



人到中年最好的心態：三不怕 三不悔 三不說

人到中年,越活越明白。經歷過世事無常,在磨礪中學得智慧,也越來越通透,逐漸洞察:人這一生,無需懼怕,無需後悔,也無需多言。

人有三不怕

不怕年齡。
《最好的年齡》中說:“人生就像旅行,一處有一處的風景。只要我們懂得珍惜,學會享受,每一個年齡都有它獨特的風韻。”幼時懵懂年少輕狂,三十而立瀟灑從容,四十不惑智慧澄明,五十知天命看淡人生,六十耳順百事天成。
不同年齡有不同的境况,每個階段都有每個階段的水到渠成。不必因過去煩惱,不必為未來擔憂,活出每個階段恰到好處的自己即可。

生命的征途很長,往後餘生,願你能有不服輸的勇氣,也有不糾結的豪氣;有不計較的心境,也有不沉重的心靈。

不怕孤獨。
莊子說:“獨往獨來,是謂獨有。獨有之人,是謂至貴。”很多時候,人是需要一點點孤獨的,遠離熱鬧,和塵世保持一些疏離。這不是清高,是為更清醒地審視自己。孤獨和自由,是這個時代真正的奢侈品。
正如叔本華所說:“只有當一個人孤獨的時候,他才可以完全成為自己。誰要是不熱愛孤獨,那他就是不熱愛自由,因為只有當一個人孤獨的時候,他才是自由的。”

孤獨不是孤單,更不是孤僻,它是一種更高的境界,是心有所向。懂得享受孤獨,在獨處中修煉自己,是一種極高的智慧。

不怕失去。
人生就是一邊得到一邊失去的過程。我們不能僅僅盯着失去的東西,沉溺于嘆息和痛苦,更重要的是珍惜此刻擁有的一切。過好當下,珍惜擁有,不留遺憾,也就無懼失去。唯有此,才能放開手腳,盡情去享受生命里的燦爛時光。
餘生,願你大膽地往前走,勇敢地去愛,用真心去擁抱和體驗世間的種種美好。

事有三不悔

不悔出身。
“每個人的人生起點不盡相同,但這並不意味着,人生的最後結果就被其出身定型。”

人的出身無法選擇,把一切都歸咎于自己出身不好,覺得前途渺茫,自暴自棄,是無能的表現。

出身只是一個人的起點,但絕對不會

是限制你未來的終點。真正決定你能走多遠的,是你付出了多少努力。
沒有傘的孩子,才更要拼盡全力去奔跑。不管出自什麼樣的家庭,學着感恩,然後埋頭努力,提陞實力,去闖出自己想要的人生。

不悔過往。
有人說,最失敗的人生,是把大部分時間都浪費在對過去的自怨自艾中。
往事如煙,每個人都有不堪回首的過去,頻頻憶起,總覺得走了太多彎路,有過太多失去和遺憾。但倘若一味沉溺過去,執着于過往的人事和痛苦,揹負太多沉重,就會阻礙我們前進。
泰戈爾有一句話:“如果你因為錯過太陽而傷心,那麼你也將錯過繁星。”接受現實,把過去的波瀾看作平常,把過去的經歷看作歷練,把過去的人事看作浮雲。

人生,不過是一場旅行,應該專注於沿途風景。往事不悔,未來不懼,當下不負,才是最好的生活狀態。

不悔選擇。
《一條未走過的路》中有一段話:兩條小路在樹林中分叉,而我選擇了人迹稀少的一條,人生從此變得截然不同。
世上沒有完美的選擇,但在選擇前也要慎重考慮,多加思量,一旦做出決定,就應該堅定地走下去,切莫瞻前顧後患得患失。就像余世存在《時間之書》的序言里說的那樣:“年輕人,你職責是平整土地,而非焦慮時光。你做三四月的事,在八九月自有答案。”

你只管努力,其他的交給時間。

話有三不說

不說狂話。
知人者智,自知者明。人貴在自知,智慧的人從不說狂話,不會隨意承諾超出自己能力範圍內的事情。
見識少的人,才覺得自己“天下無敵”;見識多的人,往往會謙卑,更懂得人外有人,天外有天。

才大不氣粗,居功不自傲。低調做人,高調做事,才是做人的根本。

不說怨話。
取得成就的人都懂得一個道理:抱怨沒有用,一切靠自己。
遇事不順,多想想辦法。世上無難事,只怕有心人,與其抱怨種種不平,不如定下心神思考解決。
只要胸懷夠大,便可裝下生活中所有酸甜苦辣;眼界夠高,亦能看淡人生里所有風吹雨打。

凡事從自身找原因,多一點主動解決,人生才會更美好。

不說是非。
古語雲:未經他人事,莫論他人非。
很多事情,外人不瞭解內情,只能管中窺豹,根本沒有資格去評頭論足。所以說話一定要有分寸,心里要權衡利弊,避免搖唇鼓舌,招致無謂的爭端。
靜坐常思己過,閒談莫論人非。與其談論他人,不如多反省自己。生活中,不談論是非,不揭人短處,管好自己的嘴,守住自己的心,這才是最高級的修養!

