjilat kelima jari mereka setelah makan. Apakah tindakan ini terlihat baik? Tidak baik, tetapi mereka tidak menyadarinya, karena orang tua mereka juga melakukan hal yang sama. Sebagai manusia, jangan terlebih dahulu mempelajari kebiasaan buruk. Setiap hari, jika kamu memarahi orang lain satu kali, lama-kelamaan akan berkembang menjadi kebiasaan marah setiap hari. Dalam pertengkaran suami istri, banyak orang awalnya tidak tega mengucapkan kata "cerai" . Namun suatu hari, ia berpikir untuk mengatakan sekali "cerai saja", lalu kedua kali, kemudian setiap hari mengatakannya. Pada akhirnya, suatu hari ia berteriak "cerai!" , dan benar-benar bercerai. Mulut jangan sembarangan berbicara. Mengapa saat Tahun Baru Imlek orang mengucapkan "Gong Xi Fa Cai" ? Itu adalah energi positif, aura yang baik. "Semoga Anda sehat dan panjang umur," semua orang menjadi senang dan menerima energi positif. Jika setiap hari

kamu dimarahi, kamu akan menerima energi negatif, dan itulah yang membuatmu marah. Jika seekor katak langsung dimasukkan ke dalam panci berisi air panas, karena sangat peka terhadap perubahan lingkungan, ia akan segera melompat keluar. Namun jika katak dimasukkan ke dalam air dingin, lalu air dipanaskan perlahan di atas api, katak tidak akan langsung melompat keluar. Ketika suhu air perlahan meningkat hingga akhirnya membuatnya kepanasan dan tidak mampu bergerak, katak pun sudah tidak bisa lagi melompat keluar. Fenomena ini memberi tahu kita bahwa manusia mudah bereaksi terhadap kejadian yang datang secara tiba-tiba, tetapi kebiasaan buruk yang perlahan-lahan justru dapat menjerumuskan kita tanpa kita sadari, bahkan kita menerimanya dengan perasaan yang seolah baik-baik saja. Menghisap satu batang rokok tidak langsung menyebabkan penyakit paru-paru, tetapi jika merokok selama sepuluh tahun, kemungkinan besar akan menimbulkan kanker paru-paru. Minum segelas alkohol tidak langsung menyebabkan kanker hati, tetapi jika terus-menerus minum selama 10 tahun,

maka akan terkena kanker hati. Oleh karena itu, kita harus memiliki kesadaran yang jernih dan kewaspadaan terhadap diri sendiri. Kita harus waspada terhadap perkataan dan perbuatan diri sendiri, jangan sampai menyakiti orang lain. Jika tanpa sadar kita melukai orang lain, dalam ajaran Buddha Dharma hal itu disebut sebagai kebiasaan yang timbul dari ketidaktahuan.

Dalam proses pertumbuhan diri, kita harus memiliki keyakinan yang benar dan pikiran yang benar, serta terus-menerus memperbaiki diri. Jangan dengan sengaja mengaburkan kebenaran atau melakukan perkataan dan perbuatan yang merugikan orang lain demi keuntungan diri sendiri. Master mengajarkan orang untuk bervegetarian, namun ada yang berkata:

“ Master, tumbuhan juga memiliki kehidupan! ”

Apakah hanya karena tumbuhan memiliki sedikit kehidupan, maka kita justru harus memakan makhluk hidup yang lebih besar seperti babi, anjing, dan kambing? Mengapa sekarang kasus kanker usus besar sangat

banyak? Coba pikirkan, saat ini dalam operasi digunakan benang usus domba yang tidak perlu dilepas lagi. Dahulu, setelah operasi, jahitan harus dilepas. Setelah satu minggu, benang usus domba tersebut dapat menyatu dengan daging tubuh. Sekarang banyak orang makan terlalu banyak daging pada malam hari, dan setelah masuk ke dalam usus, jika tidak bergerak, makanan tidak akan tercerna. Setelah beberapa hari, tidak bisa buang air besar secara normal, dan akhirnya menyatu dengan daging di usus dan lambung, perlahan berubah menjadi daging busuk. Oleh karena itu, banyak orang yang menderita kanker usus besar, operasi pertamanya adalah memotong sepertiga atau dua pertiga dari lambung, karena ususnya sudah rusak. Banyak orang yang masih konsumsi daging, Master menasihati kalian untuk mengurangi makan daging dan perbanyak makan makanan vegetarian. Selalu mengejar segala sesuatu yang segar dan alami, seperti sifat dasar manusia. Waktu kecil, sifat kita sangat alami, tetapi sekarang semuanya sudah hilang, karena dulu kita bertumbuh secara fisik, sekarang kita justru

“bertambah akal” -- penuh perhitungan. Belajar Buddha Dharma dengan baik, singkirkan pikiran buruk yang merugikan orang lain demi keuntungan diri sendiri. Jangan mencari-cari alasan yang menyimpang, dan terlebih lagi jangan membalas kejahatan dengan kejahatan, yang membuat diri sendiri masuk ke dalam penderitaan dan penyesalan. Belajarlah untuk memaafkan orang lain, itu sama dengan memberi jalan keluar bagi diri sendiri. Terus-menerus menatap kekurangan orang lain berarti menutup jalan bagi diri sendiri, dan itu sama saja dengan terus-menerus menyakiti diri sendiri.

