



Story >

生活不要 太累



思宇◎编著

放慢脚步享受生活的

125个智慧故事

本书将促使人们对时间的运用、
对生活和工作态度进行全方位的重新思考。

中国致公出版社



Story >

生活不要 太累

思宇◎编著

放慢脚步享受生活的
125个智慧故事

本书将促使人们对时间的运用、
对生活和工作态度进行全方位的重新思考。

中国致公出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

生活不要太累——放慢脚步享受生活的125个智慧故事/思

宇编著. —北京：中国致公出版社，2008.11

ISBN 978-7-80179-760-5

I. 生… II. 思… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第171909号

生活不要太累——放慢脚步享受生活的125个智慧故事

编 著：思 宇

责任编辑：裘挹红

出版发行：中国致公出版社

(北京市西城区德胜门东滨河路11号西门 电话：66168543

邮编：100120)

经 销：全国新华书店

印 刷：大厂回族自治县彩虹印刷有限公司

开 本：787 × 1092 1 / 16

印 张：14.75

字 数：120千字

版 次：2009年1月第1版 2009年1月第1次印刷

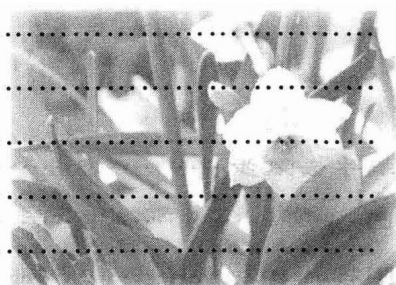
ISBN 978-7-80179-760-5 定 价：22.00元

版权所有 翻印必究



牵一只蜗牛去散步	1
残缺的圆	2
下满的围棋	3
放慢生活的脚步	5
生活原来很简单	8
生活不是仅仅因为工作	10
休息的必要	12
人就这么一辈子	14
不要放大痛苦	16
失去与拥有	18
人生有三重境界	19
苏格拉底关于人生的教诲	21
关于未来的事	23
两种活法	25
活着的感觉	27
不要挡住我的阳光	29
阳光和乞丐	30
生气是什么	32





◇
生活不要太累

最快乐的叫花子	34
失误的上帝	37
上帝的忧愁	39
幸福的尾巴	41
幸福是种感觉	43
幸福何来	45
幸福递减律	47
扫阳光	50
关于单纯的喜悦	51
承认自己的“有限”	52
关于聆听这回事儿	53
温暖	55
母亲与女儿的两种不同婚姻	57
笑纳生活	58
一只破水桶的启示	60
扛船赶路	62
葡萄的滋味	64
心境	66
如花的心情	68
分享甜蜜	70
尘世的风景	72
胆汁入水	74
坦然面对失去	76

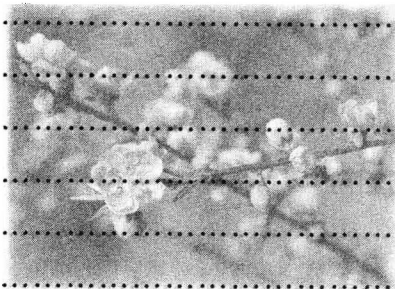
放下就是快乐	77
放下手中的“核桃”	79
懂得放弃	81
富翁投宿	82
最完美的树叶	83
快乐藤	84
心安草	86
泥墙上的小花	88
两棵树的命运	90
种一株快乐的兰花于我心	91
老铁匠与紫砂壶	93
古井	95
心灵折旧费	97
打扫心灵	100
让心灵充满阳光	102
一灯大师	103
快乐与金钱谁重要	104
狗——天堂	106
还好，人生短暂	109
人生贵有平常心	111
快乐如此简单	113
快乐之道	114
快乐是生命开出一朵花	116





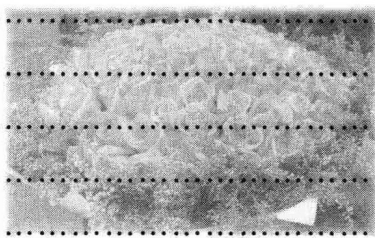
◇
生活不要太累

钓到的最好的鱼是快乐	118
快乐	120
轿夫的快乐	121
快乐的王子	123
快乐的农夫	126
快乐的真谛	127
这个人重不重要	129
人生唯有现在	131
终归会有一粒种子适合它	133
人生得与失	135
七位美丽的公主	137
把命运交托上苍	139
等待三天	140
“移山”	141
流浪汉	142
小和尚扫树叶	143
最有智慧的牧师	145
小孩买油	147
老人和年轻人	149
一斤米的价值	151
美丽只能拥有一次	153
学会沉淀自己	154
不如意的人生	155



