

形容放下释然的短句子

- 1.无阴皆空即是平等法身，彻知缘起，便明法由心生。
- 2.不要太肯定自己的看法，这样子比较少后悔。
3.
有时候硬来未必是件好事，学着原谅学着看开一切事，我们也才会生活的更开心。
- 4.为了赞美而去修行，有如被践踏的香花美草。
- 5.年轮一圈圈密集，能回忆的故事却少之又少。
6.
我总是说，或者今天走，或者明天走，去我想去的地方，跟那些不认识的人聊天。但是你知道，我终究是没有那么洒脱，我走不了，也走不远，就好像我知道，你是不会离开的一样。
- 7.活在当下，别在怀念过去或憧憬未来中浪费掉今天的生活。
8.
同样的瓶子，你为什么要装毒药呢？同样的心里，你为什么要充满着烦恼呢？
- 9.缘起即灭，缘生已空。得失从缘，心无增减。
10.
茶书益友，茶与书有着不解之缘，茶能醉人，而且醉得入骨。有时细细品味其实每一个人的人生就是一本百科全书，它谱写了人生走过了一段

漫长人生道路的酸甜苦辣咸，成功与失败，幸福与悲伤，记载着曲折坎坷，饱经风霜雨雪丰富的经验和生活阅历，是厚实的文化积淀，是一本厚重的书。

11.心中装满着自己的看法与想法的人，永远听不见别人的心声。

12.

失去让你痛不欲生，失去却也让你能够有机会获得更多。失去，在另一种意义上说，是在为更多的获得做准备。

13.只要自觉心安，东西南北都好。如有一人未度，切莫自己逃了。

14.因果不曾亏欠过我们什么，所以请不要抱怨。

15.

失去让我们成长，更让我们成熟。失去让我们更加清晰地看清我们自己，也帮助我们勇敢正视生活的残酷。

16.

活着一天，就是有福气，就该珍惜。当我哭泣我没有鞋子穿的时候，应该知道有人却没有脚。

17.

挤不进的世界，不要硬挤，难为了别人，作贱了自己；跨不过的门坎，不要硬跨，跨过了是门，跨不过就是坎；做不来的事情，不要硬做，换种思路，也许会事半功倍；拿不来的东西，不要硬拿，即使暂时得到，也会失去。人生的道路上，常常会站在岔道口上徘徊，只要走错一步，就可能影响一生的前程。

18.

饱含水分越多的茶叶越容易沉下去，相反则浮在水面或东摇西逛。人常说一瓶不满，半瓶子逛荡，说自己傻的人一定不傻，说自己聪明的人不一定聪明。饱满的谷穗总是低着头，不去张扬。越是有涵养的人，越谦逊有礼，对谁都尊重包容，关爱有加，涵养如茶。

19.

人生有多少计较，就有多少痛苦，有多少宽容，就有多少快乐，心若放不下，自然就成了负担，负担越多，人生就不会快乐，那么，我们又何必自寻烦恼，伤人伤己。

20.

幸福：思量愚昧苦，智慧就是福；思量饥寒苦，饱暖就是福；思量劳役苦，逍遥就是福；思量离别苦，团圆就是福；思量战乱苦，太平就是福；思量病死苦，活着就是福；苦境一思量，便有许多福；可惜世间人，几个会享福？有福要能知，能知才享福；我劝世间人，知福且惜福；念佛生净土，永享无量福。

21.

如果一个人没有苦难的感受，就不容易对他人给予同情。你要学救苦救难的精神，就得先受苦受难。

22.

活着，要学会接纳，所有爱恨情仇，都是生命一部分，别用情感来选择，莫拿标准去衡量，只有斑斓多姿，才能领略各异风景；要懂得宽容，外界与他人，没谁是你的假设，佛以悲胸阔，人因谅得友，聚散天定，对错随心；要坦然淡忘，往昔心灵的负重，重叠为精神的枷锁，唯有放下，方不至于太累。

23.

每一个在你的生命里出现的人，都有原因。喜欢你的人给了你温暖和勇气，你喜欢的人让你学会了爱和自持，你不喜欢的人教会你宽容与尊重，不喜欢你的人让你自省与成长，没有人是无缘无故出现在你的生命里的，每一个人的出现都有原因，都值得感激。

24.