Manusia menderita di dalam kerisauan, tetapi tidak menyadari bahwa itu adalah kerisauan. Jika seseorang menyadari bahwa itu adalah kerisauan, maka kerisauan itu dengan sendirinya akan lenyap. Ibarat seseorang yang tahu dirinya sakit, barulah ia bisa mencegah penyakitnya semakin parah. Jika seseorang tidak tahu dirinya mengidap kanker, suatu hari ketika tiba-tiba

merasa sakit dan pergi ke rumah sakit untuk diperiksa, ternyata sudah stadium akhir. Setelah keluar masuk rumah sakit selama tiga bulan, menjalani radioterapi dan kemoterapi, akhirnya pun meninggal dunia. Harus memperhatikan kesehatan tubuh, dan juga menjaga kesehatan batin, jangan sampai menciptakan kegelisahan dalam diri sendiri. Dalam kitab suci Buddha dikatakan: “ Jika menyadari bahwa diri ini kosong, siapakah yang menerima celaan? Jika memahami tiada Aku, dari mana timbulnya kerisauan?” Ini memberitahu semua orang bahwa jika kita tidak terlalu menganggap diri kita penting, memandang diri lebih kosong— “Saya tidaklah hebat” , maka kita tidak akan mudah marah kepada orang lain. Hanya dengan melepaskan segala jodoh, barulah dapat mencapai Tanah Suci. Alam Manusia adalah tempat terbaik untuk membina diri mencapai Tanah Suci. Alam Manusia adalah tangga yang paling baik dalam melatih jiwa seseorang untuk naik ke Surga. Jadilah manusia yang baik; jika kita dapat menjadi manusia yang baik, maka kita pun dapat mencapai Kebuddhaan. Master Taixu pernah berkata,

“ Berhasil menjadi manusia berarti berhasil menjadi Buddha.” Untuk meraih keberhasilan, seseorang harus terlebih dahulu menjadi manusia yang baik. Semoga semua orang dapat belajar Buddha Dharma dengan sungguh-sungguh.

Begitu banyak praktisi Buddhis baik yang tinggal di Selandia Baru ini. Semoga Cahaya Buddha Guan Shi Yin Pu Sa menerangi semuanya, memberikan kesehatan kepada kalian, agar para rekan se-Dharma di dunia terbebas dari kerisauan dan melepaskan penderitaan. Kebijaksanaan praktisi Buddhis adalah mampu mengalahkan kerisauannya sendiri; orang yang mampu mengalahkan kerisauan adalah orang yang bijaksana.

shǒu zhù kǒu yè qín niàn jīng shēn xīn jiàn kāng mí tuó xíng
守住口业勤念经，身心健康弥陀行

xià
(下)

nián yuè rì lú jūn hóng tái zhǎng xīn xī lán xuán yì zōng shù dà xíng jiě dá huì kāi shì
2015 年 11 月 22 日 卢 军 宏 台 长 新 西 兰 玄 艺 综 述 大 型 解 答 会 开 示

tái zhǎng zài zhè lǐ yòng yí gè bǐ yù de fāng shì jiù néng
台 长 在 这 里 ， 用 一 个 比 喻 的 方 式 就 能
ràng nǐ men gǎn shòu dào shēng mìng de duǎn zàn xiǎng yì xiǎng
让 你 们 感 受 到 生 命 的 短 暂 ： 想 一 想
nǐ men nián qīng de shí hou shì bu shì xiàng zuò mèng yí yàng guò
你 们 年 轻 的 时 候 是 不 是 像 做 梦 一 样 过
qù le nǐ men nián qīng shí mǒu jiàn shì qing ràng nǐ xiǎng bù kāi
去 了 ？ 你 们 年 轻 时 某 件 事 情 让 你 想 不 开
tòng kǔ de shí hou xiàn zài shì bu shì yǐ jīng méi yǒu zhè zhǒng
痛 苦 的 时 候 ， 现 在 是 不 是 已 经 没 有 这 种
gǎn jué le nián qīng de shí hou wèi le hūn yīn yào sǐ yào huó de
感 觉 了 ？ 年 轻 的 时 候 为 了 婚 姻 要 死 要 活 的
huó zhe hěnòng kǔ xiàn zài xiǎng qǐ lái zhǐ bú guò xiàng zuò
活 着 ， 很 痛 苦 ， 现 在 想 起 来 只 不 过 像 做
mèng yí yàng shēng mìng duǎn zàn yào dǒng de zhēn xī zài
梦 一 样 。 生 命 短 暂 ， 要 懂 得 珍 惜 ， 在
yōng yǒu de měi yí fēn zhōng měi yí miǎo zhōng dōu yào tí xǐng
拥 有 的 每 一 分 钟 每 一 秒 钟 ， 都 要 提 醒
zì jǐ wǒ lái rén jiān gàn shén me bù néng xū dù shēng mìng
自 己 ： 我 来 人 间 干 什 么 ？ 不 能 虚 度 生 命 ，

yào zhēn xī shēng mìng bú duàn jìn bù yào dǒng de rén shēng
要 珍 惜 生 命 , 不 断 进 步 , 要 懂 得 人 生
shì lái huán zhài de shì lái rén jiān chī kǔ xiāo yè de suǒ yǐ bú
是 来 还 债 的 , 是 来 人 间 吃 苦 消 业 的 , 所 以 不
zào xīn yè huán wán jiù yè wǒ men jiù huì yōng yǒu gèng hǎo
造 新 业 、 还 完 旧 业 , 我 们 就 会 拥 有 更 好
de míng tiān yōng yǒu fó de wèi lái xī wàng dà jiā zhēn xī
的 明 天 , 拥 有 佛 的 未 来 。 希 望 大 家 珍 惜
shēng mìng cóng jīn tiān kāi shǐ bú yào zài shēng qì le yīn wei
生 命 , 从 今 天 开 始 不 要 再 生 气 了 , 因 为
qì chū bìng lái wú rén tì
气 出 病 来 无 人 替 。

dà bù fèn rén dōu shì yīn wei zì jǐ de zǎo nián chǔ shì bú gòu
大 部 分 人 都 是 因 为 自 己 的 早 年 处 世 不 够
yuán mǎn zào chéng le wǎn nián de bēi āi rén jiān de xìng fú
圆 满 , 造 成 了 晚 年 的 悲 哀 。 人 间 的 幸 福
shì yì zhǒng gǎn shòu xiǎng yi xiǎng nián qīng shí hou yì xiē
是 一 种 感 受 , 想 一 想 , 年 轻 时 候 一 些
xìng fú de shí jiān xiàn zài hái yǒu ma dàn bié rén bìng bú zhè
幸 福 的 时 间 现 在 还 有 吗 ? 但 别 人 并 不 这
yàng xiǎng guò qù huó zhe de rén rèn wéi sǐ zhě shì xìng fú de
样 想 , 过 去 活 着 的 人 认 为 死 者 是 幸 福 的 ,
yīn wei sǐ de rén kě yǐ bú zài rén jiān shòu kǔ le dàn lín sǐ zhě
因 为 死 的 人 可 以 不 在 人 间 受 苦 了 , 但 临 死 者
què lí bù kāi qīn rén shě bù liǎo jiā xiǎng dào zì jǐ bù néng
却 离 不 开 亲 人 、 舍 不 了 家 , 想 到 自 己 不 能

