

尊敬的師父上人，尊敬的各位同修，大家下午好！今天應同修們的要求，要求我講一講這方面的題目，我怕把同修要求忘了，我就拉了個小題綱。所以今天咱們就包裝包裝，我得把眼鏡戴上，否則的話題綱我看不清楚，別給漏了。

昨天晚上我想擬這樣的一個題目，就是「善待別人就是善待自己」，後來我一想，善待別人只侷限於人，有點範圍太窄。所以乾脆題目咱們就擬定為「善待眾生就是善待自己」，這樣一個題目，這樣它的範圍更廣泛一些。今天我要和大家交流分享的這個題目，分這幾方面來和大家談，第一個要談一談為什麼要善待眾生？這個問題很簡單，可能我不用回答，大家也知道。因為什麼？一句話，我們和眾生是一體，我們和宇宙空間的萬物都是一體。宇宙空間的萬物，所有的眾生，都是諸佛，所以我們要善待眾生，也就是善待諸佛。這個問題就一、兩句話就可以解決了。第二個問題，我想重點說一說怎樣善待眾生？這是今天要講的重點題目。

這個根據我自己十多年的修學的一些切身體會，我把它分成這麼幾個方面來談，和大家共同探討。第一個就是我是怎麼樣做的，怎麼樣善待眾生的？這也是一步一步的循序漸進的，不是一下子就做得這麼全面，是逐漸積累起來的。第一個方面，就是師父上人講的那句話，不和任何人事物對立。我把它做為第一個問題來向大家匯報，特別是要講一講不和任何人事物對立的「任何」。大家通過這個詞就可以體會到它的範圍，它的內在，這不是一般的一人一事，它是任何，就是包括的範圍就非常廣了。在這裡我是這麼做的，

有句話叫做「仁者無敵」，仁是單立人旁，那面一個二字。解釋就是說，這個仁者他是兩個人，或者兩個人以上，你當考慮一些問題的時候，你一定要考慮到對方的感受和體會，不要單從自己這方面考慮，甚至是你要把自己的見解、意見放下，考慮別人的意見和見解。

在這個不和人事物對立方面，我主要是給自己從這幾方面來說，第一就是你要不指責人。不指責人的意思就是你不要看對方的過，就不見世間過，如果你見世間過，肯定你就指責別人。因為原來，我為什麼把它作為第一條來說？因為這一條是我做得不好的地方。可能在座的同修們有的知道，我老伴我們倆結婚四十四年來是怎麼過的？我告訴大家，我老伴是個精神病患者，他是一個非正常人。後來他的病逐漸逐漸好了以後，我就開始挑他的毛病了。因為他病重的時候，我不敢挑他的毛病，因為他不正常，後來他逐漸逐漸好了，我就拿正常人來對待他。但是他的思維和正常人就是到現在也是不一樣的，你按正常人的思維去要求一個非正常人，真是不公平。看到他種種的我看不慣的表現，和聽不慣他說的話，我就開始指責他，你這也不對，那也不對。就是這樣，弄的我倆就是非常彆扭，他看我不順眼，我看他不順眼，雖然在一個屋簷下生活，但是彼此互相關心不是那麼太多的。這個問題主要是在我，因為他非正常，我比他正常，我怎麼能和他一般見識，為什麼要挑他的毛病？所以我聽師父講不和任何人事物對立，當時我就想，第一個我就想到我對我老伴我採取的是對立的態度，因為我採取了對立的態度，所以他和我就更對立。我們兩個有一段時間幾乎是無話可說，反正每天不得不坐在一起吃飯，他吃葷的，我吃素的。我告訴他，咱倆是一桌兩制，你吃你的葷，我不反對，我也不動員你吃素，我吃我的素，你也別干擾我，就是這樣。但是就是不像夫妻之間有很多話

要說，能嘮嘮嗑什麼的，基本上沒有這個。所以我就覺得，在指責人這方面，那個時候我確實是指責別人，不指責自己，不看自己的過。所以在第一條，不和任何人事物對立，現在我就告訴自己一定要不指責人，這是第一條。

第二條就是不記恨人。可能我們在生活過程當中，都會遇到這種情況，對和我們處不來的，或者傷害過我們的，打擊過我們的，我們往往就記在心裡。心裡老犯嘀咕，誰誰誰，他什麼時候說我壞話了，什麼時候他傷害我了，這個可能我們在座的每個人都經歷過。我在這方面，不記恨人，做得比不指責人那條要好一點。因為我心大，別人，按老百姓的話說，背後壞我、整我、傷害我，一是我不知道，我比較犯傻，我從來不注意這些事，就是別人告訴我了，我也一笑了之。我給你們舉個例子，我心大到什麼程度？就是到現在我真是不記恨人，不管他傷害我傷害得多麼深，我也不記恨他。而且恰恰這些傷害我的人，在他們有難處的時候，我真是全力以赴的去幫助他們，使他們自己後來都非常非常感動。

我給大家舉兩個例子，我一個最好的好朋友，她比我大兩歲。那個時候我們一起做共青團的工作，我當時是當班主任老師，我是兼職的團委幹部，我的好朋友是專職的團幹部，所以我們兩個沒有誰先誰後，誰大誰小，沒有這個問題。一是工作關係，二就是私人關係也比較好，年齡又相仿，所以處得也比較和。恰恰就是在這個好朋友的身上發生了兩件事情，連別人都替我抱不平。一件事情是我入黨的時候，我入黨的時候，當時那時候就是最後一批沒有預備期的，我記得特別清楚。我的好朋友她當時已經是黨員，已經是中層幹部，她參加了黨委的討論會，就是我們入黨不得經過黨委討論嗎？討論完了以後，她回來以後，她告訴我，她說素雲，妳入黨沒通過。我說沒通過就沒通過唄。她說妳怎麼不問問沒通過是什麼理

由？我說那是組織祕密，不需要我個人問。我根本我就連問也沒問，這件事我也沒放在心上，這個事就過去了。

過了一天還是兩天，我們的領導就找我談話，就談的關於我入黨沒被通過的問題。當時我到領導辦公室以後，領導就直截了當的告訴我，說：小劉，妳這次入黨沒通過，昨天我們開會討論了。我說沒通過就沒通過唄，那把我的「入黨志願書」還給我。我們書記問我，為什麼要還給妳？我說沒通過就物歸原主。他說，還給妳，妳以後妳怎麼辦？我說撕掉，因為沒通過它就是廢品了，幹嘛還留它，你給我我就撕它，這事就了了。我們領導說，沒有像妳這麼認識問題的，入黨沒通過，還得把「入黨申請書」什麼都要回去，然後還得撕掉。我說就讓它無影無蹤就完了。這個事說到這兒的時候，我們領導說，妳是不是應該問問，什麼原因妳沒有被通過？我說那是你們組織的事，和我沒關係，你們也不用跟我說，我也不想知道。就這樣，我們領導說，不行，必須得跟妳說。你說我不聽還不行，還必須得說。我說既然領導這麼願意告訴我，那你們就說吧，我就洗耳恭聽了。

然後說了，在會上提出了三個非常原則的問題，現在我們告訴妳，就是要求妳給我們解釋這三個問題。我說那就說吧，第一個問題。我們書記說，第一個問題，有人說妳發展團員走後門。我當時就順口我就說了一句髒話，意思就是沒有這事，但是我不是說的這麼好聽，我從來不會說髒話，我那天不知怎麼的，順口我就冒出來一句。我們領導一看，我眼睛都瞪圓了，說妳別著急，妳慢慢說。我說那請領導告訴我，這幾年我做團委工作，我發展的團員好多好多，你們能不能給我舉出來一個我走後門的例子？我說你們能舉出一個，我就心服口服。我們書記說，妳現在讓我們舉例子，我們暫時還舉不出來，現在咱們調過來，妳給我們舉一舉你發展團員沒走

後門的例子。我說你們舉不出來吧，我給你們舉。我說我姐姐那孩子，上中學以後，她們班發展團員第一批是發展三個，我姐姐那孩子就在名單之內。拿到團委，我直接把名字就給勾掉了，她們班那次就發展兩個。第二次拿上來，又有她的名字，我又給勾掉了。因為這個事，我把我姐姐都得罪了。我回家以後，我姐姐見著我說：我說小雲，我們也不想借妳什麼好光，妳別老把我們名字往下劃行不行？我們孩子憑自己努力。我說姐，別著急，只要咱家孩子做得好，晚幾批沒關係。我姐說，就因為她老姨在團委工作，我們孩子入團就得往後排。真是很生氣。

我就跟我們領導把這個例子舉出來，我說這個例子是真實的，你們可以調查，她班的同學和她的班任老師都可以為我作證。我說連老師都跟我說了，不能因為你，我們班學生入團這麼困難。我說老師有意見，我姐姐有意見，我連自己的親外甥女入團我都採取這種態度，你們說我給誰走後門？我說希望你們現在舉不出例子，三天之內，你們能給我調查出來例子，我就服。這是第一個例子，叫我給否了。第一件事，這不三個原則性問題嗎，這是給我提的第一個原則性問題。我真是一下子我就給否掉了，我心裡坦然，我沒有走後門。

我說那就接著說第二個原則問題是什麼？他說第二個問題是你包庇某某某老師。我說這個事情你們心裡都清楚，還用我說嗎？我一個普通老師，我又去包庇一個代課老師，這就是你們的邏輯，那我就給你講講我是怎麼包庇他的。是怎麼回事呢？當時這個老師是代課老師，一個男老師，他是學習成績非常好，但是他就心臟病特別嚴重。三年考大學成績都通過了，就是因為這個心臟病的問題，就沒有被大學錄取，後來就到我們學校來當代課老師。他這個人的特點是人比較直爽，沒有什麼壞心眼，但是脾氣不好，學生的關係

