

改变自己 是神，改变别人 是神经病

荣格离世前跟徒弟说：
你连想改变别人的念头都不要有。作为老师要学习像太阳一样，只是发出光和热，每个人接收阳光的反应有所不同，有人觉得刺眼，有人觉得温暖，有人甚至躲开阳光。

种子破土发芽前没有任何的迹象，那是因为没到那个时间点。永远相信每个人都是自己的拯救者。
这句话不仅适用于老师，更适用于我们每一个人。

永远不要试图改变一个人

我姥爷在七十大寿的时候许的生日愿望，是希望我姥姥能收收她的暴脾气，“别一天跟他吵吵叭火的”。

当时我姥姥笑了一下没说话，但家里人都看得出她脸上明明白白地写着三个大字：不可能。

我姥姥年轻的时候脾气是出了名的火爆，只要惹到她了，哪怕是丁点小事都能把房盖掀翻，哪怕是嫁了人，当了妈，也没有多大改变。

希望我姥姥变得温柔一点这个愿望，姥爷从二十岁许到了七十岁，不出意外的话，八十大寿的时候，他的愿望还会是这个。

他改变不了我姥姥的脾气，正如我姥姥也无法让他改变抽烟的习惯一样。

我姥爷是个老烟枪，一天不抽上个半包就浑身难受，偏偏我姥姥最讨厌闻烟味，所以结婚之后俩人为这件事几乎三天一小吵，五天一大吵。

为了强迫姥爷戒烟，姥姥几乎是使出了浑身解数：把家里的烟都藏起来，没收零花钱，给他看被熏黑的肺的照片，跟他吵架甚至动手，威胁他不戒烟就离婚……

但都没有什么用。上有政策，下有对策。五十年了，姥姥依然没能成功地让他放下手中那支烟。

他们用了半辈子的时间，拼了老命都没能达成自己的心愿，却用

无数次的争吵给家里的所有小辈都讲了一个道理：
永远不要试图改变一个人，没用的。

生活中我们总能听到这样的抱怨：
“为什么ta就不能改改呢？”

“我要怎样才能让他不这样做呢？”

这些问题适用于同事、朋友、夫妻、亲人等各种人际关系之间，但答案大概只有一个。

别想了，ta不会改的。
每个人生长的环境、经历不同，导致每个人性格不一样，想法不一样，感悟的经验也不一样，所以有些想法和思维已经是固定在灵魂深处，改变的可能性几乎为零。

老人们经常说的，三岁看到老，也差不多是这个道理。

根深蒂固的东西，是无法被轻易动摇的。

所以，把心血放在改变另一个人的身上，约等于是在浪费时间。

总想着改变别人，是一场灾难

所谓的“改变”，其实可以分为两种：

第一种是对方做错了事，我们去纠正。例如孩子在撒谎、不守礼貌，或犯了很严重的错误时，长辈们会很严厉地训斥他，告诉他不能这样做。

这种改变，是有益的，也是必须的。

但更多的时候，我们希望一个人的改变，不是因为对方“做错了”，而是因为对方“不是我们想要的样子”。

综艺《明星大侦探》里讲过这样一个案子：

在科技发达的未来世界里，很多人可以选择在孩子出生时再复制一个一模一样的孩子，复制的孩子从小被带到一个秘密基地里，按照家长所期望的样子培养长大。

等到孩子大一些之后，如果养在身边的这个亲生的孩子不能够让父母满意，那么那个复制的孩子

就会被带回家，顶替他的身份活下去，而亲生的那个孩子，会被像一个物件那样销毁。

其中一个孩子小贾因为从小顽皮，不爱念书而被父亲放弃，当复制的孩子来到他家，准备替换掉他时，他突然意识到了父亲的计划，

在求生欲之下，他把复制的孩子打晕并换上了他的衣服，作为那个复制的孩子，留在了这个家里。

但为了防止被父亲发现再度被送走，他只能逼着自己变得优秀，逼着自己放弃一切爱好，成为父亲想要的那个完美的孩子。

虽然保住了一命，但他一直都不快乐，因为早已失去了自我。他还活着，但原本的那个他却早就死了。

当父母责问自己的孩子为什么这么不争气，为什么不能像“别人家孩子”一样完美无缺时，每个小孩的心里都会闪过这么一句。

“你爱的是我，还是你想象中的那个孩子？”

