

# 抱怨,是对自己无能的愤慨

生活就如同时间一样,对每个人都是一样的。但是却因为人与人思想、思维、心态等不同便出现了不同的生活局面,有的人过得贫苦心酸,有的人过得衣食无忧,有的人过得锦衣玉食。

面对如此落差的生活,自然会心生埋怨或牢骚满腹。但是,我们可有进行过深层次的分析,为什么别人可以过得很好而你却过不好?很多时候,我们就是太在意自己家境或父母为我们积累的财富或给予我们的物质基础太过于薄弱,把借口和理由全部推到了父母的身上,如果只是这样那还不为过,要是把自己不努力才导致自己生活不如别人或者当成是父母的罪过,那么这样就太不应该了。

父母能给予我们的其实只有生命,这已经是大自然对我们最大的恩赐,我们绝对不能感恩反而忘恩负义或者恩将仇报等,那是我们最大的罪过。我们其实更应该知道自己的处境和与别人的不同,而找到自己奋斗的方向和目标,并不断地去努力和改变。如果只是一味地进行抱怨或发牢骚,那样可能一辈子也就这样了。

在我们的身边出生卑微、家境贫寒、遭遇不好的人比比皆是,但是他们却可以活的潇洒自由、幸福美满,而你却不能呢?这就是我

们该思考的,应该清楚:“抱怨没有用,一切靠自己”。因为在这个世界上我们唯一能依靠的只有自己,为什么?因为你靠别人,别人不可能永远帮助你或者侍奉你,有一天他们会离开你;因为你靠父母,父母不可能永远把你当孩子或不让你长大,有一天他们也会离开你;因为你靠亲戚朋友,亲戚朋友不会时时刻刻都能帮助你,有一天他们也会爱莫能助。

抱怨,其实对我们是最大的阻碍,如果我们就因为遇到一点点的不如意或不顺心就开始心灰意冷、垂头丧气、一蹶不振,整个人急如此颓废下去,那么谁也拯救不了你,谁也改变不了你,最终真的就会谁都看不起你。我们应该时刻保持一种阳光心态,自信生活,因为生活本来就不会那么美好,那么我们就更没有理由不去把它过好。这种心态其实才是难能可贵的,但是我们很多人就是做不到,或许他们总会觉得这样就是做作,就是矫情,就是在勉强自己。但是,我们可以仔细地去看一下我们身边的人,那些整天只会抱怨的有几个成功了?没有。反而那些遇到困难主动寻求解决办法的基本都小有成就,这就是区别,这就是你一直想不明白的。所以,你的生活不如别人那就是因为你吃不了别人能吃的苦,你不想去付出

别人付出的那么多,你不去面对或者害怕面对那些困难与挫折。

古语有云:“吃得苦中苦,方为人上人”,正是告诉我们在面对生活的苦于累理所应当,我们只有经历了世间的苦才会砥砺我们坚韧不拔的意志和不屈不挠的品格。我们需要的是行动而不是抱怨和牢骚,只有行动才能解决问题,抱怨只能算得上是对自己无能的愤慨。因为自己没有能力或勇气去克服和改变,才会找借口和理由来推脱,才会不断地心生怨艾,最终困扰自己从而庸庸碌碌消耗了一生的宝贵时光。要成为人上人,就必须克服抱怨心态,消除牢骚心理,用一种我能行的自信去拼搏,这样你的人生自然与众不同。

要想真正的活出一个像样的自己,那么就时时刻刻都正视自己,正视自己的缺点和不足,正视自己生活的不美好之处,正视自己的行动与能力,然后在不断的实践过程中完善自己,彻底的告别抱怨,这样你就会获得一个全新的自己,你才会真正的蜕变,勇敢的走出生活的包围圈,跨出思维的禁锢区和舒适区,大胆的去践行自己的想法,克服生活中的种种困难,只为成功找理由,不为失败找借口。告诉自己,借口和理由只能是某些时候对别人的一种敷衍与应