處理得不好。我教那班不是都特殊班嗎？所以我們班那些淘氣包子就能給他起個外號，起個外號叫什麼？叫狼狗。每當他上課之前，我們班的黑板上一定要畫上一隻狼狗，就是這樣，因為我們班是特殊的班級，特別淘。

這個老師一上課，一看見黑板這個畫能不生氣嗎？當時我們學年是十個班，這個老師到十個班去上課，十個班的同學的關係都沒處理好，這是事實。不是因為說我向著他，有一件什麼事？這個老師他家住在北場，我們學校是在南場，南場和北場距離八里地，他連自行車都不會騎，一個男老師這就很出奇了。他找了個對象，處對象處得不錯，可能就準備結婚，沒有房子，就管人家借了一個小土坯搭的那個房子，沒有窗戶沒有門。他就跟我們木工房的師傅說，有沒有廢舊的門窗，給我一個，或者借給我，我想收拾收拾房子。這個木匠師父就借給他一個，就是這麼一個方方的窗戶框。因為他不會騎車，他從我們南場走到北場這不還有八里地嗎？他就把這個窗戶框就斜背在身上，回到北場去的。誰都知道這件事，誰都看見了，這個事沒毛病吧。後來為什麼出事了？有人說他上木工房偷東西，偷了木工房的料，就這樣。因為他是代課老師，必須得除名，就是不允許他再繼續代課了。

當時我們學年組，兩個學年組長，都姓李，一個李老師，就是我初中二年級時候的班主任老師，另外一個老師，也是個老教師，我們之間的關係都處得非常融洽。有一天，兩個李老師就跟我說，說劉老師，學校要把誰誰誰除名，不允許他在這代課。我說為什麼？說因為他偷了木工房的木料。我說沒有這事，他膽特別小，他怎麼能去偷這個木料？找他談談，問問他。我直，我就跟這個老師直來直去問他，我說你偷沒偷木工房的料？他說劉老師，我沒偷木工房的料。我說你給我說說怎麼回事？他就把他怎麼這個窗戶框搭在

肩，這麼橫跨著，怎麼回的北場，就把這個經過跟我說了。我說是誰給你的？他就說誰誰給我的。這麼一說，我就跟兩個李老師說，我說沒有這樣的事情，這樣處理對人是不負責任的。我們兩個李老師說，這個事咱們能管嗎？我說應該管。我是小白人，當時我連黨員都不是。兩個李老師都是黨員，都是學年組長。我說你們敢不敢說？不敢說，我去說去。兩個李老師說，咱們仨一起去說吧！就這樣兩個李老師和我，就到我們黨支部去找我們黨支部書記，去說這件事去了。

我們黨支部書記是一個鮮族人，當時一聽我們這麼說，就跟我們三個說，這個事你們不要管。就這個意思，就說這個事你們不要管，我當時就說了一句，我說非管不可，太不公平了！回來以後，兩個李老師說，素雲，這個事咱們還管嗎？書記不告訴咱們別管了嗎？我說你倆別管了，你倆都是黨員，管扎了，你倆要挨處分的，別再被開除黨籍。我說我啥也不是，他沒地方開除我，我去管，我去說。就在這個時候又發生一件什麼事？這個老師就跟我說，他說劉老師，我真是想不明白，我沒有偷東西，為什麼說我偷東西了？第二件事，他就說某某人（我在這我就不能說是誰了），去找他這個對象去談話，就跟他這對象怎麼談的？就說這個老師某某某，他是小偷，他偷了木工房的木料，現在學校都要把他除名了，你別跟他處對象了，妳更不能嫁給他。說我給妳介紹個對象，當時就說，我給妳介紹那個對象就是我侄兒，妳嫁給我侄兒吧。結果這個女孩子，真是挺正派的、挺正直的，就把這個話跟這個老師說了，這個老師聽了以後特別傷心，然後就跟我說這事。我一聽更是火冒三丈，我那個時候脾氣非常暴、非常剛烈，現在你們看我說起話來好像比較溫柔，那是多少年前了，那個時候是一九七三年、一九七四年。

我說這個事不行，這是黑暗面，得揭露揭露，你敢不敢寫大字報？大家年紀大一點都知道，那個時候不是允許寫大字報嗎？這個老師說我不敢。我說你真是廢物，連個大字報也不敢寫。我說走，我就領他上商店，買了十張大黃紙，捲一大捲，十張黃紙，買了一瓶墨汁，一支毛筆。我說走，上我家寫大字報去。我就把他領到我家，我說一條要求，你說的必須是實事，不能虛構，不能瞎編，你不能騙我。他說劉老師，我跟妳說的都是實話。然後就在我家，我不會寫毛筆字，我老伴會寫毛筆字。我說：你說，我這面打稿，我老伴這面寫成大字報，流水作業。就這麼樣的，我們仨就把這個十張紙的大字報就寫完了，就把一些人的原話都寫上了。寫上以後，我說你敢不敢去貼？他說不敢！你看既不敢寫又不敢貼。我說那我去貼吧。我家離學校不太遠，第二天早上我上班，我的辦公室和我們領導的辦公室是隔壁，所以我把這大字報貼在什麼地方？就是領導辦公室和我辦公室那面牆上，上面主方吧，我想你別給我撕掉，是不是？我得高點貼。

我正擱那貼的時候，得踩著桌子才能夠著，我就踩著桌子貼這十張紙的大字報。正好我們領導來上班，到那一看，妳這幹啥？我說貼大字報。你貼什麼大字報？我說揭露揭露你們的黑暗面。一邊說著一邊貼著，我們領導就發火了，妳給我揭下來。我說毛主席還號召寫大字報，誰也不敢往下揭。我是老師，我教課，我教語文，第一節第二節我沒課，第三節第四節我有課，我乾脆我坐這杌見我看兩節課。所以我第一節課第二節課，我就搬個凳子擱那個走廊坐著，就看著這個大字報，我看誰敢揭，誰揭誰是反革命。就這樣這兩節課我就看著大字報，那你說看的人不就很多嗎？第三節我有課了，我想，誰愛撕誰撕吧，大家該看的都看完了。這中間還有個什麼插曲？這不是我們書記告訴不讓管嗎？我說得找上邊那個書記處



長去。有一天正在開會，人家領導，我去噹噹噹一敲門，領導出來了：妳找誰？我說就找你！啥事？我說就是某某老師的事，你們這麼處理不合理。我們領導就說，我就告訴妳一句話，這個事妳別管。我說我非管！他說，妳胳膊擰不過大腿。我說擰不過我也得擰。就在那個門口，會議室門口，我就跟我們領導就這幾句對話，我們領導說妳不要管，我說我非管，說完我扭頭就走了。接著不就這麼管的，就管出來大字報了，就這樣的事。我說兩位領導，這個事情的經過你們都知道，如果你們說我的所作所為就是包庇這個老師，那我認帳。但是我認為我沒包庇他，因為他沒有這個錯，這麼處理不公平，所以我才管。我說那就看你們怎麼定了，你們定說我是包庇，那我就包庇了。這是第二個原則問題。

第三個原則問題，說我包庇某某某老師。當時都把我氣笑了，我說我一個小白人，我一會兒包庇這個，一會兒包庇那個，我怎麼這麼能？這個老師他是什麼問題？就是和學生的關係不是那麼太清楚，他是個獨身，男老師。發生這個問題以後，他就被抓起來，大家都知道那個時候公檢法沒有什麼正常的秩序，正好趕上那個年代，反正遭了不少罪。後來他姐姐從吉林到哈爾濱來瞭解她弟弟的情況，我記著那天我好像是有病，我沒上班，結果他姐姐就找到我家，我也不認識。我說妳是誰？她就自我介紹。我說那進來吧進來吧。我說妳怎麼找到我家？她說我到學校去，我想瞭解瞭解我弟弟的情況。她說那些個老師好像都非常害怕，都迴避，有個老師偷偷的告訴我，她說妳要想瞭解到真實情況，妳就去找劉素雲老師，她能告訴妳真實情況。就這麼的她就上我家了。上我家，我說妳想瞭解啥？她說我就想知道我弟弟到底是怎麼回事？我就把我知道的真實情況如實跟她說了。我說妳就在我這住吧。因為吉林，你看到哈爾濱來，我說妳人生地不熟的，妳就在我這住吧！她說不行，這樣會

連累妳的。我說沒啥連累的，他也不是政治問題，需要劃清界限，這沒必要劃清界限，我也不包庇他。就這樣。她說不了，我在招待所已經定好床位。我說那妳在這吃飯吧！我就在我們家給她做的飯，她在我家吃了一頓飯。這是一個情節。我不知道這個事都被誰發現了，還是我自己我根本也沒隱瞞，她上我家，沒攔我家住，攔我家吃飯這事，這算個什麼問題？我沒隱瞞。他姐姐就在招待所住的，然後就回吉林了，這是一個情節。

第二個情節，就在發生這個問題的時候，我不是在團委工作嗎？有一天我召開團委會，我們團委是有老師有學生，在開會之前，收發室的老師就給我送來一封信。因為正是我們都圍坐在一起準備開團委會了，這個信送來以後，我拿著一看，我說這人真粗心，因為上面有收信的地址，中間是我的名字，下面應該有他發信人的地址，沒有，空白的。我這麼一邊看我一邊說，我說這誰來的信，這麼粗心，把地址都忘寫了。當時我就拆開了，拆開一看，就是這個老師，當時他已經被弄到一個勞教農場去勞教去了，判了八年徒刑，就這個老師。然後我拆開一看，因為在這個之前，就在他沒犯事之前，曾經有個什麼情節，我聽學生隱隱約約反應好像有這方面問題。因為我倆一個辦公室，我教語文的，比如說我是背朝這面坐，他是教數學的，他是背朝這麼著，我倆是背靠背，辦公桌。他是那個學年組的，我是這個學年組的，就這樣事的。

