

一切都是最好的安排

你失去的只是无知

把生命的无常变成奇迹

加措  <著>

无常，就是无限的可能性，
人生没有好坏，珍惜当下，一切都是最好的安排

 国际文化出版公司

ZTC
紫图

一切都是 最好的安排



你失去的只是无知

把生命的无常变成奇迹

加措  <著>

国际文化出版公司

·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

一切都是最好的安排 . 2, 把生命的无常变成奇迹 / 加措著 .

-- 北京 : 国际文化出版公司, 2016.9

ISBN 978-7-5125-0885-9

I . ①—… II . ①加… III . ①随笔—作品集—中国—


当代 IV . ① I267.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 228582 号

一切都是最好的安排 2

作 者 加 措

责任编辑 赵 辉

装帧设计 紫图图书 

出版发行 国际文化出版公司

经 销 北京紫图图书有限公司

印 刷 北京嘉业印刷厂

开 本 710 毫米 × 1000 毫米 / 16 开

印 张 16.5 印张

字 数 157 千

版 次 2016 年 11 月第 1 版

2016 年 11 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5125-0885-9

定 价 45.00 元

国际文化出版公司

北京朝阳区东土城路乙 9 号 / 邮编: 100013

总编室: (010) 64271551 / 传真: (010) 64271578

销售热线: (010) 64271187

传真: (010) 64271187-800

E-mail : icpc@95777.sina.net

昨天是历史，明天是未知，今天是恩赐

你失去的只是无知



序

神奇咒语 开启心灵宝藏的

“一切都是最好的安排”这句话出自我曾出版的一本书。自从这本书问世后，不可思议地获得了广大读者的喜爱和力量，感恩多方的支持与准备，如今第二部也将集结出版，我诚挚希望它能给每一位读者带来心灵神奇的加持和力量。

如今在越来越追求物质和科技生活的时代，大多数人缺少了对自身灵魂的关注，以致灵魂是空虚孤独的，这种负面情绪仿佛是一种强有力的传染疾病。生活的进步也并没有带来实质性的幸福，反而越来越多的人感到不快乐，忧伤的泪水越来越多，内心充满了焦虑与不安，由此可见，物质对心灵的改善非常有限。我们非常需要把心中本具的喜悦和自在开发出来。

2500年前，佛陀开示给了人们很多极具加持的神奇咒语。在西藏，当人们有了苦难和烦恼，或想为了自己和他人获得幸福与内心的宁静时，会念诵观音心咒，又或有了压力和困难及想要祈福时，会念诵莲花生大士心咒。我们会念各种咒语，像在《心经》中“揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提娑婆诃”这样能除一切苦的咒语。它像看不见的氧气般真实存在，也像触摸不到的安全感时刻萦绕心间，只要忆念它，它的力量就无所不在。它像珍贵的如意宝，满足人们所有的愿望。所以我非常希望，这些极具神奇的咒语能够延续下来，让佛法的智慧精华凝聚成一个对任何人都具影响力、断除痛苦的神奇语。

“一切都是最好的安排”就是这么一个能化解和消除痛苦的有效咒语。这源自于我对《楞严经》中所说“若能转物，则同如来”中所获得的启发。如果一个人无论遇到顺境还是逆境，都能转变成对自己有帮助的境界，无论遇到善缘还是逆缘，都能使之转为好缘，从佛法来讲，这个人一定会有成就。从世间生活来说，如果一个人能在不如意时，以积极的心态面对，从中获得领悟与成长，那么，不论是他的当下还是未来一定都会更加美好。

《一切都是最好的安排》这本书问世后，对很多人都起到了极大的作用。从人们的微博、微信等社交网站的个人签名，再到很多

人互相之间所寄予的祝福，很多都变成了这样一个神奇的咒语。

这个咒语，让人们的内心不再纠结，不再执着，也不再追究烦恼的根本，而是学会了活在当下。这是世间富有经久能量的一句话，希望您能常常持有。“一切都是最好的安排”，不仅是答案，也是祝福与祈祷，更是一种最清净的真相，我祈愿它像温暖的光芒，驱散您心中的阴霾。

