

# 叙利亚3岁女孩在轰炸中大笑：人生实难，唯有自渡

还记得电影《美丽人生》中有这样一个片段。

一对犹太父子在被送进纳粹集中营后，父亲为了让儿子的童心免受伤害，就告诉孩子：他们正处于一场游戏之中，只要你赢，你就会得到奖品。

最后，他将孩子藏进了垃圾桶中，告诉他这是最后一关。

可其实，那时，父亲要被处刑了。

在被处刑之前，看着垃圾桶口孩子的眼睛，父亲冲他做了一个鬼脸，随后一路笑着作出各种搞怪的动作，让他以为这真的是一场游戏。

诙谐的一幕，更显悲痛。

孩子信了，可其实父亲即将永远的离开。

这段戳心的情节，让人泪目。

可这么多年过去了，历史仍在重演。

昨天看到了一段视频，是叙利亚一位父亲拍的。

为了不让4岁的女儿有战争创伤，这位父亲告诉孩子炸弹的爆炸声、枪声是有人在和我们一起做游戏，是男孩们在玩。

所以他的女儿每次听到爆炸声之时，都会开心的放声大笑。

父亲陪着女儿一起笑，可在那笑容中却透露着心酸。

他无法阻挡战争的来临，只能在这时尽力的保护女儿少受一点伤害。

这两个孩子很幸运，可这个世界上苦难千千万。

天灾、人祸.....很多时候我们被置于苦难中根本别无选择，只能接受。

生活已经这么苦了，那我们只能努力的给自己的生活中加点糖。

01

最近很开心，因为看数据发现，湖北的新增数据降到3位数了。

曙光好像就在眼前。

这些天，我们看过生离死别，看过众志成城，也看到了许多普通人在面对突如其来的疾病之时，正在努力的“自我调节”。

最早出现的是那位“读书哥”。

在得知自己被感染，心中一定也会有焦虑和害怕，但他选择了用书，来自我调节。

而之后，方舱医院里的生活，看起来好像丰富多彩。

和一般医院的“阴郁”不同，方舱医院响起了广场舞音乐。病人们自发跳起了广场舞。

而医生护士们，也加入进来。新疆的医生教起了新疆舞：

海南医生教起了儋州调声《囡姑九点半》：

后来，方舱医院变成了大规模舞场。病人们自发搞起了斗舞，边唱边跳：

不会跳舞怎么办？方舱医院的文娱生活多得很。

医生带着病人打起了八段锦：护士教起了大家护肺操：

当然了，传统的太极拳也不能少：

实在啥也不会，那也没关系，扭来扭去也可以啊！

除此之外，方舱医院还提供书籍阅读。

昨晚还看到有一个方舱医院搞起了“演唱会”

甚至还听说：还有大龄男青年在方舱医院相亲，两人一见如故，成了男女朋友！

更好笑的是，患者还拍起了搞笑段子，医务人员真“难”，不仅要救命，还要陪他们玩角色扮演：

看着这些，不知为何，会不自由的笑出来。

想为他们的心态点赞。

疾病突然降临到自己身上，是不幸的。

对于谁来说都是一沉重的打击，尤其是这种传染性很强，还没有特效药治疗的疾病，你只能靠自身的免疫力和情绪去抵抗调节。

这个结果我们无法改变，那就只能去积极的面对。

据世界卫生组织统计，百分之九十以上的疾病，都和情绪有关。目前与情绪有关的疾病已达200多种。

与其郁郁寡欢的深陷疾病的痛苦中自我折磨，不如开开心心的

勇敢面对。

02

我们遇到战争，遇到疫情的概率还太小，可生活中的磨难有很多。

我们会抱怨，会痛哭，会崩溃，可是在哭过之后，还是得靠自己力量。

昨天刷到了一个脑瘫外卖小哥。

他并没有因为自己是特殊人群，就自我封闭/怨声载道/极端愤怒，而是选择了靠自己的双手，送外卖来生活。

在2月18号，因为下雨，没来得及拍照来识别面部，导致账号出现异常，被封停，他也没有愤怒抱怨。

后来在拍摄者的帮助下，向美团反映了问题，美团了解到了情况的特殊，恢复了他的接单权限。

在视频全网传播之后，不少网友想给他捐款，但他一一谢绝了。

他说：他要靠着自己的能力赚钱。

早前抖音上还有一位农民工大叔，他叫那万强。

42岁的他看起来像50多岁，在新疆打工，他已经5年没回家过年了，孩子都不认识他了。

为了回家，他在列车上站了40多个小时，两天都没合眼，吃饭靠方便面。背上背着两个蛇皮口袋，可除了被褥外，基本上都是给孩子买的吃的。

泡面吃完了，他就饿着，熬红了眼，也还带着笑容对乘务员说：“没事，反正不干活的时候，吃不吃都可以！”

乘务员心疼他从食堂给他打来两份饭菜，他两三分钟就吃完了，还说：“我两个月都没吃过这样的菜了”

常年在外，和家人远隔两地，没有钱，甚至连饭都吃不起.....或



许，他比很多人更有“资格”说那句：生活太难，我活不下去了。

可是呢？我们却能从他的笑容中感觉到他真的是发自内心的快乐。

或许只要一盘好菜、只要能回家，见到妻子孩子，亦或是在陌生环境下遇到一个好心人.....他就已经觉得是最幸福的事了。

早前看过一则寓言故事：有个人提着一个非常精美的罐子赶路，不小心，“啪”的一声，罐子摔在一块石头上，顿时成了碎片。

路人见了，都为这么精美的罐子成了碎片而惋惜。可是那个人却头也不回一下，照旧赶他的路。

这时过路的人都很吃惊：为什么此人如此洒脱，多么精美的罐子啊！摔碎了多么可惜呀！

事后，有人问这个人为什么要这样？这个人说：“已经摔碎了罐子，何必再去留恋呢？”

或许这则寓言想要告诉我们的就是：放弃和乐观

其实你会发现，这个世界上，痛苦的都是那些“较真”的人。

和命运较劲、和自己较劲，和金钱较劲，和生活较劲.....

