中庸之道

中道平常心才是悟道之本

（请点击视频链接收看）

中庸之道的心态

佛教导我们要中观，就是不管发生什么事要在当中来看事情，孔老夫子叫我们要学会中庸，一个成功的人一定要懂得中庸，什么事情做得不要太绝，不要太松，也不要太紧。

中庸之道的心态

师父讲你们是为你们好，师父讲了你们，你们不听，师父就中庸了，师父就不讲了。

学佛做人要懂得调节，中庸就是要调节好自己的身体和心灵，不要让心太难过，不要让心太烦恼，不要让心太悲伤，也不要让它太开心，更不要让它太“骨头轻”。

中庸之道的心态

身体不要让它太刺激，很多人去儿童乐园游玩的时候，只管玩得很刺激，结果心脏不好，头晕呕吐，所以，人要懂得调节好自己的身体。想发脾气的时候不要发，不发脾气的时候想一想，我也有尊严，我们不能有脾气，又不能没有脾气，没有脾气那也不可能，懂得调节是最重要的。

中观中道

人要学会调节好自己的身体和心灵，身体一定要处于一种平衡状态，做人身体好要营养适中，不要累积过多；人的精神、心灵要好，不能烦恼太多，心灵要处于知足的状态，总觉得“我够了，我满足了，”就变得非常法喜。

2016-01-17 卢台长悉尼《玄艺综述》大型解答会

中观中道

学佛人修心如果用苦修的话，觉得太苦了，修心修得太散乱松散也不好，佛菩萨教导我们，人要学会平衡自己，“中观中道”，也就是孔老夫子讲的“中庸之道”，做人不要偏的太过分，不要太左，也不要太右，就是中庸。人与人之间的关系，要学会把握好，给别人留一条路就是给自己留一条后路。

2016-01-17 卢台长悉尼《玄艺综述》大型解答会

中观中道

调节好自己的身体和心灵，不要常发脾气，要学会忍辱、吃亏，做人要想得开才能开悟境界，犹如在生活当中吃了太多热性食品，脸上就会长疮，身上也会发脓头，就要懂得降虚火，就像广东人经常讲的为什么要煲汤，就是调节身体内部结构。犹如天气冷了，要多穿衣服，天气热了，要少穿一点，这就是人的一种调节法。

2016-01-17 卢台长悉尼《玄艺综述》大型解答会

中观中道

在人间，符合自然规律，才不会违背自然法则。人为什么会心虚，因为做的事情已经让自己的心感到有负能量的存在，因为已经感觉到自己心做得不对……人的内心有生命的原素，生命的原素称为成为正能量。不能接受这个正能量的话，心违背正能量去做任何事情，你做的就是负能量的事情，才会使内心恐惧和心虚。

2016-01-17 卢台长悉尼《玄艺综述》大型解答会

中观中道

人正不怕影子歪，做人就要对别人好，无私无怨地奉献，帮助别人，就是拥有正能量；如果帮助别人的时候拥有某种目的，为了在别人身上能够获取自己所需的利益，就是负能量，心才会发虚。心虚是负能量，直心、诚心是正能量。如果心总在发虚，身体就会不好，心情就会受到影响。

2016-01-17 卢台长悉尼《玄艺综述》大型解答会

开悟之后才能做到中道

同修问：我想请问，师父在白话佛法里提到说我们修心不要注重外表，也不要注重内心，要走中间。有师兄和我说，中道是开悟后的中道，没开悟没办法中道。是这样的吗?

