

尊敬的師父上人，尊敬的各位法師，尊敬的各位同修，大家上午好！大家請坐。今天上午利用兩個小時的時間，講這麼樣一個題目，「克念作聖，回歸自性」。師父上人在講經的過程當中，曾經多次提到世尊和彌勒菩薩的一段對話，釋迦牟尼佛問彌勒菩薩心有所念，這個心有所念是指六道凡夫，就是說六道凡夫心有所念，這個念是幾念？就是有幾念、有幾相、有幾識？問了彌勒菩薩這麼一個問題。彌勒菩薩回答說：這個念一彈指之間有三十二億百千念。這裡的念是指自然現象，這個相是物質現象，這個識就是精神現象。大家想一想，一彈指有這麼多個念，可見凡夫的念頭是多麼繁雜，從出生一直到最後，一時一刻都沒有歇著。

彌勒菩薩告訴我們，說這個念是「念念成形，形皆有識」。念念成形是說什麼？就是答覆世尊問的相，這個形就是相、形狀，是物質現象，是你能看得見的。說有幾識？這個形皆有識，是答覆世尊所問的識是什麼。受想行識，受想行識是指精神現象，就是《般若心經》裡講的五蘊，色受想行識，色就是形，受想行識就是識。色受想行識是怎麼樣產生的？換句話說，物質現象和精神現象是怎麼樣產生的？就是一念之間。這個念不是心有所念，心有所念是無數個念積累起來的。波動產生了物質現象和精神現象，這個產生過程我們是看不見的，因為它的速度太快。我記得師父講經的時候經常給我們看一個小膠捲，用這個來說明它的速度之快。比閃電還快，念頭這個意念比電光還快，就如經上所講的念念不住。因為這是事實的真相，佛菩薩才告訴我們，「凡所有相，皆是虛妄」。我們看到的似乎有形有相，但是就是這些，它確確實實皆是虛妄，「一

切有為法，如夢幻泡影」。

師父上人給我們總結了十二個字，「一切法無所有，畢竟空，不可得」。特別是最後那三個字，特別重要，不可得。一切相都是假相，都是不可得的，現在我們凡夫所追求的，恰恰就是這個不可得虛妄的相。追求這些東西，把我們凡夫累得夠嗆，真是划不來。因為這是事實的真相，不可得，你還有什麼可追求的，還有什麼可爭的，還有什麼可放不下的！所以釋迦牟尼佛講經說法四十九年，前幾天我跟大家說，四十九年講經說法說的是什麼？就是兩個字，「放下」。師父他老人家講經說法五十三年，講的什麼？還是這兩個字，「放下」。放下之後幹什麼？成佛，就這麼簡單。所以說古大德、釋迦牟尼佛，包括我們的師父，他們所講的都是告訴我們這個事實真相，勸六道凡夫放下萬緣，老實念佛，今生成佛。講了這麼多年就是這麼一個中心意思。聽起來，那麼多年講了那麼多，很複雜，實際概括起來就是這麼簡單，就是讓我們放下成佛。

聖賢與凡夫有什麼區別？實際上就是一念之差，有念的是凡夫，無念的是佛菩薩，就這麼簡單。我們凡夫要把這些個念頭能夠控制住，能夠減少，能夠放下，凡夫就成佛了。所以我們學佛學什麼？學佛菩薩的智慧，學放下，然後達到我們的目的，今生成佛。成佛就是回歸自性。六祖惠能大師曾經對自性概括上二十個字，在這裡我就不重複了。師父這兩天講經的時候也多次提到這二十個字，就是「本自清淨」那二十個字，後面可能我還要提到。

中國古聖先賢說得好，「克念作聖」。這個「克」就是克服、克制；「念」就是念頭，也就是說妄想。你把這個妄想能夠克制住，能夠把它減少，你就達到一個什麼目的？就能夠作聖。作就是成為，當的意思；聖就是聖賢。聖就是佛，賢就是菩薩，就讓我們把念頭盡可能的克制住，然後我們回歸自性，我們能夠成為佛、成為

菩薩。這個念頭為什麼要克服？因為這個念頭它統統都是妄念，妄念就是不真實的、不切實際的、不合理的，或者是荒誕不真的，這個概括在一起就叫妄念。大家仔細想一想，我們每天從早到晚有多少個念頭？這些個念頭是不是都是在這個範疇之內？凡是在這個範疇之內，那就是妄念。

一個能夠克服妄念的人，就是可以成為聖賢之人，不能夠克服妄念，想成為聖賢很難很難，今生想作佛基本上沒有什麼希望。所以我們要想成為聖賢，一定要克服、克制妄念，妄念沒有了，正念就現前，因為正念現前才能成為聖人。妄念是煩惱，正念是智慧，佛家講的名詞叫菩提，要轉妄成真，就是回歸自性。為什麼說轉凡成聖就在一念間？就是這麼簡單的事，為什麼我們凡夫費這麼大的勁就是轉不過來？還是在六道裡翻轉、打滾、受罪？為什麼是這樣？為什麼我們苦不堪言還不回頭？就在於凡夫的妄念太多了，從一出生一直到走進墳墓，妄念一時一刻一分一秒都沒有停止過。我們仔細想一想，你要是走路，你說我想停一段休息休息，然後我再走，這個能做到。你說在我們生命的過程當中，我走一段，我休息一段，然後我再接著走可不可能？不可能，就這個是一點不會停止的。人從一落地，一直到你走進墳墓，你是一分一秒都不在停止的。這可能也叫一種精進，甚至可以說叫「勇猛精進」（加上引號），往哪精進？往六道裡精進，往三惡道裡精進，這個精進是非常非常危險的。我們每個人仔細想一想是不是這麼回事？你想你這一生到現在你停止過腳步嗎？沒有，你想停都停不下來。

既然是要克服妄念轉換念頭就可以覺悟、就可以成佛，我們現在不覺悟、不成就，究竟有哪些妄念在障礙著我們？凡夫的妄念實在是太多太多了，不能一一舉例子，說也說不完，就舉一個我們生活中比較普遍的例子，供各位參考、感悟。佛法裡經常講五欲六塵

，大家想一想，師父在講經的過程當中，經常勸我們要放下十六個字，這十六個字就是「自私自利，名聞利養，五欲六塵，貪瞋痴慢」。我們仔細想一想，這十六個字是不是統統都包括在這個妄念當中？這十六個字如果我們放不下，其他的妄念我們照樣放不下，這十六個字是主要的。我們要是對照自己，把這十六個字放下了，真正落實在行動當中了，你這個克念基本上就做好了一大半，甚至更多一些。可是我們凡夫往往貪戀的就是這十六個字，哪個也捨不得放。

我記得昨天我在講課過程當中舉了一些具體例子，某某人如何如何，某某人如何如何，舉的都是我所經歷、我所遇到的真人真事。他們為什麼後來連命都搭上了？就是這十六個字把他們害苦了、害慘了、害死了。很多人這些個東西不但自己貪戀，還非常喜歡和這些個東西交朋友，而且成為摯交，這個也捨不得，那個也捨不得，這樣的人，他的人生就很悲哀、很可憐，沒有幸福快樂可言。有時候同學們在一起閒說話，說起誰快樂？我就覺得現在在周圍找出一個真正過得很瀟灑、很快樂、很自在的人，不太容易找，富人也煩惱多多，窮人也煩惱多多。可能我這個想法不一定正確，我倒覺得好像富人比窮人的煩惱更多。今天早上我們說話，我說師父講法曾經說過，要是你幹活賺了錢，夠三年生活用的，師父說剩下那兩年你就不用幹活了。不是生活夠用了嗎？我就潛下心來老實念佛，等錢花沒了，沒有生活費了，我再出去幹活。再掙錢，又夠活一段時間了，我再念佛。我覺得師父這個建議倒是滿好的。

今天早上我跟我一起來的大雲還說，我說告訴你家海林，別忙忙活活賺錢。我說這樣，我給他定個指標，海林回去幹活幹到什麼程度就可以了？幹到我出門他能給我拿路費就行了，就這個標準。我說別整天，那叫競標，煞費苦心，還得走後門，累不累的慌？我

說這次標咱沒中上，好事，輕鬆。沒中上標，沒活幹，咱們閒著。現在不有吃、有喝、有住的嗎？咱們比上不足比下有餘就可以了。說是這麼說，實際真正做起來可能是很難，是不是賺了錢以後，要賺了一萬想我要賺兩萬多好，要賺兩萬我要是賺十萬多好。我現在就是這麼多年，因為經濟上一直是比較清苦，所以我倒沒有這個負擔。我就那樣想，有錢我能幹點啥我就幹點啥，夠幹啥我就幹啥，沒錢我就不幹。貓著念佛，擱家裡念阿彌陀佛不用錢，反正一天我吃兩頓飯，這兩頓飯吃飽了就行。晚上睡覺我有一個小單人床就夠了，我還有一個簡易的小佛堂，我能念佛、能拜佛，這就足夠了！所以現在我倒覺得我是世界上最瀟灑、最快樂的人，啥心也不用操。不操心這個滋味，是太快樂了！所以前兩天我勸有的同修放下，該交班交班，該休息休息，潛心念佛，提升自己的境界，好準備去作佛。否則把時間錯過了，機緣錯過了，你今生成不了佛，那是最大的損失。

