

让心成为 一片海

宽心之理 | 静心之道 | 修心之法

潇潇风雨◎著



宽宽的世界，宽宽的心

世界上最宽广的是海洋，比海洋更浩瀚的是人的胸怀。

增加生命宽度和亮度的心灵修行课

让你在繁华世界风来不惊，雨来不恼；不怒不怨，不惊不扰。

中国华侨出版社

让心成为 一片海

潇潇风雨◎著



中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

让心成为一片海 / 潇潇风雨著. —北京: 中国华侨出版社,
2014.7

ISBN 978-7-5113-4721-3

I. ①让… II. ①潇… 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(2014)第116478 号

让心成为一片海

著 者 / 潇潇风雨

责任编辑 / 严晓慧

责任校对 / 孙 丽

经 销 / 新华书店

开 本 / 787 毫米×1092 毫米 1/16 印张/17 字数/250 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2014 年 9 月第 1 版 2014 年 9 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-4721-3

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

每个人的心灵，都是一片广阔的海域。古人云：海纳百川，有容乃大。若想活得轻松，就要练就一个宽广的胸怀。遇上大喜大悲，泰然处之，不为喜所动，不为悲所伤，以平和的心态从容面对。任它花开花落、云卷云舒，心自不受干扰，不为所动，不以物喜，不以物愁。凡事看得开，想得开，豁达大度，包容万物。

人心如海，它有强大的包容性，容万物于一体，随影潜行；载万物如舟，泅渡彼岸。即便无法融为一体，也能暂时共生共存。世上没有绝对的绝缘体，只有相互妥协后的统一战线，共生以致共赢。

人与人相处，最重要的是包容。学会放下一些个人感受，是另外一种幸福。人都会有情绪，学着理解，试着迁就，成就洒脱。

要学会体谅他人，修炼包容大度的胸襟，其实对与错没有绝对的标准，就看你心灵的境界有多宽广；要学会简单，你的心简单了，世界也就不会太复杂。

花开无语，芳华烁烁；花落无言，余香阵阵。人生亦如这无言的花开花落，绽放，凋零，一切都将在岁月中老去，重归于尘，重归于土。行走在这纷繁喧嚣的世间，虽然做不到看破红尘、无悲无喜得失两忘，也要将心修炼成为一片海，泰然面对日出日落，月缺月圆，活出自己的美好人生。

心放宽了，一切都会璀璨夺目；心放平了，一切都会风平浪静；心放正了，一切都会一帆风顺；心放下了，快乐与幸福也就随之而来。让我们的心成为一片海，放宽，放平，放正，放下，找到幸福的密码。



