

美文精粹

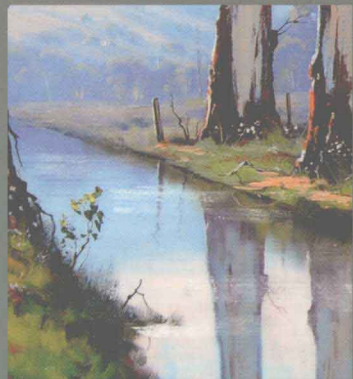
穿过烦恼 的河流

澜 涛◎主编

CHUANGUO

FANNAO DE HELIU

听从内心的召唤
帮你找回正面的自我



北京工业大学出版社

穿过烦恼 的河流

澜 涛◎主编



北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

穿过烦恼的河流 / 澜涛主编. — 北京: 北京工业大学出版社, 2013. 2

ISBN 978-7-5639-3377-8

I. ①穿… II. ①澜… III. ①散文集—中国—当代
IV. ①I267

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第295917号

穿过烦恼的河流

主 编: 澜 涛

责任编辑: 韩丽萍

封面设计: 自在书装设计

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 100124)

010-67391722 (传真) bgdchs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 北京晨旭印刷厂

开 本: 787 mm×1092 mm 1/16

印 张: 16

字 数: 236千字

版 次: 2013年2月第1版

印 次: 2013年2月第1次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-3377-8

定 价: 25.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)



蒲松龄十年寒窗苦读后，信心满满地去参加科考，却名落孙山。失望之余，蒲松龄更加刻苦攻读。三年后，他再次去赶考，却再次落榜。如此这般，他反复几次考了多年，却屡试不第，这让他十分懊恼。一天，他做出一个惊人的决定：放弃考取功名，另辟蹊径，找到适合自己的人生之道。

于是，在几百年前的古道旁，多了一个茶铺，蒲松龄便是这个茶铺的主人，他每天供给过路人茶水，并且不收报酬，而是请喝茶的人讲些传奇故事。蒲松龄耐心地倾听着、记录着。晚上回到家中，便将所听所闻一一整理成文。人们知道蒲松龄这个习惯后，都喜欢到他的茶摊喝茶，也纷纷对他讲着自己听到的奇闻轶事。时间一天一天地过去，来茶摊喝茶的人越来越多，蒲松龄搜集到的故事也越来越多。日复一日，年复一年，在历经二十多年的不懈努力后，蒲松龄以自己听到的这些传奇故事为素材写成了《聊斋志异》，他也因此而流芳百世。

另辟蹊径可以是绝境中的突围，也可以是走出俗态的自我救赎。

丰子恺先生写过这样一段文字：“有一回我画一个人牵两只羊，画了两根绳子。一位先生教我，绳子只需画一根，牵了一只羊，后面的都会跟来。我恍



悟自己阅历太少。后来留心观察，果然发现，前头牵了一只羊走，后面数十只羊都会跟着去。哪怕是走向屠宰场。后来看见鸭也如此，赶鸭的人把数百只鸭放在河里，不需用绳子系住，群鸭自能互相追随，聚在一块。上岸的时候，赶鸭的人只要赶上一两只，其余的都会跟着上岸……”

“盲目地听从一切者，一定是个蠢物。他的头脑只是别人的跑马场。”闻一多的话犀利地诠释了盲从的危害。盲目地追随、依附、模仿，最终就可能像那些羊和鸭子一样，葬送了自己的前途，而只有善于另辟蹊径的人，才有机会赢得世外桃源。试想，盲从千军万马去争抢一处高地，登顶的几率必将大打折扣；而走少有人走的路，才更有机会脱颖而出。

面对众多的竞争者，无力出头时，何不觅一条少有人走的路？或许那条路就藏着柳暗花明。另辟蹊径，走少有人走的路，更应该是一种审时度势的智慧，一种不肯拘泥于庸俗的志向，也更能赢得他人无法企及的风景。

