

我的未来我创造之从这里开始

一个有智慧的小朋友会有很多方面的表现，首先要有一个梦想。即使家里很贫穷，长得也不好看，甚至没有体力，这都没有关系，一定要有梦想，比如梦想成为工程师、官员或律师等。

从事喜欢的职业，创造满意的人生

每个人有每个人的命运，也有自己的梦想和人生。我做了很长很长，长达几十年的调查研究，研究结果发现，想拥有一个令自己满意的人生，最重要的就是要从事自己喜欢的职业。就像结婚，你总要遇上一个喜欢的人才会上结婚。不论男孩还是女孩，如果你老爸指导你必须嫁给某人，或必须娶某个姑娘，如果你不喜欢他（她），你肯定会觉得心里不舒服。

结婚找对象是这样子，从事职业更是要做自己喜欢的。有位 14 岁的小帅哥说：“我妈让我学拉小提琴，其实我觉得我不一定要做一位拉小提琴的艺术家，但是我也不知道自己要做什么。”

如果这位小帅哥喜欢拉大提琴，在拉大提琴的时候会有一种快乐、享受的感觉，那他在学习、训练的过程之中就会是享受的，这要靠自己去判断。

另外有一位小同学说：“我要做漫画家。”

我觉得漫画很好，通过漫画表达故事，能给人以快乐、启发，是非常好的。现代有很多小书，都是以漫画形式出版的。这位小同学如果能将自己现在喜欢的、羡慕的一种职业，变成自己的信仰或未来的

追求目标，那他在做这件事的时候，或在学习、追求这种技艺的时候，便会有快乐的感觉。

适才适性，才能拥有动力和快乐

我认识很多不同行业的人，其中有一位，他家从爷爷那一代就是开豆腐房卖豆腐的，到了孙子这一代，其中一个孙子说：“我要拉大提琴，成为艺术家。”

他们全家都反对，对他说：“你看，我们家买了房子、汽车，还能供你上好学校，就是因为卖豆腐，可现在你竟然不喜欢这个行业！”全家人都骂他。

最后这个孩子很痛苦，就来问我：“师父，您是不是也觉得我这样是错误的？”

我问他：“你觉得在拉大提琴的时候，真的有快乐的感觉吗？”

他说：“我特别快乐！虽然我拉得很难听，但我觉得很快乐！”

这就代表他真的喜欢。于是我就对他爸妈说：“你们就不要逼他了，虽然豆腐养活了你们全家，也不要强迫他跟你们去做豆腐。也许当他成为一个艺术家之后，也能靠艺术养活他的下一代。”

正是因为他喜欢那种职业、艺术，才会让他有兴趣，并且快乐、有动力。因此，当他放学写完学校的作业之后，就会有动力主动地去练习拉大提琴，即使很难听，但是他还是很喜欢。

就像想做漫画家的那位小朋友，就是因为他喜欢漫画，所以会不断地学，抽空就画，还找老师来教他画，说不定几年之后就能成为专家，这是特别有可能的。

努力加时间，必然出功夫

我小时候认识一位练武术的小朋友，他的年龄和我差不多。当他第一个月跟他师父练踢腿、打拳时，我们见了全都笑得肚子痛。因为当他师父说向左转时，他就转到右边去；当他师父说向右转时，他就转到左边去。很奇怪，每次都这样。

他师父气得鼻子冒泡，说：“你傻子呀？这孩子怎么教啊？”

10年之后再见到他，他早已不是当初那个样子了，而是成为非常厉害的武林高手。他拿起眼前的一颗大石头，一拳打下去，石头就碎了，好厉害！最初的时候他肯定是不行的、笨笨的，难得他喜欢，所以会产生极强的动力。每天放了学之后，他总是坚持练武3个小时，现在才能成为一代武林高手。因为他和我年龄差不多，已经教出很多徒弟了。

青年人放学之后，除了必须做的学校作业之外，很多时间肯定都在上网、随便逛网站；或者跟同学瞎聊、胡聊、打电玩、玩电子游戏。当然，还有一些小朋友会学习一些非正式的东西，但是这些事情当中，有很多都是会耽误身体、破坏身体、耗费掉宝贵时间的，这些浪费时间的事物，对你将来的人生、事业，都没有丝毫的帮助。

