

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,就回不来了。

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”、“快本最差的人”。

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。

愿你可以放下心里的包袱,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?”

蔡康永说道:“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,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,也无需羡慕煞他人。

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。

念经 许愿 放生 改善自己命运

观世音菩萨有求必应

帮助尿毒症的我躲过一劫

我叫李慧,是山西人,自己是2011年患上尿毒症晚期,下面分享2019年学佛后的经历。

在2019年腊月,因为腹膜炎发作,我就和先生上医院看病。开了药后,回家用药,还是不行,腹透液超滤不行,水脱不出来,最后又上医院,把透析的管子拔了,改成血透,以前也感染几次,医生建议我把血漏先做好,这样以后透析方便。当时自己业障爆发,心情控制不住自己,不高兴,不接受现在的一切,当时做手术害怕痛,我都是一直念大悲咒,求观世音菩萨保佑我才渡过恐惧心理。虽然管子顺利拔了,开始血透了,我又害怕,担心非常多,又怕痛,不知道摘针是否痛苦,以后会怎么样?烦恼不断,把师父的佛法忘记得一干二净,没有一点悟性,连因果都想不起来了,心里一直不接受现状,不满足,没有一点修心的境界,所以我痛苦万分,让家人也跟着

我痛苦。我们县城透析机少,所以去市里透析,然后我就在运城暂时住了下来。但是小房子不能烧送,也没佛台,然后就有师兄在免费结缘小佛台,我就赶紧结缘了一尊观世音菩萨像和香炉,每天开始上香念经,烧小房子,网上共修。七月可以回来透析了,每次到新的地方透析都会要抽血化验,然后身体甲状腺激素高1200,我没办法,只能去市里医院做脖子的一个手术。在医院待了一个星期,检查透析后,开始手术。我让妈妈帮我念大悲咒,妈妈也提前帮我放生,手术非常顺利,感恩慈悲保佑。手术后一直打点滴补钙,过了几天我感冒了,因为尿毒症,最怕感冒,然后吃药也不见效,而且还不能走路,没力气。来医院时,好好的,也很精神,我也担心。晚上梦里很多菩萨在飞着救人,菩萨妈妈也带着我在救人。然后我转了

医院,因为这家医院做手术好,看肾病要去对面另一家医院。我刚刚去非常严重,心脏跳动得快,医生说非常严重。呼吸不舒服,还一直咳嗽,非常多。还坐轮椅,没劲走路。因为在那家医院两天吃药,感冒没好,一直发烧。到这家医院,第一晚上眼睛突然肿很大,都快看不到人。我每天都是坚持念经,虽然环境不好,每天只是输了少量的点滴消炎药。我一天比一天好,两天就不咳嗽了,眼睛肿也慢慢消失了,三天后气色也越来越好。隔壁病人说:“今天半夜没听见你咳嗽了,快出院。”我就试着下床走路,看有力气吗,就这样我过了两天就出院了。一切都是菩萨妈妈帮我安排的,药费只花四百元,就能住院治疗,一切都是学佛后菩萨保佑,办的低保,贫困户上医院不用掏什么钱,以前也分享过,学佛就是好。当时在医院也担心自己以后怎么办?我妈妈也学我

们法门,妈妈赶紧给我家中儿子发微信说:“给你妈妈念经,帮助你妈妈。”妈妈说过两天不行的话再回来,我最后没事,都是菩萨保佑没事,一天比一天好。我们念经多么重要,有难只有菩萨保佑我们化解灾难,遇难呈祥。一切只是自己业力牵引,因果真实不虚。我修得不好,但是只要你念经,菩萨妈妈一定听得到,观世音菩萨闻声救苦,有求必应。希望更多的师兄一起努力念经消业,无债一身轻,人活着就是来还债的,因果已经定好的,都是自己的前世造因因果,我们只能接受现状,念经做善事,做功德,修智慧去除身上的无明习气来改变命运,命运就掌握我们手中,只要你愿意念经,不花费一分钱就能帮你解决人间的苦难和困境,赶紧捧起经书,命运就开始改变。

李慧 2020年9月8日
有关于学佛和念经上的问题可以咨询“大华府观音堂”。

觀音堂

7-162

1111 Spring Street, Suite 301
Silver Spring, MD 20910



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

xinlingmd@gmail.com

改变命运 远离病疼 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