夜空中的星星无数，找到属于自己的那一颗，实现自己的璀璨。否则，跟在他人身后，怎么努力，也只能抵达他人的光亮之下。



目 录

第 1 辑

心灵的站立

命运的出口 / 002	晴朗的日子 / 022
八个值得幸福的理由 / 004	“隐形人”的别样风采 / 025
做自己的行者 / 006	一杯茶水的转机 / 027
分苹果的故事 / 008	幸福就是一株草 / 029
死心的大鲨鱼 / 010	把苦难熬成花朵 / 031
心灵的站立 / 011	一幅油画的完美归宿 / 033
梅事 / 013	最终得分 / 036
慢熟的橘子更甜 / 016	漂亮地活着 / 038
紫薇花开 / 018	高不可攀的寂寞 / 041
幸福一定会来敲门 / 020	





第3辑

幸福是自找的

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 唯一能救你的只有自己 / 046 | 幸福是自找的 / 065 |
| 捡拾幸福的人 / 048 | 琐碎的幸福 / 067 |
| 海水是咸的 / 050 | 幸福像叶子一样 / 069 |
| 幸福的定义 / 052 | 祝福是穷人的珍宝 / 071 |
| 总有一块幸福属于你 / 054 | 关键你要敢于“跳”出来 / 073 |
| 缘，就是这样简单 / 056 | 我只有善良和爱 / 074 |
| 沉浸在一片静美里 / 058 | 27号窗口的温馨 / 077 |
| 埋在琐碎里的成功 / 060 | 赢在“无人售货” / 079 |
| 每个人都有做太阳的机会 / 062 | 父亲的生活态度 / 081 |



第3辑

心态的力量

- | | |
|--------------------|--------------------|
| 承诺的重量 / 086 | 但我仍然相信 / 103 |
| 给生活一张漂亮的脸 / 088 | 购买泥土 / 105 |
| 翔 / 090 | 润田 / 107 |
| 让我在最幸福的时候遇见你 / 092 | 总统的守身如玉 / 109 |
| 揭开人性美好的那面 / 094 | 每个人都有一个自己的舞台 / 111 |
| 快乐是一种智慧的取舍 / 096 | 心灵痒痒挠 / 114 |
| 通往光荣的道路 / 098 | 早市 / 116 |
| 做别人的标杆 / 101 | |

第④辑

有梦想就去做

- | | |
|----------------|------------------|
| 曾经遇见的美好 / 120 | 寻一块招牌，放大自己 / 144 |
| 爱的公约数 / 122 | 拿什么拯救你 / 146 |
| 想念那个大男孩 / 124 | 幸福的源泉 / 148 |
| 一路阳光 / 127 | 雨季里，阳光无比灿烂 / 150 |
| 沟通是最大的尊重 / 129 | 我把自己扶起来 / 153 |
| 没有不散的浮云 / 131 | 信念无敌 / 155 |
| 春光美 / 134 | 佛有多种 / 158 |
| 有梦想就去做 / 137 | 落雪时想起童年 / 159 |
| 把海的声音带回家 / 139 | 苦难历久会成珠 / 162 |
| 逆风的“力” / 141 | |



第⑤辑

幸福在你的肩上

- | | |
|----------------|--------------------|
| 有快乐才能飞翔 / 166 | 留下一条坚实的路 / 186 |
| 预支成功的快乐 / 168 | 躺在雪地上的人 / 189 |
| 心存善念 / 170 | 洁净 / 191 |
| 15年的感恩承诺 / 172 | 真正的死亡 / 193 |
| 平常心，快乐过 / 174 | 童话不都是骗人的 / 195 |
| 水一样男人在山间 / 176 | 一个温暖世界的方向 / 197 |
| 点酒请脱鞋 / 180 | 让自己的方法变成对的方法 / 200 |
| 不卖鲜花卖花瓣 / 182 | 别人的尊重，要靠自己积攒 / 202 |
| 幸福在你的肩上 / 184 | |



第 六 辑

享受心灵的宁静

004

- | | |
|----------------------|----------------|
| 我们都有一千种方法喜悦地生活 / 206 | 和癌细胞讲和 / 227 |
| 穿过你的白发的我的手 / 208 | 你今天看起来不错 / 228 |
| 迎接扑面而来的春天 / 211 | 瓦片尚有翻身日 / 230 |
| 身边的优雅 / 213 | 美给自己看 / 232 |
| 有一种花叫不谢 / 216 | 名厨的乐趣 / 235 |
| 别人的话 / 219 | 享受心灵的宁静 / 236 |
| 只差一点点 / 220 | 车前草也有花期 / 239 |
| 良心的处方 / 223 | 谎言会发芽 / 241 |
| 依顺是一种境界 / 225 | 残荷 / 243 |