成绩提升法之一：每日复习 40 分钟

人生中，你可以暂时没有明确的梦想，但是我想到一个特别简单的短期梦想。以学生来说，一定还在学校读书，多数学生都希望提升成绩。想提升成绩其实不是特别难，首先就是减少打游戏的时间，不用减少太多，只要每天减少打游戏、和同学胡聊天，或者看戏、看电

影的时间约 40 分钟，把这 40 分钟用来复习今天所有的功课就可以了。

想提升成绩，并不是今天念念佛，明天就变聪明了，不一定的。你只要抽出 40 分钟，温习今天老师讲的所有课程内容就够了。一个月以后，你的考试成绩通常可以提升 10%，不相信你试一试。这是第一个方法。

成绩提升法之二：求助于老师

以下是第二个方法。

一般来说，你所有的成绩不会一次全部掉下来，掉下来的通常就只有几门功课。这种时候，你就赶紧找补习班老师或学校老师，快速地在 3 个礼拜以内把进度补起来，如果积累了超过 3 个礼拜，功课没有追上，这门功课可能就废掉了！

学校里的任何一门功课废掉之后，你就休想上大学；上不了大学，就休想找到好工作。除非你聪明无比，除非你是个天才，即使不用上大学也能找上好工作，否则的话，你的人生将会更不容易。未来你所做的通常都不是脑力的工作，而是体力劳动的工作，就今天这个社会来说，靠体力劳动的工作，赚的钱一般都不多。

想上大学，主要看的是你各门功课的成绩；其次，还看你平常是否参与一些对社会有意义的活动，是否从事社会公益、慈善性的服务。但主要还是参考你的基本读书成绩。

成绩提升法之三：不会就要问

请记住，在学校上课期间，遇上不会的就要问。像我，我是教禅

修的，我也是老师。其实我喜欢同学提问，只要你真的不懂，你就问我，我反而会觉得你是很认真的；如果你明明不懂，却出于某种原因而不好意思问，觉得别人都听懂了，你还没听懂，显得自己似乎很笨，所以故意不问，就会因此被障碍住了。

如果你在学校也这样的话，考试成绩就会不及格。所以，一旦遇上不会的，就当场问老师。一般老师都是喜欢学生发问的，因为他希望自己教的学生人人都有好成绩，这样他才会觉得完成了自己的工作。

想改变成绩，就用以上这 3 个方法。我们再复习一下这 3 个方法。第 1 个方法是：放学之后拿出 40 分钟玩耍的时间，温习当天在学校所学的功课（除了体育之外），一遍就够了。遇上真的不会的，就赶快把它学会。这 40 分钟不包含做学校作业的时间。第 2 个方法是：要快速地请老师来教你成绩差的那一科，赶快补起来，无论学校老师还是课外老师都可以，否则你可能没有机会读大学，也可能会因此断送掉你的一生。第 3 个方法是：不会就立刻问。譬如老师正在学校的课堂之中讲数学题，你没听懂，就立刻请老师告诉你那个题怎么做，了解其原理。一定要当场请教老师，老师是喜欢的。

有很多小朋友不知道老师会不会讨厌学生问问题，所以就不敢问。放心，老师不讨厌，因为如果他教的学生成绩都好，他会特别快乐，还会有“你看，我教的学生多棒！”的感觉。尤其是当他和其他老师教的班级比分数时，他教的 30 名学生加起来的分数是两万分，比其他班的分数高出两百分来，他会觉得很快乐，说不定校长还会给他奖金。所以你不懂时一定要问，老师通常乐意教导你。

改变成绩的方法大概就是以上 3 条，希望大家能记住这 3 个既笨又简单的方法。

表达能力是成功的关键

我发现很多成年人有一个很严重的问题，这个问题在孩子身上更严重，就是表达能力不够好。

好多人明明心里头很明白，就是说不出来，他不是不想说，而是想说却说不清楚。这种人很吃亏，因为即使交男女朋友也都要靠嘴来说话，不能动手动脚。如果他的表达能力很低下的话，就很难有机会谈恋爱，也很难有机会提升自己的荣誉感。

