

## 如果你越来越沉默,越来越不想说……

年初的时候,家里出了点事,忍着谁也没说。

远在北京的朋友,这些年其实很少联系,不知怎么得知了消息,深夜打了通电话过来,两人东拉西扯说了一阵,他欲言又止,我也不知道该怎么提及这阵子的遭遇。

最后朋友撂下一句:“有什么事儿用得上我帮忙的,你开口就是。”

我心底一热,但还是很快拒绝道:“嗨,没多大点事儿,你别费心了。”

话落两人都沉默,朋友借口有事,先挂了电话,想必是被我这副油盐不进的样子伤了心吧?

这阵子常常听人调侃:“人一旦上了年纪呀,就全活成了‘哑巴’。”

遇事儿打落牙齿往肚子里吞,越来越沉默,越来越不想说……

01  
不想说:  
各有各的苦楚,各有各的路要走

想想真是这样。  
不止是我。  
其实连我这位朋友,也是个实打实的“哑巴”。

离了婚。  
当初前妻潇潇洒洒出了国,没要孩子的抚养权,他一个人拉扯着孩子。

孩子很乖,但生下来就有哮喘,常年续着药。  
一个大男人,忙工作,忙家庭,这些年的艰难,我们都看在眼里。

问他有没有什么难处,他总是摇头,常常是一口酒闷下去,那势头,仿佛能把所有苦日子都喝干似的。

我曾和另一位老友抱怨:“几十年的感情了,他怎么还和我们这样见外?”

谁料他竟比我看得明白,只淡淡说了一句:“他哪是见外啊,知根知底的一帮人,他是清楚我们谁也不容易,不忍心打扰我们的生活!”

一句话,把我的心,击得落花流水。

重要的人,不忍心打扰,因为知晓你有你的苦楚。

不重要的人,没资格打扰,因为知晓你有你要走的路。

每个人的生活里,都一定有几个这样真心为你着想的知己,但也不缺那种一边说着想念,一边又渐渐远离了你的人。

想必大家对2006年的《超级女声》仍有印象,那档火遍大江南北的节目。

前两天,某卫视一档节目悄悄安排了一场“重逢”。

一别经年,原以为会是故人相见,落泪相拥的感人场面,没想到真实情况却有些“尴尬”:

当尚雯婕说自己很想念大家时,许飞却说这么多年,尚雯婕从未出席过姐妹们的聚会,发过去的消息也无人理会。

最后问:“你为什么要把我们弄丢呢?”

听着很唏嘘,但更多的却是清醒与领悟。

想到那句话:  
你在意我时,我会加倍在意你。

你冷落我时,我便慢慢放下你。

你珍惜我时,我会加倍对你好。

你舍弃我时,我便让一切归零。

醉时同交欢,醒时各分散,活在当下,才是最智慧的处世态度啊!

何必想着用真心换来真心,最后只剩寒心;用重视收回漠视,最终只有无视。

遇见就够了,余生就算了。

有些关系注定是你太想当然,成年人的世界,孤独是常态,没有人能够幸免,我们终究得学会用沉默告别过去,也用沉默治愈自己。

《失踪的孩子》中有一句话:  
成熟意味着停止展示自己,并学会隐藏自己。

说到底,别人的热闹与你无关,你的故事也与别人无关。

02  
不想说:  
人类的悲欢并不相通  
正在追的一部韩剧,叫《夫妻的世界》。

里面的女主人公,面对丈夫的出轨,以及周围人的隐瞒,一度苦不堪言。

想到就发生在自己身边的一件事。

一个交情不错的姑娘,吐槽自己的老公,一直以来,在朋友圈给自己树立着爱家爱孩子的好男人形象。

上月底,却被发现出轨公司一个女同事,而且长达半年之久。

姑娘说,翻开老公的朋友圈,除了行业资讯,就是晒娃,晒媳妇。篇篇文字写得饱含深情,张张图片P得精美用心,每条动态下面都是齐刷刷的一排留言:

又秀恩爱!  
羡慕你们!  
我酸了!  
结果呢?

朋友圈里用心经营的形象,与私下真实的形象,根本就是大相径庭。

这还不止,最令姑娘难以接受的是,原来一直以来,那些相熟的人都知道真相,只有自己被蒙在鼓里……

姑娘说,经历了这件事情,才发现:

有时候,与孤独相比,更难以忍受的是来自周围人的不在意,和不理解。

没人关心你是怎样在深夜痛哭,也没人关心你是辗转反侧,熬过了几个秋,外人只看表相,自己独撑真相。

你顾及这个,顾及那个,谁来顾及你?

你周全这个,周全那个,谁来周全你?  
爱你的人很稀有,而懂你的人



更稀罕。  
就像那个充满了寓意的小故事——

猪、奶牛、绵羊被关在同一个畜栏里。

有一天,猪被主人捉了出去,它声嘶力竭地反抗着。

绵羊和奶牛却不以为意,觉得它太过小题大做:“鬼哭狼嚎干什么呀?我们不也经常被捉出去吗?”

猪悲戚地说:“主人捉你们,只是要你们的毛和乳汁,但他捉我,却是要我的命啊!”