他來了以後，我一回頭一看他，我突然想起學生反應這個問題，我說你過來過來！他就過來了。他說劉老師，什麼事？我說怎麼回事？我就把我聽到的事直接問他。我說你有沒有這事？他說沒有。這事不就過去了嗎？結果不兩天就被人抓起來，這事情就發生了。所以他給我來這封信的內容是什麼，就是說對不起我，「劉老師，那天妳已經提醒我了，我還是犯了這個錯。」我一看這信，給我

氣的怒火三丈，我說這書也不知怎麼念的？念大學的時候是高材生，腦袋瓜特別聰明。我說不行，我得給他寫封信。我就給他寫了一封回信，給他一頓臭罵，我說你那個書也不知怎麼念的？然後我就把這封信給他郵去了。整個這個經過，我那個團委委員全都在場，都看到了，給我說的就是這個情節。當時領導說，聽說他姐姐上妳家去過，在妳家還吃了一頓飯。我說你們瞭解太清楚了，是，吃了一頓飯，那你們啥意思？讓我收她飯費？我說我沒收。說第二個情節，聽說他還給妳來過一封信。我說：那你們這個情況瞭解不全面，到現在為止，他給我來過十好幾封信，你們怎麼才知道一封？他給我所有的來信，我都給他回信了，你們要認為這就是包庇他，那我也認，這個事我做了。但是我沒包庇他犯這個錯誤，你們可以去看看，我的信都怎麼寫的？這不就是這個三條理由，我入黨就沒被通過嗎？確實這三條都存在，是很原則的問題，那不通過是理所當然的。

然後我們領導就問，說妳有什麼要求？問我有什麼要求。我說一條，成立一個調查組，調查這三個問題，把它落實。落實哪個，沒落實哪個，我說七天之內能不能告訴我，給我個回信？領導說可以滿足你這個要求。第二天就成立一個調查組，專門調查我這三個問題，真是調查了七天，三個問題都否了，一個也不存在。第八天，又把我這個入黨問題拿到會上去覆議，我那個時候才知道這個詞，叫覆議，第一次不是沒通過嗎？這次再討論一次。所以我入黨是第一天討論沒通過，第八天覆議的通過了，就這麼一個過程。

我剛才不是說提了這三個問題嗎？後來有人問我，說妳知不知道妳這三個問題是誰提出來的？我說不知道。人家就告訴我，誰和妳最好，就是誰提的。我當時我一點也不相信，我說不可能。因為當時我倆不在一個水平線上，我連黨還沒入，她不單是黨員，她已

經是中層幹部了，那不涉及到我影響她的升遷問題，怎麼有可能？另外我倆關係那麼好。別人說妳傻就傻在這。後來事實證明是這麼回事，這個事是真的。當時我生氣了，不是因為她說了我這三個問題我生氣，妳在會上提了這個問題，會後妳來告訴我，有人給妳提了三個問題，妳沒通過。那妳就直接告訴我唄，妳說這三個問題是我提的，我不會生瞋恨心的。妳這啥意思？所以那個時候有一段時間，我確實心裡挺不痛快的，但是我這人不說心大嗎？很快就過去了。

後來就我這個好朋友，她遇到了一些難題，她遇到這個難題，不是因為她說了我，我這麼說她，怨她自己。她就屬於一個什麼樣的性格？就是不允許別人超過自己，有點爭強好勝，她屬於這個性格，就是這個性格把她坑了。詳細經過我不能跟大家說，後來她遇到這個難題的時候，我已經調到工廠宣傳部了。有一天她就到我辦公室去找我，因為我宣傳部的辦公室我們是五個人，四個男同志，就我一個女同志。她進屋，也不管屋裡有人沒人，進屋就哇哇大哭：素雲，妳快點救救我，快點救救我。那幾個男同胞一看，這怎麼的？溜溜溜都溜達出去了，就把我倆留在屋裡。我說妳坐下，妳慢慢說，妳怎麼的了。她就跟我說如何如何，妳可得幫我想想辦法，怎麼辦？我說妳這個問題怨妳自己，妳爭啊爭啊，爭來鬥去，妳跟誰妳都爭，爭到最後把自己爭到這個德行。妳要問我，我就告訴妳，回到第一線老老實實當妳的老師教課，啥官也不爭。她說那我做不到，我不像妳，啥追求也沒有，妳有啥出息？我說妳這算有出息，妳有出息妳出息去，妳別來找我。就是這樣。但是最後我還是得幫她，我聽不下去。

後來領導真是為了治她，也為了教育她，我們是一個書記、一個處長，他倆一個辦公室，就把我這個好朋友的辦公桌擱在書記、

處長辦公室的門口，屋裡，屋裡的門口，把門。你說這是兩個領導出來進去的，你坐在這你難不難受？多尷尬。她受不了了，就這樣她去找我的。我說那我去跟領導說說，實際那時候我已經調出去了，我尋思那怎麼整？就得幫她。我就去跟我們領導說去了。我們領導說：妳別管這事，妳已經調出去了，妳還管這事幹啥？你知不知道她怎麼整妳的？我說她怎麼整我我不知道，就是整了也過去了，我不記她。我們領導沒通過，不行，就得讓她在這坐著，就得讓她難受。我一看沒招，我就又去找原來我的科長，我就跟我科長商量，我說求求你，你讓她上咱們科。我們的科長說：你當東郭先生，還讓我當東郭先生！妳要讓狼吃了，我也得讓狼吃了，不行，我不能讓她上咱們科。第一次沒說通，過兩天我又去給說去了。我說科長，你就算給我個面子唄。我們科長說，就看妳心這麼善，我真得答應妳了，我不能讓妳老來求我。後來就上我原來在那個科，我跟她說，我說我給妳說通了，但是有一條要求，就是妳別再爭科長這個位置，行不行？因為這個科已經有科長，是我求科長，人家把妳收留來，讓妳來這個科的，妳可別再跟他爭這個科長的位置。她說我不爭了，不爭了。結果去頭半年挺好，到下半年又開始，又爭，最後爭來爭去，到底這個地方也沒待住，後來她就離開我們教育處。

最後的結果真是不太好，自己弄了一身病，因為她心裡不平衡，她想當這個官她當不上，別人當了她又不服氣，所以她就病了，好像那個叫腦梗，還是什麼，反正就是東風不語，我們東北管那個叫東風不語。她原來是教外語的，後來她兒子結婚，那都事隔好幾年了，她兒子結婚，我知道以後我去了。我看著她以後，我好難受好難受，我看著她的時候，一是她已經發胖了，二是說話，就擱手這麼捂著嘴，兜兜兜兜。原來不是教外語嗎？我心裡想，這可真是

純粹的外語了，我一句我也聽不懂，她跟我說話我一句也聽不懂，完全是就像翻外語似的，就是那種，走到已經很不方便了。前幾個月我回平房，我聽我一個老師告訴我，說她去年下半年好像已經去世了，我聽了我又難過了，她比我大兩歲。我想她在的時候我幫她，她現在不在了，我還得幫她。他們告訴我，她走的時候特別特別痛苦，遭了好幾年罪，折騰，最後就那口氣特別難咽。我聽了以後，我當時我就想，不行，我一定得救她，我不能讓她受苦。所以就是五月初一，我就給她做了一個佛事，我就想我一定要把她，她如果是在下邊，我一定要努力我把她超出來，就是這樣。我做的時候特別真誠，我就求佛菩薩慈悲加持，求龍天護法護佑，讓我的好朋友能夠出來，能夠讓她離苦，我勸她念佛，就是這樣。反正我也沒有什麼通，我沒什麼感覺，但是我覺得可能是效果還是不錯的。就說我不記恨人，這個我到現在我可以坦然的告訴大家，這個我能做到。

我再舉第二個例子，我調到省裡以後，昨天我不跟大家說六年沒提起來，這個時候我們領導著急了。真是的，我不著急，我們領導著急了，就想方設法的想給我找個地方，給我提起來。就找我們一個直屬單位，想讓我過去搭班子，搭班子不就提起來了嗎？這個單位的原來那個領導就堅決不要，這不就沒說通嗎？後來這個事他們又告訴我了，你說我什麼態度？我一聽說以後，我說我得去謝謝他，多虧他不同意，我可不去當什麼搭班子，當什麼頭，他沒同意，他攔住，正符合我的心意，這是我的真實思想。後來這個事就過去了，過去以後，我是搞紀檢監察工作的，就是負責調查案子，判案子，我是幹這個活的。然後我們就這個領導就犯了點小毛病，犯點小毛病，他不夠處分，處分是有條文的，咱要有依據的。這時候他出事了，舉報信領導批到我這兒查，有的人就說，這回可到時候

了，這下可落在妳手裡，這回好好整整他，要不是他，妳不早提起來了嗎？我說你們怎麼這麼認為？我可不是這麼想的，實事求是，該一是一，該二是二。我就組織人調查他這個問題，四十多個問題，我一個一個我都給他落實，都給他調查清楚，哪個怎麼回事，哪個怎麼回事的。調查完了以後，他不夠處分，我就給黨組寫了個報告。那就如實說，問題有沒有？錯誤有沒有？有，但是不夠處分那一格，我就交上去了。

交上以後，我們領導看了以後，說拿回去重寫。我就拿回來了，我就擱我辦公桌裡擱了三天。過了三天，我又原封不動又遞上去，又上領導那遞去了。領導翻翻一看，這不還是原來嗎？沒吱聲。回去考慮考慮，重改，重寫。我也不吱聲，我又拿回來，拿回來又擱我辦公桌擱了三天，我又原封不動遞上去了。這回把領導惹煩了，啪一拍桌子，妳知不知道領導啥意思？我說知道。妳說說啥意思？我就把我理解領導那意思說了。既然妳已經理解，妳為啥不那麼辦？妳三次交的都是這個稿。我說因為我調查情況就是這樣，那個我寫不出來。領導說，好好看看。我說，那樣吧，主任你給我看看，你看哪條不合格，你告訴我，我就改哪條。領導看看說，他個人檢查不合格。我說，那好，那我就回去就讓他寫個人檢查。