第一辑

心灵的站立



命运的出口

杨 云

太熟悉一个老太太，因为我几乎是离她不远长大的。

她有5个儿女，似乎命运对她严重不公，一个女儿由于情感受挫，患忧郁症自杀；一个女儿婚姻不顺，成为单亲母亲；一个女儿常年住院。两个儿子也一波三折，其中大儿媳早早过世，撇下呱呱待哺的孙子，小儿子意外受伤，年纪轻轻失去工作。就在她一步步艰难抗争，眼看熬出头的时候，老伴不堪重负，撒手人寰，留下没有任何经济来源、一身病痛的她。

社区给她办了低保。每天，她坐在小区的花台阶上，跟过往邻居打招呼，开玩笑，俨然那些不幸和苦难从来没有发生过，风卷残云，片羽不留。

她说：“我不朝以前看，如果非要想，就感念老天曾经给我带来过5个孩子，他们曾经可爱过；我有过老伴，我们抚养了5个孩子。往好处想，尽量把伤疤忘掉。”

老人波澜不惊，像描述别人的故事，像一生下来就是坐在秋天暖洋洋的太阳底下，不过打盹做了一场关于自己的梦。

这时候我觉得命运即使再伸出魔爪，也无能为力了。她将生命之书撇在一边，已经不在乎开头结尾，无论悲伤的章节，抑或艰难的段落，都可以搁置忽略，你说，命运能如何书写？

她说，有时候照镜子，验证自己是否活着；有时候，干脆不照镜子，不管自己是否活着。她不在乎镜子里的影像，只关注内心，替她的孩子们活好，让老伴安息。

据说世界上最不幸的人要数芭芭拉·罗娅。1927年5月6日出生于波兰。一

生中经历了4次惊心动魄的飞机失事、7次胆战心惊的严重车祸，12次从大楼和楼梯上莫名其妙地摔下来。除此之外，还经历了许多稀奇古怪的意外事故，如煤气爆炸、罪犯袭击、摩托艇沉入水底、华沙大剧院屋顶大吊灯的坠落以及两次疾驰中的火车相撞等。

但一切灾难没有阻挡芭芭拉活下来，她现在已经是年逾古稀的白发老人。

我敬佩两位老人，她们不是英雄，更像一片自然生长的叶子，风掀转圈，雨打下垂，但是她们共有一个韧劲，不肯轻易偃旗息鼓。

命运强行她们数次倒下，但她们一次次把命运扑倒，自己重新站起来。活着就能找到命运的出口。也许这话不全面，但我觉得至少活着能给命运一个答案，那就是不管过往红尘安排了怎样的情节，风霜雨雪，山崩地裂，只要咬牙挺住，艰难撑过，就一定能找到命运的出口。

命运的出口是什么？也许跟金钱、地位、权势等均无关，甚至不能以功利的奖赏来评论，而是一种柔弱过后的挺拔，无论当时多么艰难危急，冲破急流险滩，必定驶向风平浪静；而是一种无奈过后的庆幸，无论当时多么绝望和无助，挨过漫漫长夜，必定迎来金色黎明。



那个出口也许像一块无字碑，空余万千慨叹，韵味百转千回；也许写满了热爱：热爱生命，热爱生活，热爱岁月，热爱非同凡响的命运……

张闻天说过：“生命如流水，只有在它的急流与奔向前去的时候，才美丽，才有意义。”每个人心中必须有热爱，心中有热爱才能激情四射，才能创造成绩，生活才能精彩，生活才能有意义，才可能是真正幸福的人。

而且，紧握热爱，命运的出口才可能花团锦簇。



八个值得幸福的理由

一路开花

当你尚能安然无损地捧着这段文字细细品读时，你便已经有了第一个值得幸福的理由。时光的长河里，每日都得淘尽多少人的青春和生命，而你，还完整地存活在这个绝美的尘世中，可以听风观雨，荡舟采莲。只要活着，一切都不会是尽头。

当你庆幸自己活着的时候，必然会追忆那些在你往事中做过短暂停留的事物。它们或许曾让你伤感，让你落泪，让你欢笑，让你惊叹，可这一切都已成为了过去。如此多的过去，都毫不遗漏地保存在你的大脑里，让你可以在任何一个孤寂的时段自疗自暖，让你可以无悔地感慨自己平淡的一生。这难道不是一个值得幸福的理由吗？