付,但这其实也是不应该的,因为我们觉得我们做人就应该敢作敢为,有胆识、有担当,绝无任何借口,这样雷厉风行的作风是我们前进的动力和利器。每当自己在遇到一些失败或挫折的时候,要清楚自己是能力不济还是准备不够充分,是自己没有意识还是别人捷足先登,而不是一来就抱怨命运不公或者埋怨自己能力不如别人。这只是一念之间便决定了你以后的一个成就与收获,有时候你清楚根源在哪里,那么便为你后续的生活提供了借鉴和警示,知道自己该从哪些方面去努力攻克,自己该提升哪些方面的能力。

与其用时间去抱怨反倒不如把这些时间留给自己去思考、总结和改正。因为只有把时间充分的运用起来才会让我们没有时间去胡思乱想,才会更能够激励自己奋发向上,积极进取。这样紧张而充实的生活才是我们必须的,如果你没有时间去颓废,没有时间去抱怨,没有时间去无聊,那么你一定可以向别人一样优秀,你也会觉得



自己换了一个模样,那么你就活出了一个真我。因为我们每个人都有三个“我”——假我、自我、真我,只有将自己的潜能全部激发出来并坚持不懈的努力下去,那样才会发现真正的我,才会发现自己也优秀的潜质,所以,不要随便的抱怨自己,只需要努力到无能为力,拼搏到感动自己就可以了,就能够人生无憾。

我们来到这个世界,似乎就是为了要做点什么?因此,在我们的这个漫长而又短暂的生命时光里,我们真的应该多一些努力少一些抱怨,不断地敲响自己的奋斗的号角来警示自己,不断地激励自己抱怨没有用,抱怨只能是对自己无能的愤慨。

# 唯愿时光,永如初见

常常,熙熙攘攘的人群让我感到拥挤;车水马龙的街道让我觉得压抑;水泄不通的交通堵塞让我感到心急如焚,弯弯绕绕的马路巷口让我觉得迷茫,于是,我便减少了出门,减少了拥挤,只想一个人,清清静静的,端坐在属于自己的时光深处。

如果可以,我愿意摆脱这样沉重的枷锁,远离世俗的喧嚣,驾一叶小舟,携一片绿叶,掬一朵白云,在水气氤氲的湖面漂浮;或驰一匹白驹,再宽阔无边的草原之上,在广袤无垠的蓝天之下,呼吸最清新的空气,抚摸最温柔的和风。

我喜欢自由的空气,喜欢一个

人的清欢。或是看书,或是听歌,或是写作,或是发呆,无论做什么,都是好的,没有人打扰的。

是的,我不喜欢被打扰。经常,一个人在家的时候,我连手机都会调成静音。实在担心有什么突发事情需要找我的时候,我会调成震动。我不喜欢自己正专注做一件事情的时候,被突然的声音打断,哪怕只是专注的冥想,也是需要一份内心的恬淡。

一个人的时光,我把心事抖落在阳光下暴晒,细数那些珍藏的回忆,厘清那些呢喃的碎语。回想那些深情的眷恋,也回味那些难忘的美好。哪怕只是最简单的独白,也

可以真实到让自己感动。不孤独,不寂寞,也不烦恼。

在一个人的时光里,不用担心内心的暴露,也不必顾虑旁人的感受,独守一隅,是一个人的静寂,更是一个人的精彩。静静坐着,默默听着,淡淡笑着,享受一个人的时光,感受内心的宁静。书香任我嗅,茶香任我品,须臾之间,仿佛全身心都得到了放松,每一个毛孔都舒展开来自由的呼吸。

望窗外,风是轻的,云是淡的,风摇枝梢,轻柔闲逸。伴着一曲纯净的轻音乐,轻读素日写下的文字,只想能够重新邂逅自己,把欲说还休的疲惫去掉,让心似琉璃,然后对着自己

微笑,享受从心底渲染出来的一份惬意。陌上繁华,记忆如花,谁不有二三朵娉婷?带着情绪的花,莫名的舒展开,高山流水,如诗如画,美到蚀骨,风吹过处,暗香盈袖。

最是一抹心事,甜到忧伤,那些过往的纠葛,百转的柔肠,写着那些少不更事的青春萌动,刻画了儿女情怀的如痴如醉。

光影如梭,转眼飞逝。曾经的一腔柔情,一场相遇,如今已是缘尽。犹如一如烟花绽放后落下的薄凉,一场绚烂的开放,已是开至尽头的荼靡,一帘心绪,如风纷飞。如今,依稀俯拾的,只是片刻记忆。