开悟之后才能做到中道

台长答：是这样。开悟之后才能做到中道，就像很多人说你要用良心做事情，但是很多人他不修心，已经没有良心，良心已经被五欲六尘所染了。中道就是你开悟了，知道任何事情不要偏左不要偏右，有些是拼命做善事，组织学佛人在马路上搞清洁卫生，但不念经；

开悟之后才能做到中道

而有些只管念经，隔壁着火死人也不管，两种都不好，该我外表做我就外表做，该我内心修就内心修。内心外心要一起修，行为思维都要修，才能修到中性有智慧的一个点上来。

在凡尘中要脱离凡尘

有一位无相禅师，他非常有智慧，他经常在走路时感到口渴，有一次，他遇到一名青年在池塘里踩水车，无相禅师就上去问他：“哎，请您给我一杯水喝，我的嘴巴有点干了。”青年人非常羡慕地说：“禅师，如果有一天我看破红尘，我一定跟你一样出家学道。

2016-10-03 卢台长台北《世界佛友见面会》

在凡尘中要脱离凡尘

不过我出家之后，我不想跟你一样居无定所，到处去行脚，我会找到一个地方隐居，好好地参禅打坐，不再抛头露面。”这个时候，禅师哈哈大笑说：“哦，那你什么时候会看破红尘呢？”青年人答道：“在我们这一带，就数我最了解水车的性能了，全村的人喝水都靠这个为主要的水源，

2016-10-03 卢台长台北《世界佛友见面会》

在凡尘中要脱离凡尘

如果找到一个能接替我照顾水源的人，我没有牵挂了，我可以找出自己的路，看破红尘出家了。”无相禅师说：“哦，那你最了解水车，请你告诉我，如果水车全部浸在水里，或完全离开水面，又会怎么样呢？”这个青年说：“如果水车全部浸在水里，不但无法转动，甚至会被激流冲走，完全离开水面的水车根本上不了水。”

2016-10-03 卢台长台北《世界佛友见面会》

在凡尘中要脱离凡尘

无相禅师这才哈哈大笑说："你知道吗？水车与水流的关系已经说明了我们人世间的关系。如果一个人完全入世，纵身江湖，难免会被五欲六尘潮流冲走；假如纯然出世，自命清高，则人生必是漂浮无根，空转不前，像没水的车一样。"青年人听后欢喜不已地说："禅师，你的一番话让我醍醐灌顶，破迷开悟啊。"

2016-10-03 卢台长台北《世界佛友见面会》

在凡尘中要脱离凡尘

这个故事就是告诉大家，出家了，也要不忘我们是众生；是菩萨了，也要不忘我们是开悟的众生。今天我们不出家，我们要朝着出家的方向好好走；我们出家了，也要回到人间来，更好地救度众生。

2016-10-03 卢台长台北《世界佛友见面会》

在凡尘中要脱离凡尘

孔老夫子讲过中庸之道，做人做事不可偏激，凡人要学出家人的开悟，出家人要学菩萨的广度有缘。出家是离开小家，进入大家；在家居士要学出家人，守戒勤修，在红尘中看破红尘，在凡尘中要脱离凡尘。

2016-10-03 卢台长台北《世界佛友见面会》

学中观，习唯识

中观就是什么事情都放在当中去看，中观不在内，不在外。就是说，我们修心不要注重外表，也不要注重内心。不在外面，不在里面，那在哪里啊？那不就是在中间了吗？你看一个问题，不把它看成左，也不把它看成右，那你就中性地看问题了。人家吵架的双方都跟你讲对方不好，你不说这个好，也不说那个好，你站在中间了，这就叫中观。

学中观，习唯识

因为不常见，才能断见，我们不经常去碰到那些烦恼的事情，我们经常不去接触那些肮脏的、琐碎的人间的红尘之事，那你才能有断见，这是什么意思呢？很多人喜欢说，“他说什么了，你告诉我？”他就开始有见了。断见就是把自己的见闻所知全部断掉，没有了，你才能中性，你才能中观，看到东西说没有看到，那就叫断见。

【超越自我 了解真理】

卢军宏台长白话佛法广播讲座（第十四集）

（请点击视频链接收看）

断见和常见

学中观，习唯识

很多修得好的人，碰到人家说，“他说你什么什么”，“哦，我没有听说啊”，他就断掉他自己的愚见。所以，在常见和断见中，就叫做中观。经常看见很多事情，根本不往心里去，似乎我什么都没有看见，一左一右，到了最后，你看见又没有看见，没看见又似看见。

