

白话佛法 第3册 第18篇

lì shēn shí jiè
立身十戒

Menjalankan Sepuluh Sila

jiē xià lai shī fu gěi dà jiā jiǎng lì shēn shí jiè
接下来师父给大家讲立身十戒。

dì yī jǐn yán xíng yǐ guǎ guò jiù shì shuō jiǎng huà hé xíng wéi
第一，谨言行以寡过。就是说讲话和行

yào tè bié de jǐn shèn cái néng shǎo zuò cuò shì huò cóng kǒu chū zuǐ
要特别地谨慎才能少做错事。祸从口出。嘴

ba luàn jiǎng dòng zuò luàn zuò chū shì le ba nǐ men qù kàn kan
巴乱讲，动作乱作，出事了吧。你们去看看

ào dà lì yà nà xiē bèi shī bào de nǚ hái zi
澳大利亚那些被施暴的女孩子，

hěn duō dōu shì bàn yè chū qù chuān zhe chāo duǎn qún yǐn qǐ bié rén zuò
很多都是半夜出去穿着超短裙引起别人做

huài shì de zhè xiē wèn tí yǐ jīng bèi hěn duō zōng jiào jiǎng guo
坏事的。这些问题已经被很多宗教讲过

le hòu lai hái yǐn qǐ zhēng lùn shī fu jīn tiān zài zhè lǐ bù jiǎng hǎo
了，后来还引起争论。师父今天在这里不讲好

huài jiù jiǎng hěn róng yì ràng rén jiā yì shì shang xiān fàn zuì dǎo zhì
坏，就讲很容易让人家意识上先犯罪，导致

zì jǐ shòu hài
自己受害。

Selanjutnya Master membahas tentang menjalankan sepuluh sila. Pertama, mewaspadaai ucapan dan perilaku agar mengurangi kesalahan. Dengan kata lain, harus sangat berhati-hati dalam berbicara dan berperilaku, baru bisa mengurangi kesalahan yang dilakukan. Petaka keluar dari mulut. Jika mulut sembarangan bicara, sembarangan bersikap, akhirnya menimbulkan masalah. Coba saja kalian lihat anak-anak gadis di Australia yang menjadi korban pemerkosaan,

sebagian besar karena mereka bepergian tengah malam dengan mengenakan rok mini, mengundang orang lain melakukan kejahatan. Masalah ini sudah dibahas oleh banyak agama, kemudian masih menimbulkan perdebatan. Hari ini Master di sini tidak akan membahas baik buruknya, hanya membahas perbuatan ini sangat mudah membuat orang lain berpikiran jahat, dan menyebabkan diri sendiri menjadi korban.

Wenda20181209A 38:59

huò cóng kǒu chū yào jǐn yán shèn xíng
祸从口出，要谨言慎行

tái zhǎng yǔ jiāo péng you zuì zhòng yào le nǐ suí biàn shuō shuō
台长语：交朋友最重要了，你随便说说

huà biān shàng yí gè rén bǎ nǐ jiǎng chū qù nǐ gōng zuò gǎng wèi
话，边上一个人把你讲出去，你工作岗位

dōu méi le huò cóng kǒu chū
都没了。祸从口出，

bú yào suí biàn luàn jiǎng huà jì de hǎo xiàng yí gè hěn yǒu míng de
不要随便乱讲话。记得好像一个很有名的

rén jiù shì zài jiǔ zhuō shàng luàn jiǎng huà jié guǒ bèi rén jiā bào liào
人，就是在酒桌上乱讲话，结果被人家爆料

chū qù le hǎo le shén me dōu méi le suǒ yǐ yào dǒng de jǐn
出去了，好了，什么都没了。所以要懂得谨

shèn a jǐn yán shèn xíng nǐ shì rén nǐ bù néng luàn jiǎng huà
慎啊，谨言慎行，你是人，你不能乱讲话

de hē zuì jiǔ a
的。喝醉酒啊

wèi shén me pú sà jiào wǒ men shǒu wǔ jiè a hē jiǔ néng luàn xìng
为 什 么 菩 萨 叫 我 们 守 五 戒 啊 ？ 喝 酒 能 乱 性

de nǚ rén gèng bù néng hē jiǔ zhè xiē dōng xī dōu shì fēi cháng fēi
的 ， 女 人 更 不 能 喝 酒 。 这 些 东 西 都 是 非 常 非

cháng bù hǎo de suǒ yǐ wǒ men zuò rén zhēn de hěn kě lián
常 不 好 的 ， 所 以 我 们 做 人 真 的 很 可 怜 。

Wenda20181209A 38:59

Petaka keluar dari mulut, harus berhati-hati dalam ucapan dan perilaku

Wejangan Master: Berteman itu sangat penting, ketika kamu asal berbicara kemudian orang yang berada di samping mengadukan dirimu, kamu akan kehilangan pekerjaan. Petaka keluar dari mulut, jangan sembarangan berbicara. Teringat, seperti seseorang yang sangat tenar di mana ia sembarangan berbicara di sebuah acara, akhirnya berita tersebut tersebar luas.

Sudahlah, kemudian kehilangan semua. Oleh karena itu, harus waspada, berhati-hati dalam berbicara dan berperilaku. Kamu seorang manusia, tidak boleh sembarang berbicara. Ketika mabuk... Mengapa Bodhisattva menyuruh kita untuk menaati lima sila? Minum minuman keras dapat memicu perbuatan asusila, terutama wanita jangan meminum minuman keras. Semua hal ini sangat tidak baik, oleh karena itu kita sebagai manusia sungguh kasihan.

dì èr , jié yǐn shí yǐ zūn xīn chī dōng xī shǎo de rén shì zūn
第二，节饮食以尊心。吃东西少的人是尊

zhòng zì jǐ de xīn bú huì nǎo zi bù hǎo yīn wèi nǎo zi hé xīn shì
重自己的心，不会脑子不好。因为脑子和心是

lián zài yì qǐ de wèi shén me pàng de rén nǎo zi jiù bú huì dòng de
连在一起的。为什么胖的人脑子就不会动的

kuài ne nǐ men kàn kan pàng de rén yǒu jǐ gè cōng míng de chī de
快呢？你们看看胖的人有几个聪明的？吃得

tài duō , rén pàng le nǎo zi jiù bù tīng shǐ huàn
太多，人胖了脑子就不听使唤。

Kedua, mengontrol makanan agar menghormati pikiran. Seseorang yang tidak banyak makan berarti menghormati pikiran sendiri, maka otak tidak akan lambat merespon. Karena otak dan pikiran saling terhubung. Mengapa orang yang gemuk otaknya bekerja lebih lambat? Coba lihat saja, di antara orang-orang yang gemuk, ada berapa banyak yang cerdas? Makan terlalu banyak, tubuh menjadi gemuk, maka otak tidak bisa terkontrol.

zongshu20141218 12:19

shǎo chī zhǎng zhì huì duō chī zhǎng yú chī
少吃长智慧，多吃长愚痴

nǚ tīng zhòng shī fu wǒ zhè shé shì shén me yán sè zài nǎ kuài dāi
女听众：师父，我这蛇是什么颜色，在哪块待
zhe a
着啊？

tái zhǎng dá shuǐ gōu lǐ dāi zhe huā de ér qiě nǐ de dù zi dōu
台长答：水沟里待着，花的，而且你的肚子都

hěn dà duì tài duì le shī fu
很大（对！太对了，师父！）

yīn wèi wǒ kàn nǐ zhè ge shé de dù zi hěn dà wǒ dù zi shì tǐng dà
因 为 我 看 你 这 个 蛇 的 肚 子 很 大 （ 我 肚 子 是 挺 大
de , jiù chī dōng xī) hǎo hǎo de , shǎo chī duō chī zhǎng yú
的 , 就 吃 东 西) 好 好 的 , 少 吃 。 多 吃 长 愚
chī , shǎo chī zhǎng zhì huì nǐ qù kàn hǎo le , pàng dào yí dìng de
痴 , 少 吃 长 智 慧 。 你 去 看 好 了 , 胖 到 一 定 的
shí hou zhè ge rén gēn běn jiù méi yǒu nǎo zi méi yǒu zhì huì
时 候 这 个 人 根 本 就 没 有 脑 子 、 没 有 智 慧 。

zongshu20141218 12:19

Kurangi makan akan tumbuh kebijaksanaan, kebanyakan makan akan tumbuh kebodohan

Pendengar wanita: Master, shio ular yang saya ini berwarna apa? tinggal di bagian mana?