為什麼人能活得很苦、很累？你看看你周圍現在左鄰右舍、親朋好友、同學同事，誰快樂、誰幸福？非常難找。反正我那些同學，我們高中同學現在經常聚會的不是太多，十幾個人。因為我們是六四年高中畢業，到現在幾十年過去了，有的同學已經去世了。所以我們這些同學在聚會的時候都非常珍惜。他們都非常羨慕我，因為一九九九年我得病的時候，我這些同學都為我送行，覺得我活不過來了；後來我活過來了，而且活得挺好。因為我其中有一個同學是醫學教授，內科的。他就說我，他說素雲，我是搞醫的，妳是創造了醫學奇蹟。我說為什麼？他說妳二〇〇五年那場病，半個月不吃飯、不喝水、不上廁所，發高燒三十九度左右，連續半個月一天都沒停，妳怎麼活過來的？他說從醫學的角度講，妳能挺七、八天，那就很不錯了，妳看妳半個月都挺過來了，妳怎麼過來的？我告

訴他，我說念阿彌陀佛念過來的。他說妳病到那種程度，妳怎麼還知道念阿彌陀佛？我說我病了，我只是起不來，但是我一點不糊塗，我心裡明明白白，頭腦特別清楚，念佛機二十四小時在我枕頭邊放著，一時一刻都沒停過。他說，我聽說妳還休克來著。我說那有，那是短暫的。他說妳怎麼休克的？他讓我給他學。

我說有一天孩子們沒在跟前，我跟我老伴說，趁孩子沒有在跟前，你把我扶坐起來，扶我去衛生間那邊走一走。結果他把我扶起來，我是先讓他把我扶起來，那時候腦袋抬不起來，就是這麼耷拉著。待會兒，我說你扶我下殼，你把我腦袋給我立起來。他就扶扶扶，還不敢大扶，扶扶給我腦袋這樣了。我耷拉著床坐著，這腿先待一會。我說往起拽，我扶著他的兩個肩頭，我倆面對面站著，哆嗦的把我扶起來了。扶起來以後，我這腦袋、這個脖子就像彈簧似的，挺不住，立不住。他給我扶起來，你不扶著它，它又耷拉下來了。所以我就用我的額頭頂著他的額頭，兩個手扶著他的肩，這不是我倆面對面，我說你往後退，我往前走，就這樣他往後退，我往前走，可能走了沒有十步，我就覺得一瞬間忽悠一下我就過去了。那我真是什麼都不知道了，等過去了以後我又明白了。因為什麼？我就覺得好遠好遠那個大山連綿，特別美麗那個風景，就在大山的後面有無數人在念阿彌陀佛，我看不著人，但是我能聽見那聲音特別洪亮，在山的那邊念阿彌陀佛。

待一會，我也不知道多長時間，我就過來了。過來，我老伴說妳休克了。我說是。他說妳幹啥去了？我說念佛去了。他說上哪念佛？我說我好像沒上哪，就大山那邊好多人在念佛，我聽著了。我老伴說，妳是不是聽我在念佛？我說你念了嗎？他說妳以前告訴過我，當妳要是過去了，不讓我喊妳的名，讓我喊阿彌陀佛。他說別的沒記住，這句我記住了，我一看妳肯定是忽悠過去了，我真沒喊

妳名，我就喊阿彌陀佛、阿彌陀佛。我說那是你念的！但是我聽的是好多好多人在念，不是你一個人在念。我說你念的，我還真沒聽著。完了他說，沒良心，妳看我給妳念過來了，妳還不領我的情。我說領情領情。就那次給我扶著站起來走那幾步，我一共休克兩次，這兩次都是大山那面在念阿彌陀佛，就把我念回來了，就是這樣。所以我說人的念頭特別主要，因為在我的心裡，我的念頭就是阿彌陀佛，我沒有別的。

所以我同學就說，在那種情況下，妳能活過來。他說我現在是信主，我這個同學，就是這個教授，他信主，他妻子也信主。我一開始也不知道，我給人家送了好多佛的光碟，老法師講法的光碟。有時候我還問問，我說你看了沒有，我給你送的光碟？要是看完了，我繼續給你送。他說現在正在看，正在看。後來我知道他在信主，我想他可能是沒看。但是我不知道他信主，我不是有意思去想讓人家信佛，我沒有這個想法。所以以後我就不再給他送我這面的光碟了。我就告訴他，你好好信主，你把《聖經》研究透徹，我說將來你上天。他也說，他說素雲，我將來上天堂。我說那也是一個好地方，福報大，但是不究竟、不圓滿。他問我，為什麼不究竟、不圓滿？我說將來你就知道了，你到天道以後，你還遇到殊勝的法緣，你就念阿彌陀佛，念阿彌陀佛你就去西方極樂世界了，這是最究竟、最圓滿的。他聽沒聽懂我也不知道，反正我就想先給他種個金剛種子，說不定啥時候這種子就發芽了、就開花就結果了。我願每一個人都能去見阿彌陀佛。

所以我這些同學聚會的時候就說素雲，當時我們想，太可惜了，這麼好個人，這麼早就走了。因為我們同學有的已經離開人世了，他們想素雲這麼好個人，怎麼這麼早就走了？但是我們又無能為力。沒想到妳活過來了，還愈活愈精神，愈活愈瀟灑，愈活愈健康

。我們同學在一起，譬如說我們吃飯，沒有我吃的東西，他們都吃葷，我從來不討厭人家吃。他們說那素雲妳吃啥？我說我作陪，你們想吃啥就吃啥。後來我有一個同學實在覺得不好意思了，你看我們大吃二喝的，素雲擱那坐著，陪著我們。我說我陪著，我給你們講故事，你們邊吃、邊喝、邊聽我的故事，我的故事能助你們下酒，喝多少不帶醉的。他說為什麼？我說你們知道我心裡想什麼？我心裡是這麼想的，不每個人都喝酒嗎？我就想酒變水、酒變水、酒變水，我把你們的酒都給它變成水，所以你們就喝不醉。實際這也是開玩笑。

但是他們說神奇了，你說我們湊在一起就這麼喝，他咋就喝不醉？換個地方喝，可能喝這一半都喝醉了。我說下次你們再聚會別落了我，我還來給你們變。我說有的魔術師，他那個魔術技術都不一定有我變得快、變得高。你看他還得手比劃，或怎麼怎麼的。我說我都不用動，我就面對你們坐著，我心裡一想，那酒就變成水了。所以同學們都說，素雲，聚會可缺不了妳，一缺妳就沒啥意思了。後來有一個同學說，我們得掂對掂對給妳弄點啥。因為它那個飯館，你就是做素菜，它也是葷菜味。完了他說，妳嫌不嫌？我說我不嫌，我沒那些說法。他說擱點蒜行不行？我說可以；說擱點蔥行不行？我說可以。他們說，妳真好答對，怎麼說都行、都可以。

後來他們說這個我們覺得對妳有點不尊重，你看明明知道妳吃淨口素，我們給妳整這個不太尊重。後來想個辦法，聚會的時候給我拿個大西瓜，說素雲，我們吃飯喝酒吃菜，妳吃西瓜行不行？我說：好好好、好好好。實際我平時真不吃水果。你們看我來這兒，每天飯後上水果，我每次我都沒要，我吃完飯就完了，我不吃水果。結果給我拿個大西瓜，說妳這頓飯最少妳得吃一半。那我就吃，也切好了，也放在盤子裡。所以我歇一會講一會我吃一塊西瓜，再



講一會我再吃一塊西瓜。他們把飯吃完了、酒喝完了，我半個西瓜吃進去了。所以後來他們說，這個就想出一個好辦法，每逢同學聚會我們就給妳帶西瓜。我說可以，有的就帶，沒有就算了。我說我給你們講故事，我就講飽了，我一點不餓。他說妳為什麼不餓？我說你們不知道這裡的祕密。後來我老伴說，人家有本事，人家有三寶，三寶加持，我老伴跟他們說。我那些同學就問，什麼叫三寶？我老伴說，這個我可說不明白了，反正我聽我老伴有時候就說三寶加持。他說可能三寶一加持，她就不餓了，要不你看人家半個月沒吃飯、沒喝水、沒上廁所，一直發燒三十九度，人家能活過來，咱們誰行？咱們不服不行，得服。

所以你說這個，你是不是也在度人？就用你的行動，就把他們度了。他們說這換個人是早死了，我們那時候去看妳，實際心裡就想，素雲沒多長時間了，就準備後事吧。我說你看後事準沒準備？準備了，我的同修們給我把終老的衣服做好了，褥子也做了，鞋也買了，衣服也做了，給我拿去了，小包包這藏那藏。我說不用藏，放在我枕頭邊，我走那天，我明明白白、清清楚楚，我先把它穿得利利索索的，然後告訴你們，阿彌陀佛要來接我了，你們念阿彌陀佛送我回家。他們說妳怎麼什麼都不忌諱？我們不想讓妳看見，怕妳心裡犯疙瘩，就是心裡有想法。我說沒有，這有什麼想法，生死它就是個圓，你幹嘛要怕死！

