

给自己生活加一块糖，
给朋友送一份珍贵的礼。

小猪搬搬の 生活哲学

章金敏◎著



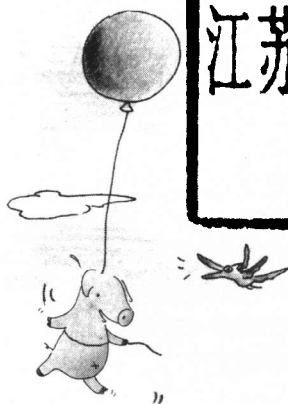
北方文艺出版社

小豬搬搬の 生活哲学

.....

章金敏◎著

江苏工业学院图书馆
藏书章



北方文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

小猪搬搬的生活哲学 / 章金敏著, —哈尔滨: 北方文艺出版社,
2005. 1

ISBN 7-5317-1773-5

I. 小... II. 章... 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 (2004) 第 136643 号

小猪搬搬的生活哲学

作 者: 章金敏

责任编辑: 安 路

装帧设计: 任燕飞设计室

出版发行: 北方文艺出版社

社 址: 哈尔滨市道外区大方里小区 105 号楼 邮编: 150020

电话传真: 86-51-53916005 (责编室)

86-51-53916020 (总编室)

印 刷: 北京师范大学印刷厂

开 本: 880 × 1230 1/32

字 数: 200 千

印 张: 5

版 次: 2005 年 2 月第 1 次印刷

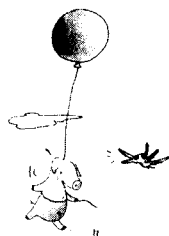
书 号: ISBN: 7-5317-1773-5

定 价: 16.8 元

版权所有 侵权必究

购书热线 (010) 82117051 82117050

目 录



序：猪猪物语 / 3

引言 / 7

第 1 章 乐呵乐呵，勿须烦恼

- ◆不要烦恼，自求多福 / 19
- ◆摆脱委屈，拒绝痛苦 / 23
- ◆害人之心不可有，防人之心不可无 / 27
- ◆做一只不屈不挠的忍者小猪！ / 33
- ◆退后一步天地宽 / 39
- ◆给自己一个崭新的标准 / 43

第 2 章 生活就是在田埂上轻松地漫游

- ◆田埂上的漫步者 / 51
- ◆快活自在变色龙 / 55
- ◆做一个“健忘”的人 / 59
- ◆生活在此刻 / 65
- ◆生活中时常“退避三舍” / 69

第 3 章 给我一个支点，我就可以撬起地球

- ◆给自己一个合适的目标 / 77



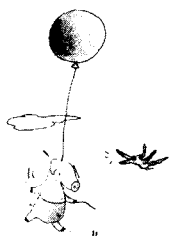
目

录

- ◆失败是成功之母 / 81
- ◆不要被暂时的成功所迷惑 / 85
- ◆扬长避短，迈上成功路 / 91
- ◆独门绝技手中留 / 97
- ◆每天往谷仓里扔一颗谷粒 / 101

第4章 轻松节拍，让你的生活 HIGH 起来

- ◆适度悠闲，赛过洞中神仙 / 111
- ◆兴之所致，手舞而足蹈之 / 117
- ◆敏感的人有福了 / 123
- ◆寂寞是福 / 129
- ◆财富越多，乐趣越少 / 135
- ◆美好生活，分分秒秒不错过 / 141
- ◆尾声：做一只猪猪会怎样？ / 145



序：猪猪物语

虱子，对于一只爱美、自信、充满魅力，并且业已成为成功人士的小猪来说，无论如何都是一件不可饶恕的事。搬搬可爱、诱人、衣冠楚楚，似乎他的一举一动都会为众人所效仿，你看他打着黑领结，穿着黑礼服的模样，那不就是一个彬彬有礼的绅士么？

他岂能容忍一只虱子，一只传播疾病、带来痛苦的虱子在身上为非作歹？

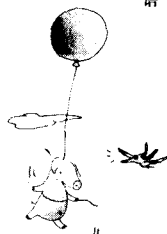
不过，搬搬的祖先可不是这样。他们对虱子钟爱有加，他们任由虱子在身上疯长，对于猪们短暂的生命来说，虱子提供了生命之外的意义，如同免费的按摩，按摩之后又可借机在泥塘里洗个澡，或是在墙上蹭蹭皮，那个痒啊……那个痛啊……简直妙不可言！

