

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，日子都是喜忧参杂。

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。

一切众生皆有佛性，因妄想执著不能证得。

学佛必须长时薰修

学佛是一个艰苦而长期的修行过程。按通途法门讲，一般要三大阿僧祇劫，方能成就。凡夫众生，要断我法二执，要断贪瞋痴烦恼，要断见思惑业，要断生死长流，要破无明，证法身，最终成佛，是相当难的。没有长时薰修，历劫修行是不可能成就的。密宗说可以当生成佛，这里的“佛”，不是真正圆满的究竟佛。而只不过是理即佛、名字佛、观行佛、相似佛、分证佛。从释迦牟尼佛在娑婆世界示现灭度后，要五十六亿七千万年之后，弥勒菩萨下生才再八相成道，示现成佛。这一长时间里，在娑婆世界，没有人再真正成佛。凡是自称在现今世上成佛的人，都是大骗子。这是在佛经上有明文记载的。所以一般学佛人，不要妄想在今生娑婆世界真正成佛。切不要投机取巧，贪图便宜，而应下决心长期修行，长时薰修。禅宗所说的明心见性，开悟成佛，实际上也不是究竟成佛。禅宗祖师自己认为能达到十信位、十住位就很有成就了。开悟才仅仅是起修，要真正成佛，还有很长的修行道路要走。净土宗说当生成佛，是指今生老实信愿念佛，往生极乐世界以后，还要修行十劫左右，方可尽此一报身，究竟成佛。这个时间当然比三

大阿僧祇劫短得很多了。虽然净土法门有佛力可以依怙，临命终时可以蒙佛接引，不断烦恼，带业往生，但是往生前也必须艰苦精进，长时间老实修行。必须真信切愿，老实念佛，也不可能真正与弥陀本愿相应，不可能与佛感应道交，蒙佛接引，安然往 29 生。信愿行就是往生西方净土的三资粮，必须长时薰修，逐步备办。就是往生到极乐世界之后，也还要长时薰修，方能圆成佛道。欲决心长时薰修，不生退堕之心，信是修行的先决条件。信为道元功德母，长养一切诸善根；信能增长智功德，信能必到如来地。信令诸根净明利，信力坚固无能坏；信能永灭烦恼本，信能专向佛功德。净土法门也很重信。藕益大师教导我们要修六信：信他、信自、信理、信事、信因、信果。相信释迦牟尼佛无诳语，相信弥陀无虚愿，相信十方诸佛赞叹净土法门是真实言。相信自己本性是佛，念佛就是“是心作佛，是心是佛”。相信老实念佛，自己一定能成佛。在理上要相信心佛众生三无差别。弥陀净土也是自心的显化，自己往生自心显化的净土，是理所必然的事。在事相上，老实念佛，事理

一如，必能不假方便，自得心开，以念佛心得无生忍。要相信过十万亿佛土有极乐世界，有阿弥陀佛正在说法。西方依正庄严，是确有的。要相信念佛是因，成佛是果，这是佛教出世间法的大因果。修行净土法门，修信是基础，是前提。有信才能有愿行，无信必无愿行。只有真信，才可能长时薰修，永不退堕。印光大法师说：“由以信愿持佛名号，即能以凡夫心，投佛觉海，故得潜通佛智，暗合妙道也。”又说：“信之一法，可不急急讲求，以期深造其极乎哉。”信心坚定才能喜忍佛道的长远，才能长期精进修持，才能老实信愿念佛。如无信心，则不可能长时薰修，必生退意。有的学佛人，或有“学佛一年，佛在眼前，学佛三年，佛在天边”的感慨，这都是信不坚固引起的。因此，长时薰修，是学佛修行的重要指南。

网上佛经学习：周一至周五每晚 7:30pm-8:30pm《无量寿经》；周日 9:00am-11:30am《金刚经》。

电话参加：1307158592，再拨 ID 号码：97826380822#

Zoom 登陆：ID:97826380822（不需密码和注册）；欢迎大众随缘学习！咨询电话：301-683-8831, 240-621-0416

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