所以人這個念頭特別主要，如果我當初得這個病，我要心裡琢磨琢磨，我沒有多長時間活頭了，頂多也就是半年。那我可能天天念頭在這，天天算計我還有多少天活頭，天天想這個事，大概我早想死了。因為我沒想這個，我那個時候想的就是阿彌陀佛，而且我那個時候真是一部《華嚴》救了我。在醫院五十七天看了十二本《華嚴》，你想想這是需要功夫的，那有時候晚上它不關燈，只要它

不關燈我就讀經。雖然是絆絆磕磕的沒完全讀懂，但是我覺得讀《華嚴經》確實起作用了，真是佛力在加持我，只是那時我不知道，這是一種冥冥中的加持。所以你說這個念頭有多麼重要！

和我一起住院同樣病的，就我知道是四個，我是年齡最大，病得最重。醫生說我是隨時面臨死亡，說我是排第一號。第二號是大慶一個年輕的同修二十四歲，處對象剛處成準備結婚，就在這個時候她就得了這個病，和我住在隔壁病房。她每天上我哪去就是哭，她說劉姨，怎麼辦？我這個對象還能不能處成？我說孩子這就看緣分，如果因為妳得了病，他就離妳而去，我說他不黃，妳也跟他黃。這沒有什麼真情實意，是不是？如果妳得了這個病，他能夠好好照顧妳，能陪伴在妳的身邊，我心裡想就是妳走那一天，妳心裡也會很安慰的，但是妳是不是能夠遇到這樣的緣？所以她說，她一打完針就喜歡上我那屋。她說劉姨，我喜歡坐在妳身邊，坐在妳身邊，我就覺得踏實。她說醫生說了，妳隨時面臨死亡，我看妳這麼樂觀，確實我很受感染。她說我就想，我就看我劉姨，我劉姨要是死不了，我肯定死不了。我說劉姨保證不死，我一定給妳做榜樣。我說妳就堅定信念，妳說我劉姨死不了，我也死不了。她說那大夫說妳沒有多長時間了，那咋辦？我說他說的不算數。她說誰說的算數？我說我自己說的算數，我說死不了就死不了。完了一直到我出院，這個年輕的同修還沒有出院，但是我出院之前，我再三的鼓勵她，一定要堅定信念，好好的活著，我說妳畢竟還很年輕。我告訴她，我說我不知道妳信不信佛？我告訴妳念阿彌陀佛、念觀世音菩薩。她說劉姨，我記住了。這是第二個。

第三個就是和我同屋的，三病床的小黃蓉，十五歲一個小女孩，她是沒有堅持到一年，十一個多月這個孩子就去世了，這是第三。第四號的是一個小患者四個月，大家想想，這你不承認佛講的因

果能行嗎？你說他們分析我，分析這個大人，什麼生活負擔重、工作負擔重、著急上火、心情不好、壓力大，得的這個病。那你說四個月的孩子，剛出娘胎，他上什麼火、著什麼急、有什麼壓力，他怎麼也得這個病？所以現在這個疾病已經沒有年齡段了，我們一定要注意，要把自己的心念清清淨淨的，每天都活得那麼快樂、那麼瀟灑。

你想有什麼事！我現在我怎麼跟你們說，你們才能相信？就是你心裡不要裝人。那天我說了三不裝，你裝人你就憎愛多，就是說我喜歡這個，我討厭那個。你不要裝人，都是匆匆過客，你就包括在大街上擦肩而過的，就是這一面之緣，有的緣長一點，有的緣短一點，包括自己的老伴、兒女、親人也都是來了緣的，你不要把他們裝在心裡。不裝人，你就沒有憎愛，清淨了。第二不裝事，你裝事就是非多，這件事誰對了，那件事誰錯了，這些事就攪得你心神不安。所以咱不要裝事，不裝事你就沒有那麼多是非，誰說你個長，阿彌陀佛，說你個短，也念阿彌陀佛。這兩天我說了幾次，我說三十多年前我被人家誣陷、中傷、毀謗，換個人可能早跳樓自殺了，可我沒自殺。我一不討論、二不爭論、三不辯論、四不解釋，我就想天知地知，我自己了解我自己，隨著時間的推移，你是個什麼人自有見證就完了。你幹嘛被別人所左右？人家說你，你受不了，你就委屈自己，憋屈自己。人家折磨你，你還折磨你自己，你就是幫凶，你幫著人家折磨你自己，那是幹傻事。所以一定要拓開心量，把自己的心態放平和。

你就那樣想，每個人腦袋上都長一個嘴，你能給人貼上封條嗎？人家喜歡說啥就說啥，是不是？你就是說好，阿彌陀佛；說壞，阿彌陀佛；打我，阿彌陀佛；真是你一腳給我踹倒了，我擱地上躺一會休息休息，是不是？你吐我幾口唾沫，我不用擦，費事，太陽

一曬它就乾了。你就這個心態誰能把你怎麼樣！反正我現在我就是，我給我自己畫個畫，誰都不知道。我照著鏡子我就畫我自己，我沒畫這個圓臉，我畫兩個眼睛畫上了，畫一個嘴，我這個為什麼沒有這個輪廓？我告訴大家，我就是告訴我自己，妳是大臉分子，妳這個臉沒有邊、沒有樣，誰願意咋說咋說，你說去，我臉大。另外我畫這個嘴，我是嘴角向上的，嘴角向上啥意思？笑呵呵的。畫那眼睛是小月牙眼睛，那也是笑臉。然後我還挺美的，我還畫兩個小酒窩，我就看我自己給我自己的這個自畫像，我真覺得挺美的。每天我對著鏡子看我自己，和這個我畫的能不能對上號。

有時候跟我老伴一生氣了，我馬上就跑去照鏡子，一看嘴角向下了，這個眼眉豎起來了。完了有時候自己安慰自己，這個臉也挺好，這是金剛像，我給自己辯護，我說那個嘴、那個眼睛是金剛像，實際那是錯的，你心態不平和不，你才現這個相。你每天應該給大家看的都是佛臉、菩薩臉。你看那佛菩薩多莊嚴，為什麼我們都喜歡菩薩、喜歡佛？就是說相好莊嚴！我們每個人的相也能莊嚴，就是我們好好修，怎麼修？心態，心態要平和，一定要平和。你說這兩字多簡單！你看先是平，然後才能是和，你要不平，你肯定你和不了。所以這是很簡單一個方。我那天我還開玩笑，我講課最後給大家留了一個美容的方。我說你們都願意去美容，老太太這一生也沒有美過容，化妝品啥也沒擦過，就知道有個雪花膏（小時候），還沒擦過。我說那個方你們別忘了，天天微笑，你的容貌自然好，比吃藥都靈，比你們去美容院做美容要強的多得多。

再一個就是欲望。欲望，現在最嚴重的問題就是貪，什麼都想歸為自己所有。你想想，你仔細想想，你貪得再多，你走的時候你能帶的去嗎？所以我勸大家，把你們最喜歡的，最捨不得的東西，捨，結緣出去，別攔自己那裡藏著掖著。別人有需要，我也不給你

，我寧可爛它，我也不給別人，這個可糟了，那你真是造罪業了，最後倒霉的是你自己，這些個東西都是你的牽掛。所以咱們什麼東西都不能貪。像我現在，我真是不說一無所有也差不多，同修們給我的衣服，我的態度就是誰穿合適誰就穿，我還不太喜歡穿新衣服。你說人家給你的衣服，說劉老師給妳衣服，有的時候實在拒絕不了，沒辦法，收下，收下結緣給佛友，誰穿合適誰就穿，就是這樣就完了。你要把這些東西都歸為己有，這些都是同修給我的，別人誰都不能動，我不穿，我給它擱在箱子裡，也不給別人，這個就太自私了。衣服不就是人穿的嗎？佛經不就是同修們讀的嗎？法寶就應該流通，包括法寶都不能貪，何況其他的了。

我們看看我們周圍往生的這些人，他們走帶什麼了？你們都看得清清楚楚，是不是兩手空空！小孩生下來的時候是攥著兩個小拳頭，你們觀察過沒有？新生的小孩，他一下生他是攥著兩個拳頭，第一句是苦！是哭的聲音，苦！人走的時候是搭撒著兩隻手，這叫撒手人寰，啥也沒拿著，兩手空空。你說這個簡單的道理，我們經常都遇得到，看別人能看得很明白，輪到自己看不明白了。像我們北方原來有個習俗，人走了，去世的時候兩隻手拿什麼？一個手拿打狗乾糧，窩窩頭、饅頭什麼的，打狗乾糧，一個手拿打狗鞭子。你說拿這兩個傢伙是上哪去？那不可能上西方極樂世界！上西方極樂世界也不需要這個打狗乾糧，也不需要這打狗鞭子。你說最後臨走就拿這兩個東西，苦苦追求了一輩子，這就是他走帶去的，有啥意思？那現在就連這個都沒有了，也沒有打狗乾糧了，也沒有打狗鞭子了，真是實實在在兩手空空走掉的。我們看到別人就想到自己，我們有一天也會走的，也會往生的。