当你因为一家人的柴米油盐，不得不早起奔波忙碌时，我想，你有了第三个值得幸福的理由。那么多的人，那么浩大的城市队伍，有多少人风餐露宿，挤着人流来去却心无牵挂，不知为何。他们外表看似洒脱，其实内心溢满了无可寄托的艰辛。你虽流着汗水，却有汗水值得流的方向；你虽淌着热泪，却有被感动的地方。

当你因上段文字开始怀念在家中垂垂老去，生活几近无法自理的双亲，抑或是在学校琅琅晨读的孩子时，请你为自己鼓掌。因为，你有了第四个值得幸福的理由。上千名成功人士，他们的家庭大都是不尽如人意的，不是父母分离便是命途多舛，而你，有可以孝敬的双亲，有可以疼爱的孩子，一切的人世欢愉都囊括在那座小小屋檐下，还不值得幸福吗？

当你抱怨这个时代的混乱，世态炎凉时，请你打开电脑细细查阅，20世纪初，与你只相差几十年的历史。活于那个时代的人，有多少尚存于人间？饶

幸逃脱两战的生者，在他们的内心深处，又潜伏着多少道不可愈合的伤疤？那些不知名的英雄，用淋淋鲜血为你铺筑了这个可歌可泣的时代。和几十年前的兵荒马乱、狼烟滚滚相比，你有什么理由不幸福？

当你看着荧屏上偶然出现的面黄肌瘦的非洲难民潸潸落泪时，禁不住握紧了亲人的双手。或许，在某一个悄无声息的时刻，你已把口袋里原本用来买一包烟，或是取一支口红的几十块人民币捐给了慈善基金，希望他们能给远在异方的孤苦孩子们送去一个温热的面包，一壶甘冽的泉水。庆幸，你有一颗善良的心，即便它曾被某些冷漠的灵魂骂做天真，可你不也明白，这正是他们求也求不来的幸福吗？

当你抱怨父母没有给予你天赋异禀时，请你去聋哑学校看看。那些注定要在无声世界中摸索一世的孩子，仍旧不厌其烦地，欣喜若狂地一遍遍练习着发声和手势。更或者，看看那些在黑暗中度过了半生的中年男女，他们对光明的渴望，对生命的虔诚，超乎你的想象。你有健全的身体作为保障，可自行走过一条条幽深的小巷，去经历一个个完整的故事，再告诉那些在苦难中摸索的人儿，让他们永不言弃，难道还有比其更具价值更让人幸福的理由吗？

当你看完上述文字，心存温暖地想要过好接下来的每一天，并决定把这些幸福的理由告诉周旁的每位亲朋时，我想，你有了第八个值得幸福的理由——快乐的无私分享。悲凄之情的传递，只会让更多人徒增伤怀。而快乐的接力，却能让一份原本单调的愉悦无限制地膨胀下去，感染到那些先前找不到任何理由去幸福的忧郁之人。



感悟

很多人找不到幸福，抑或没有理由幸福。其实，幸福很简单，也很容易发现，比如文中提到的：当你因为一家人的柴米油盐，不得不早起奔波忙碌时，那便也是一种幸福。

幸福很简单，就在身边，但需要用心去发现。



做自己的行者

吕 麦

成年日那天，他建立起自己特立独行的人生——弃学流浪、闯荡天下。

于是，背上简单的行囊，夹在春运返流的人潮当中，从家乡洛阳坐上一列拥挤不堪的普快列车，逃难似的到了广州。在大街上一直走到天黑，没有钱，不能买到吃的，也没有免费的“龙门客栈”。这才感觉到，流浪，不是想象中的那么浪漫和富有诗意。

翌日，他走到东莞一处建筑工地，在那里干了两年苦力活，又洗了大半年的车，积攒了一点钱，继续闯荡，把中国除内蒙古、西藏、台湾三省以外的地方，都走了个遍。其间，钱用完了，饿了三天，白天偷庙里的供果充饥，晚上睡在没有城管和警察巡逻的坟地里。但是，虽然感觉苦，三年里，他却一直没有回家。