乍听之下只觉得好笑,细细琢磨却大彻大悟。

说到底,各人的心,各人的肉,长在各人的身上,刀不落在你身上,就永远不知道有多痛。

就像鲁迅所言:  
人类的悲欢并不相通。

人生不如意事十之八九,而可言与人无一二。

这个世界最残忍的地方就在于,从来没有感同身受这回事,愿意为你的情绪买单的人,真的不多。

很多时候,说了没用,干脆不说,这才是我们选择沉默的真正原因。

03  
一念放下,万般自在

李银河说:  
享受自己所拥有的,不羡慕自己所没有的,这样才能保持愉快的心情。

看过这样一则寓言:  
一群人匆匆赶路,突然,一个人停了下来,旁边的人奇怪地问他:“为什么不走了?”

停下的人一笑:“走得太快,灵魂落在了后面,我要等等它。”

其实呀,人活一世,就像赶路——

追求得越多,越容易顾小失大;背负得越多,越容易寸步难行。

爱而不得就放下,求而不得就随缘;学会舍弃一些东西,才会过得愈加自在。

别因为走得过快,而忘了自己为什么出发。

说到底,活在别人眼里,不如活在自己心里。

《蔷薇园》里有句话:  
“话不像话不如不说,话不投机不如沉默。”

倘若不了解别人的想法,那就管住自己的嘴巴。

在这世间行走,如人饮水,冷暖自知,你不能奢求事事顺利,但可以做到事事尽力。

点个“在看”,愿我们都能做一个懂得沉默的智者,冷静通透,豁达乐观,一念放下,万般自在!

一切众生皆有佛性,因妄想执著不能证得。

# 為什麼念佛成佛那麼快? 淨空老法師開示

「蓋以信願持名之法,心作心是,就是是心作佛,是心是佛,「果覺因心,故得道捷」。為什麼念佛成佛那麼快?這裡頭有個道理,道理是什麼?你本來是佛,你的心就是佛,是心是佛,是心作佛,這八個字是淨宗立教的理論依據。用果覺做因心,這是跟八萬四千法門不同的地方。

八萬四千法門都是從因到果,念佛呢?念佛是從果到果,阿彌陀佛是果,我們念的是果,成就的是佛果。這是跟八萬四千法門,跟無量法門不同的地方,不能不知道。真搞清楚,搞明白了,不懷疑了,斷疑生信,從此以後一心一意,一句佛號念到底。

念佛不拘形式,你沒有壓力,出聲念可以,默念也可以,金剛持口動沒有聲音也可以。你看諸老法師教的多方便,念累了休息,休息好了接著念,就是一句佛號,除一句佛號什麼也沒有。

信願持名之法,心作心是,果覺因心,故得道捷,所以你成就那麼快。又因為這個持名念佛的方法,是阿彌陀佛大願的根本,這又讓你增長信心。這個方法阿彌陀佛親自傳授的,十方如來教化眾生的,兼

承阿彌陀佛的大願,教化眾生,釋迦牟尼佛為我們做介紹,多次宣講。

所以是以彌陀大願為本,彌陀第十八願就是念佛。一向專念,十念必生,所以「最易下手,最易成就,故稱易行法,號徑中徑也」。徑是小路、捷徑,捷徑當中的捷徑,沒有比這個更捷徑了,最捷徑的一條路,最不容易遇到,最難相信,但是它成功特別高,而且成就是究竟圓滿的成就。

念佛,休閒時間可以念,很繁忙的時候也可以念。勞動工作可以念,安靜坐在那個地方也可以念。行住坐臥都可以念,這才叫簡單容易、最方便的修行方法。

「以念佛心,入無生忍」,入無生忍是證果,無生忍,無生法忍,無生法忍是七地菩薩所證得的,七地、八地、九地,這個地位高,七地菩薩所證的無生忍下品,八地是中品,九地是上品。再往上去是寂滅忍,佛所證得的。菩薩證得最高的,無生法忍,真正知道一切法不生,一切法不滅。我們看一切法有生有滅,在這個地位菩薩,看一切法不生不滅。這七地以上。「不假方便,自得心開」,不需要任何

幫助,不需要教,不需要經論,不需要咒,什麼方法都不需要,他就是以念佛心,證得無生法忍。自得心開,這自得心開就是大徹大悟、明心見性。鍋漏匠往生,我們看他往生的瑞相,斷定他,他絕不是中下品。單單這句佛號,能夠得到上品往生,這對念佛人來講,讓我們生起堅固的信心,他做出來給我們看,這個事情不是假的。

观音堂组织的佛经学习活动有:周一至周五每晚7:30pm-8:30pm《无量寿经》;周日9:00am-11:30am《金刚经》。请登陆zoom, ID:97826380822 (不需要密码和注册);或拨电话号1307158592再拨ID:97826380822# 参加网课,欢迎大众踊跃参加!

观音堂每个周日念佛时间: 时间: 1:30pm-4:00pm (报名参加)  
观音堂地址: 401 E Jefferson St, Suite 108, Rockville, MD 20850 (周末开放,其他时间来访问请先电话预约)

观音堂电话: 301-683-8831, 240-621-0416T

## 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 智慧人生 离苦得乐  
超脱烦恼 学佛念佛 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