

咸也好， 淡也好

超越了咸与淡的分别，才能真正品味到咸菜的好滋味与白水的真清甜，这是我们每个人都应领悟的最高境界。

裴玲 编著

Xianyehao
danyehao



"咸"，指的是强烈的信念、炽热的情感、剧烈的痛苦、沉醉的痴迷，彻骨的孤独，狂热的爱恋……

"淡"，指的是轻松的自由、欣赏的生活、适当的沉默、细心的关怀、温和的知足，伟大的平凡……

咸也好， 淡也好



裴玲 编著

Xianyehao
danyehao

超越了咸与淡的分别，才能真正品味到咸菜的好滋味与白水的真清甜，这是我们每个人都应领悟的最高境界。

内 容 提 要

《咸也好,淡也好》的“咸”,指的是强烈的信念、炽热的情感、剧烈的痛苦、沉醉的痴迷、彻骨的孤独、狂热的爱恋……

《咸也好,淡也好》的“淡”,指的是轻松的自由、欣赏的生活、适当的沉默、细心的关怀、温和的知足、伟大的平凡……

超越了咸与淡的分别,才能真正品味到咸菜的好滋味与白水的真清甜,这是我们每个人都应领悟的最高境界。

图书在版编目(CIP)数据

咸也好,淡也好/裴玲编著. —北京:中国纺织出版社, 2004.1

ISBN 7-5064-2845-8/B·0065

I. 咸… II. 裴… III. 个人—修养—通俗读物 IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 108512 号

策 划:詹琰 滑志 金跃军 责任编辑:詹琰 特约编辑:王延丰

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

电话:010-64160816 传真:010-64168226

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京飞达印刷有限责任公司印刷 各地新华书店经销

2004年1月第1版第1次印刷

开本:850×1168 1/32 印张:8.875

字数:198千字 印数:1-6000 定价:19.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社市场营销部调换

前言

本书源于这样一则故事：

老僧的一位老友来拜访他，吃饭时，他只配一道咸菜。老友不忍地问他：“难道这咸菜不会太咸吗？”

“咸有咸的味道。”老僧回答道。

吃完饭后，老僧倒了一杯白开水喝，老友又问：“没有茶叶吗？怎么喝这么平淡的开水？”

老僧笑着说：“开水虽淡，可是淡也有淡的味道。”

是啊！咸菜的咸与白开水的淡就像我们在人生中遇到的不同情境与事件，在我们无力做出选择的情况下，命运安排我们什么，我们就享受什么好了！

漫漫人生路我们需要品尝各种滋味，需要体验各种心境，样样不可缺，样样不可少，这才是圆满的结局。

《咸也好，淡也好》的“咸”，指的是强烈的信念、炽热的情感、剧烈的痛苦、沉醉的痴迷、彻骨的孤独、狂热的爱恋……

《咸也好，淡也好》的“淡”，指的是轻松的自由、欣赏的生活、适当的沉默、细心的关怀、温和的知足、伟大的平凡……

超越了咸与淡的分别，才能真正品味到咸菜的好滋味与白水的真清甜，这是我们每个人都应领悟的最高境界。

本书以“小故事”（或精品美文或寓言说理）+“咸淡指数”+“咸言淡语”的形式，演绎生活中的咸与淡，而在这咸与淡中你还可以品尝出种种不同的滋味，它们就是每天与我们常见却往往又擦肩而过的种种生活哲理。它们始终高扬着人性的温情，同时又带给我们最为睿智的思考。