看破红尘天地宽。名不贪婪，利不贪婪。真诚清净悟真禅，平等慈悲，普度人间。

25.

事情看透，你就明白该如何进行；人情看透，你就明白该如何相处；事情看破，你就不想做事了；人情看破，你就不想做人了。

26.

宇宙尘埃里，我们一粒土都不算。历史长河中，我们一丁足迹都没有。对一切看开些。

27.

再苦的人生也是人生，再难的日子也叫日子，众生都在漂流，悟者上岸，迷者随波逐流。

28.

佛陀卧于恒河畔，不进食，不沐浴，想通过肉体痛苦悟道，终无果，终明白，肉体修行仍将受困于肉体，执于一念，也受困于一念。

29.

人生的境界，说到底，是心灵的境界。若心乱神迷，无论我们走多远，皆难以捕捉人生的本象，难以领略有韵致的风景。唯有心灵的安静，方能铸就人性的优雅。这种安静，是得失后的平和，是诱惑时的恬淡，是困苦中的从容，是微笑面对这个混浊的世界，慢慢地去看清、看透、看穿、看淡的一个漫长的过程。

30.

所有的相遇，最终都会别离，只是告别的方式不同而已。这当中，没有可惜，没有不幸，只因这世界所有的故事，从缘起，从缘灭。

31.

你永远要宽恕众生，不论他有多坏，甚至他伤害过你，你一定要放下，才能得到真正的快乐。

32.

历尽劫波始豁然。佛法无边，向上心欢。念佛醒悟绽芳莲，放下执着，自在随缘。

33.

换一种心态就能换一种方式生活。一个乐观的人，在生活中，就能够笑看输赢得失，而不只认最终胜负，他们深信未来，也不抱怨现状，能够利用自己的优势，发挥自己的潜能，一步步向上攀登，而走向成功。

34.

其实痛苦并不是别人带给你的，而你自己的修养不够，没有一定的承受能力。你硬要把单纯的事情看得很严重，把简单的东西想得太复杂，那样子你会很痛苦。学会放下，放下一些所谓的思想包袱，坦然面对一切，让一切顺其自然，这样你才会悠然自得。

35.

一切处无心者，即修菩提、解脱、涅槃、寂灭、禅定乃至六度，皆见性处。

36.

心态安好，则幸福常存。树欲静而风不止，能真正救赎自己的，不是流淌的时间，也不是他人的帮助，而是自我良好的心态。时间的变换，去了旧伤或许又来了新疤；别人帮得了你一时，帮不了你一世。只有真正看开了，想通了，心病也就根除了。兵来将挡，水来土掩，把心放平，把心放宽，幸福才会常在。

37.

别人可以违背因果，别人可以害我们，打我们，毁谤我们。可是我们不能因此而憎恨别人，为什么？我们一定要保有一颗完整的本性和一颗清净的心。

38.

只要心中的信念没有萎缩，只要自己的季节没有严冬，即使风凄苦雨又奈我何？

39.

也许一个人最好的样子就是静一点，哪怕一个人生活，穿越一个又一个城市，走过一条又一条街道，仰望一片又一片天空，见证一场又一场离

别，于是终于可以坦然的说，我终于不那么执着。

40.

当人们因痛苦而无法承受的时候，总是会在别人身上寻找原因，因为那个更简单点。

41.

人生短短几十年，不要给自己就下了什么遗憾，想哭就哭，想笑就笑，该爱的时候就去爱，无谓压抑自己。

42.你可以拥有爱，但不要执著，因为分离有时是难免的。

43.

狂妄的人有救，自卑的人没有救，认识自己，降伏自己，改变自己，才能改变别人。

44.

未来的某一刻，你终会原谅所有伤害过你的人。无论多么痛，多么不堪，等你活得更好的时候，你会发现，是他们让你此刻的幸福更有厚度，更弥足珍贵。没有仇恨，只有一些云淡风轻的记忆，以及残存的美好，他们每个人都变成你人生的一个意义，在该出现的地方出现过，造就了你未来的不一样。

45.人生有八苦：生，老，病，死，爱别离，怨长久，求不得，放不下。

46.