无论是医生、老师、工程师、老板、总统、省长、市长或演员，都需要表达、沟通能力，即使一般人找工作也需要面谈(interview)。如果你心里很明白，却总是说不出来，面试的时候，人家可能会不要你。例如，如果老板问你：“一天工作 8 个小时，你能好好工作吗？”你却“啊啊啊——”地答不出话来。人家可能会说：“哦，不能啊？不能算了！”最后决定不要你。其实你心里很急，就是说不出来。

我遇到好多有表达障碍的成年人，他们吃亏吃大了！眼看着人家提升了、找到好工作了、找到好的男女朋友了，他只能干着急，因为他不会表达。不会表达的人不容易被异性关注；善于表达的人容易被异性关注。

如果你的表达能力再提升一点的话，你的工资、你的成就感，就不只是“1+1”了。比如说你原本一年的工资是 3 万块钱，因为你很会表达，就变成 6 万块钱？不是这样的，这只是最低的，你一年甚至

可能有 30 万或更多的工资。它是一种发酵性的化学反应，几乎所有的职业都如此。

做豆腐发家致富的小李

也许有人听了之后会说：「有这么夸张吗？」我给你们举个例子，就说一个做豆腐发家致富的故事吧！

这是一个真实的故事。有个姓王的人家，他家的“王家豆腐”做得好，有名气，大家都喜欢吃。王老板是一个只会做手艺的人，他做豆腐的能力是最棒的，可是卖豆腐的能力却是最差的。他认为只要豆腐做得好，即使不用宣传，大家都会知道。这是对的，他们全村人都知道王家豆腐，都买他的豆腐，他也因此发家，虽不富有，却靠着豆腐房养活自己的家庭。

老王雇用了很多人在他家做豆腐，有个小李就在他家帮工做豆腐。小李聪明伶俐，不仅学到了老王家做豆腐的能力，更厉害的是，他的表达能力和推广能力也非常强。

后来小李自己开了家豆腐房，他的豆腐不光在自己村里卖，还到别的村子去卖。他很会说话，他总对客人说：“我的豆腐为什么这么好吃呢？因为我都是用最好的黄豆！而且，如果一斤黄豆能做两斤豆腐，我就只做两斤，豆腐没有掺假，所以很实在、很好吃、很结实。别人家做的豆腐之所以不好吃，是因为他们把 1 斤黄豆做成 3 斤到 5 斤豆腐，不实在。我的豆腐是实实在在的黄豆原料，而且我用的是有机黄豆，没有加农药、不放化学肥料的。”

经过这样宣讲式的销售，小李很快就把他的豆腐卖到十几个村庄，

十几个村里的人都喜欢他的豆腐。3年之后，小李的收入已经比做了三代豆腐的老王还要富裕。10年以后，小李已经是全县城最富有的人了！

同样的技术，再加上良好的表达能力，使小李的豆腐可以卖得比老王更多。令老王家更生气的是，由于小李家的豆腐卖得特别好，单凭一家豆腐房根本忙不过来，后来干脆把王家的豆腐房给收买下来，成为“小李豆腐”。家传三代的老王豆腐从此走入历史，变成“小李豆腐”。这即是表达能力所产生的效果和业绩。

中国古代的诸葛亮，凭着他那三寸不烂之舌，成功说服东吴联手攻击曹魏；现代有很多得了大成就的人，譬如赚了很多钱或成为名人等等，靠的都是1分技术，9分智慧，8分表达能力，表达能力太重要了！

一面镜子，让你学会如何表达

表达能力怎样训练呢？有人可能会说：“我又不是演员，也不做歌星，为什么要训练表达能力呢？”我的经验是：每个人都是自己人生的演员，要扮演好自己的角色！譬如你要做会计师，你得要真的会算帐；你要做老师，你必须真的喜欢教孩子；你要做武术家，你就要不怕死，往死里练自己，才能练出超人的武功！

想训练自己的表达能力，就找一些你比较喜欢的文章，只要是熟悉的语言，无论任何一种语言的文章都可以，回家照着镜子来读。不要拿小镜子，没有用的，要用洗手间那面大一些的镜子。先对着镜子，照到自己的面容，然后很轻松地、声情并茂地、有感情地来朗读

