

# 《苦乐只是觉受》

恩师卢军宏台长讲述于观音堂2021-03-11

我们人碰到问题，经常第一句话，就是说别人不好、诽谤别人，做什么事情总是说别人不对，要别人让着自己，从来不知道自己主动去让别人。记住了，你经常要别人让你，慢慢地你就会偏执、我执，时间长了就会退失佛心。佛心退

失后，你就会不修心不学佛了。

要明白，种下难以挽回的恶因，就是因为你每一时、每一刻、每分钟都在种恶因。人经常会讲一句话：“我怎么得罪他了？我真的不知道我为什么会得罪他？他为什么对我不好？”可是你知道

吗？你在无意中种下了一个又一个不好的因。比方说，你刚才没给他一个笑脸，你刚才讲的话很讨厌，你刚才只顾讲给这个人听，没考虑到边上还有其他人，说者无意，听者有心，他记住了，你是在暗中讽刺他。就像夫妻两个人吵架一样，吵了半天，老婆突然说：“你今天为什么跟我吵？”

老公说：“谁叫你讲这句话的？”“我什么时候讲了？”“你讲了还不承认？你讲了，还装着不知道？”这些因都是因为无知才种下的，种下了这么多恶因，你的家庭、事业和前途当然会受到不好的影响。人最大的敌人是自己，改毛病就是战胜自己。改毛病会很痛苦，只有下决心改正自己的毛

病，你才能战胜人间一切苦难。师父在这里没有叫你们去战胜别人，而是要战胜自己，以及自己在人间经历的一切苦难。因为你战胜了自己，你就不会烦恼、不会痛苦，你就是战胜了自己本该尝受的苦果，并且不再承受它。举个例子，别人骂你，你总会生气吧？生气很正常，一般

人被别人骂了都会生气。可是，你在心里这样劝导自己：“我不能生气，气出病来无人替。他怎么诽谤我都没关系，因为我不是他说的那样。”你这样想就是战胜了自己，接下来你不会有烦恼和痛苦，否则你会很伤心、很难过。师父告诉你们苦乐是怎么来的。苦乐本身就是心的感觉、觉受，

苦是一种感觉，乐也是一种感受。开心的时候，哈哈一笑，是感受吧？笑完了还有吗？“刚才我笑得可开心了。”有几个人笑完之后还记得的？你们的生活中，有很多非常可笑的事情，想起来就会笑，但是你会一直放在心上吗？笑过了，就没了，那是一种感觉、感受。你们年轻的时候没有快乐过？你们年

轻的时候没痛苦过？现在回想起来就是一种感受。如果你感受痛苦很深，拔不出来，你就可能是一个忧郁症患者。如果你感受快乐很深，那你这个人就是学的弥勒佛。人心的觉受，有时候不见自己的心在何方，因为心是制造苦与乐的根源。你今天快乐，是因为你想开心，你

就会开心、快乐。当你不开心的时候，朋友劝你：“开心一点，来，我们出去玩玩吧！”“不出去！我就不开心。”因为你不想开心，你真的就会不开心。这种情况你们有过吗？小时候有过，现在也经常会有，只有去除心的迷惑，快乐才会常伴你左右。要懂得去看到、感受到和控制好自己内心的一种

无形的觉受体。一不开心了，马上觉受体就开始感应：“不开心了，赶快改变！改变！开心！开心！”一感觉到自己太开心了，马上提醒自己：“当心！”人的毛病就是开心感受不到，不开心也感受不到。开心的时候狂欢，真是开心啊，最后失控出大事。不开心的时候，不想闷在肚子里，就想骂人、发泄，不管三七二十一，

脏水往别人身上泼。菩萨告诉我们，这一切都是一种无形的觉受体，是苦乐的制造者。

在人间，我们每天都被无奈紧紧地束缚着。现在天灾这么多，我们有什么办法？无奈啊。我们也被寂寞深深地捆绑着。一个人在家里寂寞吗？自己要烧饭烧菜，自己还要受苦，自己还要想不

通，有时连个说话的人都没有，确实寂寞。每一个现实却非常残酷，让人感到无助，看不到希望。看看现实社会，你们感觉到残酷吧？每个人所经历的现实，是不是都让我们觉得冷酷无情？“怎么可能这样？怎么这么多人？怎么这么苦？”很多人苦，你听到过吗？没听到过。

“怎么这么可怜？”无望吧？人就是那么的无助。

要想清楚，到人间走一遭，  
你到底想拥有什么？你为何  
要负担这么多？多么痛  
苦、多么忧伤、多么烦恼、  
多么寂寞，这就是人生。快  
乐在哪里？苦在哪里？等到  
你将离开世间的时候，苦又  
在哪里？快乐又在哪里？

以上内容排版、处理等如有不  
如理不如法的地方请南无大慈  
大悲观世音菩萨和护法菩萨原  
谅！请各位师兄原谅！