我深信，每一个人都有机会获得真正的喜乐，因为，一切都是最好的安排，它也是开启我们心灵无尽宝藏的神奇咒语之匙。

加措

2016年10月

目 录



第一章

幸运一直都在

一切都是最好的安排 / 002

逃避苦难的考验，结果是更大的苦难 / 004

黎明前的天空总是最黑的 / 006

有人说真心不变，其实不然 / 010

生命为什么痛苦不断——因为不知无常为常 / 012

如何才能苦尽甘来 / 015

我们只能经历，无法拥有 / 017

珍惜借来的一切 / 019

人生任何时候重新开始，都不嫌迟 / 021



第二章

不完美，才美——烦恼即菩提

接受自己的不完美当下，你就见到了繁星 / 026

- 河流入海，不会一直是笔直的 / 030
- “黑有什么可怕，天黑好赶路” / 032
- 这不是一个强求的世界 / 034
- 幸福一直都在 / 036
- 人之所以活得累，一是因为太认真，二是因为太想要 / 039
- “可以在水里游泳，但不要妄想自己是一条鱼” / 041
- 抱怨多了，愁的是自己；惆怅多了，苦的还是自己 / 043
- 要转化困境，首先得转化心态 / 045
- 人犯错误，大多是该用真情时太过动脑筋 / 048
- 人生三件事—自己的事，别人的事，老天爷的事 / 050



第三章

人生，要学会为自己留后路

- 做人不要做得太绝，做事不要穷追不舍 / 054
- 要成就多大的伟业，就要有与之相匹配的耐心 / 055
- 超过自己承受范围的欲望，只会让自己陷入痛苦的深涯 / 057
- 得“寸”，不要进“尺” / 059
- 任何得到，都是以放弃为代价的 / 061
- “斧子为什么伤及不到天空呢” / 064
- 善良是善良者的生路 / 066

- 谨念、谨言、慎行——不做让将来后悔的事 / 068
- 目中有人，才有路可走 / 070
- 吃亏的人，终究吃不了亏 / 074
- 我们的心像一个花园，种什么就得什么 / 076
- 爱，最终会循环到自己身上 / 078
- 假如你想要一件东西，就放它走 / 080
- 盲人打灯笼，照亮自己也照亮他人 / 082
- 宽恕并不是忘记，而是放过自己 / 084
- 真正的穷是吝啬 / 086
- 生气，就像自己喝毒药却指望别人痛苦 / 088
- 渴望被人欣赏，却往往忽略了欣赏别人 / 092
- 无论你遇见谁，都是生命里的贵客 / 094
- 如果你能给别人台阶，自己也有台阶 / 096
- 人与人之间的许多冲突，都来自于对彼此动机的误解 / 100
- 经得起风雨，更要经得起平淡 / 104
- 抱怨、挑剔别人，最后都会折回自己 / 106



第四章

把生命的无常变成奇迹

一切皆有可能 / 110

- 人都是被逼出来的 / 112
- 面对不如意，先要勇敢直面 / 114
- 谁能预测此生的得失荣辱 / 116
- 我们走过的每一条路，其实都是必经之路 / 118
- 我们通常会成为自己相信的那种人 / 120
- 思在未来，行在当下 / 123
- 好品性是将任何事做得长远的重要助缘 / 126
- 上天不会让你背负你承受不了的苦难 / 130
- “为了玫瑰，也要给刺浇水” / 132
- 当世界上所有人都在努力奔跑时，记得要缓慢行走 / 134



第五章

生命，应该失去的是无知

- “我没有得到任何东西，我只是失去了我的无知” / 138
- 伤害你的，其实是对事情的看法 / 141
- 原谅他人，即是善待自己 / 143
- 为什么我们常常活在美丽的假象中 / 145
- 不要做念头的奴隶 / 147
- 痛了，自然就会放下 / 150
- 转念就能转运 / 152

- 一切悲喜，皆由心生 / 154
- “心中有事世间小，心中无事一床宽” / 156
- 倒掉内心的贪嗔痴，才有办法装甘露 / 158
- 心量多大，成就就有多大 / 160
- 不要习惯了得到，便忘记了感恩 / 162
- 不要背着昨天追赶明天，会累坏每一个当下 / 163
- 弱者等待条件，强者创造条件 / 165
- 不要执着于常识 / 167
- 找得到方向，就一定找得到路 / 169
- 人生的缺憾，往往来自错误的见地 / 171