zuò rén le hěn tòng kǔ jiù rú wǒ men xiǎo shí hou hái zǐ zǒng
做人了，很痛苦，就如我们小时候孩子总
shì xiǎng zhe bà ba mā ma shì duō me xìng fú yí yàng bù néng
是想着爸爸妈妈是多么幸福一样。不能
liǎo jiě bié rén de rén bù néng hǎo hǎo xué fó xiǎng xìng fú de
了解别人的人不能好好学佛，想幸福的
rén yào zhòng shì xiàn zài suǒ yōng yǒu de yí wàng suǒ méi yǒu
人要重视现在所拥有的，遗忘所没有
de
的。

rén yào yǒu chéng xīn fó cái yǒu gǎn yìng zhuān xīn niàn
人要有诚心，佛才有感应；专心念
fó xīn cái huì fàng kāi xué fó rén jīn shēng néng gòu chéng fó
佛，心才会放开。学佛人今生能够成佛，
yīn wei yuán fèn bù tóng xué fó de jìng jiè yě bù tóng xué fó
因为缘分不同，学佛的境界也不同，学佛
rén yào dǒng de shēn shēn wēi miào fǎ yào dǒng de lí niàn lí
人要懂得甚深微妙法，要懂得离念离
xiàng bù néng zhuó xiāng dì bù shī hé xué fó yǒu yí gè rén
相，不能着相地布施和学佛。有一个人
hěn xǐ huan zuò shàn shì juān le sān qiān yuán qián gěi cí shàn
很喜欢做善事，捐了三千元钱给慈善
jī gòu juān le zhī hòu tā yào xué wú xiàng bù shī tā ná le
机构，捐了之后他要学无相布施，他拿了
bào zhǐ duì péng you shuō nǐ kàn zhè sān qiān yuán hòu
报纸对朋友说：“你看，这三千元后

miàn shì wú míng shì nǐ zhī dao zhè ge wú míng shì shì shuí ma
面 是 无 名 氏， 你 知 道 这 个 无 名 氏 是 谁 吗？

jiù shì wǒ a biǎo miàn bù shī xīn zhōng hái yào huí bào
就 是 我 啊！ ” 表 面 布 施， 心 中 还 要 回 报，

zhè jiù shì yǒu xiàng jiù shì zhuó xiàng zuò hǎo rén bù zhuó
这 就 是 有 相， 就 是 着 相。 做 好 人 不 着

xiàng duì de qǐ bié rén jiù shì xué fó rén léi fēng rú guǒ
相， 对 得 起 别 人， 就 是 学 佛 人。 雷 锋 如 果

dāng nián zuò hǎo shì bèi rén zhī dao tā jiù bù chéng wéi léi fēng
当 年 做 好 事 被 人 知 道， 他 就 不 成 为 雷 锋

le jiù shì yīn wei tā bú ràng bié rén zhī dao zhè jiù shì jiū jìng
了， 就 是 因 为 他 不 让 别 人 知 道， 这 就 是 究 竟

xiū xíng
修 行。

dǒng fó fǎ dǒng fó lǐ de rén cái néng zhēn zhèng lí kāi zì
懂 佛 法 懂 佛 理 的 人 才 能 真 正 离 开 自

jǐ de yú chī xīn yú chī zhě bìng fēi méi yǒu zhī shi zhǐ shì zài
己 的 愚 痴 心。 愚 痴 者 并 非 没 有 知 识， 只 是 在

shàn è yīn yuán zhōng bù zhī dao nǎ xiē shì shàn nǎ xiē shì è
善 恶 因 缘 中 不 知 道 哪 些 是 善、 哪 些 是 恶。

hěn duō rén hé bié rén shuō wǒ jiā lǐ hěn tòng kǔ xiān
很 多 人 和 别 人 说： ” 我 家 里 很 痛 苦， 先

shēng tiān tiān gēn wǒ chǎo jià wǒ zhēn xiǎng lí hūn yīn wei
生 天 天 跟 我 吵 架， 我 真 想 离 婚。 ” 因 为

nǐ de yí jù huà lí ba wú suǒ wèi de zhè zhǒng nán rén
你 的 一 句 话 ” 离 吧， 无 所 谓 的， 这 种 男 人，

lí diào yě jiù suàn le nǐ jiù dòng le bié rén de yīn guǒ tái
离掉也就算了”，你就动了别人的因果。台
zhǎng gào sù dà jiā guò qù yí gè zhēn shí de gù shì yǒu yí gè
长告诉大家过去一个真实的故事，有一个
rén wǎn shàng zuò mèng tǔ dì yé duì tā shuō nǐ bāng wǒ
人晚上做梦，土地爷对他说“你帮我
gēn gé bì nà jiā rén dāng zhōng qì yì dǔ qiáng yīn wei tā shàng
跟隔壁那家人当中砌一堵墙，因为他上
yí shì xiū de hǎo zhǐ yào tā huí jiā wǒ tǔ dì gōng gong jiù
一世修得好，只要他回家，我土地公公就
yào zhàn qǐ lái gěi tā zuō yī hěn lèi néng bu néng bāng wǒ
要站起来给他作揖，很累，能不能帮我
qì dǔ qiáng tā qì le qiáng cóng cǐ méi yǒu zuò dào tǔ dì
砌堵墙？”他砌了墙，从此没有做到土地
gōng gong de mèng jǐ nián hòu yǒu yí tiān tā yòu zuò le yí
公公的梦。几年后，有一天他又做了一
gè mèng tǔ dì gōng gong duì tā shuō nǐ xiàn zài kě yǐ ná
个梦，土地公公对他说：“你现在可以拿
diào zhè dǔ qiáng le wèi shén me yīn wei tā xiàn
掉这堵墙了。”“为什么？”“因为他现
zài yǐ jīng méi yǒu gōng dé le wǒ bú yòng zhàn qǐ lái le ”
在已经没有了功德了，我不用站起来了。”
tā jiù xiǎng tā yí dìng zuò le shén me quē dé bù rú lǐ bù rú
他就想，他一定做了什么缺德不如理不如
fǎ de shì qing tā jiù qù wèn nǐ zuì jìn zuò guò shén me shì
法的事情。他就去问：“你最近做过什么事
qing ma yǒu méi yǒu bù rú lǐ bù rú fǎ quē dé de shì qing
情吗，有没有不如理不如法缺德的事情？”