目
录
CONTENTS

第一辑

容人容己，心是一片宽阔的海域

第1章 心有多大，舞台就有多大

切勿陶醉于花开之时 003

拂开过眼云烟 007

身被困，心自在飞 010

打开心胸，解冻冰封的心 013

第2章 心若放宽，时时都是晴天

跟随幸福的脚步 015

包容心中的沙粒 020

心宽似海，容纳百川 023

虚怀若谷，心系天下 027

第3章 心若计较，处处都有怨言

让气度升华为心胸	029
释怀自己的失意	032
寻找心灵的净土	035
心宽而不骄	038

第4章 虚怀若谷，他日绚烂绽放

戒骄戒躁，中庸之道	040
谦虚为人，恬淡生活	042
如梦繁花，终会凋谢	043
莫被阳光灼伤眼	047

第5章 风雨过后，有最美的晴空

绝处也能逢生	051
心态乐观，生活才会乐观	054
幸福也需要比较	058
夜色越黑暗，星星就越明亮	061

第二辑

静心静气，心是一片平静的海

第6章 你不能改变容貌，但你可以展现笑容

为心灵寻找一片港湾 069

走好自己脚下的路 072

快乐在自己的心里 074

心宽容，自平和 077

第7章 你不能左右天气，但你可以改变心情

用心感受生活的美好 081

心如止水，看淡得失 084

苦尽自有甘来 088

阴霾散开，阳光自来 091

第8章 你不能预知明天，但你拥有今天

停下脚步，享受生活	094
磨砺心中的那粒沙	096
心静自然凉	099
不必苛求尽善尽美	102

第9章 你不能控制他人，但你可以掌握自己

冲动是魔鬼，要冷静	106
赶走冲动的心魔	109
急事不急，凡事冷静	113
柔能克刚，以静制动	116

第10章 你不能样样顺利，但你可以事事尽力

敞开心灵的窗户	121
带着快乐去旅行	125
放开昨日，拥抱明天	127
心远地自偏	131

第三辑

淡定淡然，心是一片淡定的海

第 11 章 心不乱，则名不争，誉不取

淡定做人，淡然做事 137

少一分计较，多一分淡然 141

让心淡如海 144

第 12 章 心不乱，则欲不求，利不贪

快乐，是一种生活态度 147

淡然者，对邪财不取 151

让心灵在宁静中自由驰骋 154

清心寡欲，保留本性的淳朴 157

第 13 章 心不乱，则挫不恼，折不惧

心中藏着一片清凉	161
随遇而安，随缘随喜	165
将失败垫在脚下	168
上帝打开的那扇窗	171

第 14 章 心不乱，则胜不骄，败不馁

弱水三千，只取一瓢饮	175
看淡竞争，不计较输赢	177
心若在，梦就在	182
失败并非终结	186

第 15 章 心不乱，则得不喜，失不悲

得失之间，淡定才是美	190
一念地狱，一念天堂	194
不要为了打翻的牛奶哭泣	197
用微笑面对生活	200

第四辑

乐山乐水，心是一片智慧的海

第16章 人之相交，交于情

留一点距离，保全一份美丽 207

结怨莫如结缘 210

守护好信任的玻璃花 213

第17章 人之相容，容于量

敞开胸襟，与人为善 218

别用自己的标准要求别人 222

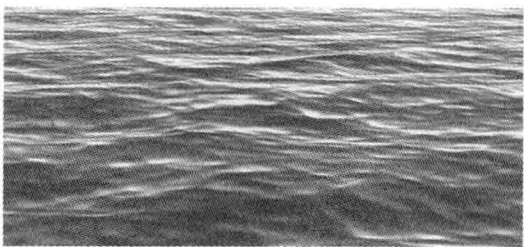
责人以宽人为本 226

宽容别人，于人于己两自在 229



第一辑

容人容己，心是一片宽阔的海域



心放宽，一切都会璀璨夺目。能容得下
风云变幻，才能装得下波澜壮阔。

第1章 / 心有多大，舞台就有多大

每个人的心灵都是一片水域。有的人心胸狭窄，所以常常会因为严寒而冰封；有些人的心胸宽如大海，自然能够抵御风浪的侵袭，让心之海域始终畅通无阻。

切勿陶醉于花开之时

人们往往会被眼前的景象所迷惑，陶醉于眼前，或者纠结于当下，无法设想未来。确实，走好每一步才能走得更稳、更远，但是同样也很有可能被眼前所迷惑，从此止步不前。只有看得长远一些，才能放开现在，走向未来。

很多人对于眼前所及的一切都过于执着，这也是一部分人感觉不幸福的原因。只知道把握眼前，不知道设计以后，最终只能让自己在原地打转。现在，总有一天是要成为过去的，放下过去才能前进，所以，对当前的一切也要学会放开。有的人难以放开眼前的一切，就是因为想得不够深远。如果想到自己的未来，那么现下眼前的一切也就自然成为过去了。

世界首富比尔·盖茨可以说是一个传奇式的人物，他是微软的创始人，他的创业故事广为人知。伟人走的往往不是康庄大道，而是常人所不选的独

木桥，他们考虑的不只是眼前问题，他们会看得更远。

比尔·盖茨于 1955 年出生于美国华盛顿州西雅图的一个家庭，他有着良好的家境，父亲是当地有名的律师，母亲是银行系统的董事，外祖父曾经担任国家银行的行长。但是他并不是一个不谙世事、四处惹事的花花公子。相反，他深谋远虑，为自己的将来作着打算。他在 13 岁的时候就开始设计电脑程序。17 岁的时候，就成功地卖掉了他的第一个电脑编程作品，也由此获得了他的第一桶金。

比尔·盖茨非常聪明，在大学入学的考试中，他的成绩离满分只有 10 分之差。入学后，他从来不为自己的成绩自满，虽然他是一个极度自信的人，他甚至向导师扬言，自己要在 30 岁的时候成为百万富翁，然而事实是，他在 31 岁的时候成为了亿万富翁，这不但是他人想不到的，也是他自己不曾想到的。

虽然比尔·盖茨接受了世界上很多学子都向往的哈佛教育，但他并没有陶醉于眼前的成绩。令人想不到的是，他在离当时人们眼中的成功仅有一步之遥的地方停了下来，他没有完成他的学业，而是选择离开学校，接受社会的磨砺。后来因为一个偶然的机会他做了中间商，他将朋友开发的编程买下后转让给了 IBM 公司，也是由此开始了他的创业里程。最终他成立了微软公司，成为了世界首富，完成了他的梦想。

哈佛大学，世界上顶级的大学，有多少人可望而不可即？他有幸能够接受那里的教育，却并未满足于此，而是毅然决然地放弃了眼前的一切，重新开始。之所以放下眼前的一切，并非他有勇无谋，而是他要在 30 岁时成为百

万富翁，所以他要按照自己的规划走好每一步，而不是只注意应对眼前的一切。

虽然哈佛学子的光环异常璀璨，但是世界首富却只有一个。当人们看到他现在的成绩，就不会再质疑他曾经的决定。释迦牟尼也曾是一个王子，但是他却没有陶醉于眼前的一切，他思考得更为深远，他想到了人生，于是放弃了荣耀，选择修禅，最终成为了佛教的创始人。荣耀令人难舍，但可笑的是，人们有时竟然放不开当下的困境。

力拔山兮气盖世的西楚霸王项羽，最终竟落得个自刎乌江边的下场，这样的结果令很多崇拜他的人惋惜。明明那只是一时的困境而已，明明他还有东山再起的机会……然而他却轻易地放弃了自己的生命，只因形势严峻，只因四面楚歌。

与汉军一战，让项羽丧失了希望，率领麾下的几百名壮士突围成为了他最后的勇气。虽然汉军紧追不舍，但是他仍然以一敌众，突出重围。渡过乌江边就意味着脱离了险境，他明明可以先委身于江东，在那里称王，伺机东山再起。但是这位霸王、这位英雄，却自己放弃了自己的性命，只因他对眼下困境的和绝望。

项羽虽然骁勇善战、屡战屡胜，却不能作深远的考虑和打算，这也就是他最终输给了刘邦的原因。虽然他是英雄，是霸王，但不能成为最终的赢家。反观刘邦，在与项羽的争斗当中他一直处于劣势，但他从未纠结于眼前的形势，而是考虑着自己光辉的未来。虽然他曾被楚军逼得狼狈脱逃，但他并没有因为眼前局势而绝望。

刘邦也曾经历了和项羽一样粮草紧缺的时刻，但是他却仍然能高瞻远瞩，