第六章

善恶即在心念间

- 人生虽然如戏，也要演好自己 / 174
- 与其埋怨世界，不如改变自己 / 176
- 人的幸福与苦恼全由自己的观念造成 / 179
- 越是看重的，越是得不到 / 182
- 方向错了，当然越努力越失意 / 185
- 控制情绪，从点滴开始 / 187
- 人为什么“喜爱的放不下，不喜爱的也放不下” / 191

放下过度的期望，便没有失望 / 193

一些得到，不一定会长久；一些失去，未必不会再拥有 / 195

心重的人往往活得很苦 / 198

善与恶，其实只在一念之间 / 200



第七章

什么是人间

我们总以为世间最珍贵的是“得不到”和“已失去” / 206

“昨天是历史，明天是未知，今天是恩赐” / 210

改变容貌的不是岁月，而是心情 / 215

每一个人都有与众不同的芳香 / 217

学会感恩，才能获得命运的强劲回馈 / 220

如果能常常想着别人对自己的好，我们就是幸福的人 / 222

只有惜缘，才能续缘 / 224

要原谅生活中的不完美 / 226

人与人的距离，只存在于人心，而不在路途遥远 / 228

总是低头赶路，人生必然残缺 / 230

有些梦想，并不是人生的动力 / 232

万事万物都是我们的老师 / 234

不要对最熟悉的人和事物熟视无睹 / 237



第八章

终归是初心

打扫欲望的垃圾——念念淡忘，念念欢喜 / 240

“杂念愈多，人的需氧量就愈多” / 242

平常心的人生无处不是坦途 / 244

真正的机会，最初都是朴素的 / 246

得意和痛苦时，都要给自己留点空白 / 248

一段路走了很久，依然看不到希望，那就改变方向 / 250

现在所做的，就是一生中最重要的事 / 252

月亮比太阳低一等吗 / 254

发自己的光就好，不要吹灭别人的灯 / 256

在寂静中，听见智慧之音 / 258

我们只有一个今天 / 260



第一章

幸运一直都在



最好的安排 一切都是



我遇到过很多人，他们有着很好的事业，优越的物质生活等等，但是内心却并不快乐，人们的内心日益浮躁。然而我们的心本具光明，无论它被多少尘埃覆盖，都丝毫不影响它本有的清澈光芒。面对总是不快乐的情绪，我们需要在心灵上做出彻底的改变。而“一切都是最好的安排”就是这样一个美妙且极具神秘力量的开始。

我们很容易发现许多显而易见的痛苦，比如生病衰老，情感生变，金钱不能永保，权力终会失去等等。然而佛陀所告诉我们最为重要的，就是只要改变就是苦，它，也被称作无常。我们这个世界没有一事物不是因与缘的结合，它们始终都在变化，没有一样是常住不变的。

当我们无法避免因缘的结合与变换无法避免无常时，所能做的就是探索如何转换它。我们的修行就是珍惜每个无常带

来的启示与教导，通过对无常的修持，转化和康复的过程便开始了，它让我们生起真实的出离心，彻底转化“一切是常”的执着，从而把充满缺憾的人生转变为究竟圆满的人生。

正如山间流动的浮云，雪山上缓缓而过的清冽之水，没有任何情绪和经历过不去。“一切都是最好的安排”这句话它既是开启我们心灵宝藏极具祝福与祈祷的神奇咒语，同时它也是能够时刻陪伴我们的强大力量。对我们来说，一开始它或许只是自我安慰，但是如果我们经常用心把这句话告诉自己告诉他人时，这种力量就会像一朵美丽的莲花在心间慢慢绽放。

当我们处于痛苦与挫折时，勇敢地面对，在逆境中成长，因为一切都是最好的安排。

当我们感到快乐与幸福时，珍惜当下，感恩过往的历练，因为一切都是最好的安排。

愿我们的世界越来越充满慈悲，每个人都能开启心中本具的智慧与光明。在“一切都是最好的安排”无尽的力量下，我们所有的经历都将成为美妙心莲的绝佳滋养，充满了自在，充满了喜乐。

无论是绵延着壮丽雪山的喜马拉雅流域、佛境西藏，还是应有尽有、千万家庭所驻息的繁华都市，在轮回这场如幻的梦中之舞中，“一切都是最好的安排”，它将陪伴我们直到一切烦恼消融。

那么，让我们在这场最好的安排下，快乐启程吧。