虽然在现实生活中并没有综艺里这种技术，但想要强制改变孩子的父母并不在少数。

大到把孩子送进“网瘾学校”强制看管，小到不想穿秋裤时的“你妈觉得你冷”，都是把自己的意愿强加在别人身上的一种控制——虽然你没有做错什么，但你不合我的心意，我就要改变你，直到我满意为止。

不仅是父母儿女，任何关系中，都存在这样的强迫：

要求丈夫外出时必须五分钟一个电话报备行程的妻子；

要求妻子不跟自己在一起时就不准化妆的丈夫；

强迫孩子停掉喜欢的兴趣班腾出时间来学“有用的东西”的父母；不准丧偶的父母再找一个老伴的子女……

强行要求别人按照自己的想法生活，是一种灾难。

人天性渴望自由，讨厌束缚，每个人到成年时，有了明辨是非的



能力之后，都有权选择自己想走的一条路。

就算这条路不是那么好走，就算终点没有太美的景色，那也是他喜欢的，想要去追逐的，走在这条路上的每一分钟他都会觉得享受。

而当这条路被人堵死，这个人被要求“马上掉头，去走一条我给你安排好的路”时，他只会觉得遗憾、痛苦，甚至是崩溃。

即使他最终妥协，走上了别人希望的那条路，但像一只提线木偶一般，丧失了为自己而活的权利，也丧失了自己的喜怒哀乐。

没有人有权剥夺别人自由选择的权利，哪怕是包裹了一层“为你好”的外衣。

不要把自己的手，在别人的生活里伸得太长。

改变别人，不如改变自己

在伦敦威斯敏斯特教堂旁有一块墓碑，上面有一段碑文：

当我年轻时，我的想象力从没有受到过限制，我梦想改变这个世界；

当我成熟后，我发现我不能改变这个世界，于是决定只改变我的国家；

当我进入暮年，我发现我不能改变我的国家，所以我最后的愿望

仅仅是改变一下我的家庭；

当我垂垂老矣，躺在床上行将就木，我突然意识到，如果一开始我仅仅去改变我自己，然后，我可能改变我的家庭；

在家人的帮助和鼓励下，我可能会为国家做一些事情。

然后，谁知道呢？

我甚至可能改变这个世界。

释迦牟尼说：“降伏百万大军并不伟大，降伏自己，才是世界上最伟大的人。”

金无足赤，人无完人，每个人身上都有优点和缺点，把自己做好就行，与其花时间改变别人的思维和行为，不如把时间用在提升自己上。

仔细留心不难发现，每个人的改变从来不是因为别人，而是自己的想法发生变化，主动做出的改变。

所以，想要改变别人，最好的方式就是先改变自己，再用自己的行动去潜移默化地影响和引导对方，这比任何强迫和威胁都来得更有效。

人生，计较得越多，失去的就越多。

少点吹毛求疵，多点包容理解。生活跟心境就会豁然开朗。

希望我们都能够做到严以律己，宽以待人，而不是正相反。

观音堂

7-162

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



301-683-8831, 240-621-0416

guanyintangusa@gmail.com

https://www.guanyintang.org

净化心灵 超脱烦恼
智慧人生 学佛念佛
离苦得乐 同登极乐



开放时间与活动安排

星期六、 佛菩萨大纪念日	10:00 - 14:00
星期日	10:00 - 16:00 (13:30 - 16:00 念佛)
其它时间	打电话预约
每周日在ZOOM线上 举行学佛经共修活动	

欢迎大众来学佛祈福

南无阿弥陀佛

一切众生皆有佛性，因妄想执著不能证得。

什么样的“善男子、善女人”能往生？ 摘自《阿弥陀经要解讲记》

【经中先陈依正以生信，次劝发愿以导行，次示持名以径登不退。】

从本经的经文来看，这部经很清楚的分成三个大段落。第一大段是介绍西方极乐世界的环境。环境有人事环境、有物质环境。“依报”是物质环境，“正报”是人事环境。说明那个世界的生活环境，确实比我们世界要殊胜得太多，使我们依这个生起信心，我们相信，也决定不是盲从。佛是一位非常诚实的人，决定没有妄语，决定不欺骗人。正如同《金刚经》中说的，“如来说是实语者，真语者，如语者，不妄语者，不诳语者”。所以我们一定要相信。第二大段是劝我们发愿。经文当中有三次很明确的劝勉我们：“应当发愿，愿生彼国”。第三大段是教给我们方法。我们相信了，我们对极乐世界阿弥陀佛非常向往，但是怎样才能去？佛教给我们修学的方法，也就是经里面所说的，佛告舍利弗说：“若有善男子、善女人，闻说阿弥陀佛，执持名号”，这就把方法教给我们了。但是经文前面这句话，我们决定不能够疏忽，那就是“善男子、善女人”的“善”字，这是能不能念佛往生关键的一个字。念佛的人很多，往生的人并不多，原因就在“善”字。什么才叫做“善”？依照本宗的讲法非常简单，“真信”、“真愿”，信、愿没有一丝毫是虚假的，这就叫善。可见得善，跟大小乘经里面的条件不一样，它的条件确实非常的简单。执持名号，一定要做到不怀疑、不夹杂、不间断，依这个方法念佛是决定得生。善的条件是这么说法的。