文章。

所有的演员都是这样训练出来的，比如说电影演员在演一出打电话的戏时，其实并没有人在和他通电话，但是看他的表情，就让人觉得好像真的有人在和他通话似的！那就是在表演。你要做同样的练习，拿一篇你比较喜欢的文章，声情并茂地来读。为了让青年人更有魅力，我把我密不外传的练习说话、表达能力的方法传授给大家了。

人主要靠着说话来展现表达能力，所以要对着镜子练习说话，每天的练习时间不用太多，只要 15 到 20 分钟；甚至不用每天，一个礼拜练习两次也可以，每次只要 15 到 20 分钟；实在不行的话，一个礼拜只练习 15 分钟也可以。

按照最低标准，每一个礼拜花 15 分钟对着镜子读一篇文章，无论文章长短，一定要读完。所以，大家最好不要拿个长篇小说来读，短一点的就可以，这样能形成一种有始有终、不半途而废的好习惯。但是要记住，一定要声情并茂、有表情、有情绪地来朗读。

大礼拜，让你智慧的好方法

如果有人课堂上听老师说了 3 遍都还没记住，记性不好，或是判断能力、逻辑思维能力不够，可能是多种原因造成的。其中一个原因可能是遗传——如果你爸妈不是特别精明的人，作为第二代，我估计你也不会聪明到哪去！那怎么办呢？你不可能有机会选择爸妈，好比说看到老师很聪明，想让老师做你爸，那是不可能的，你已经出生了，回不去了！

我有一个方法：如果你有信仰的话，你可以每天在你家的神像、

佛像前做叩头礼拜，我所指的是跪下叩头的礼拜法。额头碰地的时候，如果能碰出一点声音是最好的，因为这会让你的脑产生轻微震荡，增加进入大脑之中的血液和氧气，从而开发大脑的智慧和活跃程度，让大脑活跃起来！

在做叩头礼拜的时候，当头轻轻地碰到地上时，只要有一点声音就可以了，不要用力到把鼻子磕没了，那是天大的错误！如果你叩头的地方铺着地毯，确实不会发出声音，你也不要非弄出声音来不可，那会把头撞坏的。每一次拜下去，“砰砰砰”叩三个头之后站起来，这算是一次。

依据我自己在修行之中的体会，叩头礼拜会让人越来越有智慧。每天早晨或晚上叩 36 个头，大约三个月开始见效，这就是大脑开始活跃起来所致。

学会控制自己，不受诱惑吸引

有些小朋友，无论老师或家长要他做事情，当不盯紧他的时候，他就管不住自己，开始玩耍。比如约定某个时间必须写作业，他却觉得写作业是一件额外的事情，宁可冒着挨骂的风险也懒得写。我相信，有些成绩好的学生会主动写作业，把写作业变成一种习惯，去写好它。有些成绩低一点的学生则是怕老师骂，不得已才勉强去写，也就是被动地写作业。

我相信有很多小朋友没有控制好自己的能力，经常失控。作为人类，我们为什么不能够按照自己的计划做事呢？因为我们处在一个阴阳的世界里头。比如我们的大脑，在 X 光片上看起来就像两个核桃一

样，分成左脑、右脑，中间有管子连贯。左脑和右脑分别负责不同的工作，它们之间有时候会产生对立。比如左脑说：“我要玩电玩。”右脑就说：“哎哟，不写作业老师会骂喔！”左脑又说：“但是我还是喜欢玩电玩。”右脑就会说：“不行耶，去写作业！”它们彼此互相矛盾，结果道高一尺，魔高一丈，最后往往还是玩耍更吸引人。

越是错误的事物越吸引人，为什么会这样呢？因为人体本身就是矛盾、对立的阴阳体。中国传统道家哲学认为，万物皆有阴阳，当阴阳两个合起来时，就是自然规律，这就是道。

既对立又依存的阴阳之道

阴阳是什么呢？从人的性别来说，男的为阳，女的为阴；从自然界来说，高山为阳，河流为阴；太阳为阳，月亮为阴；以颜色来说，白色为阳，黑色为阴；红色为阳，绿色为阴。回到人体，人体的上半段为阳，下半段为阴；身体的前面为阳，背面为阴；皮肤的外表为阳，内脏为阴；上面为阳，下面为阴；强硬的为阳，柔软得像水的为阴；骨头为阳，头发为阴。

