

如果懂得用無常、無我來轉化生活，就可以天天開心地面對人生。日子一直不斷地在變化，每天都是全新的一天，能夠讓我們盡情地去發揮。在某種程度上，我們有一些自主的能力，所以每天都可以過得很好。知道很多東西其實不用那麼計較，許多事情就可以放下；我們一放下，心裡的負擔也就減輕了。

我們每天歡歡喜喜地過日子，那個令人很討厭的人還不走，不要去趕走他，而要使他歡喜，他就會跑掉了，因為受不了我們對他太好。但是當他要走的時候，我們又捨不得了，覺得怎麼不應該走的卻走了？因此，生活中有很多事情都是看我們用什麼心態去處理？如果懂得去轉化，很多事情就可以從負面轉化為正面。

因此，要常常去調整我們的觀念和生活，細心地去觀察、分析。如果我們能這樣長期修行，當事情發生時，就可以在很短的時間內，讓無常、無我的正見能夠運作。當智慧發揮它的作用時，我們就可以把事情處理得更好、更完善了。