文/民生周刊

人生在世,十有八九不如意,面對坎坷風雨,有人一笑而過,有人怨天尤人。
晚清重臣曾國藩說:“牢騷太甚者,其後必多抑塞。”

抱怨是一種毒藥,在無形之中傷人傷己。

抱怨是一場可怕的自我欺騙
歷史上,曾國藩的六弟曾國華十分有才華,寫作天賦頗高。
曾國藩希望他能考取功名,為國做出貢獻。

曾國華對於自身的才華也是頗為自信,但屢次的失敗讓他的心態跌入谷底,每天喋喋不休地抱怨。
不僅怨考官不識人才,還怨妻子沒有管好自己,甚至怨時運不佳,卻唯獨沒有從自身尋找原因。

曾國藩得知後,甚是生氣,寫信狠狠痛斥了他,並且告訴曾國華抱怨是世上最無用的事。

抱怨是一場可怕的自我欺騙,它只會讓我們把過失和錯誤歸結於別人,不正視自己的錯誤和不足,反而讓自己越陷越深。

遇事只懂得抱怨的人,是不可能出息的。

一代聖人孔子在周遊列國時,四處碰壁,如同喪家之犬。
但他始終未抱怨過,反而堅守自己的理想,修身立德。

《論語》中寫道:“不怨天,不尤人,下學而上達,知我者其天乎!”
若是遭遇挫折就怨恨別人,歸咎於天命,那麼你將永遠無法成長。

要知道與其怨天尤人,不如躬身自省;與其抱怨黑暗,不如提燈前行。

怨恨別人,最終會傷害自己
很久之前,一位女子總是被同一個噩夢糾纏。

一日,一位雲遊四方的大師送給她一把金鑰匙,告訴她今後再做夢,這把鑰匙便可派上用場。

晚上,女子又做了熟悉的夢。
黑暗的房子中關着她討厭的人,她望瞭望手里的金鑰匙,決定不開啓這扇門,繼續懲罰這些人。

很長時間過去了,女子的病越來越嚴重,大師看着她手中的金鑰匙嘆息道:“只有這一次機會了,趁着鎖還未銹死,趕緊開啓。”

這一次,女子終於鼓起勇氣開啓了那扇門,許許多多的人走了出來,最後一個,竟然是她自己。

從此以後,黑房子坍塌,噩夢消失,女子的病也逐漸好了起來。

生活中,我們每個人都可能是故事中的女子,以為禁錮別人就是在懲罰他們。卻不知你的怨恨對別人根本產生不了多大影

響,反而會禁錮自己的心,無限折磨自己。
要知道,計較和怨恨如同一座地牢,越是計較什麼,越是會被什麼困擾;越是怨恨什麼,越是會被什麼禁錮。

怨恨與原諒只在一念之間,若心中裝滿的是怨恨,最終傷害的永遠是自己。

只有原諒別人,才能放過自己
一位作家曾說:“寬容不是一種道德,而是認識,是一種基於對世界、人性深刻認知基礎上的瞭解和體諒。”

人之初,性本善。機遇不同,人生軌迹不同,人心自然不一樣,但無論是善惡對錯,都自有因果。

“二戰”時期,有兩名士兵與部隊失去聯繫,經過長時間的艱難跋涉,兩人的食物早已耗盡,僅剩一點鹿肉。

危急時刻,還遇到了敵人,幸好兩人巧妙躲過。就在兩人以為安全時,年輕的士兵背後中了一槍。

後面的士兵急忙過來查看,萬幸只是輕傷,驚魂未定的兩人痛哭不止。到了第二日,部隊終於找到了他們。

時隔三十年後,受傷的士兵才坦言道:“我知道那槍是我戰友開的,但我也理解,他是為了自己的母親想活下去,戰爭太殘酷了,我沒法不原諒他。”

很多時候,我們看似是原諒別人,其實是放過自己。

真正傷害你的,往往不是事情本身,而是你對事情的看法。有時候,換個角度,換個看法,就是保護他人,保護自己。

學會放下別人的錯,才能解脫自己的心,學會與自己和解,才能發現人世間的無限美好。

原諒,不僅僅是放過自己,更是善良的一種升華。
抱怨,相當於往自己的鞋子里倒水,久而久之只會讓自己越來越難受。

停止抱怨,才能讓生活充滿陽光;停止抱怨,才能讓心靈無限溫暖。
正所謂:“向內尋求於心,向外尋求于道。”

人這一生,最好的生活方式正是遇事不抱怨,時常反省。
因為能治愈你的,永遠都只是你自己。

真正能解救自己的,是一顆不抱怨的心。
來源/國學生活

抱怨別人就是折磨自己



生氣罵人的果報很嚴重,一定要記住!

