

有思想地生活才是真正的生活



有思想地生活

【解读生活的81个原理】

YOU SIXIANG DE SHENGHUO

JIEDU SHENGHUO DE 81GE YUANLI

长辰子◎编著

谁想换一种活法，就首先要
换一种思想，换一种头脑。生活需要不断地荡涤和清洗，
而『洗脑』就是清洗生活的先决条件。

中国商业出版社



Yousixiang jiedushenghuo
deshenghuo de 81 geyuanli

解读生活的81个原理

有思想地生活

长辰子 编著

中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

有思想地生活:解读生活的81个原理/长辰子编著. - 北京:中国商业出版社,2006.5

ISBN 7-5044-5666-7

I. 有… II. 长… III. 成功心理学-通俗读物
IV. B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第050161号

责任编辑:黄卫红

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺1号)
新华书店总店北京发行所经销
北京顺通印刷厂印刷

*

700×1000毫米 16开 15.75印张 210千字
2006年10月第1版 2006年10月第1次印刷
定价:26.80元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

前言

生活是一本书,每个人都应该用心去读,并认真汲取其中的智慧,然后让自己有思想地生活。

有人说,人死后或者升往天堂,或者堕入地狱。但到目前为止,还没有灵魂来报告这两地的消息。然而对于我们来说,不论死后进天堂还是入地狱,现实的生命无疑都要在这传说的天堂与地狱之间辗转。于是,我们就不得不感受、思索和体悟。而这一连串的麻烦事又不能找人代替,非由本人身体力行不可。

我们在各色的人生旅程中,注定观览了许多的沿途景观,也注定用自己的口味狂吞过、咀嚼过、唾弃过。然而,当我们回过头来伸出自己的手指再去指点别人时,也许能够让别人领受到一些欣喜或黯淡、一些亮丽或凄惨,而我们自己却往往因为难以理清其中头绪而迷惘了、惶惑了。当然,仅凭自己的经验而对别人生活所作的任何指点都可能是错误的,除非面对生活进得去并出得来的人,才有可能更全面和更客观地审视生活。

有的人说人间是天堂,也有的人说人间是地狱,说是天堂者未必尽是,说是地狱者也未必尽非;人间既然位处天堂与地狱之间,那么天堂的欢乐和地狱的苦难恐怕都要有一点。也许正因如此,人间才成就了天堂与地狱之间的这道独特风景:花团锦簇与栖栖惶惶共戴一天,圣洁傲岸和卑污猥琐同载一地。

我们正如那位农夫,总在祈求人生的道路风调雨顺,但常常总是不能如愿。抱怨声便涌上了我们的心头和口头,原来的一切信仰也随之被丢弃了。

而上帝真的答应了农夫的请求,农夫的田里果然结出许多麦穗,由于没有任何狂风暴雨,烈日与灾害,麦穗比往年多了一倍,农夫兴



奋不已,欢喜地等待着收获的那一天。到了收成的时刻,奇怪的事情发生了,农夫的麦穗里竟然没有结出一粒麦子。

上帝使用下面的话来回答农夫的询问:“对于一粒麦子,风雨是必要的,烈日是必要的,蝗虫也是必要的,它们可以唤醒麦子内在的灵魂。”其实,人的灵魂也一样,如果没有任何考验,人也不过是个空壳罢了。

因此,我们就不能不重新审视那些一厢情愿的渴盼和祈求,忖度它们的合理性与现实性,而不是喋喋不休、没完没了地抱怨和诉说。

是的,生活可能是粗糙的,而以之为蓝本的艺术作品却完全可以美妙绝伦;天堂与地狱之间的这片风景可能是良莠不齐的,但从中摄取养料的心灵却完全可以纯洁超拔、卓而不群。

倘若我们仍然感觉到有樊篱与牢笼禁锢着心灵,那么,还有必要去请别人帮忙吗?为什么不开启生活的门扉走出来呢?

走出来之后,我们才能真正地读懂生活,并真正地做到有思想地生活。

编者

2006年7月于北京

目 录

CONTENTS

第一章 关闭蠢人的天堂

向往天堂的人们,无非是希望享受纯粹的欢乐与绝对的幸福。甚而至于——他们也希望人间是这样的世界,他们惧怕一点一滴的痛苦、一丝一毫的磨难,姑且不论这种梦想能否实现,单就其对欢乐和幸福的理解而言,便是大错而特错了。要知道,欢乐和幸福都是从现实而具体的一件件事情和一次次经历中体验出来的或感受得到的。离开了身体力行的生活事件和人间经历,幸福和欢乐便失去了现实基础。

-
1. 就让你无所事事 (3)
 2. 人并非为誓言而生 (8)
 3. 我们怎样看世界 (10)
 4. 让幸福与大地相连 (12)
 5. 生活的最高境界 (14)
 6. 乐园就在你的身边 (16)
 7. 让生命之根往纵深处伸展 (19)
 8. 直到掘出水来 (22)