wǒ méi yǒu a nǐ zài xiǎng xiǎng ó wǒ
“ 我 没 有 啊。 ” “ 你 再 想 想 ” “ 哦， 我
gěi rén jiā xiě guò yí fèn lí hūn de zhuàng zi jiù shì zhè fèn
给 人 家 写 过 一 份 离 婚 的 状 子。 ” 就 是 这 份
lí hūn zhuàng zi ràng tā gōng dé quán wú
离 婚 状 子 让 他 功 德 全 无。

rén shēng jiù shì zài bù tíng de zào yè xī wàng dà jiā quàn
人 生 就 是 在 不 停 地 造 业， 希 望 大 家 劝
hé bú quàn lí fū qī zhēng chǎo dōu shì wèi le chū qì bù
和 不 劝 离。 夫 妻 争 吵 都 是 为 了 出 气， 不
néng shuō chū hěn duō bù hǎo tīng de huà shuō chū le cì shāng
能 说 出 很 多 不 好 听 的 话， 说 出 了 刺 伤
duì fāng de huà zài fó fǎ jiè dāng zhōng jiù shì è niàn yí gè
对 方 的 话， 在 佛 法 界 当 中 就 是 恶 念。 一 个
rén bù néng nǎo zi zhōng yǒu è niàn bù néng jīng cháng zhí
人 不 能 脑 子 中 有 恶 念， 不 能 经 常 执
zhuó rú guǒ cháng shí jiān zhí zhuó jiù huì biàn chéng méi yǒu
著， 如 果 长 时 间 执 著， 就 会 变 成 没 有
tóu nǎo de dòng wù nǐ men zhī dao dú shé shì yóu shén me biàn
头 脑 的 动 物。 你 们 知 道 毒 蛇 是 由 什 么 变
de ma yǒu de dú shé shì rén tóu tāi de yí gè rén zài rén jiān
的 吗？ 有 的 毒 蛇 是 人 投 胎 的。 一 个 人 在 人 间
hěn è dú ér qiě yuǎn lí rén xīn zhè ge rén sǐ hòu huì biàn
很 恶 毒， 而 且 远 离 人 心， 这 个 人 死 后 会 变
chéng dú shé bié rén dōu bù lǐ tā tā è de bù dé liǎo lǎo
成 毒 蛇。 别 人 都 不 理 他， 他 恶 得 不 得 了。 老

hǔ shì zěn me biàn de yí gè fēi cháng bào lì de rén kuáng
虎是怎么变的？一个非常暴戾的人，狂
tiào kuáng jiào yè lì tài měng tài zhòng sǐ hòu huì biàn
跳、狂叫，业力太猛太重，死后会变
chéng lǎo hǔ hěn duō rén shuō zhè ge rén yòu tòng yòu tiào
成老虎。很多人说：“这个人又痛又跳
yòu jiào shì gè lǎo hǔ yí yàng de rén chǎo jià hèn bu de bǎ rén
又叫，是个老虎一样的人，吵架恨不得把人
jiā chī le
家吃了。”

wǒ men yè yóu xīn zào xiàng yóu xīn shēng jīng cháng zuò
我们业由心造，相由心生。经常做
hǎo shì de rén xiāng huì biàn de hěn hé qì rén jiān de tiān zāi
好事的人，相会变的很和气，人间的天灾
rén huò bìng fēi zì tiān ér jiàng ér shì rén zì jǐ zhǎo lái de
人祸并非自天而降，而是人自己找来的。
hěn duō shì qing jiù shì zì jǐ zhǎo lái de tiān zāi rén huò xiàn dài
很多事情就是自己找来的天灾人祸。现代
rén bú xiào shùn yǒu yí gè lǎo rén jiā sǐ de shí hou yì fēn
人不孝顺，有一个老人家死的时候，一分
qián dōu bù liú gěi zì jǐ de hòu dài yǒu wàn yuán suí zhe tā
钱都不留给自己的后代，有21万元随着他
de guān cai quán bù hé shēn tǐ shāo guāng zuì jìn tǔ ěr qí
的棺材，全部和身体烧光；最近土耳其
de kǒng bù xí jī yǒu sān bǎi duō rén jiù zhè yàng sǐ wáng jǐ
的恐怖袭击，有三百多人就这样死亡；几

gè yuè hòu de bā lí dà tú shā kǒng bù xí jī zhè xiē méi
个月后的巴黎大屠杀、恐怖袭击，这些没
yǒu rén xìng de rén jiāng liǎng bǎi duō rén shā sǐ yǒu wǔ bǎi duō
有人性的人将两百多人杀死，有五百多
rén shòu shāng yí liàng bā shì suí suí biàn biàn jiù kāi dào le shān
人受伤；一辆巴士随随便便就开到了山
dǐ xià chē shàng de wǔ shí duō rén bāo kuò shì shí sān gè hái zǐ
底下，车上的五十多人包括是十三个孩子，
quán bù sǐ wáng tiān zāi rén huò bú duàn wǒ men huó zài
全部死亡...天灾人祸不断，我们活在
shì jiè shàng duō qiú píng ān guó tài cái néng mín ān yào dǒng
世界上多求平安，国泰才能民安，要懂
de zài zhè ge shì jiè shàng rén xīn xiàng shàn jiā tíng cái néng
得在这个世界上，人心向善，家庭才能
ān xiáng rén bù qiú bié de xiàn zài píng ān jiù shì fú
安详，人不求别的，现在平安就是福。

zài shì jì dān mài hé ruì diǎn fā shēng zhàn zhēng yì
在17世纪，丹麦和瑞典发生战争，一
cháng jī liè de zhàn yì xià lái dān mài dǎ le shèng zhàng yí
场激烈的战役下来，丹麦打了胜仗。一
gè dān mài shì bīng zuò xià lái fēi cháng kǒu kě ná qǐ shǒu
个丹麦士兵坐下来，非常口渴，拿起手
zhōng de hú zhèng yào jiě kě tū rán tīng dào āi qiú de shēng
中的壶，正要解渴，突然听到哀求的声
yīn tā zǒu guò qù yí kàn shì yí gè shòu le zhòng shāng de
音，他走过去一看，是一个受了重伤的