Master menjawab: Tinggal di dalam selokan, berpola, dan perutmu sangat besar (Benar! sangat benar, Master!) Karena saya melihat ular ini perutnya sangat besar (Perut saya lumayan besar, yaitu makan....)

Berjaga-jagalah, kurangi makan. Kebanyakan makan akan tumbuh kebodohan, kurangi makan akan tumbuh kebijaksanaan. Coba kamu lihat, gemuk hingga pada waktu tertentu orang ini pada dasarnya akan menjadi bodoh, tidak memiliki kebijaksanaan.

dì sān shěng shì hào yǐ yǎng xīn jiù shì shuō nǐ de shì hào yuè
第三，省嗜好以养心。就是说你的嗜好越

shǎo nǐ de xīn jiù yuè píng jìng hěn xǐ huan hē chá zhè ge shì hào
少，你的心就越平静。很喜欢喝茶，这个嗜好

bú suàn huài ba yǒu xiē dì fang de rén xǐ huan chá dào xiǎo bēi chá
不算坏吧。有些地方的人喜欢茶道，小杯茶

kě yǐ hē shang yì tiān zhè yě shì làng fèi shí jiān suǒ yǐ shì hào shì
可以喝上一天，这也是浪费时间。所以嗜好是

yuè shǎo yuè hǎo
越少越好，

bǐ rú hē jiǔ chōu yān dǔ bó hào sè děng xīn zhōng yuè shì
比 如 喝 酒 、 抽 烟 、 赌 博 、 好 色 等 。 心 中 越 是

méi yǒu shì hào jiù yuè shì méi yǒu yù wàng , xīn jiù huì yuè píng
没 有 嗜 好 就 越 是 没 有 欲 望 , 心 就 会 越 平

jìng xīn bù néng píng jìng zěn me xiū xīn ne
静 。 心 不 能 平 静 , 怎 么 修 心 呢 ?

Ketiga, mengurangi kegemaran akan memelihara pikiran. Dengan kata lain, semakin sedikit kegemaran atau hobi kamu, maka pikiranmu akan menjadi semakin tenang. Suka minum teh, hobi ini tidak terkategori buruk bukan? Namun ada sebagian orang di tempat-tempat tertentu senang menikmati teh, bisa menghabiskan waktu seharian untuk meminum teh, ini berarti membuang-buang waktu. Oleh karena itu, hobi semakin sedikit semakin bagus,

contohnya minum arak, merokok, berjudi, perbuatan asusila, dan lainnya. Jika tidak ada kegemaran dalam pikiran kita, maka semakin tidak memiliki nafsu keinginan, pikiran akan menjadi semakin tenang. Apabila pikiran tidak bisa tenang, bagaimana bisa membina pikiran?

Wenda20160110B 07:08

xìng qù ài hào huì bu huì yǐng xiǎng xué fó zhuān zhù lì yì mén jīng jìn
兴 趣 爱 好 会 不 会 影 响 学 佛 专 注 力 ； 一 门 精 进

cái néng chéng gōng
才 能 成 功

nǚ tīng zhòng qǐng wèn shī fu xìng qù ài hào de duō shao shì bu shì
女 听 众 ： 请 问 师 父 ， 兴 趣 爱 好 的 多 少 是 不 是

dài biǎo zhè ge rén rè ài shēng huó de chéng dù rú guǒ yǒu de rén
代 表 这 个 人 热 爱 生 活 的 程 度 ？ 如 果 有 的 人

cóng xiǎo jiù méi yǒu shén me xìng qù ài hào
从 小 就 没 有 什 么 兴 趣 爱 好 ，

bié rén kàn qǐ lái tā de shēng huó hěn dān diào , xué fó zhī hòu tā jiù bǐ
别人看起来他的生活很单调，学佛之后他就比

jiào zhuān zhù yǒu de rén cóng xiǎo jiù qín qí shū huà yàng yàng jīng
较专注；有的人从小就琴棋书画样样精

tōng qǐng wèn shī fu yí gè rén de xìng qù ài hào huì bu huì yǐng
通。请问师父，一个人的兴趣爱好会不会影

xiǎng xué fó de zhuān zhù lì
响学佛的专注力？

tái zhǎng dá dāng rán huì le kāi wán xiào le shén me xìng qù a
台 长 答： 当 然 会 了， 开 玩 笑 了！ 什 么 兴 趣 啊，

nǐ yào shì cóng xiǎo jiù duì xué fó yǒu xìng qù de huà nǐ dāng rán zhuān
你 要 是 从 小 就 对 学 佛 有 兴 趣 的 话， 你 当 然 专

zhù lì hǎo le nǐ shén me dōu xué yì diǎn shén me dōu bù xíng jiù
注 力 好 了。 你 什 么 都 学 一 点， 什 么 都 不 行。 就

xiàng rén jiā kàn yī shēng yí yàng de zhuān jiā yī shēng dāng rán zhí qián
像 人 家 看 医 生 一 样 的， 专 家 医 生 当 然 值 钱

le nǐ shén me dōu huì kàn nǐ pǔ tōng kē yī shēng a duì bu duì
了。 你 什 么 都 会 看， 你 普 通 科 医 生 啊， 对 不 对？

ng zhè suàn shén me le yǒu shén me běn shì nǐ shuō shuo kàn
(嗯) 这 算 什 么 了 , 有 什 么 本 事 你 说 说 看 ?

āi yō yòu huì tán gāng qín āi yō yòu huì zhè ge
“ 哎 哟 , 又 会 弹 钢 琴 ” , “ 哎 哟 , 又 会 这 个 ” ,

āi yō yòu huì qín qí shū huà yǒu shén me yòng a zhǐ bu
“ 哎 哟 , 又 会 琴 棋 书 画 ” 有 什 么 用 啊 ? 只 不

guò péi yǎng zì jǐ yì diǎn xiū yǎng ér yǐ bǎ hái zi nòng de zhè ge
过 培 养 自 己 一 点 修 养 而 已 , 把 孩 子 弄 得 这 个

yàng zi hái zi yǐ hòu néng gòu chéng zhǎng de huà
样 子 。 孩 子 以 后 能 够 成 长 的 话 ,

chéng wéi xiàng huò jīn , yīng guó dà tiān wén xué jiā , bāo kuò ài dí
成为像霍金，英国大天文学家，包括爱迪

shēng ài yīn sī tǎn tā men yǒu hěn duō ài hào de méi yǒu shén me
生、爱因斯坦他们有很多爱好的？没有什么