白话佛法 (七) 21.《学“中观” 习“唯识”》

学中观，习唯识

实际上很多人在回答问题的时候，“你看见了吗？”“没有看见”，实际上他看见了。又有很多人说，“你看见了吗？”他看见了，却说“没有看见”，这不就是中观吗？看见了，我认为没有看见，知道的事情，我不认为它是现实，而是虚幻的，所以，我才会有中见开始，用现代学佛人的话说，就是唯物辩证法。

白话佛法 (七) 21.《学“中观” 习“唯识”》

学中观，习唯识

我们心中对人间的事物都要中观。中观就是在当中看，不要看偏。这个人这么讨厌，不过他也有好的地方。比方说，有时跟老公吵架的时候，想想恨得不得了，但是突然之间为他想想，他为这个家也吃了不少苦，你的气不就消了很多吗？这不就是中观吗？

学中观，习唯识

对朋友也是这样的，这个人经常欺负我，想想这个人也帮了我不少，你一想他好的地方，你就会对他很好，他在骗你钱的时候，你在想，他也为你付出很多，他曾经也帮了你，这些问题，你也应该中观，你就不会恨他了。骗钱是他不对，但是我也不恨他，中观就是这种概念。

白话佛法 (七) 21.《学“中观” 习“唯识”》

学中观，习唯识

心中要不着空，“着”就是踩着，“不着空”的意思就是不踩空，这个“空”是人间之空。也就是说，我的心中永远是踏踏实实的，心里有底，我不会做错事情的。“不着有”，我也不觉得这个事情会有，我也不觉得这个事情是空的。

学中观，习唯识

所以，佛法实际上是最辩证之法，是哲学之法，它讲的全部都是一分为二，是唯物主义观，看一个事情要看它的两面，把这个人看好了，也要看到他的缺点，把这个人看得不好了，也要看到他的优点，这叫中观，这叫不着空、不着有。

【中观中道，三解脱门】

卢军宏台长白话佛法开示（第三十六集）

（请点击视频链接收看）

如何理解“色”与“空”的关系

答：这世界上很多事情，你可以把它看到底，那是没有的，是无；但是你现在看的，它是有的。实际上很多东西……比方说显微镜也是这样的，你说这个花在我前面，我现在眼睛看到是花，如果把它分析开来，它都是一种微分子结构，是花粉，还有空气、水分，它都有的，它混合成一朵花；

如何理解“色”与“空”的关系

但是你把它看到底了，它变成另外一种物质了，它只是一种水和花粉的分子结构，它不是一朵花。就像人一样，你把人看到底了，他就是死人了；你说他现在活着，当然是活着了。那到底是活着还是死了呢？因为死了就是活着，活着就死了，叫“无生无灭”，所以就是“色即是空，空即是色”。

如何理解“色”与“空”的关系

你看到的空是未来的，你也可以把它提早看成空。我们现在的烦恼，它是空的，因为多少年之后，四十年、五十年之后，我们全部都空掉了，所以不存在它有色的东西在。但是你说你现在活在这世界上，你没有看见这个烦恼吗？

如何理解“色”与“空”的关系

你没有看见这个困难吗？那是不可能的，是看到的，但是这个看到的，以后是没有的，那么到底是有还是没有呢？那就是“色即是空，空即是色”（感恩师父慈悲开示）

台长语：缘分很重要，什么叫“缘”？缘就是中庸，“随缘”就是中庸之道，不要偏，不要左，不要右。走一步往后看一看，进一步往后看一看。经常观照自己，不要偏左也不要偏右，经常让自己的心放在当中，不偏差就是正，有偏就不能算正。学佛人心正，那就说明他不偏。什么叫“偏”呢？对某一个人有特殊感情，对某一个人包庇，对某一个人特别喜欢，都叫“偏”。做到对所有的人都要正，你就要有正确的观念。