所以這個老處長就一直非常感謝我。原來不還有那麼個插曲，要讓我去跟他搭班子他不要我，他不知道我知道這個事，實際這個事當時我就知道了，我不都要去感謝他去嗎？後來我一想，我不能去感謝他，我要去感謝他，他該下不來台。所以這個事就我知道，他知道，他以為我不知道。後來他總想跟我說說這個事，我估計是想說這事，每次見著我就說，素雲，我對不起妳。就這樣是的。我說啥對不起？他就說一句，過去我太不瞭解妳，通過一些具體事，我才瞭解妳是個什麼樣的人。我說瞭解了就完了唄。就過去了。然

後他退休一年多，他就去世了。我聽了以後，真是，按道理說年齡不算大，他走那年也就是六十、六十一這樣，也就是這個年齡，這就走了。

不知道為什麼，我和他是什麼一種因緣，從他走了以後，一直到現在，我每次做佛事，屬於超拔這方面的事，從來不漏他。你看就是這個因緣，我就想可能要是沒有那一段因緣，假如不是他不讓我去搭班子，假如他不犯這個小錯誤，我不查他，沒有這兩個小插曲，大概我倆沒有這麼深的因緣。他是直屬單位的，我是機關的，退休了以後各自回家，也沒有什麼聯繫就完了。結果這兩個因緣，就促進我倆這個關係還挺密切了，實際他不知道。那個時候我記得他臨去世之前的那個春節，他給我打電話給我拜年，又想說那件事，他一說我就知道，他肯定又要說那件事。我說，你別老覺得心裡有什麼結，有什麼疙瘩，咱倆什麼事沒有，你這件事是我應該做的，而且我是實事求是做的。如果我哪個步驟做得不對，比如說我和領導嘔氣了，我的程序有點小毛病，那是我的問題，和你沒關係，你別往心裡去了。就這個因緣！

我剛才舉這兩個例子就是跟大家說什麼意思？人心量一定要大，愈是傷害過你的人，愈是毀謗過你的人，愈是傷害過你的人，你愈要關心他、愛護他，用你的真誠心去感化他。你看我那個好朋友，後來跟我提了好幾次，說素雲，我對不起妳，我做了對不起妳的事。剛才我舉這個例子這是一件事，後來她自己告訴我，她說素雲，妳知不知道，最讓妳傷心，傷害妳最深的那件事，你知道是誰說的嗎？我說我不知道，我從來不調查這事。她說那個事也是我說的。那個事是什麼事？就是我昨天不說了一句，說要提副處長，我就找領導去，有沒有這個事？就和那個事有關係。這組織部來考核要提，我沒當事，我還對這不感興趣，我還去找領導要把這個事推掉



。這面人家著急了，有的人願意幹這個活，可能是，著急了，這個位置假如說我要被提起來，這個位置我就佔上了，再就沒有這個位置了。著急了以後那怎麼辦？就為了不讓我這把能提起來，就給我造了個謠言，造了個什麼謠言？生活作風問題，說的可形象了，說我跟某某某領導。我不知道，我可傻了。

後來我另外一個好朋友跟我說，素雲，妳知不知道，現在咱們整個處都傳遍了，你傻呵呵的，妳啥也沒聽著。我說啥事？傳啥事了？又有什麼新聞？我好朋友說，關於妳的新聞。我說我還有新聞？那你告訴我啥新聞？她說妳別嘻嘻哈哈，這個新聞是太嚴肅了。我說，那嚴肅，你要想告訴我就告訴，不想告訴拉倒。後來她說：我不告訴妳，我對不起妳，我告訴妳，我怕妳承受不了。我說沒有我承受不了的，你說吧。她就說了，她說人家說你和誰誰誰，用了一個詞，叫關係曖昧。我說啥叫曖昧？我教語文的，我還不懂啥叫曖昧！我說沒這事。我朋友我倆就這個對話，對話完了我就沒事了，我根本就沒把它放在心上。

又過了半個月，我這個好朋友又一次跟我說，她說素雲，妳必須嚴肅對待這個問題，現在都烘烘到這種程度了，妳沒發現人家瞅妳那眼神都不對了嗎？我說我走到腰板溜直，二目平視，我不瞅別人，所以我不知道別人啥眼神。那妳給我說說都啥眼神？她說人家那種眼神，我看著我都心裡難受，因為妳是我的好朋友。這次第二次跟我說，我真上火了，我好朋友說，妳知不知道這個事磕磣。磕磣！回家我就上火了，上火了就開始發高燒，一個禮拜沒上班。我婆婆對我不是特別好嗎？就問她兒子，你怎麼欺負小雲了？小雲怎麼生病了，她怎麼發燒了呢？我愛人說，我沒欺負她，她自己發燒的，妳問她怎麼發燒了。我婆婆就問我，小雲，妳怎麼發燒了？妳上什麼火，著什麼急了？我就告訴我婆婆，我說我上火了，我著急

了，我想不通。我婆婆說，妳啥事想不通？我說他們說我和誰誰誰曖昧。我婆婆問我，小雲，啥叫曖昧？老太太她沒文化，她不懂這詞。我說曖昧大概就是不正常！我婆婆說，瞎說，我們小雲不是那樣人。這是我婆婆跟我說的，但是還是想不通。

後來我愛人就說，不行，得把老師找來解決妳這問題了。就把我初二那班主任老師，因為他特別瞭解我，就把我老師找來了。一進屋，我看著我老師，我好像有生以來我都沒那麼哭過，我那都不是哭，我就嚎，使勁的嚎。我說老師，我冤屈！我冤屈！我們老師說，啥事把妳冤屈到這種分上？我說他們說我和誰誰曖昧。我們老師說，誰告訴妳的？妳怎麼知道了？我說老師，那你知道？我老師告訴我說，我早就聽說了。我說老師，你聽說了，你怎麼不告訴我呢？我老師說：我告訴妳幹啥？妳從小我看著妳長大的，我還不瞭解妳嗎？人家願意說，說去唄！妳自己瞭解妳自己，妳家裡人瞭解你，妳老師瞭解妳，妳管他怎麼說的？我說老師，誰說的？我聽說誰誰說的。我老師說是。我說為什麼？為什麼要這麼說？我老師說，倆字，妒忌。我說幹嘛要妒忌我？我當她什麼害了？我老師說：不就因為提幹嗎？妳這把妳要提起來，妳坐在這個位置上，妳比她高半格。你說我腦袋裡我哪有這個概念？什麼一格半格的。因為當時她是正科，我要提起來是副處，現在我會算了，副處比正科高半格，那時候我不知道，因為我從來對這個事我也不研究，我也不感興趣，就是這樣的。所以，我沒有記恨她，我用我的真誠心去感化她，去感動她，最後她確實是認識到自己做得不對了。

有一次我已經調到省政府一段時間，我倆在公共車上碰頭了，嘮了一會嗑，她告訴我她現在在某某學校，又當教導主任了，她說現在我正在競爭校長這個職位。我說妳老毛病啥時候能改？弄個教導主任當當就完了，又整啥校長？妳有那個水平嗎？她說不行，他

水平不比我高，憑啥他當校長，我當教導主任。我說咱倆性格真是一點也不一樣。她說妳就是屬於沒出息那夥的。問我，妳現在調省政府當了，妳當啥官？我說：小幹事，啥官不是，幹事幹事，我就是幹事的那個人，沒有官。她說，調到省政府不整個官當當，那怎麼能交代得了。我說跟誰交代？跟我自己能交代就行了。就是這樣，所以你看這個好朋友，後來我想她通過自己的反思，她會認識一些問題的，最起碼她能認識到她是那樣對待我的，我是這樣對待她的，會能對她有些啟發的。

雖然後來我們有將近十多年，你看我有病已經十一年了，最起碼我們有十五年沒見面。包括後面我說的犯點小錯誤那個處長，雖然我沒讓他把話說出來，但是這個事他自己在心裡肯定是反思了，他認識到自己做得不對，這樣就彼此之間都沒有疙瘩，沒有結，這有多好！如果你記恨他，那可能我就像有的人告訴我那樣，這把他犯在你手裡了。那個東西就是那個槓槓，你可以往這面偏，也可以往那面偏。你往這面偏，他就沒有處分，你往這面偏偏，他就帶處分了，就是這麼一個界限。那就看你的良心能不能放正，你是趁機會報復他，你還是公平公正的處理這個問題。我告訴那些同志們，我說你們別勸我這樣做，我做不來，我從小到大，爸爸媽媽就告訴我，要做善良的人，對人，別人對你不善可以，你不能對別人不善，就是這樣。這是我跟大家說，第一個不指責人，第二個我是不記恨人。

第三個就是不發脾氣，就是你怎麼樣善待眾生，你不發脾氣。我說善待眾生，不發脾氣這個事對我來說是個難題，因為我原來的性格屬於非常剛烈、爆裂，點火就著那個類型的。你多大的官我也不怕你，你多沒有權力，多沒能力的人，我也不欺負你，我就屬於這個類型的人。所以說，你就是在這個世間，你總要接觸事、接觸