ài hào tā men jiù ài hào yí yàng tā men cái néng chéng gōng shén
爱好，他们就爱好一样他们才能成功。什

me dōu xíng de huà nǎ yàng néng chéng gōng zhōng guó guò qu de
么都行的话，哪样能成功？中国过去的

wén huà dāng zhōng jiǎng guo
文化当中讲过，

shí bā bān wǔ yì yàng yàng xī sōng méi yǒu yí yàng ná de chū
“ 十 八 般 武 艺 ， 样 样 稀 松 ” 没 有 一 样 拿 得 出

shǒu míng bai jiù shì shuō wǒ men ài hào xué fó yì mén jīng jìn
手 （ 明 白 。 就 是 说 我 们 爱 好 学 佛 ， 一 门 精 进

xué fó jiù hěn róng yì chéng gōng nà dāng rán le pú sà dōu shì zhè
学 佛 就 很 容 易 成 功 ） 那 当 然 了 ， 菩 萨 都 是 这

yàng de zhè ge xué xue nà ge xué xue nǎ yǒu chéng gōng
样 的 。 这 个 学 学 、 那 个 学 学 ， 哪 有 成 功

a yí bèi zi shēng mìng hěn duǎn
啊 ？ 一 辈 子 生 命 很 短 ，

nǐ zhè ge xué shí jǐ nián nà ge xué shí jǐ nián wán le jié shù
你 这 个 学 十 几 年 ， 那 个 学 十 几 年 ， 完 了 ， 结 束

le kě néng ma méi yǒu shén me jié jìng kě yǐ zǒu de zhǐ yǒu yì
了 ， 可 能 吗 ？ 没 有 什 么 捷 径 可 以 走 的 ， 只 有 一

mén xīn sì hǎo hǎo xué míng bai ma míng bai le xiè xie shī fu
门 心 思 好 好 学 。 明 白 吗 ？ （ 明 白 了 ， 谢 谢 师 父

kāi shì
开 示 ）

Wenda20160110B 07:08

Apakah kegemaran atau hobi akan mempengaruhi konsentrasi belajar Buddha Dharma; tekun dalam satu pintu Dharma baru bisa berhasil

Pendengar wanita: Master, apakah tingkat kegemaran atau hobi seseorang menggambarkan tingkat kecintaan terhadap kehidupan? Jika ada orang yang tidak memiliki kegemaran atau hobi sejak kecil, orang lain melihat kehidupannya sangat monoton, setelah menekuni ajaran Buddha Dharma,

dia menjadi lebih fokus; dan ada orang yang mahir dalam berbagai bidang seperti piano, catur, kaligrafi, melukis dan bidang lainnya. Mohon bertanya kepada Master, apakah kegemaran atau hobi seseorang akan mempengaruhi konsentrasi dalam belajar Buddha Dharma?

Master menjawab: Tentu saja berpengaruh, jangan bercanda! Apa itu kegemaran atau hobi, jika sejak kecil kamu gemar mempelajari Buddha Dharma, tentu saja kekuatan konsentrasi kamu bagus. Jika kamu mempelajari segala bidang, maka semua pun tidak bisa. Sama seperti orang yang berobat ke dokter, tentu saja dokter ahli lebih berharga. Jika kamu bisa mengobati semua penyakit, maka kamu adalah seorang dokter umum, benarkan?

(Ya) Ini memangnya ada apa? Coba kamu katakan, memangnya ada kemampuan apa? "Wah, bisa main piano", "Wah, yang ini juga bisa", "Wah, juga mengerti piano, catur, kaligrafi dan melukis"... Apa gunanya? Ini hanya mengembangkan sedikit kemampuan dalam diri saja, membuat anak menjadi begitu. Apabila kelak anak tumbuh dewasa, menjadi seperti Stephen Hawking, ahli astronomi di Inggris, termasuk Edison, Einstein, apakah mereka memiliki banyak kegemaran?

Tidak memiliki banyak kegemaran, mereka hanya memiliki satu kegemaran sehingga mereka berhasil. Jika semua bisa, bagaimana bisa berhasil? Dalam budaya Tionghoa di masa lalu, dikatakan bahwa "Delapan belas seni bela diri, tidak ada satupun yang mahir", dan tidak ada satupun yang dapat dikuasai. (Mengerti. Artinya, kita gemar belajar Buddha Dharma dan tekun dalam satu pintu Dharma, maka akan mudah berhasil). Tentu saja,

Bodhisattva semua demikian. Bentar belajar ini dan belajar itu, bagaimana bisa berhasil? Hidup ini sangat singkat, jika kamu belajar ini belasan tahun, dan belajar itu belasan tahun, habislah, sudah berakhir, apakah memungkinkan? Tidak ada jalan pintas yang bisa dilalui, hanya fokus belajar dengan baik-baik. Mengertikah? (Sudah mengerti, terima kasih Master memberikan wejangan)

dì sì , nài fán láo yǐ jìn xīn 。 yí gè rén rú guǒ néng gòu rěn
第四，耐烦劳以尽心。一个人如果能够忍

nài , rèn láo rèn yuàn de huà , zhè ge rén de xīn shì hěn tā shí de shì
耐、任劳任怨的话，这个人的心是很踏实的。是

wǒ zuò de , wǒ shí shí zài zài zuò le , kāi xīn ba , pú sà de fó yán fó
我做的，我实实在在做了，开心吧？菩萨的佛言佛

yǔ dōu shì jiāo wǒ men zěn me zuò rén , rén yǒu yáng shòu , fēi yào pīn
语都是教我们怎么做人。人有阳寿，非要拼

mìng chōu yān , jiào nǐ bú yào cān jiā qì chē bǐ sài
命抽烟；叫你不要参加汽车比赛，

fēi yào qù biāo chē jiào nǐ kāi chē dāng xīn yì diǎn fēi yào jiǔ hòu jià
非要去飙车；叫你开车当心一点，非要酒后驾

chē cái huì chǎn shēng è guǒ pú sà jiāo wǒ men duō láo dòng láo
车，才会产生恶果。菩萨教我们多劳动。劳

dòng jiù shì yùn dòng láo dòng chǎn shēng měi jìn xīn jìn lì le nǐ cái
动就是运动，劳动产生美。尽心尽力了你才

huì shū fu nǐ jiù bú huì hòu huǐ nǐ jiù bú huì nán guò
会舒服，你就不会后悔，你就不会难过。

Keempat, bertahan dalam kesulitan dan bekerja keras dengan kesungguhan hati. Apabila seseorang mampu bersabar, rela bekerja keras dan tidak takut dikritik orang, maka hati atau pikiran orang ini sangat tenang. Saya yang melakukannya, saya melakukannya dengan sungguh-sungguh, senang bukan? Kata-kata Mutiara Buddhis dari Bodhisattva mengajarkan kita bagaimana berperilaku selayaknya seorang manusia. Umur manusia terbatas, namun masih tetap merokok;

sudah menasihati kamu jangan mengikuti lomba balap mobil, namun tetap bersikeras menyetir dengan sangat laju; sudah menasihati kamu lebih hati-hati dalam menyetir, namun masih mengendarai mobil setelah minum arak, maka akan menimbulkan buah karma buruk. Bodhisattva mengajarkan kita untuk lebih banyak olah fisik. Berolah fisik berarti berolahraga, berolahraga adalah keindahan. Setelah berusaha sekuat tenaga, kamu baru bisa merasa nyaman, dan kamu tidak akan menyesal maupun sedih.