多么“美好”的生活啊！

就算是搭进一些血肉、平添一些痛楚，那又算得了什么呢？

他们在短暂的生命中跟虱子战斗、拼杀，并驯服了它们，也算是一次辉煌的生命历程吧。

所以，对于搬搬的祖先来说，让虱子爬上漂亮的猪



皮，那是一种格调，一种身份的象征，若是哪一头猪长得太瘦，缺膘少油，虱子还不愿去呢。

虱子就是猪生命中不可缺少的点缀，甚至是猪生命中锦上添花的东西，这种既讨厌又可爱的生物，就如同生命中那些细屑的琐事，让人既痛又痒。

在猪们的生命中，虱子确是不可少的东西，拥有虱子，那就是一种格调。

自古以来，猪又被看作是一种情感动物，尤其是对那些挣扎在别人的命运中的猪而言，多愁善感几乎成了他们的标签，如果你能细心地观察猪们的一举一动，你就很容易发现他们有时会无声地落泪，他们的高兴与悲伤都很容易看出来。

在搬搬所处的现代社会中，猪们不再被要求奉献出自己的血肉，可是，他们一方面奋勇直追，找寻着各自的成长和价值，另一方面，他们也为自己的家庭做着贡献，并承受着前辈们从未承受过的压力。

在一个清洁的现代社会的，虱子跑了，烦恼来了，天性的敏感，再加上环境的种种改变，使猪们纷纷开始怀疑：那一身漂亮的猪皮又经得起几多折磨？

如同这个社会中的人们在无所事事的情形下很容易产生悲观厌世情绪一样，一旦猪们面临巨大的工作或生活压力，而缺少必要的调适时，忧郁、颓丧、惧怕、贪求、怯懦、忌妒、憎恨等等恶劣的情绪就会悄无声息地蜂拥而来，从此，有的猪心烦意乱，有的猪丧失活力，有的猪失去了朋友，有的猪面对困难，惧怕而退，他们的尊严和美好的“猪生”可能就因此而毁掉了。

这决不是一个危言耸听的故事。

事实上，不仅是猪，每个人都随时会有心情不好的时

候。而问题的实质就在于它们是否会对你造成极大的伤害，如果你仅是偶尔感到一点沮丧，对自己有一点怀疑，这当然是再正常不过了。可是，一旦你的坏心情变成了你形影不离的“好朋友”，而好心情却变成了难得一见的奢侈品时，那就成了足以引起警惕，且又非常糟糕的一件事了。

心情会自然地好起来吗？

当然不会！坏心情就如猪皮上的虱子，如果不在泥塘中洗个澡，或在墙上蹭蹭皮，总会越长越多。

好心情也需要一番用心经营的！

当搬搬走出动物农庄，过上人类生活时，他就摆脱了虱子的骚扰，他有了一张漂亮的猪皮，而面对忧郁、颓丧、惧怕、贪求、怯懦、忌妒、憎恨等诸多恶劣的情绪，他更是以自己特有的生活态度和艺术从容地应付，乐观地面对一切，随时都乐呵乐呵。

搬搬有一句名言曾说：

尽管事情已经发生了，不论是对是错，总能从中学到点什么。

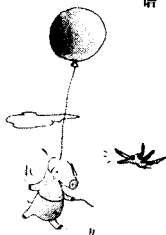
让我们也从搬搬的生活哲学里学习点什么吧！

请记住：

生命是一张漂亮的猪皮，可别让它长满了虱子。

生活富足，不一定就意味着快乐，也不一定意味着幸福，而比别人多一辆车子、多一块面包，并不意味着你就比他人幸福多少，真正的快乐和幸福，来自你的内心，来自你的生活态度。

——小猪搬搬

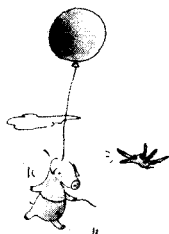


猪：

①动物名，学名 *Sus scrofa domestica*。哺乳纲，猪科。杂食肉用家畜。由野猪驯化而成。中国养猪已有6000—7000年历史。猪的体躯肥满，四肢短小。鼻面短凹或平直，耳下垂或竖立，背毛较粗，有黑、白、酱红或黑白花等色。汗腺不发达，热时喜浸水散热。性温驯，体强健，适应力强，饲料利用范围广、利用率高。生长快，成熟早，繁殖力强。生后5—10个月开始配种，妊娠期平均114天，每胎产仔6—15头。寿命约20年。屠宰率高，肉质优良，适用于鲜用或加工。

