

华语畅销作品·滋养亿万心灵

人生本**过客**

何必千千结

豁达一生的12味心药

努力生存在红尘中，却能无所谓得失

尽力于世俗里，却懂得释怀恩怨

携一颗宽容淡定、坚强豁达之心

走一路人生

淡看风雨，笑傲红尘

时刻尽享美好，处处感知幸福

韦渡 编著

人生多艰，不如意事常八九，吾人于此当镇定精神，胸中必另有一番境界。

——弘一法师



中国华侨出版社

华语畅销作品·滋养亿万心灵

人生本过客

何必千千结

豁达一生的12味心药

韦渡 编著



图书在版编目(CIP)数据

人生本过客,何必千千结:豁达一生的 12 味心药 /
韦渡编著. —北京:中国华侨出版社,2013.1

ISBN 978-7-5113-3163-2

I. ①人… II. ①韦… III. ①人生哲学-通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第310628 号

人生本过客,何必千千结:豁达一生的 12 味心药

编 著 / 韦 渡

责任编辑 / 筱 雁

责任校对 / 李向荣

经 销 / 新华书店

开 本 / 787×1092 毫米 1/16 开 印张/18 字数/300 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2013 年 3 月第 1 版 2013 年 3 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-3163-2

定 价 / 32.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编:100028

法律顾问:陈鹰律师事务所

编辑部:(010)64443056 64443979

发行部:(010)64443051 传真:(010)64439708

网址:www.oveaschin.com

E-mail:oveaschin@sina.com

前言

Preface

漫漫人生路，匆匆数十载。有人春风得意，豪言不枉此生；有人碌碌无为，叹息时光易逝；有人穷困潦倒，愁言人生惨淡；有人壮志未酬，抱怨人生苦短。苦苦纠缠之人，苦称人生皆苦，大彻大悟之人，笑言人生似梦。其实，人生之路，对于世人，只不过是一段时光的长度而已。而世人，对于人生，也只不过是一位过客而已。

人生本过客。我们从人生经过，把生命中的点点滴滴都镶嵌在人生这个或短或长的画框里。无论我们刻在画框里的图案是七彩斑斓，还是灰暗一片，终究是我们亲自执笔勾画的人生。而我们，这些凡尘中的世人，却总是会苦苦挣扎在某一笔或斑斓或灰暗的笔画里。那些苦苦挣扎的情绪让我们忘了，这一笔无论多么繁华绚烂，也无论多么痛苦挣扎，我们仅仅只是个过客。要知道，这一笔终将成型，而我们所有的不遗余力，所有的费尽心机，也只不过是一场徒劳无功的自我折磨而已。

其实，我们静心想想，即使我们的人生是苦海，我们也不过是浅行的过客，又何必苦苦纠缠，自寻烦恼呢？人生在世，不过百年。那些是非恩怨终究会过去，那些爱恨情仇也终究会化为烟云。功名利禄不过是人生浮华，利益得失到头来终会成空。而最后，我们所能得到的，也不过仅仅是一个过程，

一种情绪而已。所以，凡尘中的我们，莫要在人生的繁华中迷失了自己，莫要为了那些凡尘琐事而纠结痛苦，更莫要太过在意那些恩怨得失。

本书立足于现实生活中的一些小细节，解读了很多的人生大智慧。它会让我们在凡尘种种纠葛之中，看到人生的本质。让我们明白人生对于我们不过是一段长度，而我们在这个有限的长度里，所要做到的，只不过是成为一个最潇洒的过客而已。

要知道，人生本有千千结，潇潇洒洒最快乐。我们在凡尘中行走，痛苦纠葛、欢乐悲喜时时扰乱我们的脚步。睿智的人，千万不要停下你前进的脚步。在人生这个长度里，我们要活出最洒脱的自己。花开花落之时，我们可以豁达面对人生荣辱。云卷云舒之间，我们能坦然应对人生离合。大喜大悲之中，我们可以做到安然若素。

要明白，世间万物皆有因，豁达坦然最风情。我们不能改变人生的长度，我们不能永远停留在人生的某一笔。人生的那些过眼烟云，我们已无从改变，不如一笑而过。而前面的路，我们也无法预料祸福吉凶，不如坦然前行，学会随缘、学会珍惜、学会宽容、学会善待、学会从容、学会放下……

目 录

CONTENTS

第1味 随缘： 花随风，爱随缘

如果，不能美好的把一切留下，那么，好吧，放你自由。也许，会这样悄悄地失去所有，可是，心却在此刻安静如怡。随，随了缘，随了心，随了命运，也是随了人生中最洒脱的一个选择。

缘分，强求不来	2
错过了，就放过	5
错过也是一种美丽	8
转身之后，彼岸就在脚下	11
爱情，是两个人的事	15
我们的爱已经落幕	17
有时候，爱只是个美丽的错误	19