dì wǔ shèn xǐ nù yǐ píng qì jiù shì shuō kāi xīn de shí hou yào
第五， 慎 喜 怒 以 平 气。 就 是 说 开 心 的 时 候 要

tè bié jǐn shèn fā nù de shí hou yě yào tè bié dāng xīn qì zhí jiē
特 别 谨 慎 ， 发 怒 的 时 候 也 要 特 别 当 心 ， 气 直 接

guān xi dào nǐ de xǐ nù āi lè shēng qì le fā pí qì le kāi xīn
关 系 到 你 的 喜 怒 哀 乐 。 生 气 了 、 发 脾 气 了 、 开 心

le xǐ qì yáng yáng dōu shì nǐ de qì zài dòng a yí gè rén rú
了 、 喜 气 洋 洋 ， 都 是 你 的 气 在 动 啊 。 一 个 人 如

guǒ méi yǒu qì le bú jiù sǐ le ma
果 没 有 气 了 不 就 死 了 吗 ？

rén huó zhe bú jiù shì yì kǒu qì ma suǒ yǐ yào zhǎng wò hǎo zì jǐ de
人活着不就是一口气吗？所以要掌握好自己的

zhè yì kǒu qì hěn duō rén yǐ wéi zì jǐ zhòng liù hé cǎi le yuán lái
这一口气。很多人以为自己中六合彩了，原来

shì bǎ kàn chéng le bái kāi xīn le suǒ yǐ xǐ hé nù dōu yào jǐn
是把6看成了9，白开心了。所以喜和怒都要谨

shèn jīn tiān fā pí qì zhī qián hǎo hǎo xiǎng xiang wǒ zhè pí qì gāi
慎。今天发脾气之前好好想想：我这脾气该

bu gāi fā fā le shì bu shì zhí dé
不该发？发了是不是值得？

huì bu huì shāng wǒ shēn tǐ huì bu huì shāng wǒ xīn shàng de rén wǒ
会不会 伤 我 身 体？ 会不会 伤 我 心 上 的 人？ 我

bú yào fā pí qì le jīn tiān wǒ xǐ de shí hou wǒ kāi xīn le kāi xīn
不要 发 脾 气 了。 今 天 我 喜 的 时 候 我 开 心 了， 开 心

guò tóu le zhào yàng chū shì yīn wèi suí xǐ ér lái de jiù huì yǒu zāi
过 头 了 照 样 出 事， 因 为 随 喜 而 来 的 就 会 有 灾

huò tā jiù shì yīn yáng yīn yáng shì xiāng jiē de
祸。 它 就 是 阴 阳， 阴 阳 是 相 接 的。

yí gè rén yí bèi zi bú huì yǒng yuǎn shùn lì yě bú huì yǒng yuǎn dǎo
一个人一辈子不会永远顺利，也不会永远倒

méi rén jiù shì zài lǐ jiě xǐ nù de shí hou róng yì bǎ xǐ shì wàng jì ,
霉。人就是在理解喜怒的时候容易把喜事忘记，

yīn wèi tā kāi xīn de shí hou tā jiù bú tài gǎn jué dào zhèng zài kāi xīn nǐ
因为他开心的时候他就不太感觉到正在开心。你

men qù shì yì shì kàn xǐ jù piàn nǐ xiào de shí hou nǐ zì jǐ méi
们去试一试，看喜剧片你笑的时候，你自己没

gǎn jué de jiù zhǐ zhī dào kāi xīn dàn shì dāng yí gè rén shēng
感觉的，就只知道开心。但是当一个人 生 ...

qì de shí hou nán guò de shí hou tā jiù zhī dào wǒ zài nán
气的时 候、 难 过 的 时 候， 他 就 知 道 我 在 难
guò wǒ zhēn de guò bú qù míng bai le ma shí jì shàng pú sà
过、 我 真 的 过 不 去。 明 白 了 吗？ 实 际 上 菩 萨
gēn wǒ men jiù zài rén jiān xiǎng xiang kàn zhè xiē dōu shì pú sà jiāo
跟 我 们 就 在 人 间。 想 想 看， 这 些 都 是 菩 萨 教
wǒ men zěn yàng zuò rén a rén chéng jí fó chéng nǐ zuò rén xiàng
我 们 怎 样 做 人 啊， 人 成 即 佛 成。 你 做 人 像
pú sà le nǐ bú jiù shì pú sà ma píng qì jiù shì xīn píng qì hé
菩 萨 了， 你 不 就 是 菩 萨 吗？ 平 气， 就 是 心 平 气 和。

Kelima, berhati-hati dalam kegembiraan dan kemarahan, supaya bisa menenangkan diri. Dengan kata lain, ketika merasa senang, harus sangat berhati-hati, sewaktu marah, juga harus berhati-hati, karena energi vital berhubungan langsung dengan sukacita, amarah, kesedihan, dan kegembiraanmu. Saat marah, melampiaskan amarah, merasa senang, penuh sukacita, semua ini karena energi vital kamu sedang bergerak. Jika seseorang tidak memiliki energi vital, bukankah dia sudah meninggal?

Bukankah manusia hidup hanya mengandalkan sebuah nafas? Oleh karena itu, harus jaga nafas diri sendiri ini dengan baik. Ada banyak orang yang mengira dirinya menang lotere, namun ternyata dia melihat angka 6 menjadi 9, kegembiraan menjadi sia-sia. Oleh karena itu, harus berhati-hati terhadap kegembiraan maupun amarah. Hari ini sebelum marah-marah, pikirkan baik-baik: Apakah saya sepatutnya marah? Apakah pantas marah-marah? Apakah ini bisa merusak kesehatan saya?

Apakah ini bisa menyakiti orang yang saya kasihi? Saya tidak mau marah lagi. Jika hari ini saya bersukacita, saya merasa senang, terlalu senang juga tetap akan bermasalah, karena seiring dengan datangnya kebahagiaan, akan diikuti oleh malapetaka dibagian akhir. Ini adalah unsur 'yin' dan 'yang' , sedangkan 'yin' dan 'yang' saling berkesinambungan.

Seseorang seumur hidup tidak akan selamanya mengalami kelancaran, juga tidak akan selamanya mengalami kesialan. Orang-orang saat memahami kebahagiaan dan kemarahan, seringkali melupakan hal yang bahagia, karena ketika dia sedang berbahagia, dia tidak akan terlalu merasa bahwa dia sedang berbahagia. Kalian cobalah, saat menonton film komedi dan kamu tertawa, kamu sendiri tidak akan merasakannya,

hanya merasa senang saja. Namun ketika seseorang sedang marah atau sedih, maka dia akan mengetahui bahwa dirinya sedang bersedih, "Saya tidak bisa melewatinya." Mengerti? Sesungguhnya, Bodhisattva berada di dunia ini bersama kita. Coba pikirkan, semua ini adalah pengajaran Bodhisattva kepada kita tentang bagaimana kita menjadi orang yang baik. "Bisa menjadi orang, baru bisa menjadi Buddha" .

Jika kamu bisa berperilaku seperti Bodhisattva, bukankah berarti dirimu adalah Bodhisattva? Tenang, berarti pikiran tenang dan cara bersikap pun menjadi lembut.

Wenda20180107A 22:25

fā pí qì qì chǎng bù hǎo xīn píng qì hé shēn tǐ hǎo
发脾气气场不好；心平气和身体好

nǚ tīng zhòng wǒ xiàn zài de yè zhàng zhòng bu zhòng qì chǎng shì
女听众：我现在的业障重不重？气场是

bu shì yě bù hǎo
不是也不好？

tái zhǎng dá nǐ xiàn zài shì hěn hǎo wǒ shì tè bié gēn nǐ jiǎng
台长答：你现在是很好，我是特别跟你讲。

nǐ xiàn zài hǎo hěn duō , gēn guò qu wán quán bù yí yàng le , nǐ guò
你 现 在 好 很 多 ， 跟 过 去 完 全 不 一 样 了 ， 你 过

qu rú guǒ lǎo fā pí qì tā de qì chǎng yí dìng bú shì tài
去 如 果 老 发 脾 气 ， 他 的 气 场 一 定 不 是 太

hǎo rú guǒ zhè ge rén bù fā pí qì shuō míng tā de xīn hěn píng
好 。 如 果 这 个 人 不 发 脾 气 ， 说 明 他 的 心 很 平

wěn xuè mài hé xuè yā bù gāo nǐ qù kàn fán shì xuè táng
稳 ， 血 脉 和 ， 血 压 不 高 。 你 去 看 ， 凡 是 血 糖