Shuohua20180112 01:56

人生若只如初见

所以我们每个人在这个社会上，都要懂得怎么样来淡化自己对人间的一切执著。一件事情放不下，人生很多事情放不下，你要想办法能够把它解脱放下，最重要的就要理解“人生若只如初见，何事秋风悲画扇”。

人生若只如初见

我们人跟人最好保持在像初次见面这样，这就是我们经常，中华传统文化当中讲的一句话：君子之交淡如水。有的时候太好了，就会感情牵扯、牵绊，所以初见伊人。不再往心里去，何来分别计较？一个人如果你刚刚跟他初次见面，你不会对他有过分的要求的，你总是说“很好”。

人生若只如初见

看到别人就犹如刚刚初次见面一样，你可以保持一种尊重，可以保持一种沉默，可以保持一种理解，也可以保持一种圆融。 所以初次见面那种感觉就是“我们是一个好朋友，我们是一个好佛友”，你一定不会斤斤计较，一定会随缘放下。当你随缘放下的时候，你人本身就是万般自在。

白话佛法开示第16集【顺缘逆缘 佛道自然】

人生若只如初见

所以很多人说，你活得很自在，为什么他活得不自在？实际上自在就是你自己在调节你的心。你把很多的老朋友，把很多的外面的人间的那些，单位里或者一些人身上有毛病的，你把他感受到“我跟他初次见面”，你一定不会对他有过分的要求。这是佛法的智慧。

白话佛法开示第16集【顺缘逆缘 佛道自然】

关于圆融和中道

（请点击视频链接收看）

如何把握同修之间相处的尺度

实际上同修和同修之间前世都有缘分的。我经常看见很多同修之间上辈子都是在一起出家的人，他们的感情很好，所以一进共修会，一看见，“哎呀，我跟你怎么这么有缘分啊！”很正常。但是要记住，那是上辈子的缘，你不能跑到共修会来，“我来跟你继续这个缘分”，那就天下大乱了，这是第一；

150620中国·香港佛友见面会共修组提问

如何把握同修之间相处的尺度

第二，要记住了，同修之间只讲佛法，少讲人间事。因为心中有“是”才会产生“非”，因为你的心经常不安定，觉得“这个是应该这样，那个是应该这样”。所以不能想，到了观音堂，到了学佛人的地方，就要好好地念经，只谈体会，不讲任何生意上的事情。佛友，那是佛的朋友，佛的友爱，所以不能掺杂着任何人间的是非。记住了，谁在观音堂、在共修会说是非者，他就是是非人。

150620中国·香港佛友见面会共修组提问

如何理解学佛的人要中观中道

问：师父在《白话佛法》第七册第29篇里开示，我们要学中观，即中性地看问题，不偏左也不偏右；师父经常教导我们为人处事要取中庸之道。有师兄在参与弘法的时候，事事力求圆满，做得最好，有时候就会因事情不顺利，或达不到最佳效果，而心生烦恼或与师兄们产生意见分歧。

170923 意大利·米兰世界佛友见面会提问

如何理解学佛的人要中观中道

问：同修觉得如果弘法或学佛也取中庸之道，不必追求极致，差不多就可以了，是不行的，但有时候又无法避免因追求弘法的圆满而产生的烦恼和分歧。请师父慈悲开示。

170923 意大利·米兰世界佛友见面会提问

如何理解学佛的人要中观中道

答：其实这个人学佛就是在这个过程当中没有完全解脱，没有完全开悟，所以他把学佛的境界合二为一了。一个高境界的人，他舍得下，他知道人间没有圆满的事情，所以不能去追求圆满，因为在人道是不会圆满的。你们想想，在人间哪一件事情能够圆满？不可能的。所以在学佛当中，尽自己的心、尽自己的力去做，就叫圆满。

