

# 与其抱怨,不如改变

## 习惯抱怨,是种毒药

有只倒霉的骆驼,在炎热的沙漠里长途跋涉,它又累又渴,边走边嘟囔。

一会抱怨不能像牛羊一样享受肥嫩的草,一会又咒骂这太阳像火球。

于是愤懑地朝前踢了一下,没想到一脚踏在了玻璃碎片上,磕破了皮。

焦躁的骆驼觉得自己倒霉透了,生气地一脚将碎片踢出去,却不小心划破了脚掌,顿时鲜血如注。

骆驼一瘸一拐地朝前走,浓郁的血气吸引了狼和蚂蚁。

最终,号称沙漠之舟的骆驼倒在了沙漠里。

故事听完,值得深思,因为很多时候,我们何尝又不是这一只骆驼呢。

以为世事皆在刁难,所以一直抱怨自己的不如意;觉得全世界都在与自己作对,所以处处抱怨命运的不公平。

遇到一点点的不顺心,就开始心灰意冷;面临一丝丝的挫折,就变得萎靡不振。

可是殊不知,越爱抱怨,生活就越糟糕。

抱怨本身就是一味毒药,它会消磨你的意志,增大你的无能,到头来一事无成,惩罚的只会是自己。

强者不易怒,弱者常抱怨。

抱怨多了,负能量也就多了,日积月累,整个人的运势都会日暮途穷,生活当然也会受到影响。

古人云“敬人者,人恒敬之”,相同的,“怨人者,人恒怨之”。

百味人生,总有残缺的存在,任何一个人都不可能总是历经着晴空万里的天气。

所以生活再苦,也别再尝试抱怨这种徒劳无功的行为!

## 世事无常,无需抱怨

庄子在《山木》中记录了一个

“方舟济河”的哲理典故:

年轻的农夫在水面火急火燎地划着船,以便天黑前能赶到家,结果突然发现前方驶过来一艘小船。

眼看快要撞上,农夫慌忙地大喊:“让开让开,你这个白痴。”

谁知道对面的船恍若无闻,反而离得更近。尽管农夫尽力地避开,但也为时已晚,最终两只船还是撞上了。

农夫生气地斥责:“你是不是故意的,早喊你避开了!”

仔细朝对面一看,农夫愣了,因为对面船上没有一个人,他一直生气抱怨的对象只是一艘空船。

其实世事磨难就如这空船事件,你以为的故意刁难,其实都是生活的常态。

冲着无人驾驶的船抱怨责骂,除了徒增烦恼并不能改变它的行驶轨迹。

上天从来是公平的,从来不会优待任何人,也不会亏待每一个人。

你在咬着牙苦苦支撑,别人也有难眠的夜;你以为生活在厚此薄彼,殊不知他人也有无法言说的苦楚。

命运公平地给了每个人历练的机会,所以不要再抱怨怀才不遇,也不要感叹时运不济。

看开人生的百味陈杂,看淡命运的坎坷险阻,才能把阳光拥入满怀。

学会坦然地接受生命的洗礼,自成一派瑰丽的风景。

## 与其抱怨,不如改变

小时候老师念过一个故事,记忆犹深:

一个小男孩帮开酒厂的父亲看守木桶,每天晚上他都会尽心尽责地擦拭每个木桶,然后码放得整整齐齐。

可是次日,风总会把摆放整齐的木桶吹得东倒西歪,男孩非常伤心。

父亲安慰地劝说:“没事孩子,这不是你的错,我们想办法征服风就好了。”

男孩眨眨眼,想了一个办法,他把每个木桶都灌满了水。

果然,风再也没把桶吹倒了。

的确如此,既然不能改变风的走向,那就改变自己的重量,这才是一个人不被打倒的好办法!

心由境转,境由心生,改变了自己才能转换生活。

就如同黑夜前行,有人看到的是风雨如晦,有人看到的却是漫天繁星。

既然左右不了天气,那就在下雨时享受“一蓑烟雨任平生”的气定神闲;

既然改变不了环境,那就在低谷时感受“采菊东篱下”的悠然自在。

古人言:“君子无德怨自修,小人有过怨他人。”

真正的强者,从不怨天尤人,因为他知道要让事情变好,只有自己变得更好。

如果上天朝你泼杯冷水,那就烧开了泼回去;如果生活给你一个柠檬,那就榨成汁加点糖。

你能做的,就是把生活的磨难双倍地还回去。

只有把抱怨的情绪,转化成努力向上生长的力量,才是幸福生活的开始。

陆小曼在《随着日子往前走》写过:

这个世界上没有不带伤的人,无论什么时候,你都要相信,真正治愈自己的,只有自己。不去抱怨,尽量担待;不怕孤单,努力沉



淀。所以,别走太快,慢一点稳妥一点。

## 不怨

“苔花如米小,也学牡丹开”。

路旁的小花,不羡慕牡丹的富贵,不嫉妒樱花的烂漫,不愤恨梅花的傲骨。

不论外界凄风苦雨,依然不怨不怨地绽放,岁岁年年,喷薄着“野火烧不尽,春风吹又生”的顽强生命力。

山有山的高度,水有水的深度;风有风的自由,云有云的闲适。每个人都有自己的姿态,所以别再抱怨他人更亮丽。

## 不急

竹子冒出地面后,以每天30厘米的速度疯长,六周就可以长到15米。

可是懂的人都知道,在此之前,它熬了4年时间,才长3厘米;世间成功皆如此,风雨再大也有雨过天晴的时候。

苦只是一时的,只要不停歇地赶路就能奔赴光亮。

从来没有一蹴而就的幸福,所有看得到的光鲜都藏着多年的努力。

## 不馁

挺拔的松柏,从来不屈服于千锤万凿的磨练,只奔着“咬定青山不放松”的念头,才会成就“任尔东西南北风”的傲骨。

蜿蜒的溪水,从不畏惧沿途磨石开路的艰险,千回万转,盘旋曲折后,终能奔赴广袤大海。

别再担忧未卜的前途,每一次风雨,坚定一点努力一点,你就是自己的太阳。

泰戈尔说,如果你因为错过太阳而哭泣,那么你也错过了星星。

能奔跑的时候就别哭泣,还有力气追逐的时候,就别满怀戾气地抱怨。

人生就是如此,再苦再烦也要走下去,再累再难也要扛下来。

逆风而行,或许步履维艰,但沿途看到的风景会更加秀丽;命运多舛,或许荆棘满地,但迎风奔跑的样子真的很好看。

一切过往,皆为序章,人生没有过不去的坎,只有过不去的自己。

与其抱怨,不如改变!

# 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 超脱烦恼  
智慧人生 学佛念佛  
离苦得乐 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

一切众生皆有佛性,因妄想执著不能证得。

# 念阿彌陀佛的功德最大 淨空老法師開示

什麼功德最大?念阿彌陀佛的功德最大,在這個世間,造無量無邊的福報都是小福,念佛第一大,我們明白。我們今天幫助這個世間,建佛教大學,建宗教大學,功德大不大?小,跟念佛比起來太

小了。這是什麼?這是拯救一個地球的,在地球上是第一等大事。在整個太虛空裡頭小事一樁,地球在太空當中很小個星球,不大。這是我們生在這個地方,這一生遇到,我們用這個來報佛恩,我們建學校,幫助培養弘法人才,報佛恩。第一等的功德、最大的功德、無與倫比的功德,是念佛往生淨土。要相信佛決定來接引你,為什麼?「若無佛迎,則凡夫自力不能往生」,你不知道極樂世界在哪裡。所以佛一定會來接引你,我們對佛要有堅定不移的信心,真念人。

報佛恩第一樁重要的大事就是把這個法門介紹給別人,介紹給別人愈多愈好。那麼諸位,你有沒有

想到,我今天在這裡做介紹,幾個人聽?網路裡頭播放的,得多少人聽?衛星裡面在播放的,聽的人更多,這些幫助傳遞的,無量功德,我們心裡很清楚、很明白。

於是乎你就知道了,今天很多企業老闆想做好事,有人有錢蓋個大廟,塑一個大的佛像,幾十米高,福報大不大?小。這個傳播的福報大,你要真搞清楚了,現在建立一個網路衛星成本很低,不要幹別的你,就專門播阿彌陀佛阿彌陀佛,念佛二十四時不中斷,你把它播出去,多少人跟著你念佛,你就成就多少眾生,這個福報多大。

講經是把事理講清楚講明白,讓人家對淨宗絲毫懷疑沒有,發真心念佛求生淨土,這是真正的福報、無與倫比的福報。我們今天有這種機緣,來生要不往生,那個福報可就太大了。但是有福報不能享,享就吃虧了,一定要作佛去,作佛證得究竟圓滿,那才是真正的第一等福報。到天上去做天王,小福報,做轉

輪聖王也不值得一提,一定要搞清楚搞明白,不要去貪小利益,我們得大利益。住在西方極樂世界,極樂世界是老家,分身到一切剎土度眾生,真身感彌陀的恩,永遠在阿彌陀佛身邊。

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 《观经九品》。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, 240-621-0416 T