前些日子不是傳我往生了嗎？當時有人就不太高興，怎麼這麼說話？我說沒什麼了不得的。那說我往生了也對，我早晚有一天會

往生的，只不過是時間沒有說準確，往生是沒錯的。我說到時候我真正往生的時候那不就對上了嗎？這個都不要生煩惱。有的人說我抓起來蹲監獄了。我說蹲監獄也不錯，坐那監獄裡沒有干擾，老老實實念阿彌陀佛，換個地方，擱家我也念阿彌陀佛，上那地兒我也念阿彌陀佛，還管我吃飯。你這念頭一轉，你就沒有煩惱了，否則的話我會生煩惱的，怎麼能這麼傳我？我好好在家念佛，人說我蹲監獄了；我活得好好的，說我往生了，那你就煩惱了。你看我這麼一想，我一點煩惱沒生。所以我都把它當成一個笑談了。

剛才我說到這個欲望，欲望是愈少愈好。欲望愈高，想得愈多，人活的就愈累。現在人很愛攀比，過去我一再跟大家說，這個攀比的心，我是從來就沒有過，我看著別人攀比，我就覺得挺累、挺可憐的。譬如說我曾經說過，我家住那個院子，應該說有錢的人多，滿院都是車，好多可能都是名牌車。完了有一天我老伴，我倆站在陽台上，我老伴說咱們家什麼時候能有個車？我說你出門不有車嗎？他說哪？我說公共車、出租車，我說我自己還有個1 1號車。他說妳那1 1號車是啥車？兩條腿！我說你不是說我長著兩隻仙鶴腿嗎？我這兩隻仙鶴腿就是車，1 1路車。我到哪的特點是，要沒有忙事，我不坐車，我走。如果要稍微忙一點，有公共車，我不打出租。實在沒辦法了，我才能偶爾的打一次出租，我就是這個順序。所以說我看我老伴就有點羨慕人家，你看人家幾乎家家有車，完了還告訴我，那個車你認識嗎？我說認識。他說那是什麼車？我說車。他又指那個，這個是什麼車？我說車。他說我問妳是啥牌子？我說啥牌子我這沒掛號，在我這都是車，每個車都是四個轂轆，都是拉著人跑，等同的，我不知道哪個牌和哪個牌。

我沒跟大家講笑話嗎？我上蘇州去人家拿寶馬車去接我，我哪認識是寶馬？完了坐上以後，非得讓我坐在司機旁邊的位置，我從

來都是坐在後面，我不習慣坐前面。第一次去也不熟悉、不認識，人家說劉老師，妳客人必須得坐在這個位置上。沒辦法，我就坐那了。坐那以後，一開車那車就吱吱吱吱叫喚，我還尋思它這啥車，它咋叫喚？但是不好意思說，再一開還吱吱吱吱的。我就問那司機，我說師傅，你這車咋叫喚？完了這司機說，老師對不起，妳沒戴安全帶。我說安全帶擱哪？他說擱那。這東西怎麼戴？我盡說大實話，我不會我就是不會，我不能像我們刁居士把安全帶掛脖子上。我曾經給你們講過這笑話嗎？你們看我那個光碟沒聽著嗎？有一次我們去吉林，我看見心城法師在這兒，我就想起吉林這個事了。那次婷燕去了，我們去接婷燕，把婷燕接著以後就坐在這小于開車，小刁那天不知道怎麼了，她就坐在小于旁邊那個副駕駛的位置上。完了這時候車開了以後，婷燕就說，她說得帶上安全帶。這小刁坐在那個位置，她也知道安全帶。後來她給我學，她說大姐我當時想，我不能說我不知道什麼是安全帶，叫人家香港客人笑話。她說我琢磨，一看，那門上掛一個，但是它是一個圈，這麼大一個圈擱那車門上掛著。她就想這個東西一定是安全帶，這安全帶終於找到了。往哪掛？琢磨琢磨一比量這個圈只能套脖子，不能套別的地方，完了 she 就把安全帶套脖子上。套脖子上這車一開她一晃，她就不就勒得慌，她難受， she 就把倆手摳在這裡摳著，完了這一開還一頓，一開一頓。她說這手擱著， she 也不得勁，完了 she 就自言自語了，她說這安全帶也不安全，我都上不來氣了。說到這時候，這小于才注意到這個事，小于這麼一側身，刁姨妳怎麼把安全帶套脖子上？完了小刁說，它就能套脖子上，套別的地方套不上去。所以我說，你看我們倆是不是她是我的開心果，我是她的開心果。我就想我在蘇州弄那個笑話，到吉林 she 比我那笑話還大，也好，鬧笑話大家哈哈一笑。出來這個笑話，你都不知道把我們笑到什麼程度，那車都不

能開了，迤邐歪斜了。後來我告訴小于，我說把車靠道邊停一下，大家卯勁的笑，笑夠了咱們再開車。後來把車停道邊，這大家笑的，真是的笑得肚子都疼。

後來小刁這個故事就成了我們的經典，我們三百來人繞佛，繞完佛我們有個最後收場節目，就是大家笑，圍個圈笑，就像齊老菩薩教我們的笑。完了小刁說，今天大姐講什麼題目讓大家笑？我說講妳那個笑話，沒有不笑的，他們就是聽一百遍了，大家再聽都笑。你看多開心！你看我們這念頭多好，快樂、輕鬆！別整得那個弦蹦得緊緊的，人在高度緊張的情況下，長期這樣下去，他身體的細胞由健康就變成不健康了，他就有病了。天天哈哈、哈哈，完了你看每天磕頭出一通汗，通身大汗；完了出去繞佛再出一通汗，然後再哈哈一笑，你說這個病氣、毒氣它能排不出去嗎？為啥我現在這麼健康，我告訴你這也是祕訣，我都不保密，如實的告訴大家，開心，每天多笑，想高興的事。這回你們誰有不痛快的事，趕快想刁居士這個安全帶的故事，你一想，你就開心了，就笑了。你甭想劉老師上蘇州，坐人家寶馬車還不認識，還不會戴安全帶。完了後來人家問說劉老師，妳知不知道接妳的是啥車？我說車。他說那是好車。我說好車。他說妳知道啥好車嗎？我說不知道。他說那個車叫寶馬。我說這個名我聽說過，管它是什麼馬，反正它最後那個字還得是車，寶馬車。我說我記得這一個字就行了，別的那寶馬我就不用記了。給大家說開心的故事，就是讓大家放鬆下來，別緊張，每天都樂樂呵呵的。我為什麼絕症病都好了，就是我樂呵，我把那病氣都樂呵出去了、都排出去了，所以我才健康的。我看你們緊張兮兮的，我真是，我都挺心疼你們的。所以我就想有功夫我就得逗你們笑。

剛才說欲望，我就插了這麼一個小故事。譬如說人要是時時滿



足，這個欲望很淡，或者是很少，沒有欲望就更好了，他就很快樂。我記得小時候，我們家是住在農村，我是九歲那年從農村搬到哈爾濱的。住在農村它就是一個鄉村生活，住三間草房，我外公、外婆帶著我住西屋，我爸爸、媽媽帶著我姐住東屋。那就是田園生活，田園風光。現在回想起來，我覺得那個時候的生活太美了。就是那雞鴨鵝狗的叫聲，我說比那交響樂都好聽，真快樂。那個炊煙裊裊，後來我記得寫作文的時候，把這個詞都用上了，因為就是小時候的印象。雖然生活很清苦，不是那麼富裕，但是基本上能吃得飽、能穿得暖。因為我媽媽非常愛乾淨利索，就是我們穿的衣服打補丁也都整整齊齊的，那補丁都四棱四角的，都給你弄得板板整整的，不會讓你破爛破戶的出去，這個是。但是你要說有新衣服穿，很少很少，基本都是我姐姐穿完的衣服我來接著穿，小了媽媽給袖頭給接兩個，各接一個袖頭，底下再接上一圈又變成能穿了，就是這樣。

睡的那個是火炕，大家都知道農村那個時候是炕席，那炕席一個花一個花的，可能現在咱城裡人根本就住不了，它硌得慌，那炕是硬的。我那時候就睡那樣的炕，覺得熱乎乎的、暖融融的，挺好挺好的。過年殺一口豬，吃幾頓豬肉，蒸點粘豆包，那都是過年的日子，平常日子吃不上這個。弄點酸菜粉，現在咱們吃酸菜粉那太普通了，我記得那時候吃點酸菜粉都得要過年。所以小孩為什麼盼過年？實際盼吃好吃的。就是這樣的生活，現在回憶起來，我覺得是一種幸福。我非常留戀那個時候的幸福。你說過年，什麼是零食？現在咱們這零食多得是，想吃啥有啥。我們那時候家裡的園子種幾棵向日葵，打出來那個向日葵籽，不說紙包紙裹的掖著藏著也差不多，因為怕小孩提前吃了。所以我媽媽就給它包好藏起來，不讓我們看見。過年拿出來，給它炒熟了，炒瓜子，這就是過年。那時

