

凡事从自己的身上找原因

世间无难事，庸人自扰之。

我们之所以会活得这么累，是因为心里装了太多无关紧要却又极其伤身的人和事。

生活中，难免有很多不尽如人意的事情，总会有很多后悔和遗憾，当我们非常失落，又无处宣泄时，很多人便开始“怨天尤人”。

怨老天爷不开眼，怨他人没有为自己做什么，却不能冷静下来，反省一下自己，这不仅是一种悲哀，也是一种愚蠢。

在遇到问题的时候，我们的第一反应是什么呢？我们是把责任推卸给环境和别人，还是首先想到的是自己的责任？

有个太太多年来不断抱怨对面的太太很懒惰，“那个女人的衣服永远洗不干净，看，她晾在外院子里的衣服，总是有斑点，我真的不知道，她怎么连洗衣服都洗成那个样子……”

直到有一天，有个明察秋毫的朋友到她家，才发现不是对面的太太衣服洗不干净。细心的朋友拿了一块抹布，把这个太太的窗户上的灰渍抹掉，说：“看，这不就干净了吗？”

原来，是自己家的窗户脏了。

《孟子》云：“行有不得，反求诸己。”事情做不成功，遇到了挫折和困难，或者人际关系处得不好，不要怨天尤人，而要反躬自省，一切从自己身上找原因。

一切从自己的身上找原因，是一种内心的自省，是要让自己活得更真实些，让高贵的人获得本应有的自爱和自尊。

一位年轻人向清净苦述：

由于自己性格耿直，心直口快，处处得罪人，事事不顺；

大学毕业后踏上社会，却越来越厌世，感慨现在社会上的人不喜欢听真话，总喜欢阿谀奉承，虚情假意；

未来的路不知怎么走，真希望走进深山，远离这个世界……

清净讲了一个故事：

当年南岳怀让禅师欲传灯与马祖道一。看到马祖道一终日打坐，怀让禅师跟他打招呼，马祖也不理不睬。

怀让禅师便拿一块砖在马祖面前的地上磨。

马祖忍不住问：“老法师，您在

干什么？”

“磨砖做镜。”

“砖头怎么能磨成镜子呢？您开玩笑！”

“那我问你，你在干什么？”

“打坐！”

“打坐为了什么？”

“为了成佛！”

“砖头磨不成镜子，难道打坐就能够成佛吗？”

马祖怔住了，问：“怎么做才对呢？”

怀让说：“譬如牛拉车，车不走，是打牛还是打车呢？”

“当然是打牛了！”

怀让说：“你现在明明就是在打车嘛！”

清净说：我们自身是牛，客观条件就是车，是打牛还是打车，显而易见。

我们生活在世间，就像开车在路上，路直直着走，路弯就弯着走。发生交通事故，或者翻进沟里，就要反思自己操作不当。

如果抱怨道路太多曲折，是没有价值和任何意义的。外在的客观条件或许我们无法决定，而改变我们自己则是完全可以的。

年轻人说：我天性耿直，心直口快，不好改！

清净说：天性耿直和心直口快都不是缺点，甚至是修行的极好资质。只是，与不同人沟通需要注意态度和技巧：

与老人沟通不要



忘了他的自尊；

与男人沟通不要忘了他的面子；

与女人沟通不要忘了她的情绪；

与上级沟通不要忘了他的尊严；

与青年沟通不要忘了他的直接；

与孩子沟通不要忘了他的天真。

一种态度走天下，必然处处碰壁；因地制宜，因人而异，即可四海通达。

年轻人说：我对自己的未来充满恐惧和悲观。感觉几乎社会上所有的人，都很虚伪、奸诈、自私……不知怎么做能改善这种状态呢？

世界上最浪费生命的三件事：

1. 评论。

别人不靠你活着，何况你未必了解他的全部，论人长短不如取人之长补己之短。

2. 责怪。

责怪人人都会，却无法改变现状。共勉之所以好过责怪，在于既提高了自己，也欢喜了大家。

3. 担忧。

准备不足或者无力改变时才会担忧，前者需要行动，后者需要放下。图片

在人生的旅途上，人们往往背着两个包袱，一个包袱上

写着他人的过失，另一个包袱上写着自己的过失。

然而走人生之路的时候，人们却往往把写着他人过失的包袱放到胸前，而把写着自己过失的包袱放在了背后。

很多时候做事并不是别人限制我们，而是我们自己限制自己。很多困难，都是一些懦弱的人凭空想象出来的，真去干了，发现什么事都没有。

一切都是源于自己内心的恐惧！图片

我们做事如果没有成功，应当马上反过头来从自己身上找原因。一切从自己的身上找原因，是一种内心的自省，是要让自己活得更真实些，让高贵的人获得本应有的自爱和自尊。

自此思忖过后，心中豁然开朗，可谓：“明了，心了，事自了。”既如此，我们何不自私一下，遇事时多“求诸己”呢？

从现在开始，学着用一颗平常心，去经历尘世的纷纷扰扰，去拥有人间最简单的快乐和幸福。