人，都能是你看得慣的嗎？不會的。所以那時候別人都說，說我好打抱不平，我覺得這個事哪怕和我一點一點關係都沒有，我看到它不公平，我肯定去管；哪怕我管了以後，對我有很大的傷害，我都不管它。因為有人告訴我說妳小心點，妳別老犯強，妳得看領導臉色。我說我不會看，從小爸爸媽媽、老師，誰也沒教給我怎麼看臉色、看眼色，我不會看，我怎麼看的我就怎麼說，我也不會說謊話。就是這樣。有人告訴我說，人家可能要收拾妳。我說收拾我能把我收拾到哪去？無非是最低層的工作，我現在是老師，我教高年你認為不行，你把我折騰到低年去；低年你還不滿意，你還沒解氣，你把我弄到勤雜工。我們學校廁所在外面，我說我就去掃廁所，我保證盡心盡力的我把它掃得乾乾淨淨的，我用這個為大家服務。掃廁所你認為我也不行，你還能把我安排哪去，再沒有比這個更低的了，你也拿不著我什麼毛病。

有一次我們學校發展黨員，人家告訴我說，妳參加會的時候你千萬說同意。我不是黨員，積極分子那時候叫，積極分子得表態，你同不同意。我說你別讓我參加，我可以不參加會吧！我說我要參加會，就這個人入黨，我肯定不同意。跟我談話的領導說，別那麼強了，人家就是通過了，這就走走形式而已，你幹嘛得罪那人。結果開會的時候不去還不行，必須得去。開會我們領導對我不放心，坐在我邊上，隨時得提溜我。我不吱聲，我不發言，我心裡話我板著，人家不讓我說不同意，那我就不吱聲。大家說說說，全是唱讚歌，都同意，那些積極分子參加會的都同意，評功擺好，說了一大頓，可能就剩我自己沒發言。我們這領導估計看，人家大家都說完了，剩我自己了，大概能說同意了吧，受大家感染也差不多了，說：素雲，妳說說妳意見。我說我不說了，大家都說完了，我不說了，我棄權行不行？領導說，說說吧，說說吧。當時我就這麼扭頭，

我說你非讓我說，你讓我說我可說真的。說吧說吧。他沒想到我又照本實發，我說既然領導讓我說說，大家也都說了，不過我意見和大家不一樣，我反對。一下子把反對這兩字給蹦出來。然後人家就得說，你看人家同意的人家肯定都說優點，評功擺好，我說不同意，我反對，那我也得說說我不同意的理由。

我當時我就給人說了三條，就是那個例子都不用準備，就好像擱兜裡揣上的，一下子我就說了。我記著我舉的第一個例子，我說他和鄰居關係處得不好。鄰居是一個七十來歲的老太太，他和人家鄰居老太太打仗，把老太太推個跟頭，卡在門檻上，把鎖骨卡斷了。我說這樣的人怎麼能做黨員？這是第一條。第二條、第三條，我統統給放了三炮。結果整個會場鴉雀無聲。反正我最後一個發言，我言也發了，我態度也表了。我們這個領導直瞅我，意思是妳怎麼這麼頑固？這麼提醒妳到最後說妳，還說妳不同意。那我就說我不同意。

最後這不是通過了嗎？因為我不是黨員，一個積極分子說不起決定作用，二，人家少數服從多數，那肯定通過了，通過了這不就入黨了，因為我倆都是團委幹部，我告訴你們，我都能做到這種程度，嫉惡如仇，這個詞用在這不正確，但是沒有別的詞能形容。我們團委辦公室有一個就是那長條的板凳，兩邊帶腿的，那個長條的，就這麼寬，那個長條板凳。那天要開團委會，我去了以後，我就坐在那板凳上。他去了，他也是團委幹部，去了也坐這板凳。我看他一坐，我就往這頭一挪，我倆就中間有個距離。這一條板凳，我坐這，他坐這，中間空著。我當時一看他我就來氣了，我心裡怎麼想的？當時的思想動態就是說，「就你這樣還能是黨員？我不佩服你」，這就是我的心裡活動。我就想我不能跟你坐一條板凳上，我一下子我就站起來了。你看一條長板凳，我坐這頭，他坐那頭，我

這頭一站起來，他那頭不就擱了嗎？一下就把他擱地下去。人家態度非常好，起來以後拍打拍打：劉老師，妳起來，妳怎麼不告訴我一聲？我說我沒說我要站起來嗎？那你自己沒坐好。就是這樣。我說這個例子，就說那個時候我是啥樣一個脾氣的人。所以我告訴大家，學佛真是能改變一個人，我覺得我現在的脾氣和那個時候比，應該說改了百分之八十，還有百分之二十沒有改好，還得繼續改。

下一個就是不埋怨人。我過去有時候埋怨人，就這個事沒做好，就想，你看就怨你，這個事你要不這麼做，它能嗎？比如說前幾天有個什麼例子，我家那個紗窗可能是質量不太好，它自己就老往起彈，你就壓到下面，一會它又彈起來，我老伴就拿一個螺絲刀，就把它扎著固定在窗臺上了。那個窗臺可能它不是木頭的，它固定不住，風一大就把紗窗彈起來了，把螺絲刀一下就彈到樓下去了。我當時一看，樓下沒有人，因為我們樓下都是小門市，這個螺絲刀要彈下去，正好有人，那要掉在腦袋上，那不就砸傷了？我就跟我老伴說，我說你看多危險，這個要當時有人，就砸著人家了，以後不能用這個。我老伴就說，沒事，我下次我再弄結實點。我說你就是不聽勸。他又弄上了，第二次又彈下去，正好下雨，我一看，正好外面下雨，道上沒有人，又沒砸著人。我又跟我老伴商量，能不能不用這螺絲刀再這麼弄了，我說再弄真是非常危險了。我老伴說，下次我再把它弄結實。第三次又弄上去了，現在是第三次弄，還沒彈掉，他說我拿鐵絲給它捆上了，這次可能弄的結實點。你像這樣的事，你沒必要埋怨人，這只是一個小例子。

我說每個人都有你學習的地方，比如說我老伴，前幾天我就非常感動，一件很小很小的事情。我倆在道上走，當天下小毛毛雨，打著雨傘，然後地上，樹上那毛毛蟲就掉下來，就擱地上這麼爬。我看著了，但是我沒理睬，我就心裡念了三句阿彌陀佛阿彌陀佛，

我心裡念了三句佛。我老伴就把傘，說妳拿著傘。我說你要幹什麼？他說我得拿著個棍，把這個毛毛蟲挑起來，給它放在樹杈上，要不牠在這爬，來回人走，會把牠踩死的。你說是我應該向人家學習吧？我看著了，我就沒想到，我就沒想到有人會把牠踩死，確實道上有很多毛毛蟲被踩死了。我老伴拿個小樹枝子把牠挑起來，送到樹杈上，擱那我看還這樣，皈依佛，皈依法，皈依僧，阿彌陀佛阿彌陀佛阿彌陀佛。你看人家比我說的更全面，人家還給做做三皈，還念了三句阿彌陀佛。我就想以後這個毛毛蟲成佛，肯定會感謝我老伴子的，牠不會感謝我的，是不是？因為我照顧得沒周到。所以說你想不和任何人事物對立，你自己就高興了，你要是和人事物對立，你會不高興的。這是怎樣善待眾生，這是第一個不和任何人事物對立。

第二個，我有三個不，就是幾次我都說，不爭論、不討論、不辯論。你要是爭論、討論、辯論，容易產生麻煩、矛盾、煩惱。討論、爭論、辯論都是要堅持自己的意見，都想讓對方服從自己，一般的規律就是這樣嘛。所以爭論、討論、辯論的結果，尤其是爭論和辯論，最後都不歡而散，大家都很不愉快。我原來就愛不服氣，什麼事都想弄個一是一，二是二，較真。現在知道了，都是假的，你較什麼真？所以現在我就跟大家說，我覺得我用這三條來處理一些問題非常好，心情舒暢，沒有煩惱，少煩惱。我最近又跟佛友學了一條，加上了，四不，不解釋。有時候遇到一些事，一說，不爭論、不討論、不辯論，記住了，做到了。但是有時候別人一說，這個事好像和這個事不對路，不是這樣的，有時候還冒出一句，這事不是這樣的，你這不就是解釋嗎？後來我一想，就我過去遇到那些那樣的事，我都從來沒解釋過，現在遇到這些小事，解釋它幹啥？所以現在我把這四不也介紹給大家，你們試試看，包括和自己的家

人，包括和外人，你都把這四條用一用、試一試。你不用的時候，你看看是什麼樣？

我那個佛友謝居士，就是第一次來香港謝居士也來了，這次回去以後，她身體狀況不太好，腿疼，所以這次她沒來。她就跟我說，劉大姐，妳那三條，就那三不，我在我們家實行了，可見效了。過去我和我老伴也是，什麼意見不統一的時候，強強強，我和我姑娘也強強，就這樣是的，非常不和諧，我現在落實這三個不，我們家和諧了。那天去告訴我，大姐，我又犯了個小錯誤。她說又有一個什麼事，我和我老伴說，意見沒一樣，因為我老伴不吱聲，完了我還接著說，我突然想起來那三不，我怎麼忘了？我馬上我也不說了，這個事就過去了。所以這是我要說的第二個，怎樣善待眾生，你用這四個你可以試試。

第三個，換位思考。換位思考，你把你當成他，當成對方，你來處理問題、考慮問題，你看看效果好不好？換位思考，你就那樣想，眾生的難就是我的難處，眾生的苦就是我的苦，你替他著想，你站在他那個位置想。你這麼想以後，你能發慈悲心，你那個慈悲心、菩提心你就能發出來。發了菩提心以後怎麼樣？就是咱們對那些弱勢群體，你就最起碼你有同情心了，不像過去我視而不見，我看著誰難誰苦，我像不知道似的，我沒看見，他是他，我是我。你這條換位思考，我給你舉幾個例子，刁居士跟別的佛友曾經講過這件事。就是上一次我們倆去吉林，因為車比較早，早晨就沒有公共車，我的原則是有公共車，絕不打出租。老太太沒有打出租的習慣，捨不得那十幾塊錢，說好了節約，說不好有點摳，不管哪個詞，反正我就是有公共車我是絕對不會打出租車的。那天因為太早，我們倆五點左右從家出發，所以必須得打出租車。打了出租車以後，刁居士就告訴那個司機，我們在客運站坐車，你在哪給我停車，這