后来，他结识了名作家春树。在她家里无意看到一本棉棉写的《西藏生死书》。在书里找到了某种共鸣。于是告别春树，继续上路，遇江过江，遇山翻山一路到了江西、福建，在泉州铁观音故乡的山脚下住了下来，偶然读到《圆觉经》里一句“时节及至，如迷忽悟，如惛忽应，方行悟亦不从他得”。忽然顿悟：为什么有些人原本有理想，等到有钱的时候又抛弃了理想呢？就是说，理想，未必等有钱的时候再去实现。

于是离开泉州，再次用双脚周游了四川的乐山、眉山，云南的大理、丽江、束河。在束河，他遇到一个意气相投的朋友，不但管他吃、住、给他添置了衣物，又另给他1000元路费，鼓励他去苏州学习喜爱的尺八。

他坐火车，走走、停停、停停、走走，70多个小时到了苏州。找到了一个在寺院看钟楼的学尺八的同学。晚上，坐在寺院的山顶上，面对月色下静谧如练的太湖，背对千年古刹的肃穆廓影，吹着尺八，心灵异常的清静和轻灵。那一瞬间，世间种种的苦难、挫折，全都变成了美妙的收获。觉得自己应该努力，把喜欢的事情做到最好，把自身的心灵素养修炼到更高。

学完了一段日子的尺八，他漂到了北京。为了生存，他开始找工作。可因为没有学历，根本没单位要他，他只好又回到云南束河朋友的家。每天摘梅、煮茶、练尺八、背诗词、读一些经典，慢慢增加自己的学养。

2009年4月底，一无所有的他再次来到北京。当时就想，找份工作吧，有工作的话就工作，没工作就去一个地方隐逸下来，或者干脆去杭州出家。没想到来到这里一下找了两份工作，《中国国家地理》和《写真地理》杂志因为他的流浪经历，同时向他伸出橄榄枝。

很久没在城市生活，他连电梯都不知道怎么上，要么是不知道怎么操作，让它在要去的楼层“听话”地停下来；要么在上班高峰期总是错过楼层，弄得自己迟到。然而，这些“奥特曼”的举动，并没影响他第一个月就做出了一个本期稿件的最佳稿件，第二个月就做了一个封面专题……

有了稳定的收入，他买了电脑，租了房子留在了北京。工作上手后，他又摆弄起了尺八，和北京几个音乐爱好者，开起了尺八、古琴工作室。时不时地策划一个小型演奏会，邀请“知音”们过来听一听、聊一聊……

这些年、这样的日子，他深觉，人的快乐，只有自己能给予自己。而那些虚幻的名利、权力、地位，统统都是自欺欺人的枷锁。唯有找寻真正的自我，行持自己的信念，并将美好的事物分享给所有人，才是完满的一生。

这个人，就是《天下大风》的作者——孙行者。



008

成功，未必是名与利的收获。无拘无束、清风一样遨游自然。从自然中汲取生命的本质和真谛，提升自己的灵魂，净化自己的心灵，那是俗人求之而不得的圆满，涅槃的成功。

不喜欢做花，就做清风吧！花有花的美丽，风有风的幸福。

分苹果的故事

林 夕

一个人一生中最早受到的教育来自家庭，来自母亲对孩子的早期教育。美国一位著名心理学家为了研究母亲对人的一生的影响，在全美选出50位成功人士，他们都在各自的行业中获得卓越的成就，同时又选出50位有犯罪记录的人，分别去信给他们，请他们谈谈母亲对他们的影响。有两封回信给他的印象最深。一封来自白宫一位著名人士，一封来自监狱一位服刑的犯人。他们谈的都是同一件事：小时候母亲给他们分苹果。

那位来自监狱的犯人在信中这样写道：小时候，有一天妈妈拿来几个苹果，红红绿绿，大小各不同。我一眼就看见中间的一个又红又大，十分喜欢，非常想要。这时，妈妈把苹果放在桌上，问我和弟弟：你们想要哪个？我刚想说想要最大最红的一个，这时弟弟抢先说出我想说的话。妈妈听了，瞪了他一眼，责备他说：好孩子要学会把好东西让给别人，不能总想着自己。

于是，我灵机一动，改口说：“妈妈，我想要那个最小的，把大的留给弟弟吧。”

妈妈听了，非常高兴，在我的脸上亲了一下，并把那个又红又大的苹果奖