第二章 比世俗站得更高

岁月最可怕的作为是：玲珑的心变得粗糙，温雅的面孔变得冷酷，灵动的感受变得迟顿……

是的，生活可能磨碎很多美丽的东西，也可能把无辜者抛入冤枉的深谷；因为善有善报、恶有恶报的因果律并不会在现实中演绎得巨细无遗，严丝合缝。但只要你是坚强的、智慧的，你内心的美丽、温馨、宽和与优雅便不会消失殆尽。

9. 瞧瞧人情这副嘴脸…… (27)
10. 受苦者没有悲观的权利…… (31)
11. 丰富的单纯…… (34)
12. 没有人能让我们低人一等…… (36)
13. 把苦难踩在脚下…… (40)
14. 没有超越就难有胸襟…… (43)
15. 真爱对虚荣说“不”…… (46)
16. 心甘情愿的错误…… (52)
17. 让优雅在磨难中婷婷玉立…… (54)
18. 有一种感动令人心颤…… (57)

第三章 斩断心灵的绊马索

在这个世界上，因为各式各样的事物太过纷繁复杂，人们往往太过重视某些事物而忽略其他事物，所以很容易就形成了固执、拘泥、自以为是、一叶障目不见泰山的思维和行事习惯。

我们都是生活在很现实的生活中，当然要努力形成看待

世界的正确方法,同时也应卓有成效地突破自己心灵的绊马索。因为有怎样的感受方式就有怎样的思维方式,有怎样的思维方式就有怎样的行动方式。

-
19. 自以为是者的命运 (63)
 20. 绳未断便团团转 (65)
 21. 答案不止一个 (67)
 22. 用怎样的视角看问题 (69)
 23. 心灵需要超越 (72)
 24. 苦难并非无坚不摧 (74)
 25. 对自己说“不要紧” (76)
 26. 我们不能重来一次 (79)
 27. 马上开始你想做的事情 (84)
 28. 勇于跟自己开战 (87)

第四章 把你的破伞收起来

现实人生不可能尽如人意,谁都难免坎坷和波折。问题是如何对待这些打击和磨难!有的人一遇颠簸就一蹶不振,一副垂头丧气的样子让人可怜;有的人一经变故就喋喋不休,到处倾诉满腹委屈;有的人甚至就此看破红尘,破灭了原来一切雄心勃勃的希望和梦想;还有的人竟七拐八弯地走进仇视生活的万丈深渊里,不惜心怀恶意,咬牙切齿……

但生活并不相信眼泪,看破红尘和心怀恶意更是在戕害自己。我们不是要做生活的奴隶,而是要做生活的坚强主人。

-
29. 满脸乌云怎能见到阳光 (93)



- 30. 教训也是人生之必需 (95)
- 31. 大成功源于大压力 (98)
- 32. 不要堕入绝望的深渊 (100)
- 33. 画一扇窗给自己 (102)
- 34. 经常打扫心灵的尘埃 (105)
- 35. 我们的爱心有什么用 (107)
- 36. 自己最值得信赖 (109)
- 37. 有修炼才有自信 (112)

第五章 成功并非煞有介事

有歌词唱道：没有人能随随便便成功。成功当然要付出汗水和智慧，但也并非有人神乎其神地说得那么煞有介事。确立一个合理的目标，建立一套良好有效的操作方法，锲而不舍，持之以恒，成功自会翩然而至。

无论如何，要从我们的头脑中剔除不切实际的空想，还要剔除成功只青睐别人的偏见，然后脚踏实地，步步为营，我们就能够在某一个时刻品尝到成功的美果。

- 38. 从改变坏习惯开始 (117)
- 39. 想做的事情就抓紧做 (119)
- 40. 拖延会使一切成为泡影 (121)
- 41. 把握当下就是把握未来 (123)
- 42. 砍柴别忘了磨刀 (125)
- 43. 最可怕的就是害怕自己 (126)
- 44. 努力，不可轻言放弃 (129)
- 45. 有目标，更要有全力以赴的行动 (131)

46. 关键是接近成功的时刻	(134)	目
47. 成功不像想的那么难	(136)	
48. 设计好自己的生涯规划	(139)	
49. 也许财富就在你的后院	(146)	录

第六章 一边走一边欣赏

奔波得太久脚会疲惫,拼搏得太久身会倦怠,执著得太久心会麻木。那么,就停一停脚步,歇一歇身子,或者慢慢地走,边走边欣赏路边的风景:山水草木是那样富有诗情画意,我们的脚步,何必总是匆匆忙忙,我们的心情何必总是躁动不宁呢?

