



佛教专栏

欢喜心

颜尊严 ■ 本期特约

这世间的一切，真是奇妙。当您怀着一颗不平、不净的嗔恨心到人群去，每一样事物，看了都要令人气馁、不安与烦躁；周遭的人仿佛都是不怀好意、面目可憎；路上的塞车吵杂烦



人、天气闷热恼人、摆在面前的食物即使是山珍海味也无法令人垂涎。。。

然而，如果您能调整一下心情，以一颗欢喜心去接事待物，每一样事物立刻要变得崭新美妙：花朵是芬芳美丽、孩子是活泼可爱、小鸟的歌声是清脆动听、迎面而来的风清亮爽快。。。总之，处处都充满了生机与喜悦。



假如有选择的话，我相信每一个人都希望和幸福、快乐的人做朋友。没有人愿意和愤怒、抱怨与不满的人为伍。您可曾发觉，当我们落难的时候，觉得自己的处境很糟糕、很不安，朋友们却个个退避三舍？因为，我们脸上所展露出的表情：沮丧、痛苦、不满、愤怒与失落，直接与间接的要把朋友们吓走！大家都怕惹祸上身！然而，当我们觉得自己很快乐、很幸福，脸上常挂着喜欢与幸福的笑脸，周遭的人顿然要受到感染，感受到欢乐与喜悦的气氛。

对，只要能时时刻刻保持一颗欢喜心去接事待物，别人会更喜欢与您相处，这样就能广结善缘。您的人生际遇也会立刻截然不同，工作上即使有困难，同事们愿意帮忙，生活上遭遇不测，朋友们会义

為誰為

日常生活中，有不少的证据显示，心常生喜欢的人，往往会有较高的成就，较好的人际关系与良好的生活素质。这主要是因为欢喜心能唤醒热忱、带来创造，使逆境出现转机。从另一方面来说，一个不快乐的人，经常给自己带来压力，阻碍了成功。由於不容

不容辞给予援助。这样的生活与工作，轻松、自在且充满活力。

易共事，所以经常把精力与时间耗费在无谓的争执和人事问题上。



心不能常生欢喜，吃亏的是自己。一个妒忌心很强的人，随时随地都能找出妒忌他人的理由。一个爱吹毛求疵的人，不管您把工作做得多完善，总会让他找出不满意的地方，这些人只能看到他人的弱点。唯有心存欢喜的人，才有能力看到他人的长处与优点，和

乐共处并且虚心向对方学习。

以欢喜心去赞叹他人的成就，是一件很有意义的事，您绝不会因此而矮了一截或失去优势。相反的，您将处处受到欢迎与爱戴；带着欢喜与敬意的口吻去赞叹别人，岂不是比较轻松和容易吗？

阿弥陀佛！

颜尊严

[马佛总资讯网](#) 08-07-2004