候都不知道什麼叫小食品？那就是我們的小食品。還有一種就是我外婆做的一種酸茶，那個酸茶現在我回憶起來我都特別想喝，它是用苞米麵，還是怎麼做的有一個流程，得發酵，然後多少天以後才能給你喝，而且那個酸茶是愈涼著喝愈好喝。那都是給你分一小點，一小碗給你嘗嘗，不是說讓你喝個夠。做一次，做那麼一小盆，就是這樣的。那就是我們當年最好的飲料，除了那以外我們什麼都沒有。但是現在回想起來，我覺得童年生活真是太快樂了，太幸福了！

我童年最讓我難忘的事是什麼？讀書，我特別喜歡讀書。那個時候因為家裡困難，就我爸爸一個人工資，大約當時是四十多塊錢。四十多塊錢，我媽媽是家庭婦女，我姐姐我倆上學。就是這樣，就總想去書店看書，當時那書店你不買人家是不借給你看的，你必須得買出來你才能看。看著那新出的一本一本書，心裡真是特別想，我能有這一本书，我就是最幸福的孩子。那時候好像剛出那個字兒錢，一分的、兩分的，最大的好像是五分。我媽媽給我零花錢，一次給你兩分、三分的，那就不錯了。我就用個小花手絹包著，把這字兒錢攢著，天天數啊數啊，恨不得這個字兒錢能長，就像那個種地似的，我種在地裡它多長出幾個，就那麼渴望的心情，盼著能把這個錢攢夠了去買這個書。我記得當時我買的第一本書是《志願軍英雄傳》，它是三本，你看它一出就出三本，我一本我都買不起。攢啊攢啊，好不容易把字兒錢攢夠了，那個高興！只能買一本，一塊四毛錢。那不知道攢多長時間，才能把這一本书的錢攢出來。攢夠了就去買，攢夠了就去買，就這樣。我那一段時間可以說我的小學和我的中學，我基本上是書伴隨我度過來的。那一階段出了那些書，確實都比較好，我覺得比現在出那書好。反正現在出的書我也不看，我孫女買回去那個書，我看不明白，人家那話是文謏謏的

，還不是文言文。你說不是文言文，還文謏謏的我還看不懂，有些個新名詞，就包括咱們現在電視裡經常說的，給力，是不是有這個詞？給力。到現在我還沒弄明白，啥叫給力？那是啥意思？就是現在你讓我說，我還說不出來。所以我對新鮮事物接受非常慢。

我跟大家叨咕叨咕我那個時候都讀了什麼書？就是《志願軍英雄傳》，後來這三本我終於都買齊了。我跟我媽商量，媽媽能不能再多給我點錢？那兩本書我想買。我回去就為了能夠讓媽媽同情我，給我錢，我就在那個書裡，第一本我不是買到手了嗎？我就給我媽媽讀，因為我媽不識字。我說媽媽，妳看看這個英雄，妳覺得他是不是好人？我媽媽說好人，這樣的好人難找。我說後面那兩本全都是講這個英雄的，妳給我錢我去買回來。我媽媽得算一算這個月的生活費夠不夠，就在那種情況下，我媽媽給我拿錢，我把另外兩本《志願軍英雄傳》的書也買回來了。這就是我買書的開始。然後我還買了《烈火金剛》、《鐵道遊擊隊》、《林海雪原》、《野火春風鬥古城》、《歐陽海》、《紅岩》，我記得那時候還有一本叫《真正的戰士董存瑞的故事》，反正我所讀的書基本上都和英雄沾邊，都是這方面的書。那時候也沒有像現在這些亂七八糟的書，好像都對人很有教育意義。你看我就知道空軍英雄有個張積慧，我怎麼認識的？我就是從書裡認識的。所以當年的那些書，就是現在你拿出來讀，我覺得都不過時。真是那個時期是書籍伴隨我度過了一個快樂的童年、少年乃至青年。

我的生活非常簡樸，這你們接觸我幾次都看出來了，我很少說換衣服，現在有時出來沒辦法多拿幾件衣服。因為小刁跟我說，大姐妳得勤換衣服，妳一不換衣服，老穿一件衣服，同修們就以為劉老師又缺衣服了，又得去給妳買。所以現在我就緊著換，今天穿這個，明天穿那個，就是要讓大家看，我有衣服穿，你們千萬別給我

買衣服，就起到這個目的。另外，就是來講課，穿哪個合適，對著鏡頭能夠更協調一些，這個考慮考慮。我在家你沒看，如果說外面街上那個乞丐穿的不如我，大概是不劃等號也劃約等號。有時候小刁一去都說我，妳啥呀，妳穿這個衣服，妳咋穿這衣服？我說這衣服挺好的，擱家裡穿著挺好的。有件衣服十年、二十年我都穿不破，是衣服就穿著。所以人如果這些個念頭沒有，你就很輕鬆，你成天想，我今天穿什麼名牌？明天穿什麼名牌？那累得慌。

我來的時候，可能是誰給我買了兩雙拖鞋，給小刁一雙，我一雙，擱在床底下了，我看著了，但是到現在，這幾天了，我來一禮拜了，我一次也沒穿。那天大雲來問說，劉姨妳知不知道這鞋是什麼牌？我說不知道。她說出來一個牌，叫一個什麼瑞，說完了之後，我說這個名我曾經聽說過，因為我姑娘有什麼衣服好像是這個牌，所以我有印象。我說那妳一說我知道了，是名牌。妳咋不穿？我說這兩天我一直穿樓下的拖鞋，我沒穿這個鞋。所以昨天我說小刁妳知道嗎？妳前生是富人家的一個小姐，妳會享受，所以我說這個高床妳來住，我來住這個低床。她說那能行嗎？大姐。我說沒關係，晚上睡覺一關門誰也看不著。她說我睡高廣大床，妳睡那小折疊床？我說行，我就睡這個得勁。所以這些天我一直睡那折疊床，小刁睡那大床。我給她講故事，我說妳是富家小姐，所以這個妳都會享受。她告訴我，大姐，睡這個挺舒服的。我說，正好，妳舒服妳住。她說大姐妳？我說我是侍候那富家小姐的丫環。她說是嗎？我說這開玩笑！實際上我覺得這樣挺自在的，她住那個她覺得挺舒服，我住我還不得勁。你看我倆一對調，她也舒服了，我也得勁了，多好！樓下那個小拖鞋，我一穿還挺習慣的。所以現在這兩雙拖鞋，我說小刁妳穿一雙，大雲來了，我說大雲妳一雙，你倆穿這個瑞吧，反正叫什麼瑞的，好像四個字還是五個字，沒記住。所以有些

同修聽了我這樣講，劉老師，可惜我們的一片心意了，給妳買那麼好的東西，妳也不識貨也不認識。真是對不起，但是你們的真誠心我是領了。

剛才說那個十六個字，譬如說五欲六塵，貪瞋痴慢，是不是也都是妄念？都是妄念。我們在電視上、在報紙上、在廣播裡聽到的一些官員，甚至一些高官落馬，什麼原因？不都是被這十六個字搞得神魂顛倒嗎？落馬就落在這個上了。這個有很多公開的報導，話來話去，就兩個：一個財、一個色。這不就是兩隻狼嗎？師父概括的，財色兩隻狼，吃掉了多少官員。但是有些官員還不引以為戒，覺得我不一定被發現，有一種僥倖的心理。一有這種心理，我想我勸你，還是謹慎一些，做官還是要做清官，不要做貪官，做貪官早晚都是回事，這個帳早晚都是要算的。

現在我們，就是我們的家庭，我們的親屬之間，現在也有很多這樣的情況，對立，夫妻對立，兄弟姊妹對立，父子對立，家庭內部成員誰和誰都不和氣。不和就引起了地震，引起了火山爆發，我們都有一分責任。別覺得，我們生氣，我們打仗，和那沒關係，不對。你生一次氣，地球的溫度就長一點，火山的爆發和你有直接責任。再有，前些日子我記得聽師父講，就是那個疑。過去這個疑我沒太重視，因為我平時好像不太懷疑什麼事，我對別人都沒有戒備，我看誰都挺好，至於人家背後怎麼弄，我不知道；我知道了，我也不生煩惱。所以我這個性格真是佛菩薩給我的，什麼事不往心裡去。師父上次講，我聽到那麼一段，說這個疑是咱們佛門的大忌，最大的忌諱就是這個疑心。疑心就是懷疑，不相信，半信半疑，對什麼事、什麼人都心存戒備。這個做為我們學佛人要認識到它的嚴重性。我們一定要把它改過來，不要懷疑。你用真誠心去對待別人，別人用虛偽心來對待你，沒關係，我們繼續用真誠心來對待他，