《咸也好，淡也好》能顺利与各位读者见面，还得感谢那些故事的创作者们，是他们给予了我们生命最深处的感动与点拨。这里再次表示感谢！



目 录

- | | |
|--------------|--------------|
| 豁达人生/1 | 最平凡的美丽/31 |
| 享受生命的冬天/2 | 休息后的惊喜/33 |
| 河边的橘子树/3 | 品味幸福/35 |
| 树立贫困中的尊严/4 | 别想太远/36 |
| 最实在的幸福/6 | 如水亲情/37 |
| 不易得到才去争/7 | 没有对错/39 |
| 与绞刑架无关/8 | 失误也精彩/40 |
| 取决于感受/9 | 随手丢弃的幸运/41 |
| 最好的消息/10 | 久违的幸福/42 |
| 生命不能承受之重/11 | 拂净心灵/44 |
| 瀑布旁的睡鸟/12 | 感谢沉默/45 |
| 长凳上做美梦/13 | 书的命运/47 |
| 佛在心中/14 | 无言亲情/48 |
| 君子之交/15 | 爱在身边/49 |
| 南极的另一端/16 | 心里开花儿/51 |
| 放开,并不等于失去/17 | 跌倒在优势上/53 |
| 诚实的甜果/19 | 离家才知回家/55 |
| 找对切入点/21 | 坚守梦想/56 |
| 船夫的生活/23 | 母爱无处不在/58 |
| 乡村老鼠进城/25 | 陌生的训斥/60 |
| 安逸之后是平庸/26 | 乐观的心安草/62 |
| 快乐无处不在/27 | “不是”三七二十一/63 |
| 不是怕他/28 | 只因省略了过程/65 |
| 拾空香水瓶的老人/29 | 事看两面/67 |
| 信念是免费而无价的/30 | 回家与居家/68 |

咸

也

好

淡

也

好



咸

也

好

淡

也

好

说给女人/70
别致的浪漫/72
宁愿愚蠢/73
咀嚼回忆/74
抽不出来的“手”/75
扫出平淡/76
朗读残破/78
帮助小老鼠/79
相信玻璃瓶/80
退回来的“路”/81
没有争执的金钵/82
亲吻喜悦/83
走向纯真/84
数数马铃薯/85
送支半开的玫瑰/86
爱的真正标志/87
要求默默/88
坦然面对失去/89
忍耐口水/90
播种喜悦/91
慈善的赞美效果/92
尊贵的自知/93
比宝石贵重的/94
无言恩情/95
健美心态/96
只管发光/97

眼睛在上面/98
伟大的平易/99
付账的天使/100
高兴第二名/102
鲜活的左手/103
希望是“下一个”/104
太阳还会升起/106
强壮的温和/108
人之好面/109
祝福显露/111
为多彩工作/112
道歉的勇气/113
制服恐惧/114
迟到的花香/115
关于平静/116
比财宝还重要的/117
君子之风/118
温馨之光/119
名字不改/120
漂亮的姑娘/121
减少街口/122
天堂的所在/124
3天后的日子/125
向后飞的小鸟/126
坐着摇椅慢慢聊/127
背筐拾柴/129



- 都是一样的/130
可贵的真诚/131
别同情/132
最高点/133
另一类阳光/134
“横冲直撞”/136
滋润可怜/137
把碗晾干/138
一枚怀表/139
随遇而安/140
控制风度/142
随缘自适/143
残缺的完美/145
回家的路上/146
那个守塔人/147
优雅的电梯员/149
挖坑儿教子/152
岁月的老酒/154
爱是细细的针法/156
风轻云淡/157
开辟精神花园/158
说说苦难/160
捷径颠簸来/162
爱成绕指柔/163
穿红色衣服/165
善意的欺骗/167
人生两件宝/168
你也是房客/170
妈妈的一句话/171
忘了自家电话/173
孩子崇拜的人物/174
雨夜的电话铃声/177
吃面条的盲人/179
常想一二/181
自豪与出息/183
永远炽热/184
失而复得的朋友/186
感受幸福/187
开水和蛋糕/188
夸奖“干净”/190
热爱平凡/192
现在就是礼物/194
苦中求乐/196
忏悔之语/198
宽恕/200
妻子饿着/202
感恩/203
有甜有咸/205
第五个人/206
给自己一个希望/208
另一种“死法”/210
陌生的关爱/212

咸

也

好

淡

也

好



咸

也

好

淡

也

好

与幸福同在/214

真爱/216

让心灵优雅驻足/217

幸福是一种感觉/219

宽容/221

幸福时刻/223

知足/225

艺术的源泉/227

泥土的色彩/229

生命的守望/231

穷人的爱情/233

什么也不说/234

笑对病魔/236

比富人“富有”/238

我不能为你而死/239

最高的价格/241

传递关爱/243

懂得欣赏/245

欣赏自己/247

人生的答案/249

看轻自己/250

救命的弱点/252

在自卑中奋起/254

向苦难致敬/255

选择平实/256

忍让/258

意外收获/260

最美的旋律/261

“入乡随俗”/262

平凡之爱/263

茶水免费/264

如此尽责/265

人生的内容/267

人生需要“晴天霹雳”/268

爱的姿势/270

朴素的诚实/272

生命的意义/273

对儿子的“理解”/275



豁达人生

三伏天，禅院的草地枯黄了一大片。“快撒点种子吧！好难看哪！”小和尚说：“别等天凉了。”