从大自然中汲取营养吧!聆听大自然的时候,就是聆听自己心灵的时候;感悟大自然的时候,就是感悟生命的时候。放下一些东西,我们会收获更多的美好。

50. 让心在月光中沉浸	(151)
51. 聆听自然界的飘落声	(154)
52. 山与水的对话	(156)
53. 生命需要感悟	(158)
54. 你所经过的都是风景	(161)
55. 满脑袋装上问号	(163)
56. 世界在我们心中	(166)
57. 你也能成为幸福之人	(169)
58. 要有自己的品味	(174)
59. 美好源于用心体会	(176)
60. 平淡之中有感悟	(178)



- 61. 徜徉在情感的天地 (180)
- 62. 真有圣诞老人吗 (183)

第七章 上帝才有资格

如何看待世界,怎样评价人,恐怕是我们几乎每时每刻都要做的功课,甚至是我们一生一世都在探寻的重要课题。因为世界太复杂了,我们便容易固执于非黑即白、非善即恶的偏颇。正如从南极到北极有无数个纬度,从黑到白、从善到恶也有无数个序列。

那么,对世界和人的复杂性,我们就应该保有更充分的估测、更理智的认识、更冷静的思考。否则,我们就要轻易犯下不可原谅的错误。

- 63. 一言难尽的人性 (189)
- 64. 借我一双慧眼 (191)
- 65. 成熟即发现世界的复杂性 (193)
- 66. 无价的救命稻草 (196)
- 67. 他们这样爱孩子 (198)
- 68. 心灵比天空更宽阔 (200)
- 69. 教育可以这样进行 (203)
- 70. 用爱去浇灌灵魂 (205)

第八章 比当英雄更难

要当英雄,就需要超人的胆魄、坚强的毅力和过人的韬略。但世界上还有比当英雄更难的事情,譬如身患绝症的人,

遭遇想躲都躲不开的灾难的人,被人冤屈凌辱又无法洗雪的人,等等,就不是讲一通豪言壮语,做一番英雄壮举所能解决的问题。

或者说,生活本身有时比人所能想像的还要残酷,那么,光凭一腔热血、满脑智慧肯定是无济于事的。因此,我们便需要有一种隐忍的功夫,包容的胸怀,甚至低调的境界;某些时候,我们要主动地与生活和解。

-
71. 不可不备的隐忍功夫 (209)
72. 灰色的价值 (213)
73. 包容一切的胸怀 (216)
74. 善良是一种智慧 (218)
75. 怎样面对现实与历史 (221)
76. 象豺狼那样生存 (224)
77. 何为不惑 (226)
78. 老年的感觉 (228)
79. 白发的芬芳 (231)
80. 临终时要说什么 (233)
81. 死后的故事 (235)

第一章

关闭蠢人的天堂

向往天堂的人们，无非是希望享受纯粹的欢乐与绝对的幸福。甚至至于——他们也希望人间是这样的世界，他们惧怕一点一滴的痛苦、一丝一毫的磨难，姑且不论这种梦想能否实现，单就其对欢乐和幸福的理解而言，便是大错而特错了。要知道，欢乐和幸福都是从现实而具体的一件件事情和一次次经历中体验出来的或感受得到的。离开了身体力行的生活事件和人间经历，幸福和欢乐便失去了现实基础。



1.

就让你无所事事

天堂原理：人们往往祈盼一个既无挫折也无磨难的人生，然而却恰恰忽视了人生的现实和本来意义。

人们之所以向往天堂是因为：人们恐惧苦难，向往幸福。天堂是幸福的代名词，但也许人们有所不知，幸福必须根植于现实生活中，并与人们对于磨难、对于挫折、对于痛苦的体验相伴而生。幸福是相对的，世上没有纯粹的幸福，一旦幸福到纯粹的地步，幸福便会化成一种痛苦的体验了。

(1) 天堂的诱惑力

某一时，某一地，有一个叫卡迪施的富人。他有一独子名阿特赛，阿特赛是蓝眼睛金黄头发。卡迪施家中还有一位远亲孤女，名阿克萨。二人年纪大约一样，从小就在一起吃，一起读书，一起玩。长大了之后二人要结婚，那是自然而然的事了。

但是等到他们长大，阿特赛忽然病了。那是没人听说过的病：阿特赛自以为是已经死了。

他为什么有此想法？好象他曾有一个老保姆，常讲一些有关天堂的故事。他曾告诉他，在天堂里既不需工作，也不需读书。在天堂，吃的是野牛肉和鲸鱼肉；喝的是上帝为好人所准备的酒；可以睡到很晚再起来；而且没有任何职守。



阿特赛天生懒惰。他怕早起,怕读书。他知道有一天他须接替他父亲的业务,而他却不愿意。

既然死是惟一进天堂的路,他决心越早死越好。他一直在想,不久他以为自己真的死了。

他的父母当然是很担忧。阿克萨则暗中哭泣。一家人竭力说服阿特赛他还活着,但是他不相信。他说:“你们为什么不埋葬我?你们知道我是死了。因为你们,我不能到天堂。”