如果你能够平平安安的渡过一天，那就是一种福气了。多少人在今天已经见不到明天的太阳，多少人在今天已经成了残废，多少人在今天已经失去了自由，多少人在今天已经家破人亡。

47.

忌妒别人，不会给自己增加任何的好处。忌妒别人，也不可能减少别人的成就。

48.人不能把钱带进坟墓，但钱却可以把人带进去。

49.若真修道人，不见世间过。若见世间过，即非真修者。

50.

昨日已去，明日是迷，面对今朝我们应尽力，快乐来自施予，烦恼来自要求。要修身养性，经常打扫自己得心灵，给心灵一方净土。

51.

我们说过的话，做过的事，遇过的人，每一个现在，都是我们以后的回忆。无须缅怀昨天，不必奢望明天，只要认真过好每个今天。说能说的话，做可做的事，走该走的路，见想见的人。脚踏实地，不漠视，不虚度，有缘无缘，一切随缘，保持一份好心情，就算心碎也要拥有最美的姿态。

52.

拥有童心的人永远不会老，用简单的眼光看世界，你就会变得快乐和满足。童心总是与阳光、积极乐观相依相随，简单地对待身边的人和事：喜欢的人就大胆表白，无须遮遮掩掩、讨厌的人就一笑而过无须怀恨在心。人生匆匆，保持一颗童心你会发现：没有解决不了的事，也没有过不去的坎。

53.

人在世间，爱欲之中，独生独死，独去独来。当行至趣，苦乐之地，身自当之，无有代者。

54.

失去了梦想，他仿佛空有一副皮囊，身体里面空空荡荡，生活如同行尸走肉，生命恍如死灰。

55.

永远不要去羡慕别人的生活，即使那个人看起来快乐富足。永远不要去评价别人是否幸福，即使那个人看起来孤独无助。幸福如人饮水，冷暖自知。你不是我，怎知我走过的路，心中的乐与苦。

56.

开心地活着，如花开花落，一切随缘。其实，花非花，雾非雾，看淡，看开，人才能活得幸福。

57.

如果你不给自己烦恼，别人也永远不可能给你烦恼。因为你自己的内心，你放不下。

58.

当你手中抓住一件东西不放时，你只能拥有这件东西，如果你肯放手，你就有机会选择别的。人的心若死执自己的观念，不肯放下，那么他的智慧也只能达到某种程度而已。

59.

这世上谁不是过客，拖着回忆向前走，折磨的只能是自己的小命儿，曾经的烦恼伤害了谁，今天的回想解脱了谁，要是还有念头泛起，那是自己跟自己过不去。人生怎么洒脱？走过，路过，放过。

60.

学佛，要从“放下”开始；先放下见思烦恼，再放下尘沙烦恼，最后放下根本无明。

61.

人生就是一个过程，不管你经历过多少事情，最后还是要放下，一切归于尘土。

62.

人生这一场，无法把握的东西已太多太多。既然如此，何不让自己恣意纵横洒脱自由地过完这一生。不言世间懊恼事，心头自开白莲花。人生相遇多欢颜，心地无碍自洒脱。

63.事来不受，一切处无心，永寂如空，毕竟清净，自然解脱。

64.

生就是这样，看开点想开点，也许现在会很好，但是未来会经历很多，时间蹉跎了一切，我们谁都怪不得。

65.

从前，自己昂着头自信地走，现在却换别人昂着头用眼角看自己，像看一个穷困潦倒的乞丐，或者一个跌落舞台的小丑。

66.乐天知命，无喜无忧，妙性朗然，其乐难述。

67.

大气之人，能安安心心做好本分的角色，认认真真干好手头的事情，不为名利而争斗，不为钱财而纠结。大气之人能让自己的世界海阔天空，即便一时失意，终得大器晚成。该来的终究会来，该走的也一定会离开。凡事都存在前因后果，因缘成熟了，果报便产生了，无法阻挡。

68.