什么是阴阳呢？它们是对立的，但是对立之外，一定要合作，就像父母亲结婚了，才能生出我们来。

几乎所有事情都有阴阳的对立面，所以我们在做事情的时候，例如，我设定好放学之后做功课的程序，但是当我去执行这个程序的时候，会被玩耍的东西所吸引，因而破坏掉原先所设定的程序。以阴阳面进行思考，可以说，好的为阳，坏的为阴；正确的为阳，负面的为阴。在宗教上，则是佛陀为阳，魔鬼为阴。可是，吸引我们的，尤其

是特别吸引我们的，多数都是不好的事情。

比如美国的 Las Vegas (拉斯维加斯)，那是一个以赌博业为主的都市。那里的赌场修建得特别漂亮，好多人一看到里面的建筑和美食，都觉得那是个天堂！

看似天堂的地狱

我认识一个赌博高手，是那里的 VIP (Very Important Person, 即贵宾) 客户，我沾了他的光，曾在那里住了两晚。那个酒店确实修建得太好了，很豪华！我住在这个人开的房间，在那儿睡了一个晚上的觉；可是这个主人却赌了一个晚上，一直赌到早上五点钟才离开。

那一晚他输掉 20 万美金，20 万美金！这还不是最大的赌注，听说有的人一晚上输掉两百万都很正常。押多大的赌注，就可能会当场输掉多少钱。以两百万的赌注来说，在大赌场里，可能一个小时就没有了。

那个赌场修建得真的是美轮美奂，给我的感觉就是：地狱看起来像天堂；魔鬼看起来像天使。

越是邪恶的东西，对人的诱惑就越强大。中国道家的哲学当中有一个词汇，就是“道高一尺，魔高一丈”，意思是说，正面的事，让人觉得没有吸引力。拿拉琴来说，比如一个很会拉琴的音乐人，10 年学成之后，他的表演让我们听得好享受，因为那琴声太美妙了！但是，他也是经过几年或 10 年，每天至少一两个小时的训练，才可能成为成功的表演艺术家，令人陶醉在他的琴声之中，这就是日复一日的积累啊！台上 1 分钟，台下 10 年功。实际上，当他在苦练的时候，真

的很无聊，一旦练成了，那琴声真是令人享受！

几乎所有的行业都是这样，练舞也是这样的。如果你未来想要做会计师、律师，都是要花超过 10 年以上的工夫才可能达到的。其实任何正式的训练过程都不那么好玩，不像游戏、赌博、吸毒，或像小孩子不该去的跳舞场所等等那么吸引人。

魔鬼往往扮成天使，地狱扮成天堂，其实都是假的，是害人的。当你从事某种正面行为的时候，魔鬼经常会把你拉到邪恶的一面，诱惑你去赌博、玩耍、打电玩，甚至看色情片。它总是吸引着你走向邪恶的一面。越是邪恶，越吸引人，从小就总是追求邪恶的人，将来都会是最悲惨的。

做正确的事，别入魔道！

我看了很多干着苦活却赚不到钱的人，有些人身上纹得又是龙又是凤的。小时候他可能觉得自己是一个英雄人物，可是那是个错误，这也是一种魔道对人的吸引。

佛教认为这个世界分为六道（注：天道、修罗道、人间道、畜生道、饿鬼道、地狱道），其中的地狱受阎罗王管，六道内的众生如果因贪婪而产生罪恶，将来会下地狱。但是如果在世时多做好事，将来就会离开地狱道、饿鬼道、畜生道，成神、成仙、成佛，就不会落入地狱的管理范围。可是，当你开始做好事，想脱离恶道时，魔就会往下拽你，将你拽回去赌博、打电玩、打游戏、天天看戏，使你什么本事都没有。它不让你成功，不让你解脱，诱惑你不断地犯罪、做错事情，使你永远解脱不了。如果你没有定力，没有智慧来约制自己，就

会被魔拉去做一些不该做的事情。

有人可能会问：“每天打电玩这件事情有这么邪恶吗？”