师父挥挥手：“随时！”

中秋，师父买了一包草籽，叫小和尚去播种。秋风起，草籽边撒、边飘。“不好了！好多种子都被吹走了。”小和尚喊。

“没关系，吹走的多半是空的，撒下去也发不了芽。”师父说：“随性！”

撒完种子，跟着就飞来几只小鸟啄食。“要命了！种子都被鸟吃了！”小和尚急得跳脚。

“没关系！种子多，吃不完！”师父说：“随遇！”

半夜一阵骤雨，小和尚早晨冲进禅房：“师父！这下真完了！好多草籽被雨水冲走了！”

“冲到哪儿，就在哪儿发！”师父说：“随缘！”

一个星期过去了。原本光秃的地面，居然长出许多青翠的草苗。一些原来没播种的角落，也泛出了绿意。

小和尚高兴得直拍手。

师父点点头：“随喜！”

咸

也

好

淡

也

好

咸淡指数	咸言淡语
咸：☆☆☆☆☆	随不是跟随，是顺其自然，不怨怼、不躁进、不过度、不强求。随不是随便，是把握机缘，不悲观、不刻板、不慌乱、不忘形。这是一种达观，一种洒脱，一份人生的成熟，一份人情的豁达。
淡：★★★★★	





xian ye hao, dan ye hao

享受生命的冬天

一位正直的老人在酷热难当的天气里亲手耕犁他的土地，亲手把纯洁的种子撒进松软的土地里。

忽然，在橡树树阴下，一个神的幻象出现在他的面前！老人非常惊讶。

“我是菩提仙”，这个神用亲切的口吻说：“你在这儿做什么，老人家？”

“如果你是菩提仙，那你还问什么？”老人回答说，“在我童年的时候，你叫我到蚂蚁那儿去，我看到它们的所作所为，从它们那里学会勤奋和积蓄。我从前学到什么，我现在就要做什么。”

“你只是学到了一半儿，”神灵说，“再到蚂蚁那儿去一次，还要从它们那儿学会在你生命的冬天里去休息、去享受自己的贮藏。”

咸淡指数

咸：★★★★☆

淡：★★★★☆

咸言淡语

在人生的道路上，跋涉是绝对必要的，休息也是绝对必要的。不懂得休息的人，品尝到的滋味只有苦涩和沉重。从另一个角度来说，休息是为了走的更远。

咸

也

好

淡

也

好



河边的橘子树

有一天，一位老和尚吩咐身边的一群小和尚，每人去南山打一担柴回来。这是老和尚第一次吩咐下来的事情，小和尚们不敢怠慢，匆匆赶往南山。

一路上，小和尚们暗暗立下决心，呆会儿一定要尽可能多打些柴。眼看快到南山了，却被一条宽阔的大河挡住了去路。小和尚们只好垂头丧气地回来见老和尚，并向他禀明详情。见老和尚没有责怪的意思，小和尚们才一个个放下心来。

但是有一个小和尚从怀中掏出了一个橘子，递给师傅说：“过不了河，打不了柴，我看见河边有棵橘子树，就顺手把树上惟一的一个橘子摘下来了。”后来，这个小和尚成了老和尚的衣钵传人。

咸

也

好

淡

也

好

咸淡指数

咸言淡语

咸：☆☆☆☆☆

淡：★★★★☆

这世界上有很多过不了的河。过不了河掉头而回，原本无可非议。盯着奔腾的河水发愁，更是许多人的常态。但是智者总能在无路可走的境遇之中，发现河边的“橘子树”，从而享受另一种人生境界。



xian ye hao, dan ye hao

树立贫困中的尊严

一对穿着整齐素净的夫妇，带着一个大约六七岁的小男孩，来到一家著名的正统西餐厅。

他们坐定之后，侍者递上菜单，这对夫妇看也不看琳琅满目的丰富菜肴，直接将菜单还给侍者，点了一份价格最低的牛排。侍者脸上露出诧异的神色，迟疑地问道：“一份牛排？可是你们有三位，够用吗？”那位爸爸腼腆地笑了笑，说：“我们都吃过了，牛排是给孩子吃的！”很快地，那一家人所点的牛排，包括餐前的浓汤及生菜沙拉，送到了小孩的面前，父母亲其乐融融地看着他们的孩子用餐。

