



生活智典
Live as Wise Man

做一个心灵富翁

ENJOY

何南辉 著

YOURSELF

WITH

A

前面有阴影，你看到的是晦暗，还是背后一直跟着的阳光？

外面吹着风，你是无奈的拨弄乱发，还是将风筝放上高高的蓝天？

天空下着雨，你是抱怨地上的泥泞，还是等待雨后的七色彩虹？

漆黑的夜里，你是缩在屋中一角，还是走出屋外仰望星星？

你要当一个乐观的心灵富翁，还是沮丧的心灵乞丐？

RICH

SPIRIT

作家出版社

Enjoy Yourself with A Rich Spirit

做一个 心灵的富翁



生活
宝典

何南辉◎著

作家出版社

(京权) 图字: 01 - 2004 - 2229 号
图书在版编目 (CIP) 数据

做一个心灵富翁/何南辉著. - 北京: 作家出版社,
2004.4

(生活宝典)

ISBN 7 - 5063 - 2941 - 7

I. 做… II. 何… III. ①散文 - 作品集 - 中国 - 当代②随
笔 - 作品集 - 中国 - 当代 IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 025077 号

做一个心灵富翁

作者: 何南辉

责任编辑: 王为建

装帧设计: 每天出发坊

出版发行: 作家出版社

社址: 北京农展馆南里 10 号 邮码: 100026

电话传真: 86 - 10 - 65930756 (出版发行部)

86 - 10 - 65004079 (总编室)

86 - 10 - 65389299 (邮购部)

E - mail: wrtspub@public.bta.net.cn

http://www.zuojiaclubanshe.com

印刷: 北京京北制版厂

开本: 850 × 1168 /32

字数: 75 千

印张: 5.5

插页: 3

印数: 001 - 10000

版次: 2004 年 6 月第 1 版

印次: 2004 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 7 - 5063 - 2941 - 7

定价: 10.00 元



作家版图书, 版权所有, 侵权必究。
作家版图书, 印装错误可随时退换。



自序 做一个快乐自在的 心灵富翁

当富爸爸成了普世价值观的成功典范，当我们的生活越来越便利越享受，当我们的食衣住行娱乐各方面越来越花样繁多，亲爱的，你幸福吗？你快乐吗？

偶然回首，也许你会怀念物质匮乏的六十年代，因为那里有温馨的情意；也许你会想躲开城市的霓虹灯，因为你担负着过多的压力；也许你会想忘记自己的名字，因为你常常觉得人生乏味。

你是否想过：怎样的人生才是真的有价值？怎样的生活才算自在而没有遗憾？

得到与失去、付出与收受、快乐与伤心、成功与失败……我们又该如何看待其中的必然与不必然？

亲爱的，人生真的很复杂，复杂到我们穷其一生也难以解开奥秘；既然解不开，我们何妨单纯看待呢！只要寻找一种属于自己简单的幸福。简单的幸福里，也



能有真实的快乐。

几年前有次回中部小镇过农历年，初二我们全家开了两部车到雾社庐山洗温泉；初三早上起床后，有人提议到合欢山看山头的雪，于是在二月冷冷的天气里，我们往山上而去。

在武岭，我遇到了一个久未碰面的中学同学，他们一家三口也是利用年节假期上山看远处山头积存的白雪。但我惊讶的是，他是大老远骑摩托车上来的，山上很冷，大约只有摄氏七度左右。

我不免瞪大眼睛问他：“怎么骑摩托车上山？很冷耶！”

他微笑地说：“我只有摩托车，当然骑摩托车了，而且不会冷啊！我们一家人可以抱在一起互相取暖。”

我忽然疑惑谁才是“幸福”了。我们将车子的暖气打开，喝着罐装热咖啡、听着音乐上山，累了还可以舒服地靠在座椅上打盹。

2.

