

# 与其抱怨,不如改变

## 习惯抱怨,是种毒药

有只倒霉的骆驼,在炎热的沙漠里长途跋涉,它又累又渴,边走边嘟囔。

一会抱怨不能像牛羊一样享受肥嫩的草,一会又咒骂这太阳像火球。

于是愤懑地朝前踢了一下,没想到一脚踏在了玻璃碎片上,磕破了皮。

焦躁的骆驼觉得自己倒霉透了,生气地一脚将碎片踢出去,却不小心划破了脚掌,顿时鲜血如注。

骆驼一瘸一拐地朝前走,浓郁的血气吸引了狼和蚂蚁。

最终,号称沙漠之舟的骆驼倒在了沙漠里。

故事听完,值得深思,因为很多时候,我们何尝不是这一只骆驼呢。

以为世事皆在刁难,所以一直抱怨自己的不如意;觉得全世界都在与自己作对,所以处处抱怨命运的不公平。

遇到一点点的不顺心,就开始心灰意冷;面临一丝丝的挫折,就变得萎靡不振。

可是殊不知,越爱抱怨,生活就越糟糕。

抱怨本身就是一味毒药,它会消磨你的意志,增大你的无能,到头来一事无成,惩罚的只会是自己。

强者不易怒,弱者常抱怨。

抱怨多了,负能量也就多了,日积月累,整个人的运势都会日暮途穷,生活当然也会受到影响。

古人云“敬人者,人恒敬之”,相同的,“怨人者,人恒怨之”。

百味人生,总有残缺的存在,任何一个人都不可能总是历经着晴空万里的天气。

所以生活再苦,也别再尝试抱怨这种徒劳无功的行为!

## 世事无常,无需抱怨

庄子在《山木》中记录了一个“方舟济河”的哲理典故:

年轻的农夫在水面火急火燎地划着船,以便天黑前能赶到家,结果突然发现前方驶过来一艘小船。

眼看快要撞上,农夫慌忙地大喊:“让开让开,你这个白痴。”

谁知道对面的船恍若无闻,反而离得更近。尽管农夫尽力地避开,但也为时已晚,最终两只船还是撞上了。

农夫生气地斥责:“你是不是故意的,早喊你避开了!”

仔细朝对面一看,农夫愣了,因为对面船上没有一个人,他一直生气抱怨的对象只是一艘空船。

其实世事磨难就如这空船事件,你以为是故意刁难,其实都是生活的常态。

冲着无人驾驶的船抱怨责骂,除了徒增烦恼并不能改变它的行驶轨迹。

上天从来是公平的,从来不会优待任何人,也不会亏待每一个人。

你在咬着牙苦苦支撑,别人也有难眠的夜;你以为生活在厚此薄彼,殊不知他人也有无法言说的苦楚。

命运公平地给了每个人历练的机会,所以不要再抱怨怀才不遇,也不要感叹时运不济。

看开人生的百味陈杂,看淡命运的坎坷险阻,才能把阳光拥入满怀。

学会坦然地接受生命的洗礼,自成一派瑰丽的风景。

## 与其抱怨,不如改变

小时候老师念过一个故事,记忆颇深:

一个小男孩帮开酒厂的父亲看守木桶,每天晚上他都会尽心尽责地擦拭每个木桶,然后码放得整整齐齐。

可是次日,风总会把摆放整齐的木桶吹得东倒西歪,男孩非常伤心。

父亲安慰地劝说:“没事孩子,这不是你的错,我们想办法征服风就好了。”

男孩眨眨眼,

想了一个办法,他把每个木桶都灌满了水。

果然,风再也

没把桶吹倒了。

的确如此,既然不能改变风的走向,那就改变自己的重量,这才是一个人不被打倒的好办法!

心由境转,境由心生,改变了自己才能转换生活。

就如同黑夜前行,有人看到的是风雨如晦,有人看到的却是漫天繁星。

既然左右不了天气,那就在下雨时享受“一蓑烟雨任平生”的安定神闲;

既然改变不了环境,那就在低谷时感受“采菊东篱下”的悠然自在。

古人言:“君子无德怨自修,小人有过怨他人。”

真正的强者,从不怨天尤人,因为他知道要让事情变好,只有自己变得更好。

如果上天朝你泼杯冷水,那就烧开了泼回去;如果生活给你一个柠檬,那就榨成汁加点糖。

你能做的,就是把生活的磨难双倍地还回去。

只有把抱怨的情绪,转化成努力向上生长的力量,才是幸福生活的开始。

陆小曼在《随着日子往前走》写过:

这个世界上没有不带伤的人,无论什么时候,你都要相信,真正治愈自己的,只有自己。不去抱怨,尽量担当;不怕孤单,努力沉淀。

## 不怨



“苔花如米小,也学牡丹开”。路旁的小花,不羡慕牡丹的富贵,不嫉妒樱花的烂漫,不愤恨梅花的傲骨。

不论外界凄风苦雨,依然不怨不怨地绽放,岁岁年年,喷薄着“野火烧不尽,春风吹又生”的顽强生命力。

山有山的高度,水有水的深度;风有风的自由,云有云的闲适。

每个人都有自己的姿态,所以别再抱怨他人更亮丽。

## 不急

竹子冒出地面后,以每天30厘米的速度疯长,六周就可以长到15米。

可是懂的人都知道,在此之前,它熬了4年时间,才长3厘米;世间成功皆如此,风雨再大也有雨过天晴的时候。

苦只是一时的,只要不停歇地赶路就能奔赴光亮。

从来没有一蹴而就的幸福,所有看得到的光鲜都藏着多年的努力。

所以,别走太快,慢一点稳妥

一点。

## 不馁

挺拔的松柏,从来不屈服于千锤万凿的磨练,只奔着“咬定青山不放松”的念头,才会成就“任尔东西南北风”的傲骨。

蜿蜒的溪水,从不畏惧沿途磨石开路的艰险,千回万转,盘旋曲折后,终能奔赴广袤大海。

别再担忧未卜的前途,每一次风雨,坚定一点努力一点,你就是自己的太阳。

泰戈尔说,如果你因为错过太阳而哭泣,那么你也错过了星星。

能奔跑的时候就别哭泣,还有力气追逐的时候,就别满怀戾气地抱怨。

人生就是如此,再苦再烦也要走下去,再累再难也要扛下来。

逆风而行,或许步履维艰,但沿途看到的风景会更加秀丽;命运多舛,或许荆棘满地,但迎风奔跑的样子真的很好看。

一切过往,皆为序章,人生没有过不去的坎,只有过不去的自己。

与其抱怨,不如改变!

## 念经 许愿 放生 改善自己命运

# 【念佛感应录】 度堂兄念佛往生

一收到《念佛感应录》(一),我就如饥似渴地看,每天看到后半夜,连续三天多将全书看完,使我充满法喜。慧净法师写的序太好了!将净宗本愿念佛法门的精神实质讲的简单易懂,清清楚楚,可不必再看其他书了。只要专心念六字名号,就能被救度往生西方极乐世界。这真是救人的一本好书!当时的心情难以用语言表达。

我看完后,丈夫接着看,他说:“这书真好!”在看的过程中,老父亲说他晚上睡眠不好,想吃点药。丈夫说:“您别老想吃药,您看这本书上说有人住院七天不能入睡,法师告诉她念六字名号,当天晚上念佛睡得很好,过几天就出院了。您念佛吧!”便将书上这段内容给老父亲看。老父亲看了,又看了其他内容说:“我爷爷信佛,他知道什么时间走,临走时自己穿好衣服躺在炕上,很快就走了。”引出我家老一辈的信佛因缘。当天晚上老父亲躺在床上念佛,很快就睡着了,第二天说睡得很好。

我看完这本《念佛感应录》后,首先想到的是我堂兄。

堂兄今年七十一岁,三年前确诊肺癌做了手术,这时病情加重,恶化转移,靠点滴维持,精神状态非常不好,怕死,只要听说能治癌症的药就想吃,让家人去买,不管

多贵,没钱让家人卖房子等……闹得家人没办法,都感到他很快就要走了。

我去医院看望堂兄,给他开示人生是什么,要正确对待生死,不要依赖医药和医生;医生、医药能治病,但救不了命。中央首长也有得癌症的,好医生、好药什么没有?最后不也得痛苦地走吗?该走的谁也留不住,不该走的也走不了,人的寿命是定数,要正确对待生死。接着将太爷爷信佛预知时至这件事告诉他,问他可有印象。他说小时候看太爷爷经常盘腿坐着,不知干什么?现在看来可能是念佛吧!

我说太爷爷临终不怕死,自己穿好衣服躺下就走了,咱们应该学学太爷爷。你要放下怕死的重包袱,要放松,顺其自然,愉快地走完人生的最后阶段,死没关系,去西方见佛,也能见到太爷爷。接着给他开示本愿法门:只有阿弥陀佛能救你,用六字名号救你,你肯让阿弥陀佛救,你就赶快念六字名号。他说:“我现在就念!”我将念佛机接通,他一边听一边念。我继续说:你必须自己念佛才能得救,因你念佛身体发光,怨亲债主不能干扰你,现在消灭延寿,临终接引你去西方极乐世界,成佛后再回来度众生,度我们大家,去西方极乐世界会合。你先走一步,随后你的亲人陆续去西方极乐世

界真正团聚。这时堂兄次子说:“我现在也开始念佛!”我说:“太好了!你念佛也能救度你父亲,好好念吧!《人生是什么》《念佛感应录》,你要认真地看,挑几段念给你爸爸听。”

最后堂兄表示:“我明白了,不怕死,念好佛。”此后每天听念佛机念佛,病苦明显减轻,精神状况很好。

约过两个月,五月十二日早晨,堂兄自己起床下地,还吃了两块饼干,去了一趟厕所,没有一点要走的迹相。九时左右堂兄说:“没有药能救我了!”后不再说话了。没有一点痛苦,像睡觉似的,九时半安详往生。给他准备的杜冷丁(镇痛剂)一针也没用,走得非常安稳。

通过堂兄念佛受益往生,也度了我的亲属和亲朋好友,共三十九人看《念佛感应录》,并开始念六字名号。

南无阿弥陀佛! (二00一年六月二十七日沈阳心宇居士纪实)

有关于学佛和念佛上的问题可以咨询“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

# 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