ruì diǎn shì bīng zhèng shuāng yǎn kàn zhe tā de shuǐ hú tā yì
瑞典士兵，正双眼看着他的水壶。他毅
rán ná chū shuǐ hú shuō nǐ de xū yào bǐ wǒ dà dān mài
然拿出水壶说：“你的需要比我大。”丹麦
shì bīng ná qǐ shuǐ hú sòng dào shāng zhě de kǒu zhōng dàn shì
士兵拿起水壶送到伤者的口中，但是
zhè ge ruì diǎn rén tū rán jiān shēn chū cháng máo cì xiàng tā
这个瑞典人突然间伸出长矛刺向他，
xìng hǎo piān le yì diǎn zhǐ shāng dào tā de shǒu bì dān mài
幸好偏了一点，只伤到他的手臂。丹麦
shì bīng shuō āi wǒ gěi nǐ shuǐ hē nǐ zhè yàng bào fu
士兵说：“唉，我给你水喝，你这样报复
wǒ wǒ yuán lái yǒu zhěng hú de shuǐ bèi nǐ sǎ le bàn hú
我？我原来有整壶的水，被你洒了半壶，
xiàn zài zhǐ néng gěi nǐ bàn hú shuǐ hē le zhè jiàn shì hòu lái
现在只能给你半壶水喝了。”这件事后来
bèi guó wáng zhī dào le tè bié zhào jiàn zhè ge dān mài shì bīng
被国王知道了，特别召见这个丹麦士兵，
wèn nǐ wèi shén me bù bǎ zhè ge wàng ēn fù yì de jiā huo
问：“你为什么不把这个忘恩负义的家伙
shā diào tā qīng sōng de huí dá guó wáng wǒ bù xiǎng
杀掉？”他轻松地回答：“国王，我不想
shā wǒ céng jīng yuàn yì bāng zhù de rén zhè ge gù shì gào
杀我曾经愿意帮助的人。”这个故事告
sù wǒ men rén xìng de yí miàn zài bié rén wàng ēn fù yì zhī hòu
诉我们人性的一面，在别人忘恩负义之后，
wǒ men yào yǒu kuān shù hé ráo shù bié rén de xīn zhè shì dì èr
我们要有宽恕和饶恕别人的心，这是第二

cì de ráo shù zhè shì yì zhǒng gèng wěi dà de qíng cāo wǒ
次的饶恕，这是一种更伟大的情操。我
men xué fó rén yào dǒng de kuān shù bié rén céng jīng shāng hài
们学佛人要懂得宽恕别人，曾经伤害
guò nǐ de rén nǐ de xiān sheng rú guǒ céng jīng shāng hài nǐ
过你的人，你的先生如果曾经伤害你，
nǐ yào yuán liàng tā yīn wei rén zǒng huì fàn cuò nǐ de qī zi
你要原谅他，因为人总会犯错，你的妻子
jiù suàn céng jīng shāng hài nǐ nǐ yě yào yuán liàng tā zhè jiù
就算曾经伤害你，你也要原谅她。这就
shì fó de dà cí dà bēi kuān róng zhàng fu qī zi hái zi
是佛的大慈大悲，宽容丈夫、妻子、孩子、
péng you cái huì shǐ nǐ de rén xìng biàn de gèng jiā cí bēi hé cí
朋友，才会使你的人性变得更加慈悲和慈
shàn
善。

tòng kǔ hé huān lè xiàng yí duì shuāng bāo tāi yǒuòng kǔ
痛苦和欢乐像一对双胞胎，有痛苦
yí dìng huì yǒu kuài lè de cún zài kuài lè zhī hòu yí dìng huì yǒu
一定会有快乐的存在，快乐之后一定会有
tòng kǔ shì xiāng hù jiāo tì de zhǐ yǒu zhī dao zěn yàng shì
痛苦，是相互交替的，只有知道怎样适
yīng tā men bìng néng huà jiě de rén cái dǒng de zěn yàng shēng
应他们并能化解的人，才懂得怎样生
huó yǒu ge rén yì liǎn shī yì de qù zhǎo péng you liáo tiān tā
活。有个人一脸失意的去找朋友聊天，他

shuō wǒ zhěng tiān yù jiàn de zhǐ yǒu wèn tí wǒ hǎo kùn
说：“我整天遇见的只有问题，我好困
nan wǒ hěn nán guò wǒ jiǎn zhí shòu gòu le rú guǒ nǐ néng
难，我很难过，我简直受够了。如果你能
bāng zhù wǒ jiě jué suǒ yǒu wèn tí wǒ yuàn yì mǎ shàng juān yì
帮助我解决所有问题，我愿意马上捐一
bǐ qián dào cí shàn jī gòu qù tā de péng you shuō jù
笔钱到慈善机构去。”他的朋友说：“据
wǒ suǒ liǎo jiě yǒu yí gè shù qiān rén jū zhù de dà shè qū tā
我所了解，有一个数千人大社区，他
men méi yǒu yí gè rén yǒu rèn hé wèn tí nǐ xǐ huan qù nà lǐ
们没有一个人有任何问题，你喜欢去那里
ma nà lǐ tīng qǐ lái hǎo xiàng shì wǒ xiǎng yào qù de dì
吗？”“那里听起来好像是我想要去的地
fang zhè rén xīng fèn de shuō nǐ dài wǒ qù kàn kàn
方。”这人兴奋的说，“你带我去看看
ba tā de péng you dài tā lái dào yí zuò fén mù yuán duì
吧。”他的朋友带他来到一座坟墓园，对
tā shuō jiù wǒ suǒ zhī méi yǒu wèn tí de rén dōu jū zhù
他说：“就我所知，没有问题的人都居住
zài zhè lǐ máo dùn wú shí bù yǒu wú chù bú zài nǐ suǒ
在这里！”矛盾无时不有、无处不在，你所
pèng dào de wèn tí bù yīng gāi shì zǔ dǎng nǐ chéng zhǎng de
碰到的问题不应该是阻挡你成长的
zhàng ài yào yǐ zhèng què hé lè guān de xīn tài miàn duì tā
障碍，要以正确和乐观的心态面对它，
nǐ huì qīng sōng de duō jiù xiàng yǒu de rén qù zì zhù cān qù
你会轻松得多。就像有的人去自助餐去