gāo xuè zhī gāo xuè yā gāo sān gāo de rén
高 、 血 脂 高 、 血 压 高 ， 三 高 的 人 ，

tā jiù shì bù néng píng jìng tā de xīn tā de xīn bù píng jìng tā de
他就是不能平静他的心。他的心不平静，他的

pí qì jiù xíng chéng è xìng xún huán , yuè fā pí qì xuè yā yuè
脾气就形成恶性循环，越发脾气血压越

gāo , yuè fā pí qì xuè táng yuè gāo , xuè táng yuè gāo pí qì yuè
高，越发脾气血糖越高，血糖越高脾气越

dà , jiù zhè me è xìng xún huán de suǒ yǐ rú guǒ nǐ xiàn zài jué de
大，就这么恶性循环的。所以如果你现在觉得

nǐ bú dà fā pí qì le
你不大发脾气了，

xīn píng qì hé nǐ de shēn tǐ yí dìng hěn hǎo gǎn ēn shī fu wǒ
心 平 气 和 ， 你 的 身 体 一 定 很 好 （ 感 恩 师 父 。 我

láo láo jì zhù guān shì yīn pú sà de jiào huì láo jì shī fu de jiào
牢 牢 记 住 观 世 音 菩 萨 的 教 诲 ， 牢 记 师 父 的 教

huì hǎo hǎo zuò rén hǎo hǎo nǔ lì nǐ fàng xīn hǎo le shī fu
诲 ， 好 好 做 人 ） 好 好 努 力 ， 你 放 心 好 了 ， 师 父

huì jiā chí nǐ de
会 加 持 你 的 。

Wenda20180107A 22:25

Melampiaskan amarah menyebabkan aura tidak baik, pikiran tenang tubuh akan sehat

Pendengar wanita: Karma saya sekarang berat atau tidak? Apakah aura juga tidak bagus?

Master menjawab: Sekarang kamu sangat baik, saya memberi tahu kamu secara khusus. Sekarang ini kamu jauh lebih baik, sama sekali berbeda dengan dulu.

Dulu kamu... Jika sering melampiaskan amarah, auranya pasti tidak terlalu bagus. Jika orang tersebut tidak melampiaskan amarah, berarti hatinya sangat tenang, pembuluh darahnya lancar, dan tekanan darah tidak tinggi. Coba kamu lihat, orang yang memiliki 3 hal tinggi yaitu gula darah tinggi, lipid darah tinggi, tekanan darah tinggi, dia tidak bisa menenangkan hatinya. Hatinya tidak tenang, maka temperamennya akan membentuk siklus yang buruk,

semakin marah semakin tinggi tekanan darahnya, semakin marah semakin tinggi gula darahnya, semakin tinggi gula darah, maka semakin besar amarahnya, begitulah terus-menerus. Jadi, apabila kamu merasa sudah jarang beremosi, berpikiran tenang, maka kesehatanmu pasti sangat baik (Terima kasih, Master. Saya akan selalu ingat nasihat Guan Shi Yin Pu Sa, ingat nasihat Master, dan menjadi orang baik.) Berusaha keraslah, jangan khawatir, Master akan memberkatimu.

wenda20110909 72:31

yǒu shí hou huì tū rán fā pí qi de yuán yīn
有 时 候 会 突 然 发 脾 气 的 原 因

nǚ tīng zhòng yǒu shí hou wǒ wèi shén me huì tū rán zhī jiān fā pí qi a
女 听 众：有 时 候 我 为 什 么 会 突 然 之 间 发 脾 气 啊？

tái zhǎng dá tū rán zhī jiān fā pí qi de huà yǒu liǎng zhǒng , yì
台 长 答：突 然 之 间 发 脾 气 的 话 有 两 种 ， 一

zhǒng shì xīn lǐ tiáo jié bù hǎo hái yǒu yì zhǒng shì yǒu líng xìng zhè
种 是 心 理 调 节 不 好 ， 还 有 一 种 是 有 灵 性 ， 这

liǎng zhǒng nǐ dōu yào dāng xīn a
两 种 你 都 要 当 心 啊。

ò wǒ yào niàn jǐ zhāng xiǎo fáng zi ne xiān niàn zhāng
(哦 , 我 要 念 几 张 小 房 子 呢 ?) 先 念 21 张

ba tái zhǎng zhí jiē gǎn yìng nǐ shēn shàng shì yǒu yào jīng zhě nǐ
吧 。 台 长 直 接 感 应 , 你 身 上 是 有 要 经 者 , 你

yǒu dǎ guo tāi de hǎo zhāng niàn gěi hái zi xiě nǐ míng zi de
有 打 过 胎 的 (好) 9 张 念 给 孩 子 , 写 你 名 字 的

hái zi shōu hái yǒu zhāng niàn gěi zì jǐ de yào jīng zhě jiù kě yǐ
孩 子 收 , 还 有 11 张 念 给 自 己 的 要 经 者 就 可 以

le
了 。

wenda20110909 72:31

Penyebab terkadang tiba-tiba muncul kemarahan

Pendengar wanita: Mengapa saya terkadang tiba-tiba bisa muncul kemarahan?

Master menjawab: Tiba-tiba muncul kemarahan ada dua jenis, satu adalah penyesuaian psikologis yang buruk, dan satu lagi ada arwah asing. Kamu harus berhati-hati dengan kedua jenis ini (Oh, berapa banyak Xiao Fang Zi yang harus saya lafalkan?)

Lafalkan 21 lembar terlebih dahulu. Master langsung merasakan ada arwah asing di tubuhmu, kamu pernah melakukan aborsi (baik) 9 lembar dilafalkan untuk anak, tulis penerima untuk anak dari namamu, dan 11 lembar lagi dilafalkan untuk penagih hutang karma dirimu.

dì liù jiè kuā zhāng yǐ jí shì yí gè rén chuī niú jiù jiào kuā
第六，戒夸张以集事。一个人吹牛就叫夸

zhāng míng míng yì diǎn diǎn shì qing tā bǎ tā shuō chéng hǎo
张。明明一点点事情，他把它说成好

dà yě chēng wéi kuā dà rén huó zài shì jiè shàng bú yào kuā
大，也称为夸大。人活在世界上不要夸

zhāng shī fu zài diàn tái lǐ jiù rén hěn dī diào dàn shì hěn duō tīng
张。师父在电台里救人很低调。但是很多听

zhòng biē bú zhù le jiù jiào shī fu pú sà
众憋不住了，就叫师父菩萨。

shī fu jiào zì jǐ lú tái zhǎng huó zài rén jiān jiù bǎ zì jǐ zài rén
师父叫自己“卢台长”。活在人间就把自己在人

jiān de fǎ hào ná chū lái , gēn rén jiā shì píng děng de rú guǒ nǐ men
间的法号拿出来，跟人家是平等的。如果你们

jiào shī fu huó pú sà shī fu jiù hé nǐ men bù píng děng le , shī fu zì
叫师父活菩萨，师父就和你们不平等了，师父自

jǐ jiù hěn nán guò yīn wèi nǐ men lā kāi le hé shī fu de jù lí hé jìng
己就很难过。因为你们拉开了和师父的距离和境

jiè nà tiān zài shèng dàn wǎn huì shàng
界。那天在圣诞晚会上，

yí wèi fó yǒu zuò zài shī fu biān shàng shuō lú tái zhǎng yě chī fàn
一位佛友坐在师父边上说，“卢台长也吃饭

a tā jiù jué de qí guài pú sà zěn me yě huì chī fàn a bù
啊？”她就觉得奇怪，菩萨怎么也会吃饭啊？不

néng shén huà zuò rén bú yào bǎ zì jǐ kuā zhāng yīn wèi nǐ shì zài
能神话。做人不要把自己夸张。因为你是