其实有的时候我们的“不开心”其实多数来自我们对自己的二次伤害，自我折磨。

03

其实在成年人的世界，每个人都有自己的烦恼。

我们都像是一个举重选手，总是亲自在为自己加码。

后来才知道，其实最幸福的人永远都不是在给自己做加法，而是在做减法。

在你被生活折磨的疲惫不堪，不如就学着和生活和解吧！

因为只有接受了真实的自己，真实的现状，才能脚踏实地的活着，才会看的到生活中很多的惊喜和美好。

人生实难，唯有自渡。

灾难、苦难、磨难都已经发生，无法逆转，怨声载道的抱怨、颓废，倒不如开开心心的接受。

在最坏的事情上寻找一个没那么坏的结果，等时过境迁再拿出来回忆时，或许也是另一种别样美好的回忆。

## 念经 许愿 放生 改善自己命运

### 保持正念，三不可得

要让我们的心去和菩萨相应，这是最重要的，跟菩萨相应，你的心就会安静，就会干净；和菩萨相应，你就会明心见性，你就会明白佛的大慈悲和大愿力的能量。

佛的大慈悲是什么？只是可怜别人不称作慈悲，真正的慈悲是一种从内心拥有慈爱的悲愍。例如，不是自己的儿子有病，觉得儿子很可怜，大慈悲不是这样的，而是要感觉到，这个世界上怎么还有这么多的孩子都在受苦受难？我要好好地念经，我不但让自己的孩子好，我要让世界上成千上万的孩子都能够脱离苦难。当你一个人看你儿子在家里身体不好的时候，你怎么不到医院里去看看，还有那么多的孩子躺在病床上呢？这才叫慈悲。为了自己的利益，为了求自己的私欲而跑到这里来学佛修心，那叫大慈悲吗？把自己家里快要过期的东西送给别人吃，那叫喜舍吗？要自己吃快要过期的东西，给别人吃最好的东西、新鲜的东西，那才叫喜舍。

大愿是什么？我要发大愿：“观世音菩萨，我真的要救全世界的人，观世音菩萨，你给我机会让我多救人，多赐给我一点智慧吧，你多给我一点力量。”救人救得满心不欢喜，救得天天不开心，救得嫉妒这个、嫉妒那个，救得恨这个、恨那个，你能救谁？你连这点都做不到，你还能学菩萨救人吗？如果你学佛后什么都放不下，你能救谁？你连老婆都救不了，连你的家人都救不了，你还能普度众生？发大愿的人要把所有的小事情全部忘记，别人对我不好无所谓，就算别人对我再不好，也没有关系，我只要好好救人就可以了，我只要能救人，给别人骂就骂了，给别人说就说了，个人的事情再大都是小事，弘法的事情再小都是大事。

明天会恨他三分，大后天恨他五分，再后天又增加了，加到一定的时候就会吵架。你们去观察，吵架的人不是一天两天的冤结，冰冻三尺，非一日之寒，所以千万不要让仇恨的种子在心里发芽，否则最后伤的还是你自己，因为这颗仇恨的种子会让你心破碎，所以不要去恨别人。

要多感恩别人，今天有师父指出你们的毛病，你们要开心地、欢喜地接受师父的批评，你们要感恩师父。有的弟子就很好，当她觉得自己有很多事情想不通、走不出来的时候，她就要师父说说她，师父给她点拨一下，她马上就想通了。很多人不要师父讲他的毛病，师父不问你，你就对了吗？你就能成功？不要师父讲你的毛病，你会更糟糕，你更会吃苦头，不要师父讲的人最可怜，因为他把自己的苦闷闷在心里，他连一个诉说的人都没有，要知道，没有明师的指导，要想走出心灵的暗室是多么的困难啊。

修心修行到底是修什么？就是修过去、修现在、修未来，只有修今天才能得平安。修心忙了半天，就是要把自己过去做的那些烂事全部修掉，过去的就过去了，过去做错很多事情，对不起很多人，伤害了很多人，过去业障深重，现在回想起来就难过、恨自己，如果你现在诚心念诵《礼佛大忏悔文》，好好地忏悔，祈求菩萨原谅你，只要你把毛病改好了，你的业障就修掉了。修现在是什么意思呢？就是说，你做人越来越像人，不去讲别人的不好，不去嫉恨别人，不做愚痴的事情，过去做错的事情，现在绝不会再去做。修未来是什么意思呢？因为我们现在修的全是对的，所以我们才能拥有美好的未来；犹如你今天读书非常的认真，你一定会考上大学，那就是你的未来；你今天把自己修得很纯洁、很清净、很坦荡、很慈悲，你就拥有光明的未来。

有关于学佛和念经上的问题可以咨询“观音堂”。

# 觀音堂

1111 Spring Street, Suite 301  
Silver Spring, MD 20910



(301) 683-8831, (240) 621-0416

xinlingmd@gmail.com

改变命运 远离病痛 超度亡人 消灾延寿



家宅平安 子女教育 挽救婚姻 净化心灵

### 開放時間與活動安排

每天10:00 - 14:00 開放

每周六有免費素食分享  
與學佛、祈福、共修活動

歡迎大眾來學佛祈福