这种三个人只点一份牛排的情形，在这家十分高级的餐厅中，难免引起一旁其他客人的侧目，同时，也引起餐厅经理的注意。经理找来负责服务那一桌的侍者，询问是什么状况？侍者简单地回答，是一对溺爱小孩的父母，只点了一份最便宜的牛排，给他们的孩子。

经理了解情况后，难免对这一桌特殊的客人多注意些。他发现，这对父母在教导孩子使用桌上的刀叉时，取用的顺序十分正确；而且对于孩子的用餐礼节，也要求得相当严格，反复而有耐心地、一次又一次地教他们的孩子，直到他做对为止。

这位餐厅的经理，看到这种情况，知道这一家人的情况和侍者所说的，事实上有着极大的出入。于是经理叫来

咸

也

好

淡

也

好



侍者，交代了几句话。随后，侍者端着两杯咖啡，送到那一家人的桌前。那位妈妈连忙摆手，正要说他们没有点……经理走上前去，礼貌地告诉他们，这是餐厅招待的。然后，经理和这对夫妇聊了起来，终于了解了为什么这一家人只点一份餐点的真正原因。

那位爸爸说：“不怕你知道，我们的经济状况很差，根本吃不起这种高级餐厅的晚餐，但我们在贫困环境里长大的小孩，更可能会有不凡的成就。我们希望能及早教会他正确的用餐礼仪；更重要的是，我们也想让孩子在成长过程中，记住自己曾在高级餐厅中，接受过备受尊重服务的那种感觉，希望他无论在贫穷还是富贵中，都能成为一个永远懂得自重的人。”

咸

也

好

淡

也

好

咸淡指数	咸言淡语
咸：★★★★☆	贫困的环境能毁灭一个人，也能铸就一个人。在这样的环境中，最不能丢失的就是做人的尊严。人一旦获得尊重，就会努力去获得更多的尊重，然而尊严一旦丢失，尊重也就无从谈起。
淡：☆☆☆☆☆	





xian ye hao, dan ye hao

最实在的幸福

小玲天生就是个爱说话的人。小玲和大明谈恋爱的时候，小玲经常给大明说自己的故事。比如童年有一回去城里迷了路，半夜才回到家，急得一家人都快疯了；又比如夜晚到村边的池塘捉青蛙，捉了一篮子又都放回了池塘，因为她看那些青蛙太可怜；再就是家长里短，左邻右舍的各种轶闻趣事，反正都是些芝麻绿豆大的琐事。

那时大明很喜欢听她说话，喜欢她说话时的语气、姿态、声音，他甚至认为在月色朦胧的夜晚，听自己喜爱的姑娘说话，是最浪漫、最幸福的事。

两人结婚后，小玲还是话多，但内容有些变化，多半是嫌大明睡觉前不洗脚、睡觉打呼噜等等。大明开始烦她的唠叨了。开始的时候，大明还说两句：“你有完没完？”到后来干脆以沉默来抗议小玲的唠叨。小玲 40 岁的时候，不幸得了喉癌，日渐消瘦，一句完整的话都说不出来。大明开始怀念她以前的唠叨，他想再听小玲讲那些陈谷子烂芝麻的往事，想听她临睡前让自己洗脚的唠叨，但小玲已经无法吐出一个字了。

病魔最终夺去了小玲的生命，大明的世界突然安静下来。深夜对着小玲的照片，大明禁不住泪流满面，他终于真切地体会到：爱人的唠叨是自己的福分。

咸淡指数

咸言淡语

咸：☆☆☆☆☆

淡：★★★★☆

女人的唠叨是琐碎的生活中最为常见的事情。之所以唠叨是因为她心中有爱，有关怀。如果你对这些视而不见，等到失去时，后悔已晚矣！让我们每个人都珍惜好手中的幸福吧！这是最实在、最珍贵的东西。

