1
精彩的生命

人类生而为万物之灵长，是造物主最杰出的作品，在这个世界上，尽管有着万物群生，但没有一样能像人类这样富有感情和理性，没有哪一样能像人类这样活出一种精彩——生命的精彩。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

与你同行

在一个晚上，有个人做了个梦。他梦到他正与上帝一同沿着沙滩散步。天空中闪现过一些他生活中的场景。他注意到每个场景都有两组踪迹印在沙滩上——一组属于他，另一组属于上帝。当最后一组场景将从他面前消逝时，他回头注视踪迹，发现有许多路径只有一组踪迹。他又注意到这些刚好都发生在他人生最低潮、最悲伤的时期。这些疑惑困扰着他，他问上帝“上帝，你曾说一旦我决定跟随你，你会一路陪着我走下去，但是我注意到在我人生最糟糕的时期，只有一组踪迹。不知道为什么，当我最需要你时，你却离弃我？”

上帝回答：“我可爱的孩子，我爱你！而且永远不会离开你。在你蒙受考验与挫折的时候，你只看到一组踪迹，那些是我背着你时所留下的。”

星星点灯：谁没有过挫折？这个时候有人往往有很多的抱怨，但他们却不知道，在这个时候，有人与他同在，那是他的家人、朋友，甚至是素不相识的人。我们其实一直都是在他人的肩膀上度过一个又一个的难关。

庄子丧妻

庄子的妻子去世了，惠子去吊唁，看到庄子两腿张开，蹲在地上，正敲着盆子唱歌。

惠子说：“人家和你结为伴侣，生儿育女，身老而死，你不哭，也就罢了，怎么能敲着盆子唱歌，是不是太过分了？”

庄子说:“不对。她刚死的时候,我怎么能够不难过！可是探究她的开始，本来没有生命；不仅没有生命，而且没有形体；不仅没有形体，而且没有气。混杂在恍恍惚惚之中，变化而产生了气，气变化成了形体。形体变化有了生命。现在又因变化而死亡，这些就好像是春夏秋冬一年四季在运行。人家就要安静地到天地之间休息，我却嗷嗷地哭，我自己认为这样是太不懂得命运，所以忍住了哀痛。”

星星点灯：没有死的悲伤就没有生的喜悦。洞悉了生与死的本质，就不会为终究要死去而坐立不安，只会为生存的每一天而喝彩叫好

依赖

唐朝德山宣鉴禅师，在未悟道之前是龙潭学信的侍僧。有一天晚上,龙潭对他说“:夜已深,该回去歇息了!”德山道过晚安，走出师父的茅棚，却又折回来说:“外面太黑了。”龙潭就点了一枝蜡烛给他，当德山正要接过去的时候，龙潭即刻把蜡烛吹熄，就在这个时候，德山大悟，便向龙潭道谢。

所有可以依赖的东西，原来只是这么狭隘，如果不打开自己的心独立思考，就不能成为一个清醒的人，龙潭法师所提的意思就是：不依赖经典、不依赖师父、不依赖人、不依赖过去的经验和成见，使自己成为先觉者，一位能自我实现的人。



星星点灯: 人活着，必须有所依赖，但又不是完全的依赖，没有可以依靠的人或事，生命就会显得孤独和空虚，完全依赖某些东西就会失去自己。你必须学会独立，找到自己的路，以便在整个计划中起到自己的作用。

失去了什么

夏天的傍晚，一个美丽的少妇投河自尽，被正在河中划船的白胡子艄公救起。

“你年轻轻的，为何寻短见啊？”艄公问。

“我结婚两年，丈夫就遗弃了我，接着孩子又病死了。您说，我活着还有什么乐趣？”少妇哭诉道。

“两年前你是怎么过的？”艄公又问。

少妇的眼睛亮了：“那时我自由自在，无忧无虑……”

“那时你有丈夫和孩子吗？”

“当然没有。”

“那么你不过是被命运之船送回了两年前,现在你又自由自在、无忧无虑了。请上岸吧。”

少妇回到岸上，艄公摇船远走。少妇揉揉眼睛，恍如做了一个梦。她想了想，离岸走了。自此，她再也没有寻过短见。

星星点灯：获得了又失去了就像没有获得过一样，并没有真的失去什么，流连于过去或为自己的遭遇悲哀是不明智的，还不如抓紧时间启程，继续自己的生命旅程。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