yòng líng hún shì yòng pú sà de zhì huì zài jiù rén nǐ ròu tǐ zhǎn shì
用灵魂、是用菩萨的智慧在救人，你肉体展示

de dōng xī bù yí dìng gēn pú sà yí yàng
的东西不一定跟菩萨一样。

dàn shì zài shuō fǎ de shí hou zài jiù rén de shí hou jué duì shì gè
但是 在 说 法 的 时 候 、 在 救 人 的 时 候 ， 绝 对 是 个

zhēn pú sà nǐ píng shí kě yǐ shāo wēi jiǎng diǎn xiào huà shī fu zuó
真 菩 萨 。 你 平 时 可 以 稍 微 讲 点 笑 话 。 师 父 昨

tiān zài zǒu lù shí hái suí yuán jiù le yí gè rén jiǎng de tā fú fú tiē
天 在 走 路 时 还 随 缘 救 了 一 个 人 ， 讲 得 他 服 服 帖

tiē dāi zài nàr le zhè jiù shì zǒu dào nǎ lǐ jiù rén jiù dào nǎ
帖 ， 呆 在 那 儿 了 。 这 就 是 走 到 哪 里 ， 救 人 救 到 哪

lǐ yào yòng gè zhǒng gè yàng de fāng fǎ jiù rén
里 ， 要 用 各 种 各 样 的 方 法 救 人 。

míng bai le ma lái jiàn shī fu de rén shì shén me yàng shī fu jiù shuō
明 白 了 吗 ？ 来 见 师 父 的 人 是 什 么 样 ， 师 父 就 说

shén me huà bú yào jū gāo lín xià yào yǐ jí shì yǐ jí shì jiù shì
什 么 话 。 不 要 居 高 临 下 ， 要 以 集 事 。 以 集 事 就 是

shuō rèn hé shì qing dōu shì dà jiā yì qǐ lái bǎ tā zuò hǎo rèn hé shì
说 任 何 事 情 都 是 大 家 一 起 来 把 它 做 好 。 任 何 事

qing dōu shì kào zhe dà jiā de lì liàng nǐ huì cuò ma rú guǒ nǐ yí
情 都 是 靠 着 大 家 的 力 量 ， 你 会 错 吗 ？ 如 果 你 一

gè rén zuò
个 人 做 ，

nǐ jiù yǒu kě néng fàn cuò 。 jí sī guǎng yì a zhè xiē jīng pì de yǔ
你 就 有 可 能 犯 错 。 集 思 广 益 啊 。 这 些 精 辟 的 语
yán shì bǎ fó fǎ zhuǎn huà chéng bái huà lái jiù dù zhòng shēng de , nǐ
言 是 把 佛 法 转 化 成 白 话 来 救 度 众 生 的 , 你
men yào hǎo hǎo xué a
们 要 好 好 学 啊 。

Keenam, menghentikan perilaku berlebihan agar mencapai keberhasilan. Seseorang yang membual, sama dengan membesar-besarkan (hiperbola). Sudah jelas hanya masalah kecil, namun dia malah mengatakannya menjadi sangat besar, disebut juga membesar-besarkan. Manusia hidup di dunia ini jangan hiperbola. Master selalu bersikap rendah hati ketika menolong orang-orang di stasiun radio. Akan tetapi ada banyak pendengar yang terlalu menggebu-gebu perasaannya,

lalu menyebut Master sebagai Bodhisattva. Master menyebut diri sendiri adalah "Master Lu" . Hidup di dunia ini, maka harus menggunakan nama dalam Dharma selama di duniawi, berarti diri sendiri setara dengan orang lain. Jika kalian memanggil Master sebagai Bodhisattva hidup, berarti Master sudah tidak setara dengan kalian, Master sendiri juga akan merasa sangat sedih. Karena kalian memperjauh jarak dan tingkat kesadaran spiritual kalian dengan Master. Pada hari itu,

saat acara pesta malam Natal, ada seorang teman se-Dharma yang duduk di sebelah Master berkata, "Master juga makan?" Dia merasa aneh, Bodhisattva mengapa juga bisa makan? Oleh karena itu, tidak boleh takhayul. Sebagai manusia, jangan terlalu membesar-besarkan diri sendiri. Karena kamu sedang menggunakan jiwa dan kebijaksanaan Bodhisattva untuk menolong orang-orang. Sesuatu yang ditunjukkan oleh tubuh fisikmu belum tentu sama dengan Bodhisattva.

Akan tetapi ketika membabarkan Dharma atau menolong orang lain, kamu sudah pasti adalah Bodhisattva yang sesungguhnya. Biasanya kamu boleh bergurau sedikit. Master kemarin di jalan juga menyesuaikan jodoh menolong satu orang, menasihatnya sampai dia mendengarkan semuanya dan terdiam di sana. Ini yang disebut “Pergi ke mana pun, senantiasa menolong orang-orang di mana pun.” Harus menggunakan berbagai macam cara untuk menolong orang-orang. Mengerti?

Master akan berbicara menyesuaikan sifat orang yang datang menemui Master. Jangan angkuh, harus mencapai keberhasilan dengan usaha bersama. Yaitu, terhadap segala hal, kita semua harus bersama-sama menyelesaikannya dengan baik. Apakah kamu akan salah jika mengandalkan pada kekuatan bersama dalam melakukan setiap hal? Jika kamu melakukannya sendiri, maka mungkin kamu bisa melakukan kesalahan. “ji si guang yi – mengumpulkan pendapat dan....

menerima manfaat yang lebih luas” , semua kata-kata yang sangat jelas, ini merupakan Ajaran Buddha Dharma yang ditransformasi menjadi bahasa sehari-hari untuk menyelamatkan kesadaran spiritual orang-orang, kalian harus belajar dengan baik-baik.

dì qī , chóng tuì ràng yǐ hé zhòng jiù shì shuō rén zài shè huì
第七， 崇 退 让 以 合 众 。 就 是 说 人 在 社 会

shàng yào xué huì tuì ràng yí gè bù dǒng de tuì ràng de rén shì bù hé
上 要 学 会 退 让 。 一 个 不 懂 得 退 让 的 人 是 不 合

qún de shì bù néng hé dà jiā zài yì qǐ de yǒu shén me kě ào màn
群 的 ， 是 不 能 和 大 家 在 一 起 的 。 有 什 么 可 傲 慢

de nǐ kàn yǒu xiē qiáng guó xiǎng zuò guó jì jǐng chá xiǎng dǎ shéi
的 ？ 你 看 有 些 强 国 想 做 国 际 警 察 ， 想 打 谁

jiù dǎ shéi jié guǒ yě jīng cháng bèi rén dǎ
就 打 谁 ， 结 果 也 经 常 被 人 打 ，

jīng jì shuāi tuì yě shì dì yī gè , hěn duō guó jiā dōu bù xǐ huan
经济衰退也是第一个，很多国家都不喜欢

tā yí gè rén yě hǎo , yí gè guó jiā yě hǎo , yí dìng yào qiān ràng
它。一个人也好，一个国家也好，一定要谦让