作者:雲谷禪師

人世間,有一種情緒,叫做生氣,任何人都無法擺脫。
人一旦帶着自己的情緒,就容易失控,言行舉止都會造下惡業。
所以,千萬不要小看生氣的果報,一定要記住!

- 1 - 人越生氣,福氣越少

佛經上說:“世間之疾莫過猛風,怨念之徵復速于彼,一切如來、金剛天等及五通仙不能救護。”
發脾氣叫做火燒功德林,一把怒火把一切福德燒盡。

從前有位學佛的人,苦心修行很多年,但是生活卻依然窮困,甚至妻離子散。他不明白自己潛心修行為何還會這樣,於是跑去問大師。

大師對他說:“那是因為你常常發脾氣,即使佛菩薩有再大的神通,也敵不過你造下的罪業啊!”

這世上,有一種永遠虧本的生意,那就是發脾氣。當你生氣的時候,福氣就遠離了你!

壞脾氣就是心魔,你控制不住它,它便將你吞噬。

脾氣越好,福報越多;脾氣越差,坎坷越多。那些看似心大,有福的人,不過就是能忍。

- 2 - 人越生氣,財運越差

古語雲:一念嗔心起,百萬障門開。
這句話是說只要片刻間生起憤怒和怨恨,那么千千萬萬的罪惡就會滋生出來。
一嗔一地獄,人一旦生氣,不但趕走了財氣,也造下了惡業。

雍正年間,在京城黃金地段開了一家客棧。
客棧開張後每天生意火爆,門庭若市,而應接不暇的老闆服務態度卻越來越差,常和別人生氣,甚至吵架。

一天,前來吃飯的一位客人不小心打碎了一個瓷碗。客棧老闆不但不接受客人的道歉,還不依不饒的要求客人賠償。

自此後,客棧便常被官府找麻煩,因此生意越來越差。最後,客棧老闆只好賣了店面,悻悻而去。

原來,那位打碎瓷碗的客人是朝中某位大臣,客棧老闆不依不饒的態度惹怒了他,因此指示官府暗地破壞了客棧的生意。

所謂“和氣生財”。
如果常常生氣,不僅會趕走自己的福運財氣,也



會招來禍病纏身。
所以,不論是做人,還是做事,都要學會控制脾氣,放下自己心中的怒氣,才能留住財氣。
要知道,你的脾氣里,藏著你的財氣。

- 3 - 罵人最消福祿

俗話說:一言折盡平生福。
禍從口出,罵人最消福祿,如果不及時停止,福祿會越來越少。

從前有位大師,曾在禪修期間,眼前總會出現一只白色的狗。後來,他通過禪觀,意識到這是自己過去業報的呈現。

上一世,他曾罵過別人是狗,結果導致他五百世都淪為做狗。最後一世的時候,他看到一羣人在吃飯,飢餓的他便趁人不注意,跑過去偷吃。

後來被人們發現,活埋了他。恰巧阿難尊者看到了這一切,慈悲的將他超度了。
有句話說的好:一個憤怒的人只會破口大罵,卻看不見任何東西。

人們在氣頭上說的話,往往是口不擇言的,不在意

眼前的後果,更別說因果報應。
萬物皆有佛性,萬事都有因果。千萬不要圖一時的痛快,生怨起怒,因怒結惡,毀掉自己的功德。

- 4 - 人生苦短,世事艱難

生活中,誰都難免會遇到不順心的事情。
而生氣罵人,便成了人們最常見的一種情緒。

卻不知,生氣罵人帶來的果報非常嚴重,不僅離福氣越來越遠,甚至會給自己帶來禍患。

《黃帝內經》中記載:“百病生於氣也。”

愛生氣的人很難健康,更難長壽。
生活中的大部分不愉快,其實都是和自己過不去,我們決定不了別人,但為了自己,為了健康,至少要做到控制自己的情緒。

命是自己的,運是自己的,生活與修行也是自己的。
活著,千萬別生氣,別讓脾氣,阻擋了福氣!請您轉發分享,弘揚傳統文化!
作者:國學生活(ID:gxsh789),國學智慧,美好生活,弘揚中華傳統文化,替往聖繼絕學,為萬世開太平,千萬國學愛好者的聚集地!
來源:國學生活