

# 真正厉害的人,早把人生调成了“静音模式”

有人说,人到中年,才明白最高级的活法,就这么一个字:静。

而纵观身边那些活得风生水起的人,莫不把人生调成了静音模式。

雪莱说:“浅水是喧哗的,深水是沉默的。”

格局高的人,早就拥有了一张“金口”,一颗“静心”。

## 厉害的人,不言喜不语悲

知乎上有个问题:有什么简洁的人生道理让你受用一生?

高赞回答说:不言喜、不语悲。的确,得意时,别忘形,失意时,不失言。

有两种话,是千万不能与外人道的:大的欢喜,不说。

邻居阿姨,儿子考上了国内前十的985,逢人就开始夸耀自己的孩子。

刚出录取结果的那段时间,她逢人便引起话题:“你家孩子考上什么学校?”

遇上那些孩子成绩不如她家孩子的,就更来劲,把嗓门拔得很高:“我家孩子真争气,一下子就考上最好的专业,将来一毕业就是高薪。”

说得那些家长脸上红一阵白一阵的,只好赔笑。

那一段时间,大家看见邻居阿姨都绕道走。

其实,喜而不言,是一种善良,更是一种智慧。

《菜根谭》说:“藏巧于拙,用晦而明,寓清于浊,以屈为伸。”

藏拙不露尖,是对他人的尊重,更是对自己的保护。

生而为人,各人有各人的路,各人也有各人的晦涩和皎洁。

你的欢喜,可能是他人的心魔,他人的地狱。

因为懂得,所以才更要善良,才能慈悲。

事要藏住,才是格局;气要沉住,方为本事。

诗云:“虚心竹有低头叶,傲骨梅无仰面花。”

真正的智者,把自己放在低调里,更能活得高调,迎接生活中一个又一个的高光时刻。

小的悲伤,不说。

生活中总有许多如祥林嫂一般的人,遭受到不幸就恨不得让全天下的人都知道,最终让人避而不及。

生活实苦,可让我们成长的,也正是那些深夜痛哭的时刻。

每一个人的人生,注定单枪匹马。

当你诉苦、抱怨得多了,就难免会陷入一种自怜自哀的境地,最终麻痹了自身,更毁了人生。

心理学上有一个著名的“皮格马利翁效应”,就是说:人心中怎么想、怎么相信就会怎样成就。

反之,如果你相信事情不断地受到阻力,这些阻力就会产生。

很多时候我们认为自己做不到一件事,其实我们只不过是自我设限罢了。

抱怨多了,可能真的会成“怨妇”;废话多了,可能就真成了“废物”。

真正厉害的人,早就戒掉了抱怨,练就一颗静心,淡看花开花落。

常言道:“祸从口出”。

你的人生有十分,与外人道不过十之一二,那你就留住了那剩下八九分的福气。

## 厉害的人,少“晒”多做

闻一多先生说:“人家是说了再做,我是做了再说。人家说了也不一定做,我是做了也不一定说。”

的确,有些人夸夸其谈,却毫无实质行动;有些人在朋友圈晒各种高大上的日常,可他们的生活却是一地鸡毛。

心智越成熟的人,越少晒生活。

有人说,中国人的幸福感来源

于比较。

也许大多数人能够习惯于在新闻里看各种富豪晒他们的奢华生活,但无法容忍自己身边的人过得比自己好。

日复一日,多少人就在这无谓的比较中,消耗了自己的人生。

我们总能见到那些心穷的人,他们需要虚假的浮华来换取别人的青睐。

可真正厉害的人,早已从内心深处认定了自己。朋友圈里再热火朝天,也换不来真正深植于内心的自我认同。

其实,那些厉害的人,早已退出了你的朋友圈。

他们选择为自己而活,活出最好的样子给自己看。他们选择默默地变优秀。

孔子说:“君子以行言,小人以舌言。”

常言说得好:喊破嗓子信不过,做出样子掌声来。

雷声大雨点小的人,往往难成大器,只有行动才是成功的基石。

纵观我们身边那些在自己的领域里有所成就的人,他们早已把人生调成了静音模式:不晒生活,把眼光放到自己身上,不停沉淀自己。

为什么越成熟的人,越少晒生活?