但我们没有用彼此的体温取暖，没有一家人抱在一起的心灵感动，没有享受到山上清冷中吹过耳边的风，也因车窗挡着，没有看到三百六十度的全景大视野。

开车上山是贫穷的，骑摩托车上山是富有的。

亲爱的，一客两千多元的法式套餐不



一定比一碗八十元的牛肉面更能喂饱肚子，一双四千元的 NIKE 弹簧篮球鞋穿起来不一定比两百九十元的球鞋舒服，一只数十万的劳力士手表比一百五十元的手表一年没有准几秒钟，一个上万元的 GUCCI 包包跟四百九十元的包包装的一样多，一套数万元的阿曼尼穿在身上并没有让自己美丽多少……

我们如果可以当一个富爸爸当然很好，但如果我们只是穷爸爸，我们还是可以让自己拥有丰富的心灵与生活。与其让我选择，我愿意是一个拥有富心灵的穷爸爸，而不是一个穷心灵的富爸爸，你呢？

希望透过书中的这些故事，可以让你我在面对失意、挫折时能多些勇气，能在忙碌的追逐中缓下脚步重新看待自己，让自己不管有没有钱过舒服享受的生活，都能是一个心灵上的富翁，都能活得快乐自在。

最后，让我以爱弥儿说的话作为本文结尾。爱弥儿说：“知足的人永不会穷，不知足的人永不会富。”



目 次

自序 做一个快乐自在的心灵富翁	1
走进星星的世界	3
不要预支明天的烦恼	6
将失败包装为成功	8
你找不到白吃的午餐	11
最美丽的一条人生路	14
打扫积存心中的尘埃	17
你的聪明不一定是真聪明	19
成功往往最后一分钟才来访	21
从批评中找到进步动力	24
相信自己可以做到	27
化挫折为前进的助力	29
往光明的那一面看	32
一千零九次的失败	34
让自己的脑袋活起来	37
彼此温暖依靠的美好	39
善意付出是快乐的源头	41
从缺憾中找寻无限可能	43



成功者背后的秘密	46
做一个完全的自己	48
烦恼都是自己找来的	50
梦想是人生最大的资产	52
不要想一次抓两只兔子	54
打好每一场人生牌局	56
没有行动的梦想只存在于黑夜	58
共创成功的美好生命	60
多观察事物的不同面向	62
摆脱虚假表象的迷惑	64
明天会更好建筑在今天的努力	66
跨越心中矗立的那座山	69
自己的力量才是走过困境的动力	71
没有人了解你是因为你从不说	73
学习是前进动力的来源	75
勇敢迎向生命挑战	77
失败是成功的邻居	79
不要徘徊人生路口	81
不要把自己框在失败牢笼中	83
找一处心灵的宁静角落	86
失败并没有想象中可怕	88
善意付出共创美好的明日	90
不断学习的人生才美丽	92
每天给自己快乐好心情	94
给自己一张梦想支票	96
别以为自己真的懂很多	98
先天的逆势是成功的第一章	100



人生处处有惊喜	102
生命奋斗目标的实现	104
自负是失败的第一个名字	106
多说好话就有美景	108
一知半解不如不知	110
坚持才能让上帝看见你	112
幸福从未远离过	115
老天给了我们许多幸福机会	117
赶走心中不当的欲念	119
恰到好处才有真滋味	121
光明自在的无忧心	123
身份只是暂时的注记	125
活出自己的特质与热情	127

附 录	129
苏匡弼的故事	133
林煜智的故事	136
谢坤山的故事	140
简明圳的故事	143
徐游柳的故事	146
庄青一的故事	148
侯玉凤的故事	152
陈俊翰的故事	154
阿娥的故事	157
江灿腾的故事	159