永遠用真誠心來對待他。如果到最後他還是不用真誠的心來對待你，我們認了，就這個緣。如果他也用真誠心對待你了，這問題不就解決了嗎？從我們自己做起，不要要求別人對我不疑，而要要求自己對任何人都不懷疑，你都把他看成他就是你身邊你最可親近的人、最可信賴的人。

所以說回想有的同修問我，說劉老師，我們接觸妳以後，一是感到妳活得很快樂、很瀟灑，二是妳的快樂和瀟灑也能感染我們，當我們有什麼不愉快的事，心裡很苦悶的時候，非常想跟妳嘮嘮，在妳身邊坐坐。她說哪怕是坐在妳身邊，我們就是不說什麼，好像那種怒氣、那種怨氣它自然而然就消了很多，心就淨下來了。後來小刁跟他們說，她說為什麼是這樣？譬如說有的同修，有一大堆問題要問我，心裡想了那麼多那麼多，見著我就說，怪了，我那麼多問題要問，怎麼我見著老師就一個問題也問不出來？完了小刁給他們是這樣解釋的，因為劉老師她心清淨，她心裡沒事，你們坐在她身邊，就是有這個磁場，就讓你也淨下來了，所以你想問的問題就沒有了。我想可能也有這個方面的原因，但是你說我心清淨到那種程度，可能我還沒有做到。這個我是聽師父講經的時候，舉過章嘉大師的例子。老法師說，那個時候他去章嘉大師那裡，去見師父，就是坐在師父的身邊，一句話不說，你就感到章嘉大師那個磁場特別祥和，讓你感到身心愉悅，這是師父講法的時候說的。後來我就體會到真是這樣，因為我來幾次香港，我單獨跟師父在一起的時候不是太多，但是就像這次吃飯，每次我都坐在師父身邊，你就感到那種磁場就不一樣，就讓你心裡非常靜。

我記得有一次我們上馬來西亞坐飛機，那天我是和師父挨著坐，我們一路上沒說幾句話，就剛開始沒起飛之前我和師父說了幾句話，起飛以後就再沒有說話，師父在那閉目養神。就在那一段時間

，可能也就一個多小時，不到兩小時的時間。我那個時候我就覺得，好像我那個靈感它自己就出來了，是不是這個磁場太好了，我就趕緊拿出幾張紙，拿個筆，我就把我靈感的東西記下來。就是那次我把眼鏡丟了，丟在飛機上，寫完了以後，眼鏡裝在盒裡，可能放在座位上，走的時候提著包就走，把眼鏡給丟了。腦子裡就是那些靈感，那靈感出來的時候就像山泉水似的，源源不絕的流下來。我就是記錄員，不是我動腦去思考的，那種幸福，那種快樂，不親身經歷你體會不到。所以我才知道，學佛真是一種享受，我現在還沒有得到最高享受，我得繼續努力。

所以有同修問我，說為什麼妳看妳的，意思是妳的生活水準很一般，家裡也有這樣那樣難心的事，妳為什麼能夠這麼快樂！我為了回答這些同修們，我自己理了一理，理出個頭緒，我理了這麼幾條。第一是我的欲望少，我的這一生不能說我沒有欲望，我只能說我的欲望相對我周圍的人來說，我的欲望少。我從來沒有追求過什麼，就是我想一件事，或者想一個東西，我一定要把它得到，我回想我這六十多年過來，好像我找不出來，我沒有追求過什麼。就說理想，人家有人說，人都有遠大理想，我記得我們高中時候寫作文，有一篇作文的題目就是「我的理想」。在寫這篇作文的時候，我就說我有兩個理想，我第一個理想是當一名人民教師，人民教師在我的心目中，地位是至高無上的。我可羨慕老師了，我覺得為人師表真是一個好職業，也可能我這個念頭從那時候就生起來了，最後我終於實現了，我真當了一名老師，這是我的第一個理想。第二個理想，我想當人民醫生，我覺得醫生，醫務工作者是白衣天使，這個職業我也羨慕。我就想，當別人有病苦的時候，他能夠妙手回春，能夠解除病人的病苦。所以當時我高中寫作文，我就寫了這兩個理想。這兩個理想不是我為了寫作文而編出來的，而是我真實想法

一九六四年高中畢業了，因為得了一場奇奇怪怪的病，過去我曾經說過，就是隨時隨地的休克，哪也不疼，哪也不癢，事先一點預兆沒有，就是休克。這是在我高中畢業的前兩個月，後來我爸爸就帶我去農村，找我的叔伯哥哥給我治病，治了兩個月。兩個月我治完病回來，考大學已經結束了，可我就啥事沒有了。這個時候我的班主任老師就問我想幹什麼？我說有什麼工作我都可以幹。老師說一個是去當老師，一個是去工廠，妳看看妳上哪兒？後來我姐也跟我說，她說工廠我給妳聯繫好了，妳去工廠吧。我說如果這兩個讓我自己選，我選擇去學校當老師。當時人們都說去工廠工資要高一些，去當小學的代課老師工資最低、地位最低，什麼時候能轉成正式老師還不一定。代課老師和正式老師是兩種待遇，這個我都知道，我也沒考慮，我說那我也選擇當老師。

就是這樣我一九六四年八月份到小學去當一名代課老師，工資二十九塊錢，那時候工資確實比較低。這個就是因為我沒有那麼高的欲望，所以我選擇了這個職業。我幹得挺高興，我和那些孩子們在一起，我就是孩子王。所以後來我把學生帶回家，因為我有四個小寶貝，四個小男孩，長得可招人喜歡了，就是十個數數不過來。你剛給他教會了，再讓他從頭數，他又忘了，你說怎麼辦？後來我就想出了個辦法，領回家去教，下班。四個男孩，正好我家四口人，爸爸教一個、媽媽教一個、姐姐教一個、我教一個，數筷子、數飯碗、數木頭塊，反正煙火棍，逮啥數啥，數手指頭，就這樣。所以鄰居都說你看老劉家，老劉家這老姑娘怎麼成了孩子王了？天天領這幾個小小子回來，這個家教的，教完了還領著他們玩藏貓貓。我家那飯鍋可大了，上面帶個大鍋蓋，農村那個飯鍋底下帶灶坑，燒柴火那種。完了我那個小寶貝其中有一個，他說老師老師，妳說



我藏哪妳找不著，我說我不知道。他說那飯鍋，那大鍋我要藏那把鍋蓋蓋上，妳保證找不著我。我說那肯定找得著你。他說為什麼？我說因為你告訴我了，你說你藏到鍋裡我找不著。

回想起那個時候的小學教師的生活非常欣慰。我還曾經破過一個案子，我給你講講我巧斷疑案的故事。有一天有一個女孩子，她是什麼？氣管炎，現在說也就像肺氣腫似的，就那麼小，就喉嚨喉嚨喉嚨的。那一天哭了，跟我說老師，我要交學費的三塊錢擱鉛筆盒裡丟了。因為那時候孩子上學是每學期三塊錢的學費。丟了，丟了你看她就哭。我說妳別哭，老師會給妳找到的。這一個班五十四個學生，你又不能翻學生的包，你咋找？我說可能我應該是一個神探的命。然後我就想，我就想起我看一本書講一個故事巧斷疑案，我就學會了，我就把那個方法搬到我這個事上來了。我就對全班的同學說，我說咱班有一個同學丟了三塊錢，這三塊錢是她這學期的學費，你看她都哭了，誰要拿了誰就給她偷偷的送回去，老師也不問是誰拿的，同學也不知道誰拿的，你就把它送回去。我想儘管是小孩，他也有自尊心。完了沒有反應，第一堂課下課以後沒有反應，我就想下課時間他要偷偷放進去這個事就結了，沒有。第二堂課我想不行，不能讓這個孩子再哭，再哭把她氣管炎給哭犯了。我用什麼辦法？我拿了一個印台盒，就是紅的印台盒，卡戳用的。我就跟同學們講，我說這三塊錢老師能找得到，為什麼老師能找得到？就是每個人用你的食指按這個印台盒一下，然後我準備一張大白紙，我說你們每個人印完印台盒，再往這張白紙把你的手印印上，沒拿錢的這個印是紅的，拿錢的你印上以後它變成藍的。實際這不是這回事，要我咋說我巧斷疑案。這些小孩都小孩，那小眼睛都盯著瞅著我，那沒拿的他自然就很坦然，那拿的他就心裡有點忐忑不安。我不想傷害孩子們，就他拿了，錯了改了就完了，我是這個理念

。我估計著是誰，所以他正好是坐在靠牆這一排，我讓大家按的時候，我就從靠窗戶這一排開始按。他沒拿的他就膽大，你讓我按我就按，蘸一個按一個、蘸一個按一個，這一排一排的這麼按。完了剩下的，這不一共四排嗎？一桌倆人，一桌倆人，這一共四排，剩下最後一排，我就放慢速度，我尋思下課再留一個工夫。我說現在咱們還沒有按完，下節課咱們接著按，下課大家出去玩去，我說誰也別在教室裡，老師也出去，這樣我就帶領學生們就出去玩去了，實際我就給這個孩子留個空檔。這個孩子就在這個時候，他就把這三塊錢偷偷的又送回那個女孩的鉛筆盒裡了。但是畢竟是小孩，他出來以後，他偷偷的告訴我，老師誰誰誰的錢在她鉛筆盒裡。我說老師知道了，挺好的。