因为当优秀已成为一种习惯,就根本无需炫耀。

因为你已经心智成熟,知道自己是什么样的人,知道自己想成为什么样的人,根本不需要那些假把戏来感动自己。

你的人生,不是看你晒了多少,而是看你做了多少。

## 厉害的人,深耕自己

调成静音模式的手机,让我们不能被外界打扰;调成静音模式的人生,让我们专注于提升自己。

之前综艺节目《天天向上》的



主持人钱枫在节目上爆料说,同为节目主持人的汪涵居然把自己的微信给删了。

娱乐圈里出了名的高情商汪涵,其实也是个“删友”狂魔。

汪涵坦言,不仅是钱枫,连陈坤范冰冰这样的大腕儿他都删了。

汪涵说,在删掉了许多人的微信后,他发现:

这样的生活非常非常轻松,整个人生都发生变化。所有的时间都是你的,自在得一塌糊涂。

而且虽然彼此没有微信,但感情根本不会因为长期不联络就变得不好。

汪涵选择向内深耕自己,为自己的人生筑起一道墙,保护自己不被外界干扰。

曾经有一个新闻,浙江大学的学霸胡同学,他的微信通讯录里只有31位好友。

而他一年365天,在浙大图书馆中借阅296册次书,相当于每天看0.81本书。

除掉浙江大学2017年的108天寒暑假时间,在校期间257天,相当于每天阅读1.15本书。

这就是浙大霸胡同学的阅读量。

而他,也在大一就选了56学分的课,也就是修读了26门课,还拿了学业三等奖学金和专业奖学金。

网友评论更是扎心:

就算我们有300好友,能谈心的又有几个?我们总把时间花在了别人身上,却忘了问自己,到底想要变成什么样的人?

是啊,反观我们,太多人的时间都被那些所谓的人脉、社交给占据了,殊不知,人脉的本质是等价交换。你是怎样的,就会吸引怎样的人。

与其经营人脉,不如经营自己。

真正优秀的人,选择深耕自己,你不去找圈子,圈子也会找到你。

生活中,为了避免外界的干扰,我们常把手机调成静音模式。

是时候,将我们的人生也调成静音模式,停下脚步与自己对话,专注于走好自己的路。

人生,就是一个越活越“寡”的过程。

当我们学会减掉一些东西,我们才能拥有无论何时都能清零过去、重新出发的实力与勇气。

余生,让我们都把人生调成静音模式,修一身静气。

静言,沉默是金,寡言有福,君子讷于言而敏于行,所谓金口玉言,就是如此。

静心,人生最曼妙的风景,是内心的充实与从容。

当我们静下来,更能发现生活的曼妙多姿。

## 念经 许愿 放生 改善自己命运

### 大华府观音堂庆祝伽蓝菩萨诞辰

# 观音堂

401 East Jefferson St., Suite 108  
Rockville, MD 20850



301-683-8831, 240-621-0416  
guanyintangusa@gmail.com

净化心灵 超度有缘  
离苦得乐 还清冤债  
超脱烦恼 广度众生  
消除业障 同登极乐

## 开放时间与活动安排

每天10:00 - 14:00 开放  
每周日在观音堂以及ZOOM上  
举行学佛共修活动

欢迎大众来学佛祈福

活动安排:  
6月11日(周六)农历五月十三  
10:00am 集体上香祈福  
10:30am-11:00am 介绍伽蓝菩萨(讲座)

11:00am-2:00pm 个人上香祈福诵经  
免费午餐

(活动当日观音堂有素食供养广大信众,还有小礼品以及免费的学佛书籍和佛具与广大佛友善信结缘。)

佛陀时代之伽蓝神

伽蓝菩萨系原本指记载于《七佛八菩萨大陀罗尼神咒经》的十八位护法伽蓝圣众:“护僧伽蓝神斯有十八人各各有别名。一名美音。二名梵音。三名天鼓。四名巧妙。五名叹美。六名广妙。七名雷音。八名狮子。九名妙美。十名梵响。十一名人音。十二名佛奴。十三名叹德。十四名广目。十五名妙眼。十六名彻听。十七名彻视。十八名遍观”等十八名护法天神。

