

第 131

“真法”，是心中语言
不是文字语言

“法味”就是拿来修持的
修持以后，要用心去体会
依法修持的法乐是：清净自在
法乐，是最殊胜的欢乐
只有依法修持者能够享受
光书写读诵经文，是体会不到的
学佛法要从心底里用工夫
遵照佛陀的教导，用功修持
佛法引导人舍离爱取
导人不生执着
法味就是舍离爱取
清静肃静、得大自在、

第 132

心怀恶念时
全世界都显示与他为敌
对周围的一切都充满怀疑
就是睡觉、休息了也会感到恐惧
睡在宫院里也像睡在地狱
因果报应今生今世就显现
心怀叵测者心境即发生改变
变得越来越糟糕
想谋害他人者其实是在谋害他自己
想陷害他人者就是在陷害他自己
想伤害他人者就是伤害他自己
心怀不轨者内心将不得安乐
图谋伤害他人的心必须改过
要懂得宽恕，怜悯，原谅
冤家宜解不宜结
容忍比鬼吵鬼闹好

第 133

没有任何河流比得上欲望
当洪水泛滥时河水还会满
人心的欲望犹如河流无法填满
想为了满足欲望而把欲望填满的人
越想去满足欲望，欲望却越增加
因此要舍离、要修心
对自己的欲望要加以限制
太过纵容自己会出问题
太过随自己的意会惹麻烦
要知道适可而止
享受要适当
适可而止生命才平衡
野心勃勃会带来各种问题
要有限制，问题才会减少
随时舍弃欲望，生命犹如海阔天空
别想满足欲望，因为它不会知足

第 134

海纳百川，因此壮大
要谦虚恭谨，聆听圣人之言
谦虚恭谨，有大智慧
骄傲倔强，徒增愚蠢
要进步就得接受善言，不断改进
想自己好，要恭敬而耐心地修炼
要进步就要接受上师的训导
没有谁在母胎里就是个好人
聪明伶俐还得靠学习、训练
接受任何指示都不如佛陀的指示
比佛法更具修心养性的功能者，没有
修持什么都比不上修持佛法
接受谁的教导都不如接受法师的教导
得遇佛法，可谓善莫大焉
佛法是真实不虚的依靠
不信佛法的人，将找不到安乐
高尚的人生要依法生活
佛法是最殊胜的依止

第 135

做什么都要知足
什么太多了反而麻烦
适当的追求，佛教称之为适当的物质
也就是恰恰好，不多也不少
可以用来改变自己的弱点
每个人都有不同的弱点
适当的物质可用来改正个人的弱点
用来帮助我们改正习性
这个地方的人或东西给我们带来坏习惯时
就应该离开这个地方
如果这个地方的人或东西，能减少我们的坏习惯
就应该接近这个地方
就是要被赶走，也要厚着脸皮留下了
最重要的就是要有益友、善知识
凡是能给我们演说佛法的
就该多接近，要尊敬他们如同自己的父母
就是要被赶走，也要厚着脸皮留下来
善知识难逢，要加以敬重

第 136

性爱的味道如同狗在啃骨头
认为那是令人陶醉的美味
其实那只是自己的唾液味道
人只能知道自己身体的感觉
不能知道他人身体的感觉

因而以为那是来自与他人接触带来的兴奋
其实，那只是自身的感觉
所以追求性爱者是自然的欺骗
依法修持者，将认真地找回自我
身心常住定中，时时醒悟
依法修持的人了悟真相，不为自然所欺
沉湎于性爱者，走向苦海
依法修持者，将安乐自在

第 137

无有资产的生命，无忧无虑
无有名誉，就无有烦恼
无有权势，就无人阿諛奉承
无有非常本事，就无有麻烦
所拥有的一切，最后终归乌有
生前所有，死后皆空
如果所拥有的太多，要走的时候非常痛苦
我们跟所喜爱的东西分离，是自然的事
不知道无常的人就是他缺乏智慧
关于无常的事，一定要了解一些
如果以为什么都能固定，将后悔不及
任何事物，都在生灭中
人身跟无常在一起，是正常的
不懂这件道理的人，将多错失
一旦无常到来，将痛苦不堪

第 138

身上长了肿瘤已经够糟糕
如果还有了邪见就更糟糕
邪见使人一生堕落
不明善恶，不信因果
认为死后，一切皆空
认为没有天堂，没有地狱
这样的错误见解，对善行不生信仰
迷失自我，造恶多端
心怀邪念，不顾一切
殊不知这是大灾难
将引发无边苦厄
使生命堕落
走向恶道
邪见比肿瘤更可怖
心怀邪见者，祸害极大
才掉落山谷，还以为正走向快乐之路
大家自当信仰三宝
了解不善业的祸害，专心行善
 善恶、天堂地狱，的确存在

第 139

善知识的批评犹如上天的祝福

老师们的责备，至为动听

父母的鞭策，使子女成长

要成长就多接近善知识

对善知识要谦虚恭谨

接受他们的开示

人生犹如出自森林的木头

如果没被削、被擦、被刨，怎会成材

在善知识面前表现怠慢，如同自挖坟墓

不愿接受改进的，灾祸难免

人当中能自我修行者最为可贵

要乐意接受善知识的开示

小人的赞扬，别沾沾自喜

无知的人找老师称赞自己

聪明的人找老师听取教训

老师的开导是一笔大财富

要多亲近善知识，恭听他们的开示

第 140

依法修持者，第一件事就是要自我陶冶
如果第一件事都做不好，其它就不用说了
陶冶自己要先了解自己的缺点
陶冶自己的人没有必要去知道他人的缺点
别挑剔他人的缺点吧
对他人的过失，时时表示宽恕
别去计算他人的过失
对别人要宽容，对自己要严格
看自己的过失，别管他人的过失
看到自己的过失，才能随时改进
看到自己的过失，别发愁伤悲
把自我陶冶的事，放在第一位
才能够指导他人学习陶冶
学会了削一个椰子的皮，其它的都一样
第一个椰子削不成功，就别去削其他的
自己还教不好，别去教他人
自己还不会游泳怎能教他人
第一件事还没做完，就别做第二件