司機也沒吱聲，然後就開車拉我們走。哈爾濱雖然我不是那麼太熟悉路線，但是我們打車這個路線，就到火車站，那個我不生疏，我知道。那個司機繞路了，繞路的目的不就是為了多賺點錢，這咱們都明白。繞路以後，刁居士就說，師傅，你看，我說讓你走那個路，你怎麼走這條路？那司機師傅就生氣了，生氣就說一句：到這十六塊錢，我不多收妳錢，下面的我不收妳錢就完了。因為他把路繞了一圈。等到下車的時候，他又沒給我們停到應該我們下車那個地方。可能我估計師傅也是生氣了，你不要上客運站坐車嗎？我偏不在那給你停車，就給我們拉到一邊去給我們停車。停車下車，我們倆還得走一段，刁居士就生氣了，氣的鼓鼓的。

下車的時候，那師傅就說：你就給十六塊錢吧！這個肯定是帶著氣說的。刁居士就拿了二十塊錢給他。我就說不用找了，不用找了。我看刁居士瞅瞅我，很不心甘情願的下車，我也下車了，這就不吱聲了，我就知道刁居士心裡鼓氣了。然後到車站，我們倆坐那還得有一段時間，還得等著那個車，坐那忒晃悠不住了，就開始叨叨，這個事就在等車那麼一會功夫叨咕三次。她頭一次叨咕，我沒吱聲，第二次叨咕，我也沒怎麼吱聲，第三次叨咕，我說：小刁，這個事妳得叨咕幾遍能完？我得可給妳數著數呢！我就把我的想法說了，我說小刁，妳想沒想，五點鐘咱們坐這個出租車，他可能是這一天他拉的第一個客人；拉第一個客人，如果他的心情就很不愉快，他這一天都不順當，開車會出危險的。咱們多花那幾塊錢，算不得什麼，讓他一天有個好的開始，他不就有個好的心情。出租車司機已經是社會的弱勢群體，最底層了，他不就是為了養家糊口，多賺點錢嗎？我們幹嘛要跟他計較？你看他家裡有妻子兒女，他出來開車，妻子兒女一定盼他安安全全的回家；如果他心情不好，他生氣了，他說不定因為這個可能他就出點毛病，那個時候你說他

的妻子兒女跟他多揪心。你說這幾塊錢又算得什麼？刁居士說：大姐，我聽懂了，我慚愧了。這個事明白了。這是第一個事。

第二個事，我們從吉林回來，也坐的公共車，小于居士就不想讓我坐那個大客車，他說那大客車條件不好。我說咱們坐車不就是回家嗎，它在道上軋軋就行，就把咱拉到哈爾濱就可以，啥條件？我看挺好，坐著吧。就坐那大客車了。因為當時我們回來的時候是中午，特別熱，太陽曬的慌，按道理說，那車的窗簾它是整個一拉上以後它全都擋著，不涉及到擋誰不擋誰，是這樣的。我坐那個位置，我前後是一個男的，都是個男同志，年輕的。刁居士她知道我怕曬，就是紅斑狼瘡這個病，第一怕陽光，她知道我怕曬，所以她就將這個窗簾就拉上了。拉上以後，待會後面這個，中間不是縫嗎？就把後面這撇就拉到他那面去了，擱腦袋這麼靠著，就是多餘的那部分不就重疊了，他擱腦袋這麼靠著。前面那個把這一撇拉到他那面去，我這塊不就是空著，就沒有窗簾了。這小刁我估計可能就有點氣鼓鼓的，站起來又把後面這拉回來，把前面拉過來，又把它對上了。對上以後，後面的又拉過去了，前面這個又拉過去了，又把我這空著，又晾上了，我也沒吱聲。

第三次，小刁又起來去拉，我就把她胳膊擋住，我說別拉，別拉。小刁真是氣鼓鼓的坐那不吱聲了，蹶的蹶的的，我都看著她那表情了。你拉它幹啥？是不是？他喜歡都拉過去，他擱腦袋靠著，他喜歡拉過去，擱他那靠著，他寧可它閑著。後來下車以後，我跟小刁說，我說可能多生多劫，說不上前生是我這樣對待人，我也讓人家曬著，我也讓你別擋窗簾。所以這回正好坐這車碰上了，人家就這麼對待我，咱們這筆帳就了了，這不又消了一個業障，你怎麼不轉念頭呢？我說打出租車的事，你聽明白了，然後拉窗簾你又犯渾了。兩個事就都解決了，這就完了。

所以你一換位思考，好多問題根本就不是問題，你說你要把它當成問題，你攔這停車不對，我就不給你那麼多錢，我就給你十六塊，你就找我四塊，是不是？這窗簾是公共的，大家都應該用，憑什麼你那麼霸著，那不就得打仗嗎？那何苦來的？就這一道，也就是將近三個小時，我說那可能就是讓我曬曬陽光，你這個紅斑狼瘡病不是怕曬太陽嗎？這又一張考卷，檢驗檢驗你，曬你三個小時，看你怎麼樣。我曬了三個小時我沒怎麼的，我沒犯病，不挺好的嗎？所以就這個我想，什麼事你一換位思考，什麼事都不是事，就是一點小事也很快就解決了，就是一個念頭一轉就可以了。

比如說，我再給你舉個例子，我這個人就是屬於心比較軟，我非常同情那些最底層的這些人。你看我高官的什麼的，我從來不巴結，但是對下面的我確實是比較有同情心。我在省政府工作的時候，有一次，一個人去省政府告狀，頭髮那麼長。因為每天我從大門進的時候，他都在門外來回轉，我連著看了他一週，後來我就問他，我說我看著你好幾天都在轉，你幹啥？他說我要找省長告狀，我進不去。我說你走，我給你開條。我就領著上收發室，拿我的工作證就給他開了一個進門條。我就把他領進去了，我不但把他領進去，我還給他送，我說你找哪個省長？他告訴我找哪個省長。我說我給你送到門口。我又給他送到那個省長的辦公室的門口。我說你就在這等著，省長就在這個屋。後來我回去以後，我跟我們辦公室同事說，他們說妳真膽大，妳知道他啥人，你就把他領到省長辦公室門口？我說他告狀的，好幾天我都看他在這轉，我就覺得挺可憐的，我就把他帶進來了，我覺得他不是壞人。你像這樣的，你幫他一把我覺得也沒什麼大錯，是不是？他不是壞人，我也沒啥壞心。

還有一個例子是什麼，我在什麼時候講，我舉過這個例子。我上院外去看見一個小姑娘，臉漲得通紅，著急忙慌的，農村來打工

的一個十八九歲那小姑娘。我就說，孩子妳幹啥？她說阿姨，我要上廁所，我找不著廁所。因為你看城裡，我們街上沒有廁所，她上一個飯店打工，人家把廁所什麼都刨了裝修，她不就沒有廁所去了嗎？我說走走，上我家去。我就把她領我家，上我家上廁所去了。結果這孩子可能是半天沒找著廁所，就有點憋不住，進去以後，反正就弄的裡面外面全都是，半天她也不出來。後來我說，孩子，妳是不是拉肚？有毛病？用不用我給妳找個褲子換換？她說不用，阿姨。然後出來以後就挺不好意思，我說沒關係、沒關係，孩子，你走吧！她就走了。我老伴就生氣了，說妳這個人可真是夠怪的，也不認識，啥人都往家裡領，連找不著廁所的你都往家裡領，你看看那廁所弄的，裡裡外外全是。我說老伴，你別生氣，我來收拾。你就給它擦擦、涮涮、洗洗，就完了唄，有啥了不得的。

我說我非常理解，我說你遇沒遇到這種情況？你要上人家北京城去，那大城市、大街上沒有廁所，你要上廁所，你著不著急？我說這一個農村來打工的小孩，她哪也找不著，你就給她領家來，就解決了就完了。這些個事可能都是微不足道的小事，但是我恰恰就在這些事上，我就覺得咱們能幫，哪怕幫一點小忙，咱也幫幫她，別讓她這麼難著。所以我就想，你一換位思考，你就想假如我在街上，我找不著廁所了，我也希望找個人問問，打聽打聽，是不是？如果他能幫著你找，指點指點，你也會挺高興的。你就換位思考。

再就是，比如說我告訴大家，你換位思考，你家都有窮親戚，可能你家有富親戚，也有窮親戚，反正我家是窮親戚多。我公公婆婆的親戚都在農村，比較困難。比如說他們缺錢，缺衣服，或者是生病，一般都上我家，那時候我家鄰居都說，說我家是聯合國，總有常駐大使，還有臨時大使。因為我家親戚不斷，來來往往的，有的常住幾個月，就是這樣的。所以我們鄰居看著都說，老劉家像聯

合國似的，這些大使們來來往往，就是這樣的。怎麼樣對待這些窮親戚？人家有權有勢的，你幫不幫都無所謂，是不是？這些窮的應該幫，他困難。咱要是窮，上人家去，想求人家點什麼，想借點錢，是不是咱心裡也忐忑不安，不好意思說？同樣，你這麼一想，他來到你家，你就不會冷眼相對了。咱別說怎麼說人家，你就臉一不高興，一拉了一點，人家都很不自在，那話都很難說出口。我想咱們應該理解他們，所以我家那些窮親戚們來了以後，我對他們真是都比較熱情，有啥拿啥，沒錢我出去借去，就是這樣。所以我家那些親戚為什麼一直到現在對我都非常好，就包括你看都是我老伴這面的親戚，都是弟弟、妹妹。因為我們就是排行在前，排老二，下邊弟弟、妹妹多，比如說叔叔家的、姑姑家的，都是這些親戚。他們就跟我真是比親嫂子還親，有啥事來我家，或者打電話，都找嫂子，不找哥哥。

