

人，最难走的路，是心路

我们一生，都行走在路上，走过的路数不胜数。

但最难走的路，从来都不是脚下的路，而是心路。

脚下的路，再难走，也总会去到终点。

但心里的路，一旦迷失，就出不来了。

辛苦不是苦，心苦才是苦

吴昕在《我家那闺女》中吐露心声，自己内心其实一直非常焦虑：

她说虽然在外人眼中她足够幸运，能够进入湖南卫视最火的一档综艺。

但是她却是迷茫的，主持这一档综艺十多年来，每个人都找到了自己的位置。

何老师负责掌控局面，娜姐负责搞笑，维嘉负责讲冷笑话，海涛可以说是大家眼里的“受气包”。

但是吴昕百般努力，却一直都是一个可有可无的角色，有时候想想挺累的。

还直言自己“没有长进”、“快乐最差的人”。

谈到自己三十多岁了，还没找到男朋友，爸妈为她操心得头发都白了。

因为这样，有一段时间自己都没办法回去面对父母。

节目里，她伤心落泪。

每天工作行程排得很满，但比起身体上的累，内心深处的结更是困住她的牢笼。

所谓身病易治，心病难医；渡人容易，渡己难。

身体上的累，多睡几回觉，多休息几天就能复原。

可心上的累，就算你醒来，还是觉得周围的黑暗无边无际。

人活一世，总免不了背负家人对自己的期待，外界对自己的看法，自己对自我的要求。

每当你无所适从的时候，不如看看这位农民工大叔：

夜幕星河，重庆的街头车马人

头，川流不息。

一位戴安全帽，在工地上辛苦工作了一天的杨大叔，在人行道上情不自禁欢快地蹦跶着。

这一幕被人拍了下来，发到了抖音上，立刻火爆抖音。

网友纷纷表示：

“真羡慕他！”、“我也好想这样，无忧地开心一下”。

有人说，记忆里，这样开心应该是很久很久以前的事了。

在这个现实社会压力下，每个人或多或少都有一些说不出的苦。

做人啊，心态最重要。

愿你放下心里的包袱，轻装上阵，快乐奔跑。

无论生活多辛苦，记得别让自己“心苦”。

内心的平静，比快乐更重要

一个小和尚问他师父：

“为人处世，最重要的能力是什么？”

是坚持，还是自律、独立，抑或思考？”

师父回答：

“是随时保持内心平静的能力。”

现在的世界，满是浮躁喧嚣，欲望的都市，多事烦扰，保持内心平静，才是拥有快乐的前提。

生而为人有一句歌词说的是：“我想忘了从前的一切，做一个凡事不问的俗人。”

李诞说：“开心点，人间不值得。”

好像大家都在强调“快乐”，却又没有人知道“到底该怎么一直快乐”。

于是我们就焦躁不安，越想要得到快乐，就越来越不快乐。

既然如此，就要照顾好自己，好好吃饭，好好睡觉，把快乐当作意外的惊喜。

如果快乐难得，那么平静就够了。

《奇葩说》第五季中有一道这样的辩题：

“要不要喝消除悲伤的忘情水？”

蔡永康说道：“人生最重要的不是快乐，是平静。”

我始终记得这句话。

我们常常疑惑：

为何人生的灰暗时刻里，不断自我打气一定要快乐，要振作起来，结果没有多大用处？

为何听过很多道理，却依然过不好这一生？

或许我们缺的不是加油打气，而是平静的能力。

只有平静，才能接得住人生里，那些猝不及防砸过来的坏情绪和糟糕透了的境地。

曾国藩曾说：自修之道，莫难于养心。

修身养性做人做学问的道路，最难的就是养心。

杨绛先生也曾说过：

我们都希望自己的人生没有波澜，可是到了最终才发现，生活最好的风景，是内心的宁静。

人生有时候真的就是无能为力的，比如疾病与死亡、爱与不爱……

即便是无能为力，我们也能平静地接受这份真相，这就是成长。

人生过的是心情，生活活的是心态

很喜欢罗兰的一句话：

个人有个人理想的乐园，有自己所乐于安享的世界，朝自己所乐于追求的方向去追求，就是你一生的道路，不必抱怨环境，也无需羡慕他人。

累了就睡觉，醒了就微笑。

人生，过的是心情；生活，活的是心态。

晓丽前段时间突发脑溢血，从生死线上走了一遭，下了手术台之后整个像变了个人似的。

不再动不动就操心生气，也不再因为一点点小事就郁闷，见谁都笑呵呵的，偶尔碰见什么纠纷，还帮助着别人想开点儿。



昨天和她一起吃饭，我问她最近身体怎么样，晓丽笑着说：

“好着呢，最主要是现在心态好，啥事儿也不生气，就觉得这日子特别顺心。”

我说：“是啊，心态好了，就都好了，不生气，就是最大的赢家。”