一个人的时光,思绪万千,偶尔路过那场往事,早已积聚了太多深沉,忍不住,驻足停留了片刻,想要重温一下心动的美好,奈何,纷纷扬扬如花的情牵,早已无人堪寄。那渐渐模糊的身影,不过是一场风烟,呛的我洒落了一场梨花带雨。

于是,我酿跄的奔跑,狼狽的逃离,转身,依旧回到一个人的清静时光。一个人的时候,将经年所有的心事,都讲述给自己听。倘若往昔,因灵魂的不小心,惹了风月,也不过是围绕着你缠绕了一阵,而今,花落尽,尘埃已定,一切早已时过境迁。转身回眸间,唯愿时光,永如初见。

## 念经 许愿 放生 改善自己命运

### 《谨言慎行》

很多人以为,修心就是放弃正常的生活。其实修心,是让你过上真正正常的生活。没烦恼、不嫉妒、不瞋恨的生活,这就叫享清福。所以,一个人没有这些烦恼的时候,脑子是多么的干净,内心是多么的纯洁,这才算是正常人的生活。

我们要在家庭和社会找一个相对干净、安静的修心地,因为很多人天天被人间之事烦得没有一天能安静得下来,没有一天能让自己清静的,用佛法讲,很难从红尘中脱身。其实人在烦恼的时候是很痛苦的,比吃不好睡不着还要痛苦,因为精神上的痛苦给人的心灵上制造了强大的压力,所以没有心灵的安慰,没有心灵的平安,哪来的平安享清福呢。所以师父说从基本的非礼勿视、非礼勿听、非礼勿言、非礼勿动开始,女孩子不接触不礼貌的事情和语言,男孩子不做流氓事,干净自己的内心,不看黄色电影,不玩黄色游戏,不听人家讲笑话,这些都是为人基本的道德品质。如果你连这点都做不到,你就像

一个动物一样,在游戏人间,所以远离邪魔邪心很重要。

人不能自私地活在这个世界上,只要对自己有利的话就讲,对自己没有利的话就不讲,也不管伤害不伤害别人。所以人要有境界,要守戒,才能做到身安心安。修心的环境安静了,嘴巴不乱讲话叫口安、舌安,不惹事,不轻慢他人。自古以来,一句话可以把人家讲得跳起来,一句话可以把人家讲得笑起来,一句话可以惹来杀身之祸,一句话可以平安度过。

不骄傲,意念不乱想,脸相更安详。你们不会看,每个人的脸相都能看出他的爱好。好色的人有好色相,瞋恨的人有瞋恨相,平安人有平安相,长寿人有长寿相。

修行必须远离贪瞋痴,尊重不同的见解,不贪图名闻利养,你的善业会很快地增长,护法神会加持,菩萨会护持,你的学佛道路会更加地顺利。

师父曾经讲过一个新闻,一对夫妻吵架,吵到后来那个女的冲着她老公说,“你有胆量现在就去撞车”,那个男的一赌气,就往外跑,那个女的追出去已经来不及,最后那个男的被车撞死了,那个女的后悔莫及。一句话就害死了一个人,这就是不学佛的苦,这就是不谨言慎行的痛。

因果非常可怕,修心切莫急功近利。如果你修心修到后来,越来越觉得自己浅薄,说明你在进步;如果你修心修到后来,觉得自己懂得越来越多,没感觉到自己过去所做事情的可怕,说明你接近高傲自大。无始劫以来,我们无明太深,总以为自己做的是对的;对人间的诱惑,自大地都认为可以降伏。

其实修心最难的就是降伏自己的妄心。首先降伏的是自己,才能降伏你的见解,才能真正地出离内心的轮回。

有关于学佛和念经上的问题可以咨询“大华府观音堂”。

# 觀音堂

7-162  
1111 Spring Street, Suite 301  
Silver Spring, MD 20910



(301) 683-8831, (240) 621-0416

xinlingmd@gmail.com

改变命运 家宅平安  
远离病疼 子女教育  
超度亡人 挽救婚姻  
消灾延寿 净化心灵



## 開放時間與活動安排

每天10:00 - 14:00 開放  
每周六有免費素食分享  
與學佛、祈福、共修活動

歡迎大眾來學佛祈福