後來他哥哥有意見，說你們是老劉家的，你們為什麼和嫂子親，不和我親，有啥事為啥不和我說，和嫂子說？我弟弟妹妹也回答，我們是老劉家的人，但是我嫂子也姓劉，我們找我嫂子沒毛病，就這樣是的。一直到現在，那些弟弟妹妹們，反正我跟他們也非常親，他們和我也非常親，有啥難處，我說來就說，我能幫多大忙我一定幫你們。你說人家要是非常富有，飛黃騰達，可能咱用不著幫人家，那就得跟人家溜鬚去了，咱不做這樣的事。如果是雪中送炭，還是錦上添花，我說還是多雪中送炭，添花也應該添，但是如果這兩個在這，你要選擇的話，還是先選這個雪中送炭的事。因為可能他缺吃的，他少穿的，你給他幾套衣服，就把他穿的問題解決了，你資助他點錢，他可能就把吃的問題解決了；他生病了，你帶他醫院去看看，你給他買點藥，就把他的病痛的問題就解決了，這是迫在眉睫的問題。人家那麼富有，又有車，又有馬，又有別墅的，

就不太需要咱們再去幫人家。反正我就是這麼做的，我這人就比較笨，盡做笨事、傻事。這是我說的第三個。

第一個是不和任何人事物對立，第二是不爭論、不討論、不辯論、不解釋，第三個是換位思考，第四個，去掉我執。這個我執，比如說，說通俗一點，不要固執己見。往往同修也好，親朋好友在一起，議論一些什麼問題，什麼事情的時候，不要固執己見，我建議大家多聽多看，少說，或者不說。大家坐在一起的時候，就某一個問題都需要說說自己的意見的時候，別像我昨天給你們舉例子，人家要選副處長，誰都不說否，我說。別幹這事，先聽聽人家怎麼說，學點東西，咱倒不是說學得挺奸猾的，不是這個意思。你看看究竟哪個意見比較對，然後你可以把自己意見說出來，如果人家沒說，你也不管老也不管少，你一下就把你意見說了，不太禮貌，是不？咱學《弟子規》，應該多聽聽多看看，看看別人怎麼做，別人怎麼說，然後咱們再心平氣和的把自己的意見說出來，而且加個「建議」兩個字；不要說我認為就應該這樣，我覺得就應該這樣，不要說我、我。你就說，建議大家看看這個意見有沒有參考價值，你這樣說，這個語言不就比較柔和了嗎？那次我，不是開玩笑，我跟大家說，我說說話，一樣的話，比如說一接電話，「你是誰？」這是一種口氣。另一種口氣，「您是哪位？」是不是表達的是一個意思，哪個效果好？比如說你給別人打電話，你是願意聽第一種口氣，還是願意聽第二種口氣？肯定是第二種口氣，溫柔、柔和，讓你聽著心裡舒坦。第一個像審犯人似的，你是誰？那意思你趕快交代，是不是？同樣的要表達的是一個意思，但是兩種語言，它得的結果就不一樣，咱們就講究點這個方式方法。這是我要講的第四個，去掉我執，我就不詳細說了。

第五個就是說，善待別人、善待眾生從善待自己家人做起。為

什麼我要說這個問題？因為家人，尤其是夫妻之間，每天都要面對。親朋好友你可以見的時間比較短，時間也比較少；其他人，比如說朋友，處好了多見，處不好少見。唯獨你的家人，特別是你的丈夫、兒女、妻子，每天都要面對，一定要善待。這是我做得不好的地方，我希望大家別向我學習。因為你對自己的家人，你所表達出來的，你的思想，你的感情，都是最最真實的。在這個問題上，最能檢驗一個人德行、修行程度如何，你對外你可以掩蓋掩蓋，可以裝一裝，你還可以裝點假的，假相；你面對你的妻子，面對你的丈夫，你表現出來的東西是最最真實的，你就拿這個做尺子，量一量你修行到什麼程度，這是最準確的。比如說善待父母，夫妻之間要彼此善待，善待子女，善待子女我在這裡強調，就是兒子、兒媳婦，你要高看兒媳婦一眼。兒子和兒媳婦要鬧矛盾、吵架，你千萬別護著兒子說兒媳婦，一定要說兒子。不管兒子對也好，錯也好，一定要說兒子，給兒媳婦撐腰，你這樣你是個好婆婆、好公公，兒媳婦和你的距離會愈來愈近。

我記著有一次我兒媳婦心情不好，當著我的面，霹靂啪啦的把我兒子打了好幾巴掌。挺熱的天，我兒子生病做手術出院兩天是三天，光著大膀子，大肚皮露著，我兒媳婦照著肚子霹靂啪啦的打。當時我也在跟前，我看我兒子眼睛瞪圓了，當時我就說我兒子，我說你瞪什麼眼睛？你長了一身懶肉，霹靂啪啦的給你掉掉膘，拍上兩下能怎麼的？別瞪眼睛。這個事不就過去了嗎？實際上我當時心裡難不難受？我挺心疼的，是不是？他生病，剛做完手術出來，你就霹靂啪啦打他好幾下。但是我沒有說對兒媳婦不滿意，我沒有那個，我知道我兒媳婦當時心情不太好，我非常理解她。這樣，我這麼一說，兒子也不瞪眼睛了，兒媳婦也消氣了，這事就過去了。

如果姑娘和姑爺要鬧矛盾，你一定要說姑娘，別批評姑爺，這

不是說咱們偏心，你真得這麼做，這個事情如果你要顛倒過去做，肯定就容易產生矛盾。就是做為咱們學佛的人，怎麼樣能把這個事情處理好？要寬容、包容，要大心量，人不是說心大量大法才大。咱修行人不是學法嗎？你怎麼樣法才能大？得心大量大。那句話說「海納百川」，下一句話是「有容乃大」，為什麼大海，百川都到它那裡去集合？因為它有容，它要沒有容，它包容不下，那肯定它就容納不了百川。所以，咱們的心就應該像大海一樣的寬容。這是第五個，善待別人從善待自己家人做起。

第六個，用自己的真誠心去感召別人。這個像老法師說的，就是別人對你真誠，你對別人要真誠；別人對你不真誠，你也要對他真誠，這是一個標準。你別說，你對我真誠，我對你也真誠，你對我不真誠，我對你也不真誠，那就錯了。咱們學佛人應該是不管你對我真誠不真誠，我都對你真誠，用自己的行動去感召對方，時時改自己的過，不見他人過。你不見他人過，你就不說他人過，現在這個口業是太重要了，咱們一定要管住自己這張嘴，不造口業。用這種真正落實六和敬的實際行動，去感化一切有緣眾生，你感化了他們，才能帶動那些眾生一起去落實六和敬，這樣才能為挽救這場劫難，為和平、為和諧做自己該做的事。這是第六個。

第七條，就是怎麼樣善待眾生，我覺得這條很重要很重要，就是向一切有緣眾生介紹淨土念佛法門，這個是我們淨宗學人最最應該做的事情，這是最大的去善待眾生，因為這個眾生得利益是最大的。怎麼樣去做？我就是給大家介紹《無量壽經》，我告訴大家，我為什麼讀《無量壽經》？我讀《無量壽經》有什麼感受，有什麼體會？這是一。然後就是告訴大家念阿彌陀佛，阿彌陀佛四個字他的感應力是不可思議的，就是這樣。因為師父曾經說過，就是說不要獨善其身，不要做自了漢，要帶更多更多的眾生回我們本有的家



鄉，西方極樂世界，這句話我是牢牢的印在心裡。確實是要向大家介紹淨土念佛法門，向大家介紹這句阿彌陀佛佛號，讓眾生早日離苦得樂！學佛是人生最高享受，念佛是人生最大快樂，作佛是人生終極目標，我每天我都要說這三句話。我覺得這三句話太重要了，來體味信佛、念佛、學佛、作佛的快樂。因為這三條你體會好了，你做到了，你才能體會到信佛、念佛、學佛、作佛的快樂。這是我要講的第二個大問題，怎樣善待眾生，第二個大問題裡包括這麼七個小方面。

第三個大問題，怎麼樣才能善待眾生？第一個是為什麼要善待眾生，第二個是怎樣善待眾生，第三個是怎樣才能善待眾生，多了「才能」兩個字，和第二個題不一樣。怎麼樣才能善待眾生？就是你自己什麼樣的心態，你才能做到這「謙卑自己，禮敬諸佛」八個字。你要把自己的位置擺正，最低最低，最矮最矮，最軟最軟。今天上午齊老菩薩講課，我又學了好幾招，她舉比如說最軟最軟這個例子。說這個東西是軟的，是稀呼呼的，你把它抓在手裡，你使勁一捏的時候，從手指縫不就鑽出去了嗎？你要是硬硬的一個東西，抓在手裡，它不會漏出去，你就把它抓住了。所以還是軟的好，矮的好，把自己的位置擺矮。如果人家這麼高，你這麼高，人家高不可攀，是不是？人家會遠離你的，覺得你不可親。所以，咱要把自己的位置擺得最低最低，這個是謙卑，謙卑不是自卑，要把這兩個詞區別開。做到這八個字，是因為你心裡是想，眾生是佛，唯我是凡夫，每個眾生都有你學習的地方，你把別人的長處學來，來補你的短處，你不就愈來愈長？如果你總看別人的短處，你拿自己的所謂的長處去比人家短處，你不會有進步的。

最後我總結這三條，如果咱們做好了，它會起一個什麼樣的作用？就是善待眾生，能長自己的德行。德行怎麼提高？是在你一點

一滴日常生活當中，用各種各樣的方式、方法去善待眾生，逐漸逐漸積累起來的，德行是這麼長起來的。德行長了以後，你的境界就提高了。所以就總結兩句話，善待眾生長自己的德行，提高自己的境界。