请了许多医生检视阿特赛,都试图说服这孩子他是活着的。他们指出,他在说话,在吃东西。可是不久他少吃东西,也很少讲话了。家人真担心他会死。

在绝望中,卡迪施去访问一位伟大的专家,他是以博学多智而著名的,他就是优兹医生。听了阿特赛的病情之后,他对卡迪施说:“我答应在八天之内治好你儿子的病。但有一个条件:你必须做我所吩咐的事,无论是怎么怪。”

卡迪施同意了,优兹说他当天就去看阿特赛。卡迪施回家去告诉他的妻子、阿克萨和仆人们,都要听从医生的吩咐行事,不得起疑。

(2) 如此天堂

优兹医生到了,被领进阿特赛的屋内。这孩子睡在床上,因断食而瘦削苍白。

医生一看阿特赛便大叫:“你们为什么把死人停在屋里?为什么不出殡?”

听了这些话,父母吓得要命。但是阿特赛的脸上绽出了微笑,他说:“你们看,我是对的。”

卡迪施夫妇听了医生的话虽然惶惑,可是他们记得卡迪施的诺言,立即准备丧葬事宜。

医生要求将一个房间准备得像天堂的样子。墙壁挂上白缎,百叶窗关上,窗帘拉密,蜡烛日夜点燃。仆人穿白袍,背上插翅,扮成天使的模样。

阿特赛被放进一具开着的棺材，于是举行殡仪。阿特赛快乐得筋疲力竭，睡着了。醒来时，他发现自己在一间不认识的屋子里。“我在哪里？”他问。

“在天堂里，大人！”一个带翅膀的仆人回答。

“我饿得要命，”阿特赛说道，“我想吃些鲸鱼肉，喝些圣酒。”

领班的仆人一拍手，一群男女仆人走了进来，都背上有翅，手捧金盘，上面有鱼有肉，有石榴和柿子、凤梨和桃子，一个白胡须高个子的仆人捧着斟满酒的金杯。

阿特赛狂吃了一顿。吃完了，他说要休息。两个天使给他脱衣，给他洗澡，抱他上床，床上有丝绸的被单和紫绒的帐盖。阿特赛立刻怡然熟睡。

再醒来时，已是早晨，可是和夜里也没有分别。百叶窗是关着的，蜡烛在燃烧着。仆人们一看见他醒了，送来和昨天完全一样的饮食。

阿特赛发问：“你们没有牛奶、咖啡、新鲜面包和牛油么？”

“没有，大人。在天堂总是吃同样的食物，”仆人回答。

“这是白昼，还是夜里？”阿特赛问。

“在天堂里无所谓昼和夜。”

阿特赛吃了鱼、肉、水果，又喝了酒，但是胃口不像上次好了。吃完后他问：“什么时候了？”

“在天堂里时间是不存在的，”仆人回答。

“我现在做什么呢？”阿特赛问。

“大人，在天堂里，不须做任何事。”

“其他的圣徒们在哪里？”阿特赛问。

“在天堂里每一家都有其自己居住的地方。”

“可以去拜访么？”

“在天堂里彼此居住相距很远，无从拜访；从一处到另一处要走好几千年。”

“我的家人什么时候来？”阿特赛问。



“你父亲还可再活二十年,你母亲再活三十年。他们活着便不能到此地来。”

“阿克萨呢?”

“他还有五十年好活。”

“我就要孤独这么久吗?”

“是的,大人。”

阿特赛摇头思索了一阵。随后又问:“阿克萨现在准备做什么?”

“目前她正在哀悼你。不过她迟早会忘掉你,遇见另一年轻人,结婚。活人都是这样子。”

阿特赛站了起来开始来回踱着。这是好久好久以来第一次想做点什么事,但是在天堂里无事可做。他怀念他父亲,思念他母亲,渴念阿克萨;他想研读些什么书籍;他梦想旅游,他想骑他的马;他想和朋友聊天。

终于他无法掩饰他的悲哀,他对一个仆人说道:“我现在明白了,活着不像我所想的那样坏。”

“大人,活着是艰苦的,要读书,要工作,要经管事业。在这里一切都轻松。”

“与其坐在此地,我宁愿去砍柴,搬石头。这种情况还要维持多久?”

“永无尽期。”

“永无尽期待在这儿?”阿特赛急得乱抓头发,“我宁可自杀。”

“死人不能自杀。”

(3) 放弃天堂

到了第八天,阿特赛绝望到了极点,一个仆人按照预先的安排,过去对他说:“大人,原来是弄错了,您并没有死。您必须离开天堂。”

“我还是活着吗?”