170923 意大利·米兰世界佛友见面会提问

如何理解学佛的人要中观中道

实际上菩萨不是说不让我们圆满，菩萨让我们开智慧。当一个人在弘法当中，不要去偏左，不要去偏右，尽量把自己做得最好，你就是在开悟当中。所以，不要去让自己进入烦恼，进入烦恼就是不开悟，开悟的人不会烦恼。尤其学佛的人要中观中道，中观就是今天这个事情比昨天好了，但是还没有完全达到好的要求。

170923 意大利·米兰世界佛友见面会提问

如何理解学佛的人要中观中道

“我今天好了，我觉得很满意了”，那么继续这么做下去会越来越好。身体也是这样，看病也是，一天比一天好，他不会今天看了病，明天马上就好起来，全部都好。学佛也是一步一步往前走。

170923 意大利·米兰世界佛友见面会提问

笑话：我要有钱花和随便花

（请点击视频链接收看）

中庸就是把事情放在当中

（请点击视频链接收看）

中华传统文化的佛法智慧，是推动当今社会和平与发展最好的良药

我觉得要靠着大家不停地在这个世界上弘扬中国的传统文化的精髓……因为中国人讲究中庸之道，什么事情不要偏左，不要偏右，这样的话你就不会走偏。

“中庸之道”就是什么事情都放在当中，把你的良心放在当中，你才会把事物看得清啊。你对这个人好，你就是偏了；你对这个人不好，你讲他不好，那也是偏了，所以中庸之道，这是很重要的。

wenda20160207B 01:11

为人、处事、养生都要讲究“九不过”——九个不过

第一，怒不过度。就是说发怒不要过度。有位名人说过，世间最可厌恶的事情，莫如一张生气的脸。你们去看看，很多人就是喜欢把一张臭脸给别人看。把这张脸摆给别人看，别人看得比打他骂他还要难受，实际上这个人是一个很自私的人。所以不要动不动就给别人脸看，本来已经长得不好看，再来一副臭脸，是难看加上难看。学佛人要明白，心里有烦恼，不要生怒气，怒则伤肝，所以肝不好的人经常发怒。

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

学会控制自己的情绪，提高境界，乐观处事。有什么大不了的事情？你们活到今天没过来啊？你们都过来了，过来了就是战胜它了，战胜它，你们就是成功了，所以你们就是成功之人啊。

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

第二，名不过求，就是名气不要过度地去追求。过去讲，名利是苦海无边，繁华如过眼云烟。每天要吃两颗药，早上吃一颗“知足”，晚上吃一颗“感恩”。看淡这个世间，生不带来、死不带去。人生喧嚣，名利来往，最主要要放下欲望，心静自安。

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

第三，利不过贪，利益不要去贪过头。贪婪的心就像沙漠当中的枯井一样，吸收一切雨水，但是这个枯井却从来不会滋生甘泉以方便他人。所以学佛人，“酒色财气我不取，风花雪夜我不沾边“，无欲无求，无牵无挂，知足常乐，顺其自然才能达到学佛人真正的目的，返本归源。

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

第四，衣不过暖……首先跟大家讲“冬不欲极温”，就是在冬天的时候，人不要贪图太热。为什么冬天一洗热水澡容易中风，很多人在浴室里就走掉，因为冬天血管收缩，热胀冷缩，血管冬天比较硬。热的东西一冲，一个对比太多了，这个人就到倒下来，头脑的血管非常短的。“夏不欲穷凉”。“穷凉”是什么？穷就是穷尽到底，不能贪凉。

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

你看很多人在夏天贪凉，年轻的时候就是骨头贪凉，所以到了晚年关节炎都出来了。你们的爸爸妈妈跟你们讲过吗？夏天的时候不要睡在风口上，脚不穿袜子，风从脚上去了。贪凉，男孩子光着个胳膊就睡了，好了，晚年都会有关节炎的……所以，其实就是讲穿衣戴帽，过暖了容易感冒，过冷了容易受寒，所以要中庸之道。