還有一點時間，我不保守，最後利用還有不到二十分鐘，我也告訴大家一個祕訣，一聽祕訣，你們想劉居士有啥祕訣？其實說祕訣也不密，反正就是我感受，我有感受的我的幾個做法，做了這幾條，它能達到什麼？達到我健康，達到我快樂。所以我就說這就是我健康、快樂的祕訣，我也介紹給你們，供大家參考。

第一個祕訣，兩個字，「感恩」。一個人他要是有一顆感恩的心，他就健康，他就快樂，他身體那不健康的細胞都可以變成健康快樂的細胞。你看我就是例子，絕症病，滿身滿臉大紅斑，大厚嘎巴，就因為我有一種感恩的心，所以我就恢復過來了，我現在是健康的、是快樂的。感恩都感誰？感恩一切眾生。首先第一個感恩的，應該感謝我們的國家，感謝我們的人民，是不是這樣？我們有這樣一個偉大的祖國，做我們堅強的後盾，現在這麼繁榮、富強、安定、和諧，才為我們學佛人提供這麼好的一個學佛、念佛的好環境，你說我們不應該感謝我們偉大的祖國嗎？做為中華兒女是多麼自豪，多麼驕傲。所以我從我自己說，我覺得做為一個念佛人、學佛人，一個要長智慧的人，他應該感恩自己的祖國。一個真正的修行人，他應該是愛國、愛教。如果一個人說我愛教，但是他不愛國，不愛國的人，他如果說他愛教，不太真實。我特別讚歎咱們的師父上人，所以我對他的第一個評價是，他是一位愛國、愛教的老人。不要把他看成神，他是人，是一個愛國、愛教的老人。我讚歎師父這一條，我一定要向師父學習，我也要做個愛國、愛教的人，我愛我的祖國、愛我的人民。

感恩我就不一一說了，特別我強調一點，你能不能感恩坑害你的人、陷害你的人、誹謗你的人，你能不能感恩他？剛開始做比較難，做順了以後，你就覺得太好了，你真正應該感恩他們，因為他教給你好多道理。最起碼第一條，他給你消業障，是不是？你沒花錢，你沒雇人家，人家給你消那麼多業障，你不應該感恩嗎？對你好的，你就更應該感恩了，父母之恩怎麼報都不過分，尤其是母恩。你仔細琢磨琢磨，母親的恩，你怎麼報都不是過分的。因為我出生是那麼艱難，所以我現在想母親不在人世了，我現在唯一能報母恩就是我今生成就，我到西方極樂世界，不管媽媽在哪一道，我都要度她成佛，這是我最大對母親的報恩方式、方法。

簡單的說，第二個還是兩個字，知足常樂，「知足」。第一個是感恩，第二是知足。為什麼說這個是祕訣呢？知足常樂，不單是樂，而且是常樂。反正我的感受就是因為我非常容易滿足，我什麼要求都沒有，我撿誰的衣服我都能穿它十年二十年，就是這樣。所以，念佛的地方，我有念佛堂，吃飯的地方，家裡我有飯吃，睡覺我有床，三條足夠了，除此之外我別無所求。所以我非常知足，也可能就是我現在能傻樂的一個原因。因為別人家有什麼，我家住的應該說那個院人家都是比較有錢的，我家那個院一到晚上是車都滿滿的，各種牌子的車。我老伴站在晾臺告訴我，這個是什麼，這個是什麼，我說你別告訴我，在我這就是一個字，車。它啥牌它都是車，我不認識，它不都四個轆轤轆轤嗎？就是這樣的。可能要換個人在我們那院大概都住不下去，大概可能我家是最窮的，我還窮的挺樂呵。他們都這家整那個欄，我就叫它籠子，就把窗戶什麼的都攔上，防賊。我家住三樓，人家二樓都整上了，他們告訴我說，二樓整，你必須得整，因為搭著那個，上三樓特別容易。我說不用，我要整上了，他要真來了，他還費勁，是不是？我這都禿溜溜的，

晚上我開著窗戶睡覺，他都不用啟窗戶，從那直接進來，進來溜達一圈啥也沒有，他又出去了，更方便。人家有人不好意思說，說你看一進你們這院就知道有錢人很多，你說你家是不是最窮的？我說是，據我知道可能是最窮的，我沒什麼負擔，窮嗖嗖挺好，我一直有這個詞，我說窮嗖嗖挺好，挺輕鬆，挺愉快的。這是第二個祕訣，知足。你要是不知足，看人家有車，我家沒有車，看人家住別墅，我家還是單層的，看人家住複式的，你就比去吧，沒完沒了。現在又住高層怎麼怎麼的，我說我就有這一張床就足夠了，我知足了，所以我就樂了。我就把它歸納到，這是我的第二個祕訣。

第三祕訣，「奉獻」。只奉獻不索取，你就快樂，你就健康。你要是索取，你想這麼的、想那麼的，你索取不到，你就痛苦，你就煩惱。我是本著這一條，我只講奉獻，我對別人做什麼，我從來沒有想過要求別人謝謝我，或者怎麼報答報答我。我真是從小長這麼大，我沒有這種想法，我為別人做事我可高興了。我跟刁居士說，我說如果這個杯子你需要，我需要，你喜歡，我也喜歡，我肯定給你，我不會自己留著的。我要自己留下了，我就想小刁也喜歡這個，她也需要這個，你看我自己留下，我會心裡不踏實的。這一件衣服，我真有過那個時候，我在身上穿的衣服，我碰見有困難的，我實在沒什麼可送的，我把他身上穿的衣服脫下來送出去，就這個事我都辦過。但是我辦了以後我特別快樂，哪怕我出不去門了，我沒有衣服穿了，我看他穿，他好了，他暖和了，我這面高興了。所以，我覺得奉獻是健康快樂的第三個祕訣。

第四個祕訣，「容人」。咱就別說其他眾生了，咱就說人，你能不能容人？這個容就我前面講了，寬容、包容，你有沒有海量。我又想起那四句話，「大山的氣魄，大海的胸懷，大地的純厚，聖者的風采」。為什麼第四句話是聖者的風采？因為前面那三條是底

，是基礎，那三條做到了，才能顯現的是聖者的風采。我上五臺山去，我站在那個大山裡，我就想這大山真了不得，我就想我就是大山的一個赤子。那次我去正好他們給我一件紅色的運動服，我穿了一個紅色的運動服，那個山是綠的，我站在那大山裡，我就覺得我是那個大山裡的一點紅，我就是這個大山的赤子。看著天上那個雲彩，全都是圖形，全都是獅子，五臺山我在那看的就是這樣的景象，各種各樣的獅子，還有一條龍，是首尾相接的龍，看得我都入神了。我就想人實際上很渺小，是不是？很渺小。在大山裡我都覺得我很渺小，何況在整個虛空宇宙當中，那不更渺小了，咱就連一粒微塵都不是。所以現在得這人身，不趕快修行，那真是犯傻，咱得有智慧。這是第二個，容人。

我就從大山、大海和大地裡得到的啟示，一定要寬厚、仁慈。比如說大地，乾淨的、髒的，什麼東西不都由大地來承受嗎？尤其我們做為一個女人，做為一個母親，就應該什麼都能承受的住。在我困難的時候，有想不通的時候，就想太難了太難了，怎麼能這麼難？最後想我是母親，我就是大地，你就來吧，你什麼樣的髒水，什麼樣的污穢，你都往我這倒，我都把它承受，這是一個母親的胸懷。我現在學會了容人，現在任何人，你就是打我也好，罵我也好，我會一笑了之。這點我現在基本能做到，我不會生氣，不會人家一說，我如何如何。

我來之前接到一個電話，電話裡對我一頓訓斥，可能是咱們一個同修，現在我都不知道他姓啥名誰，我不知道。就電話一頓給我訓斥，妳不應該這麼的，妳不應該那麼的，妳應該怎麼怎麼的，妳知不知道妳現在有影響面！不讓我讀《無量壽經》，意思是你有影響面，你讀《無量壽經》，別人讀不讀？我聽完了，讓不讓我說？我說你要喜歡聽我說說，我就說兩句，不喜歡我就不說了，你說的

我都洗耳恭聽完了。那你說兩句吧！挺厲害的。我說那我就說兩句，這個各人有各人的因緣，我讀《無量壽經》，我心生歡喜，朗朗上口，所以我就讀，我還要繼續讀下去，就是這樣。你們想讀哪部經，那是你們的因緣，我不干涉。所以就說，如果在一年前我要遇到這樣的事，我會生氣的，那我電話裡肯定我就和她頂起來了，你憑啥訓斥我？你愛學啥學啥，你愛讀啥讀啥，你管得著我嗎？可能我就會用這種話來回答。現在我不會這樣回答她，咱們得謙卑柔和，就像那水一樣，你看這水，你倒在圓杯它是圓形，倒方杯方形，你要是冰就不行了，有稜有角，你就做不到這點了。所以咱得學習那個水，得柔，現在還柔得不夠。

第五個祕訣，「愛眾」。眾人的眾，眾生的眾，咱們要愛眾。這個愛眾就所有的都包括在一起了，要有愛心。

最後一個，關鍵的關鍵，「念佛」。為什麼我有那三句話，我說念佛是人生最大快樂，這是我親自體會到的。所以我把我這個祕訣，兩個字兩個字歸納了六條，感恩、知足、奉獻、容人、愛眾、念佛。

今天說的這些供大家參考，如果大家各位同修還希望我講點什麼，你們可以告訴我，我根據大家的意見，我可以重點講一講。你們沒看我今天是帶著題綱的，我有個小題綱，每天我都什麼都沒有，這就是應大家的要求，我怕忘掉，所以我就簡單的列了一個提綱，把大家要聽的，需要我說說的，我就說一說。

今天時間到了，就說到這，謝謝大家。