“ chóng ” jiù shì chóng shàng , zūn zhòng , tuī guǎng de yì sī tuì
“崇”就是崇尚、尊重、推广的意思。退

yí bù hǎi kuò tiān kōng , ràng yí bù qián tú wú liàng hěn duō rén yuè
一步海阔天空，让一步前途无量。很多人越

ràng , qián tú yuè hǎo ; yuè chōng , qián tú yuè jiān nán
让，前途越好；越冲，前途越艰难。

Ketujuh, utamakan mengalah supaya bisa berbaur dengan semua orang. Dengan kata lain, kita hidup dalam masyarakat, harus belajar untuk mengalah. Seseorang yang tidak mau mengalah, tidak akan bisa hidup berkelompok, tidak bisa hidup bersama-sama dengan orang lain. Apa yang mau disombongkan? Coba kalian lihat, ada sebagian negara-negara kuat yang ingin menjadi polisi internasional, yang bisa menyerang siapapun yang ingin diserangnya, namun akhirnya dia jadi sering diserang orang lain,

dampak utamanya adalah menyebabkan kemunduran ekonomi, selain itu banyak negara tidak menyukainya. Baik satu orang atau satu negara, harus belajar untuk mengalah. Mengutamakan berarti menjunjung tinggi, menghormati, menyebarluaskan. Mundur selangkah, lautan masih luas dan langit masih kosong, mengalah satu langkah akan menyongsong masa depan yang cerah. Banyak orang yang semakin mengalah, masa depannya semakin cerah; semakin gegabah, masa depan semakin sulit.

dì bā shèn nuò yán yǐ quán xìn jiù shì shuō chéng nuò yào jǐn
第八，慎诺言以全信。就是说承诺要谨

shèn cái néng ràng rén jiā quán fāng wèi de xiāng xìn nǐ yào xiǎng dé dào
慎才能让人家全方位地相信你。要想得到

xìn rèn dù jìn liàng bú yào qù kuā dà jìn liàng bú yào shuō huǎng
信任度，尽量不要去夸大，尽量不要说谎

huà shī fu duì nǐ men de yāo qiú yǐ jīng hěn dī le shī fu yào nǐ
话。师父对你们的要求已经很低了，师父要你

men jìn liàng bú yào qù chuī niú
们尽量不要去吹牛，

jìn liàng bú yào qù shuō huǎng yí jù huǎng yán xū yào shí jù huǎng yán
尽 量 不 要 去 说 谎 。 一 句 谎 言 需 要 十 句 谎 言

lái mí bǔ ér qiě hěn duō rén shuō wán huǎng jì bú zhù zì jǐ yòu shuō
来 弥 补 ， 而 且 很 多 人 说 完 谎 记 不 住 自 己 又 说

chū qù le suǒ yǐ dà jiā yào hǎo hǎo jì zhù
出 去 了 。 所 以 大 家 要 好 好 记 住 。

Kedelapan, berhati-hati dalam membuat janji untuk mendapatkan kepercayaan penuh. Dengan kata lain, harus berhati-hati dalam mengucapkan janji supaya orang lain bisa sepenuhnya mempercayaimu. Jika ingin mendapatkan kepercayaan, maka sebisa mungkin jangan suka membual, sebisa mungkin jangan mengatakan kebohongan. Standar Master kepada kalian sudah sangat rendah, Master ingin kalian berusaha untuk tidak membual,

berusaha jangan berbohong. Karena satu kebohongan memerlukan sepuluh kebohongan lainnya untuk menutupinya, selain itu banyak orang yang berbohong, namun dirinya sendiri lupa, dan akhirnya diri sendiri mengatakan yang sesungguhnya. Oleh karena itu, kalian harus ingat hal ini baik-baik.

dì jiǔ jiǎn hào fèi yǐ xī fú jìn liàng jiǎn shǎo nǐ shēng huó
第九，减耗费以惜福。尽量减少你生活

zhōng de làng fèi hé jiā lǐ de hào fèi yào zhēn xī fú qì rén dào wéi
中的浪费和家里的耗费，要珍惜福气。人道为

shén me kě yǐ xiū shàng tiān yě kě yǐ xià dì yù shí jì shàng rén dào
什么可以修上天，也可以下地狱？实际上人道

shì gè hěn qí guài de dào zhè ge dào jiù shì jiè jiǎ xiū zhēn de dì
是个很奇怪的道，这个道就是借假修真的地

fang rú guǒ nǐ zài rén dào kuáng xiū nǐ yě xǔ yǒng yuǎn bú huì
方。如果你在人道狂修，你也许永远不会...

dào xià miàn qu le rú guǒ nǐ jiè yòng zhè ge dì fang kuáng zuò huài
到 下 面 去 了 。 如 果 你 借 用 这 个 地 方 狂 做 坏

shì nǐ yě xǔ yǒng yuǎn zuò bù liǎo rén rén dào xiàng gè zhōng zhuǎn
事 ， 你 也 许 永 远 做 不 了 人 。 人 道 像 个 中 转

zhàn yí yàng zài diàn tái lǐ hěn duō tīng zhòng wèn shī fu wèi shén
站 一 样 。 在 电 台 里 很 多 听 众 问 师 父 ， 为 什

me zhǐ yǒu rén dào cái néng xiū xíng shī fu méi yǒu shí jiān huí dá jīn
么 只 有 人 道 才 能 修 行 ？ 师 父 没 有 时 间 回 答 ， 今

tiān gào su nǐ men yīn wèi rén dào jù yǒu líng tǐ hé ròu tǐ
天 告 诉 你 们 ： 因 为 人 道 具 有 灵 体 和 肉 体 ，

suǒ yǐ kě yǐ shuāng xiū guǐ dào yǒu ròu tǐ ma ā xiū luó dào yǒu
所以可以双修。鬼道有肉体吗？阿修罗道有

ròu tǐ ma chù sheng yǒu méi yǒu zhì huì běn xìng de líng tǐ chù
肉体吗？畜生有没有智慧本性的灵体？畜

sheng de líng tǐ shì gù dìng de bú shì rén de zhì huì de nà zhǒng líng
生的灵体是固定的，不是人的智慧的那种灵

tǐ bú shì pú sà zhì huì de nà zhǒng líng tǐ ér shì shòu guo chǔ lǐ
体，不是菩萨智慧的那种灵体，而是受过处理

de xiàng èr shǒu huò shì de bú shì yuán xíng de líng tǐ le
的像二手货似的，不是原型的灵体了。

Kesembilan, mengurangi pengeluaran untuk menghemat berkah. Sebisa mungkin kurangi pemborosan dalam hidupmu dan biaya pengeluaran dalam keluarga, kita harus menghargai keberuntungan. Mengapa di Alam Manusia, kita bisa membina diri sampai ke Alam Surga, namun juga bisa jatuh ke Neraka? Sesungguhnya Alam Manusia adalah alam yang sangat aneh, karena alam ini merupakan tempat untuk meminjam kepalsuan demi membina kebenaran. Apabila kamu tekun membina diri...

di Alam Manusia, maka kamu mungkin selamanya tidak akan jatuh ke bawah. Namun jika kamu menggunakan tempat ini untuk melakukan banyak sekali kejahatan, maka kamu mungkin selamanya tidak bisa lagi menjadi manusia. Alam Manusia bagaikan stasiun transit. Ada banyak pendengar yang bertanya kepada Master, mengapa kita hanya bisa menjalani pembinaan diri di Alam Manusia? Master tidak punya waktu untuk menjawabnya, hari ini saya akan memberi tahu kalian:

karena di Alam Manusia memiliki jiwa dan raga, maka kita bisa menjalani pembinaan ganda. Apakah Alam Setan memiliki raga? Apakah Alam Asura memiliki raga? Apakah binatang memiliki jiwa yang bersifat dasar bijaksana? Jiwa binatang itu sudah permanen, bukan seperti jiwa manusia yang bijaksana, bukan jiwa yang bijaksana seperti Bodhisattva, melainkan seperti barang bekas yang sudah diproses, bukan jiwa yang semula.