第2味 珍惜： **不懂珍惜的人永远不会幸福**

我们总是喜欢镜中的花，水中的月，因为美好。但当我们伸手，想要抓住时，美好就会碎了。很多人，很多事，很多爱，虽然美好，却难以企及。很多人，很多事，很多爱，不够完美，却触手可及。难以企及的是奢望，触手可及的是幸福，所以，请珍惜这些触手可及的幸福吧！

在一起，就是幸福	26
真正的幸福，触手可及	28
我们本是同根生	32
也许，幸福没有明天	35
谢谢你带走了我一半的悲伤	38
上帝派来照顾你的天使	40
如果爱，请不要等待	43



第3味 淡然： **嫉妒别人的光鲜，阴暗的是自己的心**

淡，是一种很轻的味道，因为轻，所以不会太甜不会太辣。淡然，是一种更轻的人生态度，因为轻，所以，不会太喧闹不会太寂寞。即使过尽人生繁华，依旧能淡淡的笑；即使尝遍人间苦痛，依旧能欣然地转身，微笑前行。

山，总有更高的	48
---------------	----

属于你，幸福才真实	52
自己，是最独特的风景	54
嫉妒，是一味毒药	57
请对虚荣说再见	61
欣赏，美之善念	65



第4味 达观：

问心无愧就好，于世无憾就行

人生的画册里都有一个口子，有的人只看见了这个口子，他们叹息道：“多么可惜啊！有一个口子！”有的人也看见了这个口子，可是他们却笑着说道：“啊，真美啊！有口子的人生真美啊！”要知道，真正美好不是人生，是人心。

有一种善良，寂静无声	70
吃亏与得到比邻而居	72
爱自己，是幸福的前奏	75
君子爱财，取之有道	78
花看半开，酒饮微醉	80
小事随意，大事随风	83



第5味 喜乐： 看花开赏岁月，让忧愁去漂流

如果，花开了一定会凋谢，那就把落红静静地埋葬。如果，风停了，梦就会醒，那就悄悄记住梦的味道。如果，我们已经落了泪，却依旧悲伤，那么，就微笑吧。让悲伤插上翅膀去流浪，让快乐驻扎在空荡的心房。

再见了，悲伤	88
唤回失落的童心	90
快乐根植于单纯	93
快乐，因心而生	96
不要怕，让一切由他去吧	99
只有一个柠檬，那就做杯柠檬水吧	102



第6味 安然： 学会向生命的每一个方向微笑

日升月落，我们留不住那片残阳，就去迎接那份月光的朦胧。花开花败，我们画不出那样的繁花似锦，就去勾勒另一种落英缤纷。如果，我们只不过是人生的匆匆过客，那么请赐予我一份安然，让我面朝大海，春暖花开。

那灿烂一笑的风情	108
慵懒也是一种情调	110
等待，是因为期待花开	113

低下头，美丽就会一目了然	115
寂寞绽放出最美的花朵	118
宠辱不惊，才能看尽繁花之美	120
名利本是镜中花	123
忙里偷闲的快乐	126



第7味 惜年： 往事悠悠何处说，水月一梦尽繁华

时光，静静地流淌，从指间滑落。我想让它停下来，它却跑得更快了。我赶紧追上去，想抓住它，可是它却跑得更远了。我们留不住时光，留不住年华，除了好好珍惜它，我们还能做些什么呢？

最好的是下一个	130
时间，别走.....	132
活着，就是幸福	136
此刻，是最珍贵的礼物	139
错过了太阳，还有星星	141
当爱已成往事	144



第8味 宽怀： 笑看荣辱沉浮，静观对错得失

如果仇恨，只为了痛苦，为什么不宽恕？如果生气，只会更难过，为什么不原谅？如果，执著只会越陷越深，为什么不放开？如果每颗心都有一个最温暖的领地，那么它一定会在宽容的地方。如果，你到了那个地方，你的心便会如同一朵盛开的莲，美丽而静好。

因为宽容，所以慈悲	150
不生气就是幸福	153
亲爱的我啊，请你不要哭	157
吵架，我不会	159
错了，就一笑而过	163
退一步，海阔天空	166
余地，留给你和我	169



第9味 放下： 岁岁枝头杨柳青，不问人间沉浮心

我们紧紧握住手里的沙，沙慢慢地漏掉，我们把沙放在沙地里，沙越来越多。很多时候，最美的一个动作不是拿起来，而是放下。沙本来就属于沙地，握在我们手里，握的越紧，失去的越多。当我们坦然放下时，沙找到自己的归属，我们也会看到属于自己的领地。