②古时特指小猪。《尔雅·释兽》：“豕子，猪。”

引言



这是一个春日的午后，一群年轻人向“磨坊”咖啡屋聚集。

巨大的风车叶子在和风里徐徐转动着，透过阔大的玻璃窗，人们可以看到外面绿油油的田畴，阳光是那样的温柔，它穿过玻璃，就像婴儿柔软的小手轻抚着屋里的每一个人。

这些年轻人彼此并不认识，他们是一群背包客，从世界各地远游而来。

有人来自纽约，有人来自北京，有人来自开普敦，也有人来自寒冷的西伯利亚……就像是一片大森林中，几只分属于不同部落的小蚂蚁，它们在偶然的远足中，在盲目的奔波之后，偶然碰到了一起，他们也偶然坐在了同一张咖啡桌旁。

不过，相同的一点是，他们都曾经面临巨大的工作或生活压力，缺少舒畅自己心胸的机会，因而忧郁、颓丧、惧怕、贪求、怯懦、忌妒、憎恨等恶劣的情绪袭击了他们，有人心烦意乱，有人丧失活力，有人失去了朋友，也有人面对困难，惧怕而退。

在纷乱的现代城市生活面前，在林立的高楼之中，他



们就如关在铁笼子里的困兽，显得手足无措。

在别人建议下，这些背包客来到了动物农庄，在这里住了下来，休养着自己的身心。在家居似的农庄宾馆里，他们都得到了一本名叫《小猪搬搬的生活哲学》的小书，虽然不少人在此前已经读过，但他们还是又仔细地阅读了一次。

所以，当他们得知，正在为他们服务的笑咪咪的小猪，就是动物农庄的主人、“磨坊”咖啡屋的老板，当然也是搬搬连锁集团的董事长搬搬本人时，并不感觉奇怪。

他们还是照旧各自喝着自己的咖啡，心情也是照旧地郁闷，要知道一个人如果有了心结，就算是永远呆在世外桃源，也仍然是无济于事，更何况他们还要回到令他们烦恼的现实世界中去。

大家沉闷地看着窗外的春色，默默无言，还有一下午时光要打发呢。

“你们有没有发觉？其实我们现在仅仅是为老板、领导、公司、机构而活着，我们生活在别人命运中，一切都只是一种惯性，我们没有自己的命运，难道我们如同墙上的砖吗？还是仅仅是一块不名一文的石头啊？我们把家人、朋友、妻子、爱人、孩子都抛到一边去了……”

有人冷不丁说出这样的话来，长久以来的沉闷终于被打破了。

“是啊，在这个时代，谁都有这样的感觉，难道有谁没有吗？我的小叔子因为长期抑郁，不得不去看心理医生；我朋友的妹妹因为工作的压力，自尽身亡；我的父母退休之后无事可干，天天呆在家里，两人都中风了，其实我们家族里本来是没有中风历史的……医生说，完全是现代社会的压力所致……”

另一位呷了一口咖啡接上话头：

“我也是同样，我是一个标准的白领。按道理，我也算得上是城市里过得比较滋润的一拨人了，可是我仍然没法面对现有的生活。我从不拒绝别人，为此白费了许多时间；好像也有许多人需要我照顾，我感到精疲力尽；我对工作一百二十分地投入，常常以公司为家，即使是在家里，我也老想着工作；每周我都要在外面参加不少于三次应酬的晚宴；我随时都有危机感，对工作、对生活，都缺乏一种安全感；我甚至没有独处的时间；我已经有好几年没有开怀大笑过了……我真的活得很累！”

“没错！我已淡忘了许多事情……小时候曾经喜欢的竖笛、美丽的诗句、初恋的情人，还有……我甚至忘了自己孩子的名字，可我却牢牢地记住了：每天早上6点半必须起床上班，举止和年龄要相符，工作时不要笑，不管上司是否伤害了自己的人格，都要对他谦逊有礼等等……我觉得自己是个机器人……”