窗

从前有两个患了重病的人，同住在一家医院的同一间病房里。房间很小，只有一扇窗子可以看见外面的世界。其中一个人在他的治疗中被允许每天下午坐在床上一个小时。他的床靠着窗，但另外一个人终日都得躺在床上。

每当下午睡在窗旁的那个人在那个小时内坐起的时候，他都会描绘窗外的景致给另外一个人听，从窗口向外看，可以见到公园里的湖，湖里有鸭子和天鹅。孩子们在那儿撒面包渣、放模型船，在鲜花盛开、绿草如茵的地方人们玩球嬉戏，后面一排树，顶上则是美丽的天空。

另一个人倾听着，享受每一分钟。他听见一个孩子差点跌到湖里，一个美丽的女孩穿着漂亮的夏装……他朋友的述说几乎使他感觉自己亲眼目睹了外面发生的一切。

然而，在一个天气晴朗的午后，他心想：为什么睡在窗边的人可以独享看外头的权利呢？为什么我没有这样的机会？他觉得不是滋味，他越这么想，就越想换位子。他一定得换才行！有天夜里他盯着天花板瞧，睡在窗旁的人忽然惊醒了，拼命地咳嗽，一直想用手按铃叫护士来。但另一个人只是旁观而没有帮忙——尽管他感觉同伴的呼吸已经停止了。第二天早上，护士来的时候那人已经死了，人们只能静静地抬走他的尸体。

过了一段时间后，这人开口问，他是否能换到靠窗户的那张床上。他们搬动了他，帮他换位子，使他觉得很舒

服。他们走了以后，他企图用手肘撑起自己，吃力地往窗外望……

窗外只有一堵空白的墙。



星星点灯：看到生机盎然的世界必然就会对它恋恋不舍，面对死气沉沉的墙壁，心也在一点点衰竭。忧伤时的消沉最好由快乐来冲淡，悲痛的歌不妨以激情来出演。爱生命、爱世界、爱一切可以爱的人，他们的活力和灵气可以赋予你神奇的力量。

忘　记

一位胆小如鼠的人要进行一次远途旅行，于是他竭力准备好应付途中可能遇到的各种问题。他带了一把剑和一副盔甲，为的是对付他遇到的敌手，带一大瓶药膏是为防止太阳晒伤皮肤或毒藤刮伤皮肤，带一把斧子用来砍柴火，他还带了一顶帐篷、一条毯子、一些锅子和盘子以及喂马的草料。他出发了——叮叮、哨哨、咕咕、咚咚，躯体似乎是一座移动的废物堆。

他来到一座破木桥的中间，桥板突然塌陷，他和他的马都坠入河中，淹死了。临死前那一刻，他很懊悔，他忘了带一个救生筏。

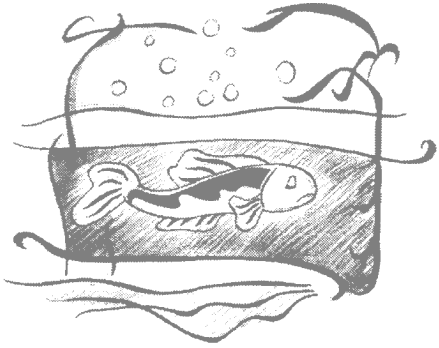


星星点灯：维护生命的只有一件东西，只要我们能把握住这一件东西，其他的几乎尽可以舍弃。这是什么呢？每个人都会有自己的答案。

泥鱼的故事

有位得道禅师问弟子是否听过泥鱼的故事，弟子摇首。禅师说：“洞庭湖冬季干涸，生物难活，泥鱼为求生存，每于冬初身潜湿泥，口衔泥水，静止不动，苟延残喘。渔人乍见，每误为泥巴。及至春暖水开，难关一过，泥鱼则生气盎然。”略为停顿，禅师一个字一个字吐出真言：“微如泥鱼，尚知顺应环境以求生在生而为人，岂可挫于逆境，一蹶不振？”

许多人只是轻轻跌了一跤，就以膝盖疼为由，要人家扶他起来。但人生如擂台，一旦你如拳王泰森般被击倒，谁来扶你？除了自己努力外，十秒钟的时间，不会有人来帮你的。站起来，就可以再战；躺着，机会就没了。