把不需要的都扔掉	174
----------------	-----

太重了，就放下	177
摔倒，是为了下一步走得更好	180
心无欲念，人才静美	183
遗憾一直都在	185
放低自己，是一种修养	187
放弃，剪辑出最美人生	192



第10味 从容： 花自从容开，人间有正道

佛曰“人生于尘土，必归于尘土。”凡尘中的人们，之于宇宙，不过是沧海一粟。渺小的我们，不能度量出人生的长度，更不能随意改变自己的人生。我们所能做到的只是拿出一种气度，一种从容前行的气度，行到水穷处，坐看云起时。

顺其自然是一种智慧	196
担惊受怕，不如听之任之	199
做一回心淡恬静的“素心人”	201
别在鲜花和掌声中“倒下”	205
跟着蜗牛去散步	208
不要太把自己当回事	210
现在，请暂停五分钟	213
彩虹，出现在风雨之后	216
平凡，却不平庸	219



第11味 度己：

生活已经够累，何苦为难自己

人生，有时候只是一个淘气的孩子。如果它难为了你，你千万不要难为自己。你要微笑着牵起它的小手，给它宽容，给它淡然，给它从容。当你能够坦然面对它的各种为难时，你要相信，人生前方的路，即使险恶，也会繁花丛生。

没人注意我，真好	224
想哭，就大哭一场	227
放弃够不到的苹果	230
另一个角度的你，精彩极了	232
会休息的人，才会工作	234
不一定要做强者	238
要有“不计较”的雅量	241
倾诉，是对灵魂的释放	244