dì shí cún bēi xīn yǐ yǎng dé rén de dào dé shì zěn me yàng lái
第十，存悲心以养德。人的道德是怎么样来

de yīn wèi nǐ cí bēi rén jiā nǐ bēi mǐn rén jiā nǐ gǎn jué zhè ge
的？因为你慈悲人家、你悲愍人家，你感觉这个

rén kǔ nà ge rén kǔ nǐ de dé xìng jiù chū lái le shī fu jiào yù nǐ
人苦、那个人苦，你的德性就出来了。师父教育你

men kàn jiàn shéi dōu yào jué de tā kě lián nǐ jué de rén rén dōu kě
们看见谁都要觉得他可怜。你觉得人人都可

lián nǐ jiù yǎng chéng cí bēi xīn le
怜，你就养成慈悲心了，

nǐ jiù bú hèn rén jiā le jī fú dé a shén me jiào yǎng dé nǐ de
你就不恨人家了，积福德啊。什么叫养德？你的

dé xìng shì yǎng chū lái de shén me jiào yǎng bú shì yǎng hái zǐ de
德性是养出来的。什么叫养？不是养孩子的

yǎng shì péi yǎng chū lái de suǒ yǐ wéi rén cí bēi shì wéi rén zhī tiān
养，是培养出来的。所以为人慈悲是为人之天

dì zhī běn xué fó xiū xīn kě yǐ bǎo chí nǐ de zhè ge běn jiè
地之本。学佛修心可以保持你的这个“本”，借

jiǎ xiū zhēn cái shì zhēn zhèng de ài xī zhè ge běn
假修真才是真正 的爱惜这个“本”。

péi yǎng fó jìng jiè , jiān chí dù zhòng shēng cái néng ràng zhè
培 养 佛 境 界 , 坚 持 度 众 生 才 能 让 这

ge “běn” dé dào qīng yuán , huí guī tiān jiè , gòng zhèng wú shàng
个 “本” 得 到 清 源 , 回 归 天 界 , 共 证 无 上

zhèng děng zhèng jué
正 等 正 觉 。

Kesepuluh, menjaga welas asih demi mengembangkan moralitas. Dari manakah moralitas seseorang berasal? Karena kamu berwelas asih kepada orang lain, karena kamu mengasihani orang lain, kamu merasa orang ini menderita, orang itu menderita, maka moralitasmu akan muncul. Master mengajarkan kalian, melihat siapapun, kalian harus merasa dia kasihan. Jika kamu merasa setiap orang itu kasihan, maka kamu sudah mengembangkan perasaan welas asih,

kamu tidak lagi membenci orang lain, mengumpulkan pahala kebajikan. Apakah yang dimaksud dengan mengembangkan moralitas? Budi baik kamu muncul karena dikembangkan. Apakah yang dimaksud dengan dikembangkan? Bukan mengembangkan seperti mengasuh anak, melainkan pembinaan. Oleh karena itu, sifat welas asih merupakan dasar utama manusia di alam semesta ini. Menekuni Dharma dan membina pikiran bisa menjaga “dasar utama” ini,

dengan meminjam kepalsuan duniawi untuk membina kebenaran, berarti kamu baru benar-benar menghargai “dasar” ini. Dengan membina kesadaran spiritual Buddha dan terus menyelamatkan kesadaran spiritual semua makhluk, kita baru bisa membuat “dasar utama” ini tersucikan, lalu kembali ke Alam Surga, bersama-sama mencapai penerangan yang paling sempurna (anuttara samyak sambodhi).

wenda20150906A 22:43

gǎn ēn xīn néng péi yǎng zì jǐ de cí bēi xīn
感恩心能培养自己的慈悲心

nán tīng zhòng gǎn ēn xīn kě yǐ bāng zhù wǒ men chàn huǐ de gèng
男听众：感恩心可以帮助我们忏悔得更

hǎo shì zhè yàng ma shī fu
好，是这样吗，师父？

tái zhǎng dá gǎn ēn xīn jiù shì cí bēi xīn cí bēi xīn de jī chǔ jiù shì
台长答：感恩心就是慈悲心，慈悲心的基础就是

gǎn ēn yí gè rén bù dǒng de gǎn ēn bié rén
感恩。一个人不懂得感恩别人，

zhè zhǒng rén wǒ gào su nǐ huó zài zhè ge shì jiè shàng méi yǒu shén
这 种 人 我 告 诉 你 ， 活 在 这 个 世 界 上 没 有 什

me jiù de nǐ nà rú hé xún zhǎo zì jǐ de gǎn ēn zhī xīn shī
么 救 的 （ 嗯 。 那 如 何 寻 找 自 己 的 感 恩 之 心 ， 师

fu gǎn ēn zhī xīn yào xún zhǎo de a nǐ duì rén jiā hǎo yì diǎn bú
父 ？ ） 感 恩 之 心 要 寻 找 的 啊 ？ 你 对 人 家 好 一 点 不

jiù jiào gǎn ēn ma bà ba mā ma duì nǐ hǎo nǐ duì bà ba mā ma gǎn
就 叫 感 恩 吗 ？ 爸 爸 妈 妈 对 你 好 ， 你 对 爸 爸 妈 妈 感

ēn zhè hái yào xún zhǎo a
恩 ， 这 还 要 寻 找 啊 ？

xiào shùn nà shì tiān rán de ; zhōng chéng péng you nà dōu shì gǎn
孝 顺 那 是 天 然 的 ； 忠 诚 朋 友 那 都 是 感

ēn , yīn wèi péng you bāng guo wǒ , suǒ yǐ wǒ yào bāng péng
恩 , 因 为 朋 友 帮 过 我 , 所 以 我 要 帮 朋

you 。 zhè bù dōu shì gǎn ēn ma hái yào zhǎo a nǎ lǐ
友 。 这 不 都 是 感 恩 吗 ？ 还 要 找 啊 ？ 哪 里

zhǎo ? běn xìng dāng zhōng zhǎo míng bai ma ò , míng bai
找 ？ 本 性 当 中 找 。 明 白 吗 ？ （ 哦 , 明 白

le , xiè xie shī fu cí bēi kāi shì !)
了 , 谢 谢 师 父 慈 悲 开 示 ！)

wenda20150906A 22:43

Rasa syukur dapat menumbuhkan welas asih

Pendengar pria: Rasa syukur dapat membantu kita untuk bertobat dengan lebih baik, benarkah begitu, Master?

Master menjawab: Rasa syukur adalah welas asih, dan dasar dari welas asih adalah rasa syukur. Seseorang yang tidak tahu untuk berterima kasih kepada orang lain, saya beri tahu kamu, orang seperti ini tidak tertolong lagi di dunia ini.

(Ya. Lalu bagaimana menemukan rasa syukur diri sendiri, Master?) Apakah rasa syukur itu perlu dicari? Kamu memperlakukan orang lain dengan baik, bukankah itu disebut rasa syukur atau terima kasih? Ibu dan Ayah baik kepadamu, kamu berterima kasih kepada Ibu dan Ayah, apakah ini masih perlu dicari? Berbakti itu adalah hal yang alami; kesetiaan kepada teman adalah rasa syukur, karena teman telah membantu saya, jadi saya ingin membantu teman. Bukankah ini semua...

adalah syukur? Masih perlu mencarinya? Ke mana mencarinya?
Cari di dalam sifat dasar diri. Mengertikah? (Oh, sudah mengerti,
terima kasih Master welas asih memberikan wejangan!)

gǎn ēn
感恩

Terima Kasih



翻译当中只要翻译70%~80%是对的，就不会有偏执。

~180520新加坡辅导讲座提问

*Asalkan dalam terjemahan 70%~80%
benar, maka tidak akan menyimpang.*

~180520 Tanya Jawab Kelas Bimbingan Singapore

*Terjemahan ini bukanlah terjemahan resmi, jika ada
kesalahan dalam terjemahan berikut,
mohon Na Mo Shi Jia Mou Ni Fo, Na Mo Guan Shi Yin Pu Sa,
Para Dewa Pelindung Dharma dan Master memaafkan.*