真正用功夫，实在说它不需要很长。经上告诉我们：若一日、若二日到若七日，就能成功。净土宗的结期念佛，我们称为“打佛七”。

“打佛七”的意思完全根据《弥陀经》，以七天为一个期限，我们要得到一个结果，七天当中一定要有成就。七天念佛，诸位要记住，它是日夜不断的。我们现在打佛七，几乎收不到效果，原因在哪里？中断的时间太长。早晨有二支香，一支香是一个半小时，二支香就是三个小时，当中恐怕有半个小时的休息。这一个半小时佛念完了，休息期间就杂心闲话，张家长李家短，是非人我全都出来了，所以佛念得没有用处，这叫夹杂、叫中断，所以佛七收不到效果。现在一般佛七，实在讲是佛七法会，大家在一起共修，真正效果达不到。真正念佛是日夜不间断，它确实能够像经上讲的有殊胜的效果。

按：净宗善男子之善字，与通途法门的善也是一样的，都是指五戒十善等善心善行。为何又说“跟大小乘经里面的条件不一样”？那是从《观经》而来。下品三生是五逆十恶罪人，亦能念佛往生，这就很特别。但须注意，经中下品三生实是“准善人”，是临终念佛转心忏悔，恢复善人身份后，才能往生；非是恶人罪人口称佛名，直接以恶人罪人的身份往生，这一点必须注意。如《观经》所言：“善男子，以汝称佛名故，诸罪消灭，我来迎汝。”正如莲祖《弥陀疏钞》中所解释的：“始恶何妨终善，恶人既已成善，岂不贤圣同科。”生前是恶人罪人，临终念佛修法，忏悔诸罪，恢复善男子身份，佛才来迎。善恶只在转心而已，若菩提心真实，志诚念佛转变恶心罪心，那你就变成了善人。尤其是临终念佛有胜方便，只要渐入后期的临终特殊定境，理论极值可念至理一心，五逆重罪亦能至心十念而忏悔。总之，生前修至合格善人身份，入观行位初品者，就入第一类自

在决定往生（此阶判定出自《观经疏妙宗钞》）；至于第二类临终忏悔往生，只要深信切愿至心念佛，能令自力正念不失者，此人亦属善人（实际上是准善人）。能令临终自力正念不失，且菩提信愿真实者，随着第六识渐灭渐断，忏悔恶道诸罪只是时间问题，故能决定恢复善男子善女人身份，从而见佛往生。最后提醒一点，念佛人大体分四类：①合格善人念佛人（第一类决定往生）；②准善人念佛人（第二类临终念佛忏悔往生）；③不定往生念佛人；④决定不能往生念佛人。第三四类念佛人，以菩提心似真非真，信愿似有非有，临终自力正念不定，惭愧心忏悔心不足，得佛加持不定，渐入临终特殊定境不定，忏悔恶道诸罪不定，故见佛往生不定，甚至绝难往生、不生往生。尤其是本愿门信众，祛除自力本来就违背佛经，若再把菩提心视作自力也要祛除，此人虽能口称佛名，恶心罪心不动，故绝难灭罪，与经不符，自然绝难往生。

佛经讲课时间：周一至周五每晚 7:15pm-8:15pm《无量寿经》；周日 9:00am-11:30am《大势至菩萨念佛圆通章》登陆 zoom，ID:97826380822（不需要密码和注册）；电话听课网课：

拨号 1307158592 再拨 ID: 97826380822#（欢迎大众踊跃参加）
观音堂念佛共修时间：每周日 1:30pm-4:00pm（报名参加）

观音堂地址：
401 E Jefferson St, Suite 108 Rockville, MD 20850（来访请先电话预约）
观音堂电话：
301-683-8831, 240-621-0416