它就是邪恶啊！

别说小朋友了，即使成年人都很难管住自己！为什么我们管不住自己呢？因为魔不想放过我们，希望我们和它们在一起，全都变成坏人。因为，如果我们都变成好人，魔存在着还有什么意思啊？如果我们都变成好人，将来成了神，成了仙，岂不就会离开魔的世界，不再受魔的控制了？它怕失去我们，就像进了黑社会的人，想脱离黑社会也不行，黑社会大哥会派人来找你、修理你。魔大概就是这个样子，它会死死地抓住你。

自小没压力，未来压力比天高

当小朋友们想着“我到底要写作业还是玩电玩游戏”时，几乎多数人都觉得玩耍好，因为玩耍既快乐又没有压力。但是，小时候如果没有压力，将来就会有更大的压力了。

提醒年轻的小朋友们，如果你从小没有学着接受读书、学习知识的压力的话，未来你所面临的压力会比天还大。如果你是一个男孩儿，未来当别人都娶妻生子，得养活家庭的时候，你因为赚不到钱，没有能力养活家庭，只能眼睁睁看着你喜欢的姑娘嫁给别人，没有办法，因为你养不起她。如果你是一个女孩儿，无论你长得有多好看，未来是个比知识、比能力的时代，光靠着一张脸，等于是在出卖自己，只有凭着知识和智慧来养活自己，养活家庭，你才可以不依赖于一个男人生活，才能为自己做主，才能发挥你根本的能力。

我们的潜能是无限的！小朋友们，你们的年龄还小，正是改变自己一生最容易、最方便的时候，因为你们有很多时间。那么，能力是怎样培养出来的呢？就是要在你们这个年龄时，培养出认真研究、学习和思考、观察的好习惯。

精细的观察力也能使你成为天才

我最近看了现代版的“福尔摩斯破案集”。福尔摩斯接触到一个人来做他助手、同时也为他做心理辅导的女人，因为那个女人的包不小心掉在地上，大概 50 秒的时间，福尔摩斯就猜出这个女人过去从事过什么职业、现在的经济收入、现在有没有男人、有没有家庭、有没有汽车，以及是怎样的心情，50 秒就全部猜到了。这些都是平常学习、观察来的。

他分析着：第一，她身上有一股香水味，认为她过去一定做过医师，因为只有做医师的人才会用这种护手霜。第二，当她的包包掉到地上的时候，他眼睛一扫，发现里头有一张汽车罚款单。如果她不开车，怎么会有车辆罚款单呢？这说明她是有车的。

他还看见罚款单上所盖的印章，上头的地址是一个墓园。那个墓园里埋的都是贫穷的人，但是看这个女人的气质、眼神和她那双美丽的手，显然出身于富贵人家，她怎么可能会到一个贫穷的墓园里，还被开了汽车罚单呢？他马上思考到，她肯定曾经因为某个失败的手术，让一个人死去了。出于心中的不安，她去墓园祭祀了那个人，心情一激动就忘记了时间，被警察开了罚单，所以这几天心情并不舒爽。

他将自己的分析告诉这个女人，这个女人一听到之后愣了，还问

他：“你是神人啊？”

福尔摩斯说：“我就是精神病啊！所以我父亲才请你来为我做心理辅导。”

他哪里是精神病啊？他其实是一个天才！他的天才怎么来的呢？他的这些知识都不是感应来的，而是平时练就的精细观察力。只要他那双眼睛扫过一眼，就知道一个人大概的心情、定力、心脏的承受力、身上的能量、自不自信。一个人嘴唇的样子、鼻子的棱角、头发梳理的清晰程度，决定着一切的一切，福尔摩斯全部观察到了。

我举这个例子，只是想告诉大家，福尔摩斯不是神，而是他平时喜欢观察、喜欢阅读所培养出的能力。如果小朋友想学到这些东西，请看“福尔摩斯探案专辑”，读了5集之后，大概就可以成为半个神探了！这些内容是由办案的专家和作家一起合作，将几代人对案件、对人的观察所总结出来的知识运用在故事中，福尔摩斯的故事是这样来的。

世界上最划算的生意：读书

世界上有一种最划算的生意，那就是读书。写书的人把他半辈子或一辈子的经验、知识浓缩到一本书里头去，我们只用了一个礼拜就读完人家一生的经验，多划算啊！

再讲一个古代战争和知识有关的故事。

在战国时期，也就是大约2300年前，有个姓孙的将军要和敌人打仗。他一共带了60万大军，形同于一个小型城市的人口数。可是，他想传递信息给敌人，让敌人以为他的军队只有6万人，足足缩减了