chī dōng xī yīn wei yào jié shù le dào yí kàn
吃 东 西, 因 为 1:00 要 结 束 了, 12:45 到, 一 看
hěn duō dōu shōu le yǒu de rén jiù fēi cháng nán guò jīn
很 多 都 收 了, 有 的 人 就 非 常 难 过, “ 今
tiān bái lái le huā zhè me duō qián jiù chī jǐ gè miàn bāo hé
天 白 来 了, 花 这 么 多 钱 就 吃 几 个 面 包 和
huáng yóu shén me dōu méi le hái yǒu yí gè rén shuō
黄 油, 什 么 都 没 了”, 还 有 一 个 人 说:

ā tài gāo xìng le zhè me wǎn lái jū rán hái yǒu miàn bāo
“ 啊, 太 高 兴 了, 这 么 晚 来 居 然 还 有 面 包
hé huáng yóu a zhè jiù shì xīn tài
和 黄 油 啊! ” 这 就 是 心 态。

tái zhǎng gào sù dà jiā yí gè xiǎo xiào huà shēn yè wáng
台 长 告 诉 大 家 一 个 小 笑 话。 深 夜, 王
lǎo shī pī gǎi wán zuì hòu yí fèn shì juàn pí bèi de dǎ kāi le
老 师 批 改 完 最 后 一 份 试 卷, 疲 惫 地 打 开 了
shōu yīn jī shōu yīn jī lǐ chuán lái le zhǔ chí rén de shēng yīn
收 音 机, 收 音 机 里 传 来 了 主 持 人 的 声 音:
mǒu mǒu zhōng xué gāo sān bān quán bān tóng xué yì tóng
“ 某 某 中 学 高 三 3 班 全 班 同 学, 一 同
bǎ zhè shǒu gē fèng xiàn gěi tā men jìng ài de wáng lǎo shī tīng
把 这 首 歌 奉 献 给 他 们 敬 爱 的 王 老 师 听,
gǎn xiè tā duō nián lái gěi tā men chū le wú shù dào liàn xí tí
感 谢 他 多 年 来 给 他 们 出 了 无 数 道 练 习 题,
shǐ tā men dé dào le bǎo guì de liàn xí jī huì tīng dào
使 他 们 得 到 了 宝 贵 的 练 习 机 会 ” 听 到

zhè lǐ wáng lǎo shī de yǎn jīng shī rùn le xīn lì jiāo cuì de liǎn
这里，王老师的眼睛湿润了，心力交瘁的脸

shàng lù chū le ān wèi de xiào yì zhǔ chí rén jì xù shuō
上露出了安慰的笑意。主持人继续说：

xiàn zài jiù ràng wǒ men yì qǐ lái tīng zhè shǒu gē lǐ huì mǐn
“现在就让我们一起来听这首歌，李惠敏
de nǐ bú huì yǒu hǎo jié guǒ wáng lǎo shī liǎng yǎn fān
的《你不会有好结果》。”王老师两眼翻
bái kǒu tǔ bái mò
白，口吐白沫。

xiàn dài rén hǎo huài bù fēn méi zhì huì jiù yóu rú tái
现代人好坏不分，没智慧，就犹如台
zhǎng xiàn zài quàn nǐ men bú yào tān bú yào wàng yǔ bú
长现在劝你们不要贪、不要妄语、不
yào tōu dào bú yào xié yín dōu huì chū shì de hěn duō rén
要偷盗、不要邪淫，都会出事的，很多人
bù tīng tái zhǎng céng jīng gào sù hěn duō rén bú yào tān cái
不听。台长曾经告诉很多人不要贪财，
huì chū shì de jié guǒ bù tīng biàn tān guān le hái yǒu hěn duō
会出事的，结果不听变贪官了；还有很多
rén tái zhǎng ràng tā men bú yào chuī niú zuì hòu bèi xiān sheng
人台长让她们不要吹牛，最后被先生
dǎ le wǒ ràng tā bú yào tōu dōng xī hòu lái tā bèi bié rén
打了；我让他不要偷东西，后来他被别人
tōu de gèng duō zhè shì bào yìng yì diǎn xiǎo shì qing jiù chuī
偷的更多，这是报应。一点小事情就吹

niú hěn róng yì bèi gōng sī kāi chú hē jiǔ chuǎng hóng dēng
牛，很容易被公司开除；喝酒闯红灯，
jià zhào huì bèi diào xiāo hěn duō rén bào zhe jiǎo xìng de xīn tài
驾照会被吊销。很多人抱着侥幸的心态
zài rén jiān huó zhe yǒu yí gè rén yí kàn huáng dēng mǎ shàng
在人间活着，有一个人一看黄灯马上
yào jié shù le jiù jiā yóu mén chōng guò qù zhè shí hou chū
要结束了，就油门冲过去，这时候出
xiàn yí gè jǐng chá jǐng chá wèn nǐ wèi hé chuǎng hóng dēng
现一个警察，警察问“你为何闯红灯？
nǐ méi kàn jiàn hóng dēng ma wǒ kàn jiàn le dàn shì wǒ
你没看见红灯吗？”“我看见了，但是我
méi kàn jiàn nǐ zhè shì jiǎo xìng de xīn tài zhè bú huì yǒu zhì
没看见你。”这是侥幸的心态，这不会有智
huì
慧。

rén zài shè huì zhōng yīn wei wǔ yù liù chén suǒ rǎn huài
人在社会中，因为五欲六尘所染，坏
xí qì zài bù zhī bù jué zhōng yǎng chéng ào dà lì yà rén xǐ
习气在不知不觉中养成。澳大利亚人喜
huan chī wán dōng xī hòu zài bǎ wǔ gè shǒu zhǐ tiǎn yí biàn zhè
欢吃完东西后再把五个手指舔一遍，这
ge dòng zuò hǎo kàn ma bù hǎo kàn dàn tā bù zhī dao yīn
个动作好看吗？不好看，但他不知道，因
wei tā bà mā jiù shì zhè yàng zuò de zuò rén bú yào xiān xué bù
为他爸妈就是这样做的。做人不要先学不