星星点 灯：伤心莫大过心死，如果一个人的心已经死了,那么他的人也就跟着死掉了。任何人都不可能一帆风顺地走过每一段路，总有摔倒的时候，爬起来就是了。

面对死亡

特技演员摩洛可，一生做过许多大明星的替身，老年的时候，人家访问他“当你骑着摩托车冲出火窟或飞越峡谷……等等,你难道不害怕吗?”他回答“我的祖父、父亲也是干这一行的，而且父亲为此摔断过一条腿，但他不害怕儿子也从事这危险度极高的行业。我不害怕，但我每次都已经准备好不是活着，就是死亡。其实，当你正视死亡，并向它挑战时，它就变得稀松平常了。”

有人访问另一位功绩彪炳的将军，他说他参加过无数次大小战斗，全身至少留下 20 个弹疤，但他依然活到现在，每一枚勋章都代表死亡输了他一个回合。如今，垂垂老矣的他，说已准备好随时听候死神召唤，他觉得已活得相当丰富，没有什么遗憾了！

星星点灯 死神也怕咬紧牙关。有时人的钢性是能和死亡相抗衡并且会取得胜利的　当灾难突降的时候，千万不要轻易放弃，也许咬紧牙关再挺几分钟，死神就会被你的韧性征服。

做自己的主宰

看过电影《末代皇帝》的人，都觉得溥仪一生命运有一大半是掌握在别人的手里的。那深且高的宫墙围住了他的生命，因此，他的生命虽是属于中国历史的一部分，却无所谓个人的风采；有，也只是黯黯淡淡的。

看过布袋戏的人都会觉得那些木偶，生死哀乐皆操纵于其操纵者的两只手、一张嘴上。那些木偶有既定的脚本、既定的命运，没有一个能逃出其中。

可是，人不一样，你个人生下来，你可以讲自己的话，也可以讲别人教你的话，就看你个人的把握。你有多种脸谱可以试戴，忠、奸、险、善，各不相同。

有个学生，高中时想念的是法律系，可是高考结束后却被经济系录取了。但他没有气馁，而是在大学读了自考的法律专业，最后终于拿到了法学文凭。

星星点灯：谁是自己的主宰、谁就是命运的主宰，谁把握了自己的思维和自己行动的自由，谁就能随心所欲地导演自己的人生

需要全本请访问 www.ertongbook.com

生命只需一颗心脏

利奥·罗斯顿是美国最胖的好莱坞影星，他腰围6.2英尺，体重385磅，1936年在英国演出时，因心肌衰竭被送进汤普森急救中心。抢救人员用了最好的药，运用了最先进的设备，仍没挽回他的生命。临终前，罗斯顿曾绝望地自语："你的身躯很庞大，但你的生命需要的仅仅是一颗心脏！"

罗斯顿的这句话，深深触动了在场的哈登院长，作为胸外科专家，他流下了眼泪。为了表达对罗斯顿的敬意，同时也为了提醒体重超常的人，他让人把罗斯顿的遗言刻在了医院的大楼上。

1983年，一位叫默尔的美国人也因心肌衰竭住进了这家医院，他是位石油大亨，两伊战争使他在美洲的10家公司陷入危机，为了摆脱困境，他不停地往来于欧亚美之间，最后旧病复发，不得不住进来。

墨尔的心脏手术很成功，他在这儿住了5个月就出院了，不过他没回美国。他在苏格兰乡下有一栋别墅，是他10年前买下的，他在那儿住了下来。1988年，汤普森医院百年庆典，邀请他参加，记者问他为什么卖掉还在赚钱的公司，他指了指医院大楼上的那一行金字说：利奥·罗斯顿。

不知记者是否理解了他的意思，总之，在所有的媒体

上都没找到与此有关的报道，后来有人偶尔在一本传记中发现这么一句话：富裕和肥胖没什么两样，也不过是获得超过自己需要的东西罢了。

也许，这就是答案。



星星点灯：为了使平凡的生命能够绚丽多姿很多人苦苦地挖空心思，获取装扮的东西，其实只是活着这个事实本身，就已经非常美丽了。

最不幸的

一个婴儿刚出生就夭折了。一个老人寿终正寝了。一个中年男人因车祸而亡。在去天国的路上，三个灵魂结伴而行。

婴儿很伤心，他对老人说:“上帝太不公平了,你活了这么久，而我却等于没活过，我失去了整整一辈子。我最不幸了。”