咸

也

好

淡

也

好



不易得到才去争

小村里，一位老农把喂鸡的草料铲到一间小茅屋的屋檐上，这令他的邻居感到十分奇怪，有人便问：“老公公，你为什么不把喂鸡的饲料放在地上让鸡吃呢？”

老农说：“这种饲料质量不好，要是放在地上，鸡会不屑一顾；但放到让它勉强够得到的屋檐上，它就会努力去吃，直到把全部饲料吃个精光。”

邻居将信将疑地问：“这是真的吗？”

老农笑着说：“不信你就站在这儿看！”

果然不出老农所料，先是有一只鸡跳到小茅屋的房顶上，当它惊奇地发现屋檐上有饲料时，兴奋地“咯咯”叫着。不一会儿，又跳上来几只鸡，它们小心地站在房檐边上，不顾危险美美地吃着，不一会儿就把屋檐上的饲料吃得干干净净。

咸

也

好

淡

也

好

咸淡指数

咸言淡语

咸：☆☆☆☆

淡：☆☆☆☆

不易得到才会珍惜。人们常常会去争夺一些东西，这些东西对这些争夺者来说有时并不重要，只是由于见别人争，他也去争；由于不容易到手，他才去争。真的争到手了，才感觉自己实在没有必要为此费那么大劲。



xian ye hao, dan ye hao

与绞刑架无关

从前，有三个强盗。他们无恶不作，最终他们其中的一个落入法网，被施以绞刑。

另外两个强盗听说了这件事，都陷入了沉思——良久，一个强盗说：“如果世上没有绞刑架，或其它刑具该有多好啊！咱们想吃想穿了，就去抢，有吃有穿了，就到处玩，逍遥自在地过日子。‘强盗’真算得上是一种很好的职业呢。”另外一个强盗却回答说：“唉，你真是个笨蛋！世上如果没有绞刑架，或其它刑具，那人们还不一窝蜂地争着来当强盗，那时，我们的勾当就干不成了。所以说，绞刑架是咱们的大恩人。那个倒霉的家伙被警察抓住，只能怪他无能，怪不到绞刑架！”

咸

也

好

淡

也

好

咸淡指数

咸言淡语

咸：★★★★☆

淡：☆☆☆☆☆

世上的各行各业莫不如此。正是因为有着各自的缺陷和困难，才能把一切心存畏惧和自卑的人拒之门外，减少竞争者。

很多时候，障碍不仅不是我们的敌人，还是我们的恩人。当然，前提是我们有能力跨越障碍而不是被障碍吓倒。



取决于感受

一个对都市文明极度反感的人，立志要到农村寻找自己的“精神世界”，于是不顾家人的反对，来到了一个偏僻的山村。村中竹丛处处，流水潺潺，他被眼前的景色迷住了，惊叹世间竟有这样的仙境。天空一片湛蓝，河水清澈甘甜，小山一派翠绿，完全是书上所说的山清水秀。加上悠然从容、四处闲逛的鸡、鸭、牛、羊，整个就是一幅世外桃源的画卷！

他高兴极了，准备就在这个小山村里定居了，从而沉醉于象陶渊明一样的田园生活里。半个月过去了，他每天在这里走走，那里看看，新鲜感渐渐地淡了。

两个月过去了，他感觉到了不适应：每逢下雨，到处泥泞不堪，简直没法走路；家禽家畜们随地拉屎拉尿；一不小心就被不知名的虫子咬上一口，又痛又痒；因为没电，村里的人天一黑就上床睡觉；因为时令的关系，吃的菜翻来覆去就那几样……住了三个月，他开始用“穷山恶水”来形容这个山村了。

半年之后，他怀着一种无法忍耐的心情离开了这座山村，到城市去找那无法丢弃的城市文明去了。

咸淡指数	咸言淡语
咸：★★★★☆	故事中的入很像《甲方乙方》中那个下农村体验生活的大款，城市受不了，农村受不了。富也受不了，穷也受不了。其实，环境只是客观因素，精神充实与否，很大程度上取决于人的主观感受。
淡：★★★★☆	

咸

也

好

淡

也

好