如果要是再沒有這個結果，我再上課那肯定這一行也得按，你說就這個孩子他按它照樣是紅的，它根本不可能變成藍的。後來我都想，如果我要真讓全班都按了，全是紅的，妳老師咋下台？但是我那一次，我就有台階了，因為那一行沒用按，這個案子就破了。所以上課我就說，我就跟那個同學說，我說妳看看妳的鉛筆盒，妳的錢在鉛筆盒裡，妳是不是剛才放錯地方了沒看到。她一看，老師錢在這。這個事就解決了。所以說就這件事，當年我做的時候覺得有一種孩子氣，現在回想起來我覺得太可愛了，這些孩子們。我覺得我那時小老師也挺可愛的，你看我參加工作那年是不到十九歲，學生是八歲，上小學一年級，我是十九歲不到，好像是這個年齡。你看小老師教小學生是不是挺有意思的！你要是現在老師會不會這麼處理問題，那得呼號一頓喊叫，我不知道能怎麼處理。所以我覺得那個時候的老師和學生那種感情真是非常真摯的，老師確實是從內心愛自己的每一個學生。我有時候我都心疼他們到什麼程度，要我心軟。我這四個小傢伙其中有一個是什麼特點？單眼皮，小眼睛

特別小，他一著急，你要批評他時候，他就腦袋上的血管全都凸出來，青筋暴露的，完了那小眼睛小眼皮耷拉著，小腦袋低著。有時候我批評他的時候，我一看他這樣我心就軟了，他再兩行眼淚劈里啪啦、劈里啪啦掉下來，我就不忍心批評他了。我說好好好，認識到錯誤沒有？認識了。認識回去。就這樣。

所以後來有的人就說我護學生，人家說得比較不文明，說我護犢子，我自己給它轉一轉說我護學生。說你看那個劉老師，她們班的學生淘到那種程度，你看她批評，輕描淡寫，說那麼兩句，有時候看人家學生哭了，你說她還給人擦擦眼淚，那你莫不如別領辦公室來批評，就這樣。所以我現在說，如果現在說你再重新選擇職業，你再去工作，我肯定選擇當老師。我是小學一年老師我當了，中學的老師我也當了，小孩小孩我都教了，反正不管小孩小孩在我這裡都是孩子。我教的大學生，最大的比我小七、八歲，七〇屆畢業的，現在就是六十歲左右了；第二茬學生是七四屆畢業的，現在是五十五歲左右；第三茬學生現在是五十歲左右，就這麼一個階梯似的。所以現在學生見著我，都愛回憶我們過去那一段師生相處的生活，我也非常留戀。

生活簡單，人沒有壓力。就說住這個房子，我現在可滿意了。我開始結婚的時候和我公公婆婆住一個炕，中間一個木頭板隔著，那個炕可能有四五尺長，中間隔開，一半也就二尺多，不到三尺，就這麼大個地方。後來我升級了，我住了一個套間屋，婆婆公公帶孩子住外屋，我和我老伴住裡屋，六米，我就住一個屋了，六米。再升級我又長了兩米，我又住了一個八米的屋，這回就不是套屋了，是我和婆婆的屋對門，中間有個小走廊。你說這不是在進步嗎？一鋪炕變成了六米，六米變成了八米。然後後來到省政府分我一個房，這回大，四十六米，我第一次去看，一進屋，哇！這麼大的房

子，我從來沒看見過這麼大房子。所以我那些同事都說，啥見識沒有，四十六米的一個房子都沒人要的，給她看給她高興得夠噲。到現在這房子我兒子住著，挺好，倆屋一廚一廳，規規矩矩的。所以後來我生病了以後，我的好朋友說我住那房子不對勁，讓我姑娘給我換房子。我姑娘就是風風火火的，用貸款給我買了一個八十三平米的房子，更大了，三屋一廚一廳，這就是我這一生當中住的最大的房子。我說整這麼大房子幹啥，收拾還怪費勁的，小房子我拿抹布一轉我擦完了，收拾完了。你說這大房子，這個屋得擦，那個屋也得擦的，我都還不太習慣。所以我非常知足，知足我就快樂。

不是一九七八年就是一九七九年我們工廠蓋了兩次樓房，第一批樓房蓋完了以後，職工們給起了個名，叫紅眼樓。聽這個名就明白了，大家都想住這個樓都爭紅眼了，所以叫紅眼樓。這是第一批。第二批又蓋了一批，這回這名更怪，叫瞪眼樓。就是你瞪眼你也整不下來，你也住不上，所以乾瞪眼，就這個意思。那時候我在當校長，有一天一個老師就跟我說，說那個劉校長，妳家分那個瞪眼樓了。我說我家分什麼瞪眼樓？她說真的，工廠那個大榜都張出來了，妳家老公公那名就在那大榜上。我說不可能，我家也沒申請，也沒要房，另外那都瞪眼了，我也沒瞪眼，它怎麼還來了？她說真是，妳看看大榜。我說在哪掛著，她就領我去看這個大榜，大榜真是有我公公的名字。我回家就問我家老爺子，我說你申請要過房子嗎？我公公說沒有。因為他老人家已經退休了，他也不太出門。我說那你怎麼上榜了？咱家分著那瞪眼樓了。後來我聽人家說，說人家按照某某某的條件畫的這個圈，我正好符合這個圈，就這個線就把我畫到圈裡了。所以我們學校老師說，妳真是有福，別人瞪眼都瞪不來，紅眼也沒紅來，妳說妳就攔這兒老老實實的，啥也不知道，完了這個房子就讓妳得了。這就是我第一次住樓房，原來我住的

全都是小房，平房。這個樓房是兩屋，大屋十四米，小屋是八米。我不是剛才說，我升級住了一個八米屋嗎？我就住的這個屋。所以他們後來都說，妳也不爭，妳就得到了，我們這麼爭都沒掙到。我說那你就瞪眼，你看這名都起叫瞪眼樓。所以我告訴大家，你命裡有的不用爭，命裡沒有的，你爭也爭不來。我這就是實例，我長這麼大，六十多歲，我從來沒爭過，不管是官，還是東西，我從來沒有爭過。這是我第二個比較輕鬆的原因，就是我的欲望比較少。

第二，就是我生活簡單。第三是我心地比較善良，我心軟，用東北的話說心軟。我軟到什麼程度？我看不得別人有難處，我自己怎麼難、怎麼苦，我都能承擔，我都能扛著。別人有難有苦，我看不下去，我能夠盡力去幫他。我的理念是什麼？別人對我有一點一點的恩，我都要記著報恩。我對別人做的一切事情都是應該應分的，我會盡力而為去做的。所以這樣我做什麼事情，從來沒有要求過回報，心想我照顧過誰？我幫助過誰？將來他怎麼能對待我，怎麼報答我，我這個念頭沒有。你看就包括我一九九一年供那五個學生，從一九九一年供到二〇〇四年，就到現在為止，這五個孩子我一個都沒見過，都是湖南的，一個我都沒見過。現在我們之間也沒有通信聯繫，我從得病，病重以後，我就不再和他們通信了。為什麼掐到二〇〇四年，二〇〇四年是最後一個小不點畢業。我想到此就可以了，我又病得那麼重，你看我二〇〇五年不是差點沒過去嗎？所以從那個時候開始到現在我們沒有聯繫。有的人說，妳應該給他們寫個信？這麼多年他們都這麼大了，可能有好幾個都成家立業了。最早的是八歲那年是一九九一年，而且這個孩子的兩個姐姐那肯定比他都大，應該最起碼是四個成家立業了，我估計。到現在沒有任何聯繫。他們說最起碼讓他們知道知道。我說知道什麼？只要他們學業有成，能組建家庭，能生活得幸福，讓他們的爸爸、媽媽能

夠輕鬆一些，我這面就非常滿足了，我沒有任何的要求。

咱們佛門不是講發菩提心嗎？真正的菩提心一定要是從愛開始，沒有愛，你發不出來菩提心。而且這個愛一定要是真誠的，而不是裝模作樣，做一種表演，表演給別人看，應該發自內心的真誠。這種真誠心對自己叫自受用，就是經上講的清淨平等覺。清淨心對自己是自受用，是清淨平等覺。真誠心對別人來說是他受用，就是經上講的大慈大悲。我家供的是三聖像，中間阿彌陀佛，兩邊觀音菩薩和大勢至菩薩。我那天看著佛像我就想，想了這麼幾句話，好像這麼寫的，「大願大力阿彌陀，大慈大悲觀世音，大智大慧大勢至，是我學習好楷模」。我們學佛不要就是我天天衝著佛像磕多少頭，我供多少供，我上多少香，我一直不是這個理念。就是佛像是給你表法的，每尊佛你應該重點學他什麼。我學阿彌陀佛，我學阿彌陀佛的大願大力，四十八願度眾生；我學觀音菩薩，我就學他的大慈大悲；我學大勢至菩薩，就學他的大智大慧，因為大勢至菩薩是智慧菩薩。這三位菩薩就是我學習的楷模，每天我要面對他。我家佛堂特別簡單，就是三尊佛像，一對蓮花燈，一杯水，一個香爐，其他什麼都沒有，就這麼簡單。所以我們學佛一定要學到正地方，要把佛所表的法，看明白，學過來。