hǎo de xí qì měi tiān nǐ mà bié rén yí jù yǎn biàn chéng měi
好的习气。每天你骂别人一句，演变成每
tiān huì mà fū qī chǎo jià hěn duō rén kāi shǐ bù shě de jiǎng
天会骂，夫妻吵架很多人开始不舍得讲
lí hūn ba zhè jǐ gè zì dàn shì zhōng yǒu yì tiān tā
“离婚吧”这几个字，但是终有一天，他
xiǎng jiù shuō yí cì lí hūn ba dì èr cì yòu shuō měi
想就说一次“离婚吧”，第二次又说，每
tiān shuō zuì hòu zhōng yǒu yì tiān tā dà jiào lí hūn ba
天说，最后终有一天他大叫“离婚吧”，
zhēn de jiù lí hūn le zuǐ ba bú yào luàn jiǎng huà guò nián de
真的就离婚了。嘴巴不要乱讲话，过年的
shí hou wèi shén me shuō gōng xǐ fā cái nà shì zhèng néng liàng
时候为什么说恭喜发财？那是正能量，
hǎo de qì chǎng nín lǎo jīng shén hǎo jiàn kāng cháng shòu
好的气场。“您老精神好，健康长寿
a dà jiā kāi xīn jiù jiē shòu zhèng néng liàng rú guǒ tiān
啊”，大家开心，就接受正能量，如果天
tiān mà nǐ nǐ jiù jiē shōu dào fù néng liàng nǐ cái huì shēng
天骂你，你就接收到负能量，你才会生
qì rú guǒ bǎ yì zhī qīng wā zhí jiē fàng zài rè shuǐ guō lǐ
气。如果把一只青蛙直接放在热水锅里，
yóu yú duì huán jìng fǎn yìng tè bié mǐn gǎn tā huì hěn kuài tiào
由于对环境反映特别敏感，它会很快跳
chū lái rú guǒ bǎ qīng wā fàng zài lěng shuǐ lǐ zài huǒ shàng
出来，如果把青蛙放在冷水里，在火上
màn màn gěi guō lǐ jiā wēn qīng wā bú huì lì jí tiào chū guō
慢慢给锅里加温，青蛙不会立即跳出锅

wài dāng shuǐ wēn zhú jiàn shēng gāo zuì hòu jiāng qīng wā tàng
外，当水温逐渐升高，最后将青蛙烫
de bù néng dòng de shí hòu qīng wā jiù méi yǒu bàn fǎ zài tiào
得不能动的时候，青蛙就没有办法再跳
le zhè ge xiàn xiàng gào sù wǒ men rén pèng dào tū fā shì
了。这个现象告诉我们，人碰到突发事
jiàn hěn róng yì yǐn qǐ gǎn jué ér zhì rén yú sǐ dì de huài xí
件很容易引起感觉，而置人于死地的坏习
guàn wǎng wǎng ràng wǒ men gǎn jué liáng hǎo de jiē shòu chōu
惯往往让我们感觉良好地接受。抽
yì zhī yān bú huì dé fèi bìng chōu shí nián yān jiù huì dé fèi bìng
一支烟不会得肺病，抽十年烟就会得肺病，
hē yì bēi jiǔ bú huì dé gān ái hē shí nián jiǔ kě néng jiù huì dé
喝一杯酒不会得肝癌，喝十年酒可能就会得
fèi ái le suǒ yǐ wǒ men yào yǒu qīng xǐng de jué chá lì yào
肺癌了。所以我们要清醒的觉察力，要
jǐng jué zì jǐ de yán xíng bú yào shāng bié rén zài bù míng bai
警觉自己的言行，不要伤别人，在不明白
de qíng kuàng xià shāng dào bié rén jiù shì fó fǎ jiè jiǎng de wú
的情况下伤到别人，就是佛法界讲的无
míng xí qì
明习气。

wǒ men zài zì jǐ chéng zhǎng guò chéng zhōng yào yǒu
我们在自己成长过程中，要有
zhèng xìn zhèng niàn bú duàn de wán shàn zì wǒ bú yào gù yì
正信正念，不断地完善自我，不要故意

hùn xiáo shì wù zuò sǔn rén lì jǐ de yán xíng tái zhǎng jiào
混 淆 事 物 、 做 损 人 利 己 的 言 行 。 台 长 教
dǎo bié rén chī sù yǒu rén shuō tái zhǎng zhí wù yě yǒu
导 别 人 吃 素 ， 有 人 说 ： “ 台 长 ， 植 物 也 有
shēng mìng a nán dào yīn wéi zhí wù yǒu yì diǎn diǎn shēng
生 命 啊 ！ ” 难 道 因 为 植 物 有 一 点 点 生
mìng jiù yào chī nà xiē zhū gǒu yáng děng dà de shēng mìng ma
命 就 要 吃 那 些 猪 狗 羊 等 大 的 生 命 吗 ？
xiàn zài wèi shén me jié cháng ái tè bié duō xiǎng yi xiǎng
现 在 为 什 么 结 肠 癌 特 别 多 ， 想 一 想 ，
xiàn zài kāi dāo dòng shǒu shù yòng de shì yáng cháng xiàn gēn
现 在 开 刀 动 手 术 用 的 是 羊 肠 线 ， 根
běn bú yòng chāi xiàn guò qù dòng shǒu shù dōu yào chāi xiàn de
本 不 用 拆 线 ， 过 去 动 手 术 都 要 拆 线 的 ，
yì xīng qī hòu yáng cháng xiàn hé ròu kě yǐ zhǎng zài yì qǐ xiàn
一 星 期 后 羊 肠 线 和 肉 可 以 长 在 一 起 。 现
zài hěn duō rén wǎn shàng chī tài duō ròu jìn rù cháng zi zhōng
在 很 多 人 晚 上 吃 太 多 肉 ， 进 入 肠 子 中 ，
bú dòng bù xiāo huà jǐ tiān xià lái bù néng zhèng cháng pái xiè
不 动 不 消 化 ， 几 天 下 来 不 能 正 常 排 泄 ，
zuì hòu gēn cháng wèi de ròu zhǎng zài yì qǐ màn màn biàn
最 后 跟 肠 胃 的 肉 长 在 一 起 ， 慢 慢 变
chéng làn ròu suǒ yǐ hěn duō rén jié cháng ái de dì yī gè shǒu
成 烂 肉 。 所 以 很 多 人 结 肠 癌 的 第 一 个 手
shù jiù shì bǎ wèi qiē diào sān fēn zhī yī huò sān fēn zhī èr yīn
术 ， 就 是 把 胃 切 掉 三 分 之 一 或 三 分 之 二 ， 因
wèi cháng zi làn le hěn duō rén hái zài chī hūn de tái zhǎng
为 肠 子 烂 了 。 很 多 人 还 在 吃 荤 的 ， 台 长