“对的！对的……我也不记得我抓到第一条鱼时的那种欢愉了，我多想再去捉一捉鱼啊……”

背包客们的谈兴一下子都上来了。

“我想再次闻到初吻那天晚上的那种花香……”

“与呆在城市里相比，我宁愿在乡村里做一个农夫，哪怕是只能做一天的农夫都行……”

“可是先生，你可别忘了，现在的农夫也是要交农业税的啦！在这个世界里，你已经无处可逃……你根本就生活在别人的政治结构里、经济结构里……”有人泄气了。

“是啊，我们生活在一个接一个的怪圈里，工作和生活的压力使我们深陷其中，哪里还有逃脱的可能呢？”

毫无疑问，这些可怜的人在城市里遭了多少罪啊！他们想要在这里得到一次彻底的放松。他们能够如愿吗？

这时，搬搬和他的三只宝贝猪拿来了酒杯、瓶子、



瓦罐，甚至还有切菜的刀子，吃饭用的叉子、筷子，他们往容器里面逐个斟上色如琥珀的美酒，多少不一，然后弹奏起来。

第一个音符似有似无，像是一阵金风拂过金黄的麦浪，声音非常轻柔，接着风儿向四周扩散，惊动了周围的树啊草啊，它们也跟着轻轻摇摆起来了……落叶在轻风中曼妙地舞着，最后扑向广袤的大地，沉甸甸的果实在枝头笑着，仿佛要笑得马上掉下来……

……好像是冬天到了，那雪花落在地面并重叠在一起，它们发出的簌簌声响清晰可闻，时而有冬姑娘强劲的呼喊：“让我进去！让我进去！”但是没有人理会她，结实的房屋，厚厚的墙壁把她挡在外面，她只能在屋外转着圈子，不停地呼啸着。屋子里火光熊熊，映着每一个人的笑脸，这是一年里最轻松的时候，人们都惬意地休息着……

……这非常象《春天狂想曲》，风儿轻细，却非常有力，久冻的冰层在她的拉扯下不断剥落，冰雪消融，汇成溪流，汇成江河，春姑娘轻灵地飞上九天，绿色的长飘带裹挟着四海五洲，顿时大地一片嫩绿，她再用粉嘟嘟的小嘴一吹，所有的花儿都争相竞放，这是让人多么舒畅的日子啊……

……风儿还在向前奔跑，但已经变得活泼有力，甚至还带着点红色和热烈，姑娘小伙都经不住她的诱惑，纷纷穿上了美丽的裙子和单衣，他们度过一年中最美丽的日子，最热烈的日子，一切都变得丰富多彩，他们在斑驳的色彩中欢快、热烈地舞蹈，最后音乐在一片热烈中结束……

在音乐结束之后，大家竟哑口无言，这群远道而来的背包客，没想到能在这里听到如此美妙的曲子，他们心里的忧伤、忿闷、痛苦、劳累都不知跑到哪里去了。而关于过去的美好记忆，譬如初恋情人、美丽的诗句、小时候捉到的第一条鱼、开怀大笑的感觉、重获自由的轻松等等都一一

回想了起来。

这乐曲时而像风笛，时而像古埙，但更多时候像大自然所发出的声音，是多么让人陶醉啊！没有人说得上来这首曲子的名字，因为他们压根儿没有听到过。直到搬搬和他的三只小猪手忙脚乱地收拾奏乐的器具时，背包客们才猛然醒悟过来：自己刚才不是还在述说胸中的恶劣情绪呢！可现在这些引起自己不快的东西都烟消云散了，真是奇怪啊！

他们不由得拉住搬搬的衣袖，急切地问道：“老板，这是只什么曲子啊？”

搬搬满怀歉意地笑道：“我说不上来，因为它根本就没有名字，只是即兴演奏而已。”

“是吗？”

“是的。”搬搬再次笑着重复。

可背包客们还是有些不相信。

“啦！啦！啦……，啦！啦！啦！我们是快乐的小山猪！”

演奏完了的三只小猪在咖啡屋外面的草坪上又蹦又跳，他们做着城里的孩子们已无法明白的游戏，似乎快活得不得了。

背包客指着三只小猪：“你能说出他们这么快乐的原因吗？希望能给我们一个合理的理由。”