后来祇园精舍的三位功臣——拘萨罗国的国王波斯匿王、祇陀太子,及给孤独长者因为捐赠“祇树给孤独园”给释迦牟尼佛,于是也被列入伽蓝圣众之列,使伽蓝圣众增至二十一位。

中国佛教供奉传统

中国唐宋时,禅宗道场已有供奉伽蓝菩萨的风俗。《释氏要览》云:“寺院既有十八神护,居住之者,亦宜自励,不得怠惰为非,恐招现报耳。”又云:“一切神皆有无数眷属,即是分任守护也。”时至今日,佛教

道场每日的早晚课诵中,都会诵《伽蓝赞》:“伽蓝主者,合寺威灵,钦承佛教共输诚;拥护法王城,为翰为屏,梵刹永安宁。”以感恩伽蓝菩萨护法的功德。也有人会把伽蓝菩萨印在佛教书籍的末页,以此希望得到护法的护持。

然而,今天的中国佛教道场大都会将伽蓝菩萨塑造成关羽的造型,而非原本的二十一位伽蓝圣众。

关羽为伽蓝神

查佛经并没有以关羽为伽蓝菩萨的记载,隋代以前,本来也无这种习俗。其由来,传说跟天台宗祖师智者大师有关。

传说智者大师在荆州的玉泉山寻觅建寺地点,晚上在山中入定时,关羽显现,愿助智者大师建寺。寺成之后,关羽又依止智者大师皈依受戒,成为佛弟子,并发愿作为佛教的护法。从此天台宗的寺院开始供奉关羽。

然而,以关羽一人取代原本的二十一位伽蓝菩萨,似非智者大师的本意。查《智者大师别传》卷四对此事的记载:“其夕云开月朗,见二人,并诸部从,威严如王,长者美髯而丰厚,少者冠帽而秀发,来前致敬!师问何来?曰予乃蜀前将军关羽,指少者曰:吾子平也。汉末纷乱,九州瓜裂,曹操不仁,孙权自保,予义臣蜀汉,期复帝室,时事相违,有志不遂,死有馀烈。”“师即秉炉,授以五戒。”这些记载,都没提到智者大师要以关羽一人代替原本的二十一位伽蓝圣众。

不过,自天台宗寺院开了供奉关羽的先例后,各宗寺院争相效法,渐渐地,关羽被捧成伽蓝菩萨,跟韦驮菩萨并称,成为中国佛教寺院的两大护法(在彩绘或塑造的《全堂佛像》可看到站立在韦驮菩萨像右边的关羽像),在佛道融合的庙宇中若设有三宝殿或观音殿,普遍殿前安有一左一右立姿的韦驮与关羽像。

后来更有把关羽的祭典日——农历五月十三日或者六月廿四日——当成伽蓝菩萨的圣诞。有部分佛寺还专门为此举行佛事以示纪念。更有甚者,少数佛寺还为关羽建了“关帝殿”(或称“伏魔殿”)。

跟一般其他宗教崇拜关羽的造法不同的地方是,作为伽蓝神的关羽必为立姿(独殿供奉则采坐姿),且习惯上造像上会多了一条绶带,无风自飘地绕著神像;但是绶带也并非必然,例如中台禅寺的关公塑像即无绶带。汉地佛寺以关羽为伽蓝神,系一种佛教融合中国文化的现象,由汉族神祇守护佛寺,可见民间文化输往佛教,或是佛教欲接引民间信仰之情形。佛教寺院尚其他的伽蓝神。例如:招宝七郎、黄衫大神、祠山尊王、五岳大帝、平水大王(大禹)、华光大帝、五福大帝……等。

有关于学佛和念经上的问题可以咨询“大华府观音堂”。

大华府观音堂电话:301-683-8831, 240-621-0416。

地址:401 E Jefferson St, Suite 108  
Rockville, MD 20850