fèng quàn nǐ men yào shǎo chī hūn duō chī sù shén me
奉 劝 你 们 ， 要 少 吃 荤 、 多 吃 素 ， 什 么
dōng xī dōu yào zhuī qiú xīn xiān de zì rán de jiù xiàng rén de
东 西 都 要 追 求 新 鲜 的 自 然 的 ， 就 像 人 的
běn xìng yí yàng xiǎo shí hou hěn zì rán de běn xìng xiàn zài shén
本 性 一 样 ， 小 时 候 很 自 然 的 本 性 现 在 什
me dōu méi yǒu le yīn wei xiǎo shí hou shì zhǎng shēn tǐ xiàn
么 都 没 有 了 ， 因 为 小 时 候 是 长 身 体 ， 现
zài zhǎng xīn yǎn hǎo hǎo xué fó qù chú sī wéi zhōng bù hǎo
在 长 心 眼 。 好 好 学 佛 ， 去 除 思 维 中 不 好
de sǔn rén lì jǐ bú yào zhǎo wāi lǐ gèng bù néng yǐ yá huán
的 损 人 利 己 ， 不 要 找 歪 理 ， 更 不 能 以 牙 还
yá ràng zì jǐ jìn rù tòng kǔ nèi jiù zhōng xué huì kuān róng
牙 ， 让 自 己 进 入 痛 苦 内 疚 中 。 学 会 宽 容
bié rén jiù shì gěi zì jǐ liú tiáo hòu lù dīng zhù bié rén quē
别 人 ， 就 是 给 自 己 留 条 后 路 ， 盯 住 别 人 缺
diǎn bú fàng jiù shì bǎ zì jǐ de hòu lù dǔ sāi jiù shì zài yǒng
点 不 放 ， 就 是 把 自 己 的 后 路 堵 塞 ， 就 是 在 永
yuǎn de shāng hài zì jǐ
远 的 伤 害 自 己 。

rén kǔ zài fán nǎo zhōng hái bù zhī shì fán nǎo rú guǒ zhī
人 苦 在 烦 恼 中 ， 还 不 知 是 烦 恼 ； 如 果 知
dao shì fán nǎo fán nǎo zì dòng xiāo shī yóu rú yí gè rén zhī
道 是 烦 恼 ， 烦 恼 自 动 消 失 。 犹 如 一 个 人 知
dao zì jǐ shēng bìng le cái néng fáng zhǐ bìng qíng è huà yí
道 自 己 生 病 了 ， 才 能 防 止 病 情 恶 化 ； 一

gè rén bù zhī dào zì jǐ shēng ái zhèng nǎ tiān tū rán téng tòng
个人不知道自己生癌症，哪天突然疼痛，
qù yī yuàn yì chá ái zhèng wǎn qī jìn jìn chū chū sān gè yuè
去医院一查，癌症晚期，进进出出三个月，
fàng liáo huà liáo jiù zǒu rén le yào zhù yì zì jǐ shēn tǐ
放疗、化疗，就走人了。要注意自己身体
bǎo yǎng hái yào zhù yì xīn líng bǎo yǎng bú yào gěi zì jǐ zào
保养，还要注意心灵保养，不要给自己造
chéng xīn líng bù ān fó jīng shuō ruò zhī wǒ kōng shuí
成心灵不安。佛经说：“若知我空，谁
shòu bàng zhě ruò zhī wú wǒ fán nǎo hé shēng jiù shì gào
受谤者？若知无我，烦恼何生？”就是告
sù dà jiā rú guǒ zì jǐ méi yǒu tài bǎ zì jǐ dāng huí shì bǎ
诉大家，如果自己没有那么把自己当回事，把
zì jǐ kàn dé kòng yì diǎn wǒ méi yǒu shén me liǎo bù
自己看得空一点——“我没有什么了不
qǐ jiù bú huì shēng bié rén de qì fàng xià wàn yuán cái néng
起”，就不会生别人的气。放下万缘才能
xiū chéng jìng tǔ rén jiān shì zuì hǎo xiū chéng jìng tǔ de dì fāng
修成净土，人间是最好修成净土的地方，
rén jiān shì zuì hǎo mó liàn xīn líng shàng tiān de tī zi hǎo hǎo
人间是最好磨练心灵上天的梯子，好好
zuò rén bǎ rén zuò hǎo le jiù néng chéng fó tài xū dà shī shuō
做人，把人做好了就能成佛，太虚大师说
rén chéng jí fó chéng yào xiǎng chéng gōng yí dìng yào
“人成即佛成”，要想成功一定要
bǎ rén zuò hǎo xī wàng dà jiā hǎo hǎo xué fó
把人做好，希望大家好好学佛。

měi lì de xīn xī lán zhù zhe zhè me duō de liáng hǎo de xué
美丽的新西兰住着这么多的良好的学

fó rén yuàn guān shì yīn pú sà fó guāng pǔ zhào ràng nǐ men
佛人，愿观世音菩萨佛光普照，让你们

shēn tǐ jiàn kāng ràng shì jiè tóng xiū tuō lí fán nǎo bǎi tuō
身体健康，让世界同修脱离烦恼、摆脱

tòng kǔ xué fó rén de zhì huì jiù shì néng gòu zhàn shèng zì jǐ
痛苦。学佛人的智慧就是能够战胜自己

de fán nǎo néng gòu zhàn shèng fán nǎo de rén jiù shì zhì huì zhī
的烦恼，能够战胜烦恼的人就是智慧之

rén
人。