佛門弟子、做佛的學生，常常是用真誠心來對待自己，對待別人，你是快樂的。如果是這樣做，一定是法喜充滿，一定是常生歡喜心。記不記得六祖惠能大師見五祖的時候說的一句話？弟子常生智慧。這個智慧是從哪來的？從真誠來，從歡喜來，從菩提心來。以一般的，咱們老說，天天這麼多煩惱，要不我們怎麼是凡夫？凡夫常生煩惱，你看惠能大師是常生智慧。我們一定要轉變這個念頭，把我們常生煩惱的念頭，轉變成常生智慧的念頭。那個智慧生也是一種快樂，智慧不是想出來的，不是琢磨出來的。有的同修說，

劉老師，有些事妳怎麼就知道，那個答案從哪來？我昨天說了，我那個答案從哪來？從念阿彌陀佛來，念阿彌陀佛定！為什麼師父一再講戒定慧？你有定力，你在定中得到的東西那是真實的，那是智慧，不是你動腦思考琢磨出來的。譬如現在也可以跟大家簡單說說，我現在晚上經常工作，就用工作這倆詞。

昨天晚上我又表演了。刁居士今天早上起來就問我，大姐，妳昨天晚上那是幹啥？我說我幹什麼了？我睡覺。她說妳用兩隻腳踹，非常用勁，那個勁使得很大，妳的身體都要飄起來那麼踹，就使那麼大勁。一邊踹一邊說，踹踹踹，就是踹踹踹，完了擱手還剝剝剝。我也不知道剝誰？後來她告訴我，妳說了一句，小兔崽子，原來是你。我一聽我自己都笑了，我也不會說這樣的話，罵人的話我不會說，我怎麼說的？她說我尋思妳醒了，我看看一邊踹著，一邊剝著，一邊說著，還照樣睡著。我心想是妳睡著？還有一天在廣州，她聽我又開講。她想站門口聽聽，還沒敢進我那屋，站在她和我之間那個門口，站在她這一側，探著頭想聽聽我說啥。她說，我就說她，妳站那幹什麼？我可橫了。她說我一聽，我遛遛我就回我床上趕快躺著睡覺。第二天問我，大姐妳昨天晚上吆喝我了。我說我哪吆喝妳？我睡覺。她說妳吆喝我了，我剛往門口一站一句沒聽著，妳就說妳站這幹什麼。還有一次說，吆喝她，不該妳聽的，不該妳知道的，妳就不要聽。我想這是誰？我沒有說。我告訴大家我睡眠可好了，我八點多鐘睡覺，躺到枕頭上我就睡著，兩點來鐘我就醒了，我就起床了。我生活特有規律。我說我要是半夜我老這麼的，我不累得慌？今天還問我，大姐妳累不累得慌？妳那個腿難不難受、疼不疼？我說沒有，沒疼、沒難受。所以說人的念頭妳一心念在為眾生上，那我想白天我想的是眾生，晚上我也想的眾生，那可能晚上有眾生需要我幫忙，我就去幫他了。所以我是白天照常工作

，晚上加班，完了白天還一點不累，多瀟灑。所以你們看我這麼快樂，這麼高興。師父讓你們向我學，學這個，最後把快樂學出來，把智慧學出來。

無念有念，《智度論》裡告訴我們一個什麼？說「有念墮魔網，無念則得出」。但是後來又說了幾句什麼？就是聽容易聽迷糊。就是說是不是無念就不墮魔網了？不是。如果要是這樣說，有念墮魔網，無念不墮魔網，還不是這樣，說無念也墮魔網。這個大家一聽說，你說有念墮魔網，無念還墮魔網，那讓我們怎麼辦？咱們別糊塗，是我們沒弄清楚這個概念。什麼是無念，指真正的無念，真正的無念你就不墮魔網，墮什麼網？墮佛網。什麼叫真正的無念？心裡只有阿彌陀佛，沒有別的念頭，這叫真正的無念。真正的無念就墮佛那個網，佛也有個網，就阿彌陀佛的網。我們墮在這個網裡，被誰撈去了？那魔撈不去，我們墮阿彌陀佛這個網裡，阿彌陀佛就把我們撈去了，我們就往生西方世界了。所以如果你們讀書要讀到這一段，看到這不要糊塗，它不矛盾。這樣我們就遠離魔網，墮入佛網，到阿彌陀佛那去報到。

我們修行淨土有什麼妙招解決這個問題？就是說不墮魔網，我們一定要墮阿彌陀佛這個網。剛才我說了，你就二六時中不離阿彌陀佛佛號，其他的事和我都沒有關係。我現在是努力往這個方向做，但是是不是百分之百做到了？還沒有完全做到，所以還得繼續努力。有時候這個妄念也時不時就鑽出來，好在現在就是妄念一鑽出來知道錯了，能夠知道往回收，用阿彌陀佛佛號來代替它。告訴我們不要執著，有的同修說，那為什麼說執持名號？沒錯，大勢至菩薩是告訴我們要執持名號。這個執也是執著的意思，就是不放鬆、不放手，堅決要念這個名號，讓我們不執著別的，但是這句佛號一定要執著。只有這樣我們才能保證這一生當中超越六道，超越十法



界，回歸自性，回歸自性清淨圓明體。

總結這麼一句話，對這個念頭，就是說「可見起心動念皆墮魔網，惟有淨念相繼，無念而念，方得出離也」。把這幾句話反反覆覆的多讀幾遍，你就明白了上面我所說的，尤其第一句話可見起心動念皆墮魔網。所以我們就是一定要克念，克念才能不墮魔網。為什麼我們現在念佛不能成功？就是夾雜著妄念太多，而且是夾雜得太雜太多，還沒念幾聲佛號，念頭就一個一個起來了。舉一個例子，譬如說打電話、接電話，我告訴你們，我現在特輕鬆，這也是其中一個原因，我沒有電話，我沒有手機，有急事，就咱們香港佛陀教育協會這面有急事，都通過刁居士和大雲，她們去給我傳達。所以這樣我也不用接別人電話，我也不用給別人打電話，特別靜。我現在這半年多將近七個月，我閉門謝客，潛心念佛，效果真的很大，只有我自己能夠體會到。心完全靜下來了，外界基本動不了我，你外面有什麼天大的事和我沒關係，我還是阿彌陀佛。我聽經、念佛、拜佛、繞佛、讀書，我每天面對的都是佛、是菩薩，他們是我的老師，是我的好朋友，你說我能不快樂嗎？如果每天我對的都是魔，那我叫魔都給我攪得亂七八糟。我每天和佛菩薩打交道，和佛菩薩交往，我整個場是平和的，特別好。所以現在可能上我那去的同修很少很少了，偶爾像小刁她們過去，她們都會感覺到我住那個地方挺祥和的，很清淨。

我們今天的題目是「克念作聖，回歸自性」，這個自性就是惠能大師所說的，「本自清淨，本自具足，本不生滅，本不動搖，能生萬法」。我們的自性裡什麼都有，什麼都不缺，而且是清淨無染的，你不用到外面去找、到外面去求。自性裡的東西是誰也奪不去的，它是不生不滅的，是清淨的，是具足的，是不動的、不變的，而且所有的法都來自於自性。所以我們明白這個道理，你就心踏實

下來，老老實實念阿彌陀佛。有的同修總是半信半疑，說阿彌陀佛就四個字，它就管用嗎？我真實的告訴你們確實是管用，就這四個字它就管用，你不要貪多。但是有的同修問我，說劉老師，我讀這個經好不好？好。有人說，我讀這個經好不好？好。我持這個咒好不好？好。你叫我怎麼說？我不能說不好，確實也不是不好，都是我們的世尊留下來的經教，沒有一沒有二，它都是平等的，不能說哪個高哪個低。你就是選定了法門之後，一定要一門精進，長時薰修，這是最最重要的。如果你能相信一句阿彌陀佛佛號是無上甚深微妙禪，你說念佛法門是不是禪？是；你說禪是不是念佛？是，它一點不矛盾。你總給它對立起來，那禪就是禪，念佛就是念佛，你要是這個理念，你進步速度肯定是慢，你老給它分家，這就是分別。念佛就是在修禪，八萬四千法門都是修禪也都是念佛，你認識到這一點，肯定你就會提升自己的境界，有一個較大幅度的提高。

最後供養大家四句話，「末法時期苦難多，顛倒妄想多迷惑，諸佛弟子快救苦，救度眾生離娑婆」。今天的時間到了，感恩各位。