10倍。他用的是什么呢？第一，把多数的马蹄子用布包上，使地上不留下那么多马蹄印；第二，这么多人打仗，尤其走到半路时，中途总要用锅来烧火做饭。他们故意让多数人带干粮，啃干馒头，不做饭，只留下少数人用锅灶来做饭。

比如说本来每60人用一个锅灶做饭，敌人的侦察兵只要数锅灶，就知道他们有几万人。孙将军从马蹄印到锅灶全都用计谋缩减了10倍。侦察兵回去汇报时，告诉他的司令说：“孙将军他们的军队只有大约五六万人。”

司令说：“只有五六万人，那我不怕他了。我们有三十万大军，我的人多，他的人少，他们岂不是找死吗？我甚至不用动脑筋打仗，光踩都能把对方踩死。”可是他上当了。当他们来到战场上，埋伏在不同地方的60万大军一拥而上，把他们全部消灭了。这就是细节，有关这些细节的知识，就是来自于平时的阅读、观察，还有思考。

按照计划，走向成功的目标

希望孩子们能够培养一个好的习惯，除了拥有一颗正念的心之外，还要设立一个自己喜欢的人生目标，照着目标去做，这样才能管好自己。请问问你自己，你以为未来想做的事情，真的是你想做的吗？如果是真的，那就要付出更多的时间，你才能成功。

凡是魔性，都是把你拉下水的；凡是魔性，都比佛性更刺激、看起来更好玩、更吸引人、更有魅力。别让妖魔将你从神和佛的手里拽过去，别被它控制了。请大家从今天开始产生这样的意念：希望你们永远站在正面、积极、能力、佛性和慈悲的这一面来，不要被魔

性所控制。

现在，你懂得这个概念了，接下来要开始学会控制自己，连控制的方法都要学会，千万不要让魔性把你拉过去。从现在开始，按照自己的计划去做好每一天的事情。如果你想拥有一个更成功、更棒的将来，那就每天再多付出一点时间，去学你该学的，你将来就会很了不起了。

创造精彩的一生，从现在开始

虽然我读书少，可是当我修练的时候，和我同龄的小朋友们都在玩耍。那个时候没有电玩，也没有网路，但是他们有他们的玩耍方法，例如一群人聚在一起就说：“走啊，打架去！”或“我们喝酒去！”或者一群小男孩学着大人去交女朋友，模仿成年人抽烟。反正哪些事情坏，哪些事情冒险，他们都要去做。

我 13 岁的时候，有一个我很熟悉的、和我同龄的小朋友，他那时就开始交女朋友，虽然他很早开始谈恋爱，可是却到了 35 岁都没结成婚，也没有女孩要嫁给他，因为大家都知道他是个花心萝卜，最多认识一下就吓跑了，哪个女孩敢嫁给他呀？

当时，正是我每天苦苦修练的时候，那时的我有点自卑，别人总觉得我像个怪物，问我：“你修什么修啊？脑子有问题啊？”我确实脑子有问题，如果没有问题，我想我应该很难坚持下来。没想到这样坚持下来之后，我的脑子的确好多了。

想让自己未来的人生更精彩吗？想让自己未来的成就超过父母亲吗？想超越学校的老师和校长吗？我觉得敢这么想的人都是英雄。

至于要怎么做，就要看你们自己的了。我只是把我的真实经验告诉你们，只要试一试，一定是有效的。

我希望年轻的孩子们将来能够去创造自己精彩的一生。只要你曾经跟我学过一次就够了，就足以让自己的人生精彩起来！你不需要和我学 10 次、8 次，你应该回去做你该做的事情，10 年后，我要看到一个了不起的你回来。

我所说的这些话，是让你去思考自己以后该怎么做？要不要去做？一定要去思考，经过思考后再做，你的改变是必然的。

“强将手下无弱兵”，这句话的意思就是，一个特别棒的将军手下没有笨蛋的兵。我不一定是最强的将，但是我会真心地把我的经验告诉你们，希望未来有一天你们会很高兴地对我说：“师父，我听了你一堂课之后，对我很有启发，我现在做得非常好！”我希望听到的是这样的话。