晓丽以前特别爱发脾气，和老公吵架，自己生好几天闷气；和婆婆闹矛盾，逢人便吐槽；孩子不听话，也是每天操心睡不着觉。

以前真傻啊，啥事都替别人着想，把自个儿急出病来了，划不来！

这人过日子，能把自己活明白了就很难得了，哪还有闲心去跟别人计较，跟别人生气呢。

我琢磨她的话，越想越觉得有道理。

人，只有经历了生活的沧桑和磨砺，才能懂得人活着的不易。

既然懂得人生的珍贵，何必自寻烦恼呢。

人生的高度，不是你看清了，多少事情，而是你看轻了，多少东西。

所有的人和事，想通了，心路就通了；看淡了，心路就宽了。

我没想过要变得多强大，我只

希望自己成为这样的人：

不管经历过多少不平，有过多少伤痛，都舒展着眉头过日子。

内心丰盛安宁，性格澄澈豁达。

偶尔矫情却不矫揉造作，犀利却不尖酸刻薄。

不怨天尤人，不苦大仇深。

对每个人真诚，对每件事热忱，

相信这世上的一切都会慢慢好起来。

在能笑的日子里，千万别哭泣

丰子恺在《豁然开朗》里说：

既然无处可逃，不如喜悦。

既然没有净土，不如清心。

既然没有如愿，不如释然。

人生在世，许多人都如此，得不到的耿耿于怀，已拥有的又害怕失去，总是思虑过多，患得患失，以至于一颗心变得越来越忧愁荒芜。

要记得，你的心态，就是你的主人。

心情虽然不是人生的全部，但是却能左右你的全部人生。

学会接受生命中的不完美，接纳人生中的不如意。

知足常乐，把握当下才是正确的生活方式。

所以，在能笑的日子里，千万别哭泣。

一切众生皆有佛性，因妄想执著不能证得。

現世修行，無逾此法 - 老实念佛

请常念
南无阿弥陀佛

听经闻法
欢迎参加ZOOM
线上学习佛经讲座
(扫描即可参加)
星期一至五晚上:
7:30-8:30
周日上午9:00-11:00

净化身心
智慧人生
离苦得乐
消除烦恼
学佛念佛
同登极乐

服务
临终助念
消灾祈福

联系方式
301-683-8831
240-621-0416
guanyintangusa@gmail.com
https://www.guanyintang.org

观音堂

現世就是現代，在這個世間修行，沒有真正做好事是什麼？緣成熟了，送到什麼功德最大？念阿彌陀佛的功德最任何一個法門能夠超過念佛求生淨土的法你面前，這個不能不做，這是我們應當做大，在這個世間，造無量無邊的福報都是小門。這一段文我在括弧裡面特別記下來：的，沒有這個緣分，決定不要去找，這個諸福，念佛第一大，我們明白。我們今天幫助「此是江味農居士一生修持的心得。」在這位一定要知道。永遠保持自己的身心清這個世間，建佛教大學，建宗教大學，功德個地方，他用這個來供養我們大家，這幾句淨，這是真正幸福、真正享受，你這一生自大不大？小，跟念佛比起來太小了。這是話要牢牢的記住，唯有一門深入，老實念，在安樂。

佛，我們才有救，決定不貪圖世間的福報。別人都修福，我沒有修福，我不是沒福第一等大事。唐朝龐蘊居士表演給我們看的，「好事報了嗎？你的福報超過他。怎麼超過他？在整個太虛空裡頭小事一樁，地球在不如無事」。那是他家裡頭現成的金銀財我不是不修福，是沒有緣，可見得修福的那太空當中很小個星球，不大。這是我們生寶，統統丟到水裡面去；別人問他，你既然個心是圓滿的，那就是圓滿功德。佛在楞在在這個地方，這一生遇到，我們用這個來報不要，為什麼不拿這個來做好事，來救濟社嚴會上所講的，「發意圓成，圓滿功德」，那佛恩，我們建學校，幫助培養弘法人才，報會做慈善事業？他就留這句話給世間，「好個心一發，功德就圓滿了，哪裡要做事！事佛恩。第一等的功德、最大的功德、無與倫事不如無事」，這句話是真理、是名言。大情來了，事做了才圓滿；事情不來，心一發比的功德，是念佛往生淨土。要相信佛決家都能相信、都能信守，給諸位說，天下太就圓滿。利益一切眾生之心，但是沒有緣，定來接引你，為什麼？「若無佛迎，則凡夫自平。今天社會為什麼這麼亂？好人太多可見得他福報是圓滿的。這些大乘深經裡力不能往生」，你不知道極樂世界在哪裡了，每個人都想做做好事。甲做的好事乙不面所講的甚深之理，我們要明瞭、要清楚，所以佛一定會來接引你，我們對佛要有堅定不移的信心，真念佛人。

樣？打了，所以好事就變成亂事。決定不能造惡，不要以為在佛門裡做網上佛經學習：周一至周五每晚7：從前李老師跟我們上課，那個時候台些好事，未必真的是好事，未必是圓滿的好30pm-8:30pm《无量寿经》；周日9:00am-11:灣表揚好人好事，地方上推選好人表揚。事，未必是清淨的好事。你必須要面面觀30am《金刚经》。李老師在黑板上寫了四個大字：「好人好察，而且還要防範，現在是好事，將來會變電話參加：1307158592，再撥ID號碼：97826380822#事」，然後又回過身去，把第二個好字那個質，一變就不是好事了。變質之後，你要不7826380822#角上劃一個圈，劃一個圈就是念破音字，念要背因果責任？這不能不知道。經論之Zoom登陸：ID:97826380822（不需碼和注册）；歡迎大眾隨緣學習！諮詢電話：301-683-8831, 240-621-0416