“这有什么难的？做人与做猪，道理其实一样，有谁不需要在这个世界上为了生存而苦苦挣扎呢？有人天生命好，生来就能享受巨额的财富，但我不敢说他们是幸福和快乐的，有人天生命苦，可我也不能断言他们就一定不幸福、不快乐。人生的幸福和快乐并不取决于此，它只源自于你的内心，不管你是贫穷还是富有，只要有了这样一份心境，你就会得到幸福和快乐，也更容易通往成功。因为一个真正



的成功者，同时也是一个幸福和快乐的人！

“请记住：

生活富足

不一定就意味着快乐

也不一定意味着幸福

而比别人多一辆车子、多一块面包

并不意味着你就比他人幸福多少

真正的快乐和幸福

来自你的内心

来自你的生活态度”

“你的意思是说，就在这儿，此地，你有另外一种生活方式或哲学，能够带给我们持久的幸福和快乐？”背包客问道。

“当然！”搬搬点点头。

“有信仰的人会遵循某一规则行事，当你有了一种生活哲学，你就会依此行事，而不受外界的左右，没有了外界的干扰，难道你们还不能更快地找到幸福和快乐吗？你们远道而来，一定还没有听过我讲故事，你们听了我的故事之后就明白了！”

搬搬又给他们斟上了一杯上好的炭烧咖啡，自己则拿了一杯啤酒，对他们娓娓道来，这一说就是老半天。

当搬搬的故事讲完时，琪拉娅已在呼唤搬搬和三只小猪回家吃晚饭了。春天的下午已经过去，早开的玫瑰远远地送来馨香，真的是浓得化不开。

看着那一家子在暮色里越行越远，背包客们觉得：这一家子可真是幸福呢！这一下午可真没有白呆！

背包客们从搬搬讲述的故事里的确学到了不少东西。从动物农庄回去后，他们都觉得心情不错，纷纷成了生活中的强者，事业上的高手……不管是什么样的压力他们都

毫不惧怕，忧郁、颓丧、惧怕、贪求、怯懦、忌妒、憎恨等等恶劣的情绪全都一去不返了。

他们觉得搬搬的生活智慧和哲学还真的不错呢。于是，他们在网络上组织了一个“小猪搬搬哲学研究会”，经常在上面讨论学习搬搬的生活智慧和哲学的心得和体会呢。

下面即将展开的故事就是其中一位背包客根据自己的记忆整理出来，发在论坛上的。

这位背包客还在故事的结尾写道：

如果你在生活中遇到烦恼、事业上遭受挫折，或是在感情上倍尝痛苦时，反正只要是你拥有忧郁、颓丧、惧怕、贪求、怯懦、忌妒、憎恨等等恶劣的情绪，都不妨读读小猪搬搬的生活智慧和哲学。

也许就在字里行间，就在小猪搬搬生动的讲述中，你能得到意想不到的启示、久寻不获的答案……你的生活、事业就会因此而有转折性的变化，你的生命更会有大改观。

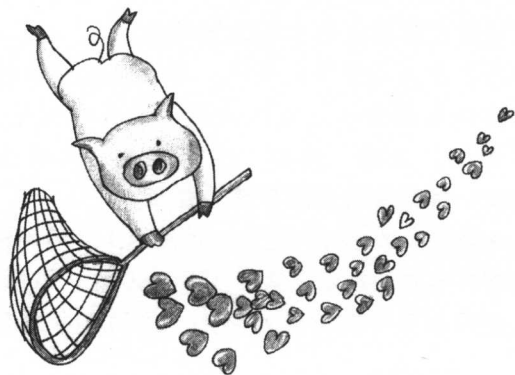
为什么不读呢？它花不了你多少时间啊！

让我们拥有一张漂亮的猪皮，而不是一身讨厌的虱子吧！

引

言





……风儿还在向前奔跑，但已经变得活泼有力，甚至还带着点红色和热烈，姑娘小伙都经过不住她的诱惑，纷纷穿上了美丽的裙子和单衣，他们度过一年中最美丽的日子，最热烈的日子，一切都变得丰富多彩，他们在斑驳的色彩中欢快、热烈地舞蹈，最后音乐在一片热烈中结束……