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

第五个叫“食不过饱”，吃饭不能吃得太饱，而且吃饭有一个道理叫“不欲极饥而食，食不过饱；不欲极渴而饮，饮不过多”，这什么意思？一个人如果已经饿得不得了的时候，就不能吃得太饱。肚子里有点东西，你吃得饱没关系；完全是空的，饿得不得了的时候，你吃得很多，待会儿你的肠胃就出毛病了。如果你的嘴巴干得不得了，你不能喝得太多，很多人嘴巴干得不得了，拿起来水壶”咕咚咕咚“……肠胃坏掉了。吃饭要吃七分饱，八分饱最多了。

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

第六，住不过宽。住的地方不要太宽敞，随遇而安，只要干净舒适就好，不要搞得富丽堂皇。过去人家说，太大的房子，家里会走衰败运的。风水上讲，家里只有三个人，太大的房子人气不足，鬼就来了。你看看我们，这么多的人在这里，他敢来吗？所以，一个人如果过度地享受富丽堂皇的住宿，那么非常容易夺心志而蜕化变质。你看过去佛法界对法师都有很严格的讲究，法师不能睡高广大床——“八戒”里面有的。

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

它有意地，明明这么大的庙，为什么叫一个人就睡这么一点点？睡在地板上，每个人铺出来一点点，就是叫你懂得看看边上，照顾边上的人，你一翻身翻到边上来了，睡相不好。就是靠平时这样来管治你。你就这么一块地方，你不能去侵犯别人，不能去伤害到别人。你要考虑到，哪怕睡觉都要守戒，不要去影响别人。实际上学佛的禅定就在这里，就是让你们知道“我做什么事情要考虑到别人”，就叫禅定。

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

第七，行不过快。你们记住了，身体健康允许的话，不要经常以车代步，要以步代车。……为什么说“行不过快”呢？不要太快。因为走路走得太快会伤你的心脏，所以你去看，当你跑步跑得很急的时候，停下来的时候，气喘不过来，影响你的是什么？就是心脏。跑得快的时候停下来难受吧？心脏要管好。

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

第八，劳不过累。劳动也不能太累。因为我们劳动的强度是有限的，有些人他根本没有超负荷的能力，但是他去做了超负荷能力的事，就对身体进行了伤害。所以要学会不能过累。心灵有时候也是因为超负荷产生问题的。你想想看，你这个人本来就没有什么承担力的，你这个人本来就害怕很多事情发生的，你给他很多压力，他就脑子出毛病了。

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

很多人不能有压力的，慢慢地来，一给他压力，他就成为忧郁症、自闭症了。很多孩子很小，爸爸妈妈就是给他压力，“你考不出来，我告诉你，我们全家都靠你了，否则怎么怎么”，一讲，孩子就完了，他经受不起这些压力的。所以我们要记住“劳不过累”，包括精神上的劳累。

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

九，最后一个叫“逸不过安”，就是人天天在家里，不想出去，无所事事，你会丧失对生活的责任感，心灰意懒。你们在家里，天天“今天不出去，明天不出去，我不要出去，我就在家里待着蛮好”，我告诉你，时间长了，你越变越懒，而且你跟别人接触得少，你觉得你很清心寡欲，实际上时间长了，你去试试看，你的心态一定发生变化……

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

我们现在做人也是这样，要跟别人多交心，多去广结善缘，散散心。对学佛人来说，我们要参加弘法，广结善缘，救度众生，许愿、放生，大家在一起多开心。你们看看你们多开心，你们哪辈子想过你们还能全世界飞？我今天接到秘书处一个小朋友写给我的东西：“师父，我小时候许愿要到全世界都去跑一次就可以了，很多好的地方我去一次就可以了。欧洲是我从小就向往的地方，我想法国我去一次就够了。”他说已经跟着师父到法国有7次了。所以，我们要许愿、放生，锻炼身体，学佛的智慧，保持心情舒畅，延年增寿。