第12味 接受：

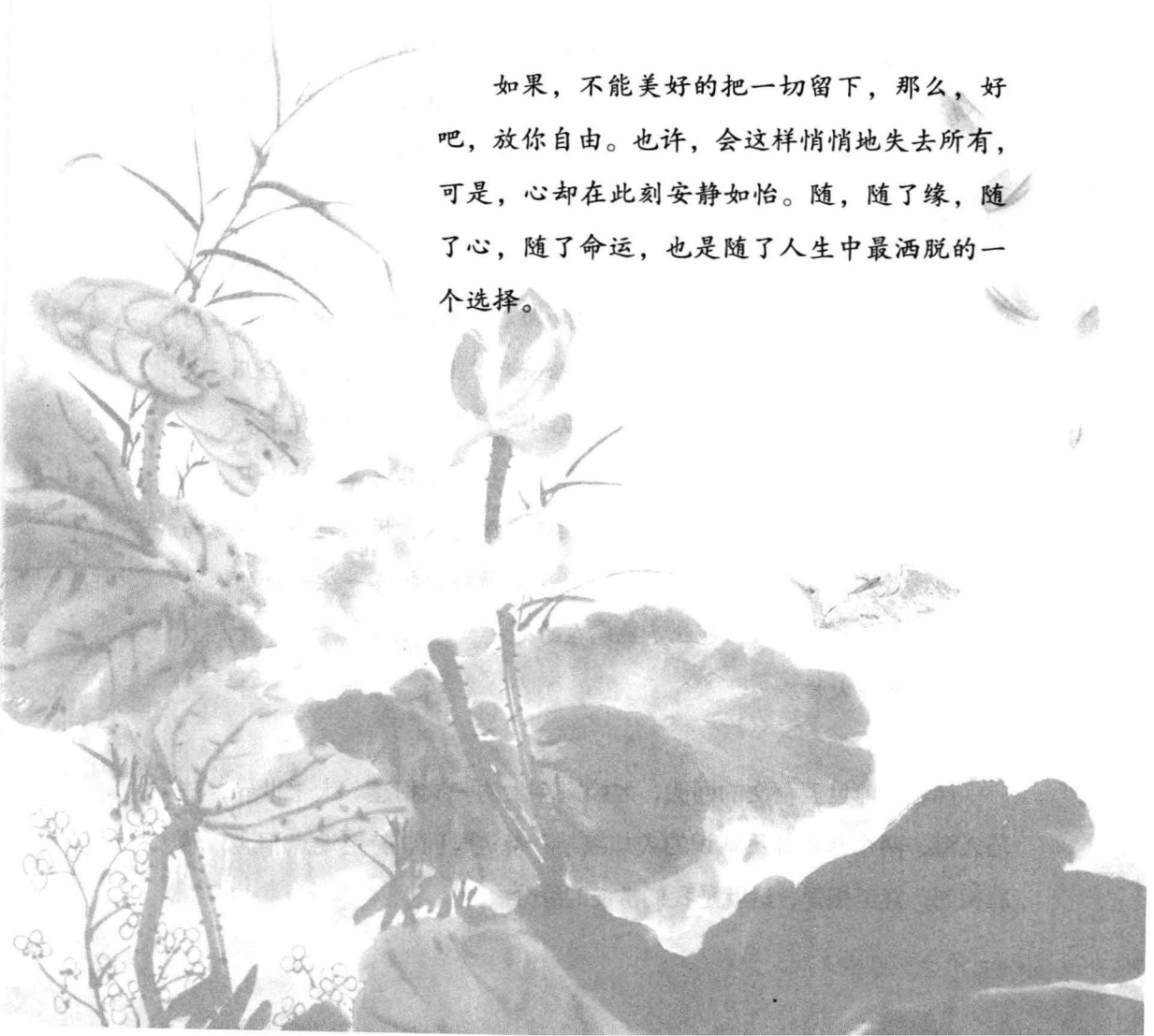
事不要求全，人要能看破

人生给你苦痛，你说：“不要！”人生给你贫穷，你说：“不要！”人生给你悲伤，你说：“不要！”人生叹息道：“亲爱的人们啊，如果都不要的话，那么快乐、富有、幸福也就随之消失了。”很多时候，如果我们不能学会接受，那么我们不仅不会得到，还会失去的更多。

完美，只是一个神话	248
欠一点，才会留恋	251
快乐就跟在你后面	255
不公平才是公平	257
让我告诉你，我并不完美	261
先认识你自己	264
不要太把人生当回事	268



第1味 | 随缘：花随风，爱随缘



如果，不能美好的把一切留下，那么，好吧，放你自由。也许，会这样悄悄地失去所有，可是，心却在此刻安静如怡。随，随了缘，随了心，随了命运，也是随了人生中最洒脱的一个选择。



缘分，强求不来

从前，有个书生在进京赶考前与他的未婚妻约好，等他回来后他们就立马结婚。

几个月过去了，当书生从京城赶考回来时，他的未婚妻已经嫁给了别人。书生很受打击，心里难过极了，从此就一病不起。一天，来了一位僧人，他说自己可以治好书生的病，书生就让那个僧人进了家门。

这位僧人没有给书生把脉、开药方，而是从自己怀中拿出一面镜子给他看。只见镜中出现一片茫茫大海，有一名女子一丝不挂地躺在海滩上，旁边路过了许多人，但是这些人都只是匆匆看一眼，就连忙走开了。这时路过一个人，他将自己的衣服脱下来，给女尸盖上后走开了。一会儿，又经过一个人，他走过去挖了一个坑，然后小心翼翼地将尸体掩埋了。

书生十分惊愕，那僧人却对书生解释道：“那具海滩上的女尸，就是你未婚妻的前世，你是那个路过给她盖衣服的人，因此她今生有缘与你相恋，只是为了还你一个人情。但是，她最终要报答一生一世的人是前世那个将她掩埋的人，也就是她现在的丈夫。

书生随即大悟。

佛说：前世五百次的回头，才换来今生的一次相逢。大千世界，茫茫人海，两个原本并不认识的人却在某一特定时间、特定地点相遇，然后相知，直至相爱，这就是我们常说的缘分。

正所谓有缘千里来相会，无缘对面不相识。是缘分让我们走到了一起，也是缘分让我们避开了不该认识的人。在看了这个故事，我们也许多少会感到一些释然。的确，有些东西注定是不属于你的，那又何必要苦苦与命运去抗争呢？人与人之间能够相遇相知，直至相爱，是一种必然，也是一种偶然。冥冥之中，总会有一个人在下一个未知的地方等待着你，而你也会在某个时间来到这个地方，同他（她）相遇、牵手。一切顺理成章，一切浑然天成，因为这就是缘分。

缘分这东西是很奇妙，也很让人难以琢磨的，当我们并不在意时，它已经悄然来到身边，拉开了我们感情生活的帷幕。其实，如果缘分真的来到了，那无论怎样都不会改变结果，可若缘分不足，再怎么努力也将是徒劳。

有一个年轻女孩从二十多层高的楼上跳下身亡。她和一个男人恋爱5年，结婚3年。男人比女孩要小3岁，当初那女孩省吃俭用，花光了自己所有的积蓄供男人读书，然后一直等到他毕业参加工作。可当女孩憧憬着要和这个男人生个可爱的小孩再幸福地过完这一辈子时，男人却突然对她说，自己爱上了别的女人，想要离婚。在多次想要挽回这段婚姻可都没有结果的情况下，女孩走上了不归路。

为了一段不完美的感情，一个不忠诚的丈夫，一个卑劣的第三者，这个不到30岁的女孩就这样轻易放弃了自己理应灿烂的生命。

为了这样一份爱情、为了这样的一个人，值得吗？在生活中，我们总能听说一个人省吃俭用供养另一个人，另一个人却移情别恋，无情地抛弃了深爱他、为他历尽千辛万苦的那一个人。人们指责花心的人，除此之外再别无他法，爱情毕竟是两个人的事，旁人的指责又有什么用呢？