没问题的人	157
对自己说“不要紧”	158
我们都有一张生命清单	160
一杯水的重量	162
丢了手表，你还要丢掉两礼拜的快乐吗	164
真实简单的生活	166
别太把自己当回事	167
人生不可太贪	169
别忽略生活	172
一只猫的生命哲学	173
水会永远活着	176
活下来的是傻子	177
纯善的心	179
幽幽玫瑰香	181
浮生若茶	183
“三碗茶”造就一代名将	186
为自由算计	187
富人和穷人眼中的幸福	190
穷人的幸福	191
记住的和忘却的	193
人与人	194
一捧沙	196
20美金的价值	197





◇
生活不要太累

家是什么	199
清静的心	201
幸福是什么	202
化做春泥更护花	205
梅 香	207
没有必要记住的，就要忘却	209
了解生活的艺术	211
做自己喜欢做的事	213
愿听到蟋蟀声了吗	215
怠慢了的风景	217
卖柠檬的老太太	219
追求幸福	220
一则“减负”的神话	221
慢 些	223
不为一朵花停留太久	226
后 记	227



牵一只蜗牛去散步

上帝给我一个任务，叫我牵一只蜗牛去散步。我不能走得太快，蜗牛已经尽力爬，每次总是挪那一点点。

我催它，我唬它，我责备它，蜗牛用抱歉的眼光看着我，仿佛说：“人家已经尽了全力！”我拉它，我扯它，我甚至想踢它，蜗牛受了伤，它流着汗，喘着气。

真奇怪，为什么上帝叫我牵一只蜗牛去散步？“上帝啊！为什么？”天上一片安静。

“唉！也许上帝去抓蜗牛了！”好吧！松手吧！反正上帝不管了，我还管什么？任蜗牛往前爬，我在后面生闷气。

咦？我闻到花香，原来这边有个花园。我感到微风吹来，原来这里的风这么温柔。我听到了鸟声，我听到了虫鸣，我看到了满天的星斗，多么漂亮，多么亮丽。咦？以前怎么没有体会到这些原本存在的东西？

我忽然想起来，莫非是我弄错了！原来是上帝叫蜗牛牵我去散步。



沉思感悟

你找到你的蜗牛了吗？偶尔出去散散步吧！放慢脚步，你会看到身边更多的美景，你会感受到更多的人生趣味。

“放慢脚步”其实是享受人生的秘诀！





残缺的圆

有一个圆，被切去了很大的一块。它想把自己恢复完整，没有任何残缺，因此四处寻找失去的部分。

因为它残缺不全，只能慢慢滚动，所以它能在路上欣赏花草树木，还能和毛毛虫聊天，享受阳光。

它找到各种不同的碎片，但都不合适，所以都留在路边。它继续往前寻找。

有一天，这个残缺不全的圆找到一个非常合适的碎片，它很开心地把那碎片拼上了，并开始向前滚动。

现在它是完整的圆了，能滚得很快，快得使它注意不到路边的花草树木，也不能和毛毛虫聊天。

它终于发现滚动太快使它看到的世界与以往完全不同。它便停止滚动，把补上的碎片丢在路旁，又像以前一样慢慢地向前滚动了。



沉思与感悟

快与慢是两个不同的状态，两者看到的世界完全不同，两者带给人的内心感受也完全不同。有时候“快”会错过很多身边的美景。有时做一个残缺的圆，慢慢地向前滚，未尝不是好事。



下满的围棋

在公园里看两位老人下围棋，他们下棋的速度非常缓慢，令围观的人都感到不耐烦。

第一位老人很有趣地说：

“嘿！是你们在下棋，还是我在下棋？我们一步棋考虑十几分钟已经是快的了，你们不知道林海峰下一颗棋子要一个多小时吗？”

旁边的老人起哄：“见笑！把自己比成林海峰。”

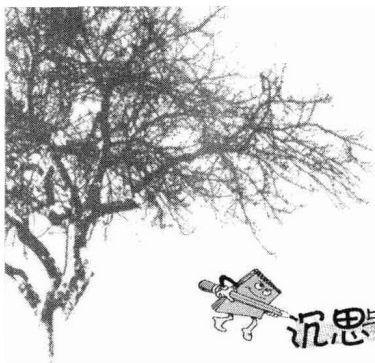
第二位老人看起来很有修养地说：

“你们不知道，围棋要慢慢下才好，下得快则杀气腾腾，不像是朋友下棋了。何况第一个棋子落下后，一盘棋就开始走向死路。一步一步塞满，等到围棋子满了，棋就死了，就撤棋盘了。慢慢下才好，慢慢下死得慢呀！”

这段看似有所指的话，使旁边的老人都沉默了，不再有人催赶或说话。

好的围棋要慢慢地下，好的生活历程要细细品味；不要着急把棋盘下满，也不要匆忙地走人生之路。





沉思与感悟

下棋不是为了争强好胜，而是为了享受下棋的那份闲情逸致；下棋不是要一个赢的结果，而是要享受下棋的过程。

生命，短暂也好，漫长也好，就像下棋一样，开始了就要一路奔向死亡。智者说，死是一件不必急于求成的事。慢下来吧，单调的过程需要用心的感悟来润色！这天上的云，扑面的风，路边的花，熟识的或不熟识的人们会心的笑，人生其实很美好。从现在开始，请放缓脚步享受人生吧！