2019-09-05 卢台长法国 巴黎《世界佛友见面会》

做任何事情都要保持中道

男听众：师父，现在有一个同修说他的孩子打游戏，直接就玩疯了，继续给他念经、烧小房子，但是孩子就是这样沉迷在游戏之中。我说：“你给他念经、念小房子，这边在给他补着，他那边打游戏在漏着。”师父，针对这种问题，如何是好？

wenda20170428　31:45

台长答：小孩子打游戏机，大人抽烟、喝酒，不是跟小孩子打游戏机一样？你说大人沉迷酒色、赌博、抽烟，哪个改得了的？凡是上瘾的东西都给人带来诱惑。钱会上瘾，赌博会上瘾，男女之色会上瘾……什么都会上瘾的。你只要上瘾了，你这个人已经不是中道了。“中道”就是什么东西都放得下，无所谓，有就有。最喜欢的东西，叫你放下，也得放下，那你这个人成功了。

男听众：对。师父在法会共修组提问中说：“任何事情做到一定程度都会有些问题。”是您刚才说的这种吗？

台长答：对，凡是人间，任何事情你都会有问题的。比方说，“哎呀，我慈善，我拼命地做啊做啊……”做到后来你贡高我慢了，你已经过头了。因为你开始做慈善是真的为老百姓，你后面做的慈善是为了宣扬自己“我是个大慈善家”，意义不对了。还有弘法到后来也是的，开始的时候是为众生，弘到后来：“你看，我是救世主了！”那些邪教就出来了。

你看看师父多低调，什么事情人家一讲，都是观世音菩萨，跟我有什么关系，我只不过是一个媒体，把观世音菩萨的信息传达给你们，把观世音菩萨这么好的、佛陀传下来的佛法传给你们，教导你们，我不就是个媒体吗？（是的。就是有些佛友在感恩您的时候，您说：“不用感恩师父，你谢谢观世音菩萨就可以了。”）对啊，没有观世音菩萨，有我吗？没有观世音菩萨，有我们今天吗？没有观世音菩萨，今天弘法能弘得这么好吗？能有一千万人跟着吗？就这么简单。

wenda20170428 31:45

如何把握好“情”的尺度，要恰到好处

男听众：请师父开示一下这个“情”吧，弟子记得师父说过，在十多岁的时候就没有了母亲，您又很爱自己的外婆，在您失去至亲至爱的人时，是如何正信正念，从虚幻中解脱的呢？请师父开示一下。

wenda20160103B 18:33

台长答：当你一旦开悟了，你就不会很沉重了。当你没开悟的时候，你会钻在感情里面出不来。很多人为什么会感情问题纠结一生？因为情是一个人的中心点。当一个人做人的时候，要把自己的情深深地埋藏在心里，不能拿出来，而且不能把它作为一种交易的手段。很多人一辈子为什么会投鬼做下三道，为什么以后只能投畜生，到地狱里边去，就是因为他把这个情用错了，一个人如果情用错了，他就已经下地狱了。

wenda20160103B 18:33

所以情像深深的一潭水一样，这潭水你把它烧得太烫了，就把你的喉咙、把你的心脏都会烫坏掉；如果你让它太冷了，会让你的肠胃不好；你让这段情温的，那你永远不会烫坏身体，也不会损害你的心脏、心灵，就是这个道理。所以要把情用到恰到好处，就犹如细水长流……所以很多人就是因为对某一个感情过头了，接下来把自己烫死了，很多人自杀为情所害就是烫死了，很多人受到感情的伤害就是受伤了；太凉的话，会让你肠胃不舒服，会让你感觉这个世界上没有温暖。所以不冷不热温，那就是一个中性，那就叫中庸。

wenda20160103B 18:33

孔老夫子非常喜欢中庸之道，什么事情不要过头就可以了。男女生情可以一点，但是不能过头，就是这个道理；佛友之间喜欢看看就看看，喜欢接触就接触，你只要歪念一到，你很快地境界下降。如果你已经做了什么不好的行为，那你一定会受果报，就这么简单。

