

# 人生最宝贵的，就是修得平常心

王小波有句名言：“人生在世，会遇到一些好事，还会遇上些坏事，好事承担得起，坏事也承受得住，就这样坦荡荡做个寻常人也不坏。”

生活没有一帆风顺，总是有起有落，鲜花与泥沙俱下。

无论境遇如何，始终保持一份清醒和坚韧，才是真正的聪明人。

遇到好事，不得得意忘形，才担得起命运的馈赠；

碰见坏事，不轻言放弃，方扛得住生活的摔打。

世事无常，人生多变，一个人只有好事担得起，坏事承得住，事事以一颗平常心看待，才能活得安定坦荡。

好事担得起，繁华守得住

南怀瑾大师曾说：“一个人春风得意的时候，要想到失意的时候，如果不这样做，就会得意忘形，而一旦得意忘形，那么他失败的种子就已经种下去了。”

访谈节目《和陌生人说话》，曾采访过北京有名的“拆二代”李旭。

李旭在北京郊区长大，28岁之前，他是普通的打工一族，过着平淡的生活。

2011年，因为家里拆迁，他分到了3套还建房和数千万元的补偿款。

面对这“一辈子都花不完的钱”，李旭迷失了自己。

他辞掉了工作，整日呼朋引伴，花钱如流水。

他买名牌豪车，吃饭要去最贵的餐厅，喝水要国外进口昂贵的水，觉得这样才显得“高级有面子”。

李旭仗着自己有钱，胡乱投资，结果屡屡失败。

他还迷上了赌博，一掷千金。短短几年时间，就把资产全部败光，把房子抵押出去，还欠下了几十万外债。

父母气得住院，妻子无法忍受

他的放纵，提出了离婚。

如今的他，只能依靠打工还债。

所谓的“好运”，除了让李旭短暂体验过有钱人的快感外，就只剩下倾家荡产、家庭破碎的痛苦。

成名每在穷苦日，败事多因得意时。

人，总是这样，生活艰难困苦时，无须扬鞭自奋蹄，可一旦人生顺达得意，却容易忘乎所以。

遇到幸运的事情，开心自得是人之常情，但如果得意忘形，就容易“阴沟里翻船”，一败涂地。

人人都期盼天降“好运”，若没有与之匹配的心理素养和支配能力，好事担不起，也会变成坏事。

古人说：“居安思危，思则有备，有备无患。”

所以，越是顺心顺意时，就要清醒自持，不忘昨日苦，珍惜当日甜，步步为营，为未来筹谋打算。

始终保有“危机感”，才可以不断发现问题，不断成长，走得更稳更远。

坏事承得住，撑得起未来

之前网上有则新闻：广东佛山一家工厂的员工小刘，因为身体不舒服，向老板请假。

负责人因故没有批准。

几个小时后，内心委屈崩溃的小刘在工厂里自杀，只留下了一张诉苦的纸条。

每个人的生命都有不为外人所知的艰难，可没有谁的人生是容易的，不过是傻傻地熬，坚持比放弃多一次。

就如《看见》中所写：“强大的人不是征服什么，而是能承受什么。”

肯德基的创始人——哈兰·山德士，一生中经历了无数挫折与失败。

16岁时，他满心期许报名参军，却因为晕船，被提前遣返；

后来，他组建了家庭，但只过了几个月，妻子就卷走了他仅有的

财产。

31岁时，他自学法律当起了律师，结果也是一波三折，以失败告终；

35岁时，他遭遇车祸，身受重伤；

……

65岁时，为了维持生活，他辗转各地的推销自己的炸鸡技术，却处处遭冷遇。

直到88岁，他才终于获得成功，开创出一番事业。

面对命运的击打，哈兰·山德士屡败屡战，最终扛了过来。

好的人生，不是与生俱来的。

都是在生活中摸爬滚打，经历了无数的磨砺，为自己撑起一片晴空。

当年明月在《明朝那些事儿》里写道：

“只有真正了解这个世界的丑陋与污浊，被现实打击，被痛苦折磨，遍体鳞伤，无所遁形，却从未放弃对光明的追寻，依旧微笑着，坚定前行的人，才是真正的勇者。”

每个人的生活，都是一个不断受锤的过程。

所谓勇敢，就是不逃避自己的责任；

所谓坚强，是懂得将泪水化为力量。

世间虽苦，可也没有不可跨越的沟坎，没有不能消散的迷雾，只要扛过去，你就赢了。

常怀平常心，修得大自在

王阳明说：“得财不喜是平常心；失利不忧是平常心；享誉不骄是平常心；受谤不恼是平常心。”

人这一生，都会经历成败，顺境与逆境都是命运的安排，没人知道，生活的拐角处是鲜花还是荆棘，是坦途还是深谷。

我们唯一可以做的，就是掌控好自己的心态，以一颗平常心来面对一切。

1965年，棋手林海峰获得了日本围棋名人的挑战权，挑战传奇大



师坂田荣男。

林海峰在赛前对记者说，希望能先胜一局，可增加一点安全感。但事与愿违，两人即使实力相差无几，林海峰却一直无法赢下来，最后输掉第一局。

林海峰焦灼又沮丧，“名人”宝座对于他好像近在眼前，然而却又远在天边，他失去自信，于是找老师吴清源请教。

吴清源微笑着送给他三个字：“平常心”。

吴老师劝慰道：

你今天不过二十二三岁年纪，就有了这样的成就，老天对你已经很厚很厚了，你还急什么呢？

今天失败一次，只要懂得从失败中吸取教训，明天便多一分取胜把握，何必怕失败呢？

希望你不要患得患失，保持平常心。

林海峰听了老师的话，放下杂念，最终以四比二的战绩赢了比赛，成为当时棋坛最年轻的棋士。

人这一生，名利得失，其实都只是云烟过眼，太过执着在意，只会乱了心境，变得脆弱。

不如放下浮躁忧惧，少一些得失心，少一些胜负心，平常心做人，进取心做事，认认真真地做好能所能及的每一件事。

文学家范仲淹也曾说：“不以物喜，不以己悲”。

对事对物，得之不狂，失之不惧，才可心怀安宁，笑对世事变幻。

人生就是一场修行，当我们经历千回百转，学会承受，懂得淡定，才算明白了人生的真谛。

萧伯纳说过这样一句话：“人生有两大悲剧，一个是万念俱灰，另一个是踌躇满志。”