◇ 生活不要太累



放慢生活的脚步

当我和4岁的儿子走到街边准备过马路时，突然听到汽车轮胎刺耳的嘶叫声。一辆失控的轿车飞速向我们直冲过来，这时我们来不及躲闪，所有这一切都发生在千分之一秒内。

轿车撞到了离我们只有几步之隔的人行道上。那辆红色轿车的影像永远都不会从我的记忆中消失。其实当时我并不确知那辆车距离我们有多近，在最后的一刻我将身体转了过去，但那辆车真的就停在了我们跟前。人们都停下车来询问我和儿子的情况。

“车没有撞到我们。”我从巨大的惊吓中醒过神来，连忙对周围关注的人们说道，好像他们看不到我与儿子毫发无伤。接着我蹲下身，将儿子紧紧地拥抱在怀中。

“妈妈，那辆车刚才差点儿朝我们开过来。”儿子声音清晰地说道，手里仍然握着那只上午在幼儿园用纸折成的小猫。他完全不了解一辆时速50公里，重达一吨的汽车冲过来时，会对他这个35斤重的小男孩造成怎样的伤害。他头脑中的观念显然并不属于这个现实且残酷的世界，动画片使他深信，当某个人身处危难时，一定会有神勇英雄从天而降，使人摆脱险境。

我走到那辆轿车前，里面坐着一位六十多岁的妇女，双手仍然握着方向盘。

“你还好吗？”我问她，言下之意是说：你差点撞死我和我





儿子，你知道吗？“有一辆车在我面前突然转弯，让我的车失去了控制……”她开口说道。

那天的事发生之后，我在家中的院子里种了一百多株花卉——蝴蝶花、藏红花和水仙花，它们在寒风料峭的早春就会奇迹般地绽放，一位做园艺师的朋友把它们称做“与未来的契约”。

无疑，那位差点撞死我们的老妇人当时行色匆忙，好像是要赶下一个路口的绿灯。而那位突然开车转弯的司机肯定也是在赶时间，才会冒险如此横冲直撞。

而我自己也并不是全无责任。由于每日忙碌的生活，我想节省下两分钟，就没有多走半条街到十字路口去过斑马线，而是想在中途横穿马路，结果却险些葬送我与儿子两条性命。

平日我并不是轻易冒险的人。就在一周前，我刚结束九天的旅行，从日本回来，飞越了2500公里。其间转过6趟班机，经历了6次飞机的起落，有12次机会成为晚间新闻的头条。

那次的旅行是哥哥送给我的礼物，但由于那几经周折的长途飞行的危险性，当时我几乎把机票寄回去。

此刻我不禁在心中想着，飞行了2500多公里都安然无恙的我，却差点死在离家只有两条街的地方，儿子幼小的生命几乎就此被夺走，我的丈夫险些要同时面对两个至爱亲人的丧生。而这一切仅仅源于无谓的匆忙。

如今我决定要放慢自己的脚步，想一想即将到来的春天、美丽的花朵以及我们纯真的孩子——我们与未来的契约。

意外发生后的那个周日，一句歌词始终在我的脑海中回响：“教给我们发现自身的弱点，也许智慧便会从心底油然而生。”

我还想说：让我们放慢脚步，也许生活会从此顺遂平安。



沉思与感悟

生活中很多的交通事故和人生意外都是因为当事人焦虑的心情和片面追求那一分一秒的时间而引起的。事实上，如果每个人能够做到礼让一分，放慢一步，很多的交通事故是可以避免的。什么事使人忙成这个样子，为了省两分钟而用生命开玩笑？能否给人生道路也定些“交规”？能否放慢脚步，享受更美好的人生？





生活原来很简单

生活不要太累

有个年轻人在自行车店当学徒。有人送来一辆有毛病的自行车，年轻人除了将车修好，还把车子整理得漂亮如新，其他学徒笑他多此一举。车主将自行车领回去的第二天，年轻人被挖到那位车主的公司上班。

——原来，要获得机会很简单，勤劳一点就可以了。

有个小孩对母亲说：“妈妈你今天好漂亮。”母亲问：“为什么？”小孩说：“因为妈妈今天一天都没有生气。”

——原来，拥有漂亮很简单，只要不生气就可以了。

有个牧场主人叫他的孩子每天在牧场上辛勤地工作，朋友对他说：“你不需要让孩子如此辛苦，农作物一样会长得很好的。”牧场主人回答说：“我不是在培养农作物，我是在培养我的孩子。”

——原来，培养孩子很简单，让他吃点苦头就可以了。

住在田边的青蛙对住在路边的青蛙说：“你这里太危险，搬来跟我住吧！”路边的青蛙说：“我已经习惯了，懒得搬了。”几天后，田边的青蛙去探望路边的青蛙，却发现它已被