无论今天发生多么糟糕的事，都不应该感到悲伤。想想那些正在遭受灾难和不幸的人你还有什么理由去抱怨生活。永远不要去羡慕别人的生活，即使那个人看起来快乐富足。永远不要评价别人是否幸福，即使那个人看起来孤独无助。幸福如人饮水，冷暖自知。

69.

众人的路，众人走，磕磕碰碰无可避免；天下情缘，天下结，聚聚散散无可厚非，理解，才能宽容；宽容，才有宁静；看开，方能释怀；看透，方能淡泊。

70.

人生苦就苦在了看不透事物的真相；舍不得自己所拥有的一切；输不起人生的失败；放不下已经远离你的人和事物。人生漫长而又短暂，该看开时务必看开，若总是放不下早已尘封多年的是非，你只有苦苦的走在凄凉的人生道路上。

71.心是最大的骗子，别人能骗你一时，而它却会骗你一辈子。

72.

宁静则是心灵的洁净，宁静是一种禅意。心中宁静，就不会困于喧嚣的市井，不会被流言蜚语扰乱心智。心中宁静，意味着能静下心来思考，人因思考而得到灵魂的自由和永恒。

73.

一切因缘而起，因念而生。当执着于某事某物时，就会患得患失，烦恼也接踵而至；若心无挂碍，看开一切，就会无所畏惧。

74.情执是苦恼的原因，放下情执，你才能得到自在。

75.

茶凉了，就别再续了，再续，也不是原来的味道了；人走了，就别再留了，再留下，也不是原来的感觉了；情没了，就别回味了，再回味，也不是原来的心情了。慢慢的都会远，渐渐的都会淡，拥有时，好好珍惜，离开了，默默祝福，人生的旅途，没有人是应该要陪你走到最后的。

76.

善恶有报，不是不报，时辰未到。心怀恶念，就会做恶事，终得恶果；心怀善念去行善，就会积德，善人终会有善报。须知善恶只在一念间，切记：不可放纵自己，为所欲为。

77.

让你难过的事情，有一天，你一定会笑着说出来。相同的事情，时间不同，心境不同，态度也就不同。所以，再委屈的事，不必来不来就伤心难过，而是先静一静，再换个角度想想，你会发觉，世上值得你用牺牲心情和健康做代价的事情实在没有多少。心态决定人生，保持好的心态，人生就会充满幸福。

78.

难过了，哭泣不是唯一的表达方式，把泪咽回肚中，用坚强来掩盖脆弱；失败了，沮丧让心灵更加的卑微，不如驱走受挫的阴霾，让阳光来疗养心伤。

79.

你是否也曾这样，在听一首歌，看一部电影，转过某个街角的时候，脑海里突然被唤醒了尘封许久的回忆，提醒着你那些你自以为已经忘记了旧时光。岁月让自己慢慢沧桑，生活的磨砺让我看开了一切。时光如梭，往事如梦，回过头看的时候，才发觉两边的风景跟来的时候大不相同。回忆逝去的日子，傻笑那时多么天真，尽管现在学会了世故，虽也有背离初衷，好在最终都美梦成真了。

80.

千万不必去假装过得很好，其实根本没多少人在乎。很不幸的是，任何一种负面的生活都能产生很多烂七八糟的细节，使它变得蛮有趣的；人就在这种有趣中沉沦下去，从根本上忘记了这种生活需要改进。

81.真理真相搞清楚，叫看破；做事圆圆满满，心里干干净净，叫放下。

82.

忘记是很痛苦的，从前如是，今天也如是。不过，以前的痛苦是因为记不起，今天的痛苦，却是怕自己无法忘记。今天，是一个新的开始，你可能因为某个理由而伤心难过，但你却能找个理由让自己快乐。人越往上走，心应该越能往下沉，心里踏实了，脚下的路才能走得安稳。

83.

人生，看透不如看淡。不要刻意的模仿别人，做为这个世界上的匆匆行者，每一段人生，都赋予我们对生命的不同理解，也许我们走的并不完美，但也在努力绽放，也许会有迷失，但不要抱怨，没有路可以重走，没有人可以重来。

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/90828526c8.html>