wenda20160103B　18:33

如何把握对别人好的程度，要适可而止

男听众：对别人好也是一门学问，要看缘分，要知道别人真正要什么，可能我们认为是对别人好，反而给别人带来麻烦。当我们还没有开智慧明白别人真正的需求时，请问师父如何把握这个度？怎样做到对别人好又让人家接受呢？

wenda20150628B 47:00

台长答：能够让别人接受就是好，就是适可而止，就是中庸之道。让人家不理解你，你明明是好心，那你就是过分了。所以要记住，能够看到果，才能知道因，你想知道怎么样把握这个“度”，看他的果就可以了。你讲话让人家不开心了，说明你过度了，这个因就不好，就是过分了。

wenda20150628B　47:00

修行过程中如何兼顾家人

问：心灵法门三大法宝为我们广大同修带来了很大益处，但是有些同修在修行的过程中一方面忽略了家人，在日常生活中不顾及甚至疏远了家人；另一方面，也忽视了自己的身体，睡眠时间过少，长期处于疲劳状态，造成体质下降。用这种执著的心态修行，最终导致自己面临崩溃的边缘，客观上也影响了别人对我们心灵法门的看法。请师父慈悲开示，该怎样如理如法地处理好这种关系？

161224马来西亚·吉隆坡《世界佛友见面会》共修组提问

答：首先，修心不能修偏，任何的过都不好。我们孔老夫子讲的中庸之道，什么事情要放在当中，不要偏。你过分地不睡觉，那也叫偏；你过分地去执著“我一定要修好，一定要到西方极乐世界”，那也叫修偏。随缘，一切随缘，尽自己的努力，精进地、好好地修。你照顾到家庭，因为你还有家庭，法师他们已经脱离了自己的小家进入了大家，他们舍得了，舍下了，而我们舍不得，就必须要带着他们一起。实际上如果你的先生或者你的太太不修，你可能会背一个沉重的包袱，没办法的。很多人还要阻碍你修心，对不对？如果你今天把他甩了，那也不好，人家会觉得你们修心的人都疯掉了。

161224马来西亚•吉隆坡《世界佛友见面会》共修组提问

实际上，他们真的不开悟，而我们开悟。举个简单例子，法师难道没有父母吗？他们为什么出家？他们对父母亲难道不孝顺吗？想一想，就是法师今天在父母亲跟前端茶倒水，也救不了他一条慧命。但是我们念经学佛修心，帮助父母亲开智慧，他们在人间会活得身体好，就用不着你在身边。等到他们要走的时候，法师会帮自己的父母亲超度，帮他们消业，难道这个功德不大吗？难道这不叫孝顺吗？一定要在身前端茶送水照顾那才叫孝顺吗？这就是我告诉你的：境界不同造成的人生不同。为什么有的人能够做菩萨？为什么有的人只能再投胎？

161224马来西亚·吉隆坡《世界佛友见面会》共修组提问

中庸就是不快不慢

（请点击视频链接收看）

度人跟进时，要不快不慢、不松不紧

台长答：要靠智慧的，要跟得不松不紧、不慢不快。夫妻相处之道、人跟人相处之道都有个度……就是要时刻检查：现在是不是应该让他继续精进，还是觉得“我不要太过分”。心中有杆秤，你就会有一个度。

wenda20170305B 57:36

师父跟你们稍微有点不一样，就是比你们多了一点点东西而已：智慧啊！你们跟我差不多，基本上一起修、一起学，什么都一样，只是你们比师父少了一点点东西，就是智慧还少一点。智慧修出来，那就越来越好了（我们不敢跟师父相提并论，您是我们的师父，是我们的老师，我们要好好地跟您学习）尊师重道是一个方面，但是也不要太谦虚，因为人人皆具佛性，佛陀说了，人人都能成佛的，只是看自己精进努力。

wenda20170305B 57:36

【顺缘逆缘 佛道自然】

卢军宏台长白话佛法开示（第十六集）

（请点击视频链接收看）