前面有阴影，
你看到的是晦暗，
还是背后一直跟着的阳光？

外面吹着风，
你是无奈的拨弄乱发，
还是将风筝放上高高的蓝天？

天空下着雨，
你是抱怨地上的泥泞，
还是等待雨后的七色彩虹？

漆黑的夜里，
你是缩在屋中一角，
还是走出屋外仰望星星？

一个人的时候，
你是觉得寂寞难耐，
还是找到一个宁静的空间？

你要当一个乐观的心灵富翁，
还是沮丧的心灵乞丐？



走进星星的世界

打败自己的不是环境，而是自己。

有一个美国年轻军官接到调动命令，人事令上将他调派到一处接近沙漠边缘的基地。

他原本反对新婚的妻子跟着他离开都市生活前往受苦，但妻子为了证明夫妻同甘共苦的深情，执意陪同前去。

年轻军官不得已只好带着妻子前往，并在驻地附近的印第安部落中帮妻子找了个木屋安顿下来。

该地夏天酷热难耐，风沙多且早晚温差变化大，更糟的是部落中的印第安人都不懂英语，连日常的沟通交流都有问题。

过了几个月，妻子实在是无法忍受这样的生活，于是写了封信给她的母亲，除了诉说生活的艰苦难熬外，信末还说她准



备回繁华的都市生活。

她的母亲回了封信跟她说：“有两个囚犯，他们住同一间牢房，往同一个窗外看，一个看到的是泥巴，另一个则看到星星。”

妻子倒不是真的想离开丈夫回都市，原也只是发发牢骚罢了！接到母亲的信件后，她便对自己说：“好吧！我去把星星找出来。”

从此以后她改变了生活态度，积极地走进印第安人的生活里，学习他们的编织和烧陶，并迷上了印第安文化。

她还认真地研读许多关于星象天文的书籍，并运用沙漠地带的天然优势观察星星，几年后出版了几本关于星星的研究书籍，成了星象天文方面的专家。

心灵加油站

朗布利奇：“两个人同时向窗外观望，一个看到的是泥土，另一个看到了星星。”

亲爱的，我们常常会抱怨失败总是比成功多太多了，却很少去思考过失败的真正原因，而轻率地将之归咎于大环境所造成，个人的小力量是无法改变的。



其实认真想来，打败自己的不是环境，而是自己。环境不会为我们做任何改变，惟有改变自己并走进星星的世界，才能找到生命的依归与生活的目标。

请不要抱怨环境让你无法一展长才，努力去找寻属于自己的闪耀星星吧！



不要预支明天的烦恼

人生里有 93% 的烦恼都不是必须的，它们只存在于想象中。

有个小和尚，负责每天早上清扫寺庙院子里的落叶。

在冷飕飕的清晨起床扫落叶实在是一件苦差事，尤其在秋冬之际，每一次起风时，树叶总好像永远也落不完似的随风飞舞飘下。

每天早上都需要花费许多时间才能清扫完树叶，这让小和尚头痛不已。他一直想要找个好办法让自己轻松些。

后来有个和尚跟他说：“你在明天打扫之前先用力摇树，把落叶统统摇下来，后天就可以不用辛苦扫落叶了。”

小和尚觉得这真是个好办法，于是隔天他起了个大早，使劲地猛摇树，这样他就可以把今天跟明天的落叶一次扫干净



了。一整天小和尚都非常开心。

第二天，小和尚到院子一看，他不禁傻眼了。院子里如往日一样是落叶满地。

老和尚走了过来，意味深长地对小和尚说：“傻孩子，无论你今天怎么用力，明天的落叶还是会飘下来啊！”

小和尚终于明白了，世上有很多事是无法提前的，惟有认真地活在当下，才是最真实的人生态度。

心灵加油站

哈里伯顿：“怀着忧愁上床，就是背负着包袱睡觉。”

亲爱的，人生里有 93% 的烦恼都不是必须的，它们只存在于自我的想象中，往往不会出现。

许多人心里潜藏着一只名字叫做“烦恼”的小蚂蚁，常常放它出来吃掉自己难得的快乐。

不用预支明天的烦恼，不用想早一步解决掉明天的烦恼。明天如果有烦恼，你今天是无法解决的，每一天都有每一天的人生功课要交，努力做好今天的功课再说吧！



将失败包装为成功

成功人士不是没有失败，而是懂得将失败包装为成功的人。

纸，在两千年前由蔡伦发明，改变了书写的历史。在将近一百年前的二十世纪初叶，美国史谷脱纸业公司买下一大批纸，因运送过程中的疏忽，造成纸面潮湿产生皱折而无法使用。

面对一仓库的无用的纸，大家都不知如何是好，在主管会议中，有人建议将纸退回供应商以减少损失，这个建议获得所有人的附议。

该公司负责人亚瑟·史谷脱却不这么想，他认为不能因为自己的疏失而造成别人的负担。

但这批纸放在仓库中实在让他大伤脑筋，他一直想着怎样去利用这批旁人眼中毫无用处的瑕疵品。