两种大悲大喜截然相反的状态，于人生都是一场灾难。

生活，就是一个不断得到，不断失去的过程。

得志时别得意，淡然知止，给自己留一条退路；

失意时别失志，泰然知常，给自己觅一条出路。

有时，生活不像你想的那么好，当你不断强大自己，福来能享，祸来能扛，你就会发现，它也没你想象得那么糟。

命运从不优待任何人，日子都是喜忧掺杂。

好事坏事，承得住，都是财富；

昨天明天，想得开，便是晴天。

往后余生，愿你我都能在岁月中修养自己，不以外物过分悲喜，凡事尽人事，听天命。

学会以平常心看世事，不骄不馁，不疾不徐，步履从容。

## 念经 许愿 放生 改善自己命运

### 远离愚昧 拥有善心——摘录卢台长讲述于观音堂

这个世间的一切都是苦空无常的。有这样一个故事，印度有个婆罗门，婆罗门就是贵族，他们家中生了一个男孩，长得非常英俊、端庄，父母非常疼爱他。这孩子从小就聪明伶俐，和一般的小孩子完全不同。在无忧无虑的快乐当中，这个孩子度过了黄金一般的童年，就是日子过得非常好。但是，人往往被欲望和快乐所迷惑，在欢乐的日子当中，谁也不会去想自己以后会不会痛苦。就像我们现在，很多人快乐的时候，他不会去想自己以后会不会有痛苦。你们谁都身体好过，你们想过自己以后年纪大了，会身体不好吗？没有。这位婆罗门也是这样。

婆罗门家中的这个孩子，他有高人一层的智慧，非常聪明，虽然他生长在富有安逸的环境当中，但是没有想到，这个孩子会了解人生的痛苦和人做了很多的罪恶。这么小的孩子，他也就知道哪些可以做、哪些不可以做，因此，在他成年之后，他辞亲出家当了比丘。什么叫辞亲？就是跟自己的亲人告辞，出家当了比丘。

有一次，这位比丘在教化回来的路途上，在荫蔽的森林里遇到一队商人。这个商队去外乡从商路过此地，傍晚时分正好走到山这个地方，天快黑了，商人们没办

法，只能在这儿扎营过宿。这位比丘看到商人们大大小小的车辆，以及大量的货物，他一点都不关心，像没看见一样，他就只管在离这个商队不远的地方徘徊，自己慢慢地走来走去。

这时候，从森林的另一边来了很多山贼，来偷东西、抢东西。他们打听到有一个商队经过，就想在夜幕降临以后劫财、劫物。当他们偷偷摸摸地靠近商人夜宿的营房时，却发现有人在营外漫步：“哎哟，有人在外边站岗放哨，在漫步。”他们怕商队有备，所以想等大家睡熟了再动手，于是他们就埋伏在山边上。然而，营外巡回的那个人，就是那位法师，通宵不入营休息，不睡觉。法师走过来、走过去，嘴巴里还不停地念经。结果天渐渐亮了，那几个山贼因无隙可入，气愤得大骂，骑着马“哗啦、哗啦”、骂骂咧咧地就走了。

正在营里睡觉的商人赶紧跑出来看，只见一大队的山贼，手持铁棍、木棍往山上跑去，只有一个出家人站在营房外面。商人惊恐地走上前去问道：“大师，您见到山贼了吗？”这个出家人很平静地跟他讲：“是的，我早就看到了，他们昨天晚上就来了。”“大师，那么多的山贼，您怎么不怕？独自一人，您怎么敌得过他们那么多的山贼

呢？”出家人一点也不紧张、不慌忙，非常心平气和地说：“各位，见山贼而害怕的，那是有钱的人。我是一个出家人，身无分文，我怕什么？贼所要的是钱财宝贝，我既然没有一样值钱的东西，无论住在深山还是茂林里，我都不会起恐惧心的。”

这个故事告诉我们，现在社会上很多人愚昧无知，对那些不实在的、虚幻的金钱名利，今天可以有、明天会没有的东西，瞬间可以流失的或者变为别人的钱财宝物，他们不但不肯舍弃，还会舍下自己的性命去抢夺，而对自己拥有的善心、平安的生活、平静且自由自在的心理却熟视无睹。为什么说平安就是福？你们坐在这里平平安安就是有福气，要知道，有多少人正在受苦，有多少人车祸之后变成残疾人，有多少人因生癌症而去世。所以，一个真正的学佛人应该像这位出家比丘一样，能够体会到这个世间苦空无常的真相，一切生不带来死不带去，你把无常的钱财带在身边，实际上是一种拖累。我们人只有正确地认识到这个世界上的一切都是苦空无常的，一切都是虚幻不实的，这样才能放下自我，精进修行。

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 家宅平安  
远离病疼 子女教育  
超度亡人 挽救婚姻  
消灾延寿 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