老人说：“你几乎不算得到生命，所以也就谈不上失去。谁被生命赋予最多，死时失去也最多。长寿非福啊。”

中年人叫了起来：“有谁比我惨？你们一个还没开始生活，一个活了那么久，我却正活在中年，过去和未来都没有了。’这时上帝说话了:“已经逝去的和还未到来的,你们全都算到了自己头上，都认为自己失去最多，有这种念头，你们都够不幸的。”

星星点灯：从大处看，人生是一段很长的距离,从细处看,人生其实就是一个个的点。如果明日可待今天亦须努力,既然往事无可追,何必悔恨伤怀

诗人的花园

一名诗人陷入到自己作品的虚无中而无可自拔，于是想到了自杀。

他来到一片空旷的野地里，给自己挖了一个坟坑，他看这坑太光秃，就在周围种上树木和花草。渐渐地，他迷上了园艺，醉心于培育各种珍贵的树木和奇花异草。他的花园也驰名于世，吸引了一批又一批的游人。

有一天，诗人听到一个小女孩问他的妈妈：“妈妈，这是什么啊？”

妈妈回答：“我不知道，你问那位叔叔吧。”

小女孩的手指着的正是从前诗人为自己挖的坟坑。诗人脸红了，他想了想，说：“小姑娘，这是叔叔特意为你挖的树坑，你喜欢什么，叔叔就种什么。”

小女孩和她的妈妈都高兴地笑了。

后来，那个坟坑所在的地方盛开了一棵灿烂的向日葵。

星星点灯：人生一世，为什么不做些你喜欢做的事呢？只要他不会伤害别人，只会为你自己和那些你牵挂的人们带来好处。要学会在适当的时候，选用适当的方式做你正在做的事，而不会感觉紧张费力。

哪里有吉祥草

有个老妇人死了心爱的儿子，悲伤欲绝，她想到这世上惟一可以帮她救活儿子的，就是大慈大悲的佛陀。

“佛陀啊,求您救活我的儿子,如果您能救活他,我将成为您的仆人，终身护侍。否则，我绝不再信仰您了。”老妇人向佛陀表述说。

佛陀听了她的祈祷,不以为然,微笑着告诉她:“世上有一种吉祥草，如果你能找到它给儿子服用，儿子就一定会起死回生。”

老妇人一听，迫不急待地问：“哪里有吉祥草？”

“这草生长在没有死过人的家中，你赶快去找吧！

老妇人开始夜以继日地挨家挨户叩求。但是去遍各地，没有一户不曾死过人？她陷入绝望痛苦的深渊。蓦地，她觉悟了死亡是人人必经的过程这一至理。

星星点灯：吉祥草象征着永恒的生命，而生命只有在如大河般川流不息的新旧更替中才能获得真正的永恒，如果一旦它停止了流动，就会渐渐变成一潭死水，也就谈不到什么永恒了。

角色的需要

前不久，家中飞进一只蝙蝠，那是只肥硕、令人作呕的大蝙蝠。做为所谓的一家之长，保护舒适惬意的家不受外敌侵扰的任务自然落到我的头上，说得更准确些，这就是男人的义务和责任。

以扫帚为武器，闯开浴室的门，向这个可恶的家伙身后猛地扔去一个小枕头，可那家伙却纹丝不动。我是个大男人，这种感觉哪能使我在眼下这只蝙蝠面前胆怯呢？但我的确觉得自己进退两难。

面对这只令人毛骨悚然的大蝙蝠时，我设想：如果我告诉妻子，我管不了这怪物，让她或请别人来捕，那又会怎么样呢？不过，这我是干不出来的。

我轻轻地将窗子打开，慢慢地把便池盖子盖好，小心翼翼地举起扫帚，把这只捣乱鬼赶出了家门。妻子赞叹我干得棒极了。几天后，我的儿子听说了这件事，也兴奋不已。大伙都想知道我是怎样赶走蝙蝠的。我开始讲述，不过，心里的另一番话却咽了下去。

这些话男人是不会说的。

星星点灯：人常常被与自身本身不符的角色所困扰。但强烈的责任感会驱使他出色地完成任务不轻易地说自己“不行”，重要的是要负责任，尽义务，说你行，你就要行，不行也得行。

需要全本请访问 www.ertongbook.com