

心灵鸡汤
Xinling, Jitang



识微见远·博通经典

我心安处是 幸福

《微经典》编委会◎编著

WO XIN AN CHU
SHI XINGFU

智慧、柔软、充满正能量的故事

涤荡心灵、吹散迷雾的话语

如同明灯一盏，祛除心灵的黑暗和迷茫

江苏凤凰美术出版社
全国百佳图书出版单位

心灵鸡汤
Xinling Jitang



识微见远·博通经典

我心安处是 幸福

《微经典》编委会◎编著

WO XIN AN CHU
SHI XINGFU

江苏凤凰美术出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

我心安处是幸福 / 《微经典》编委会编著. -- 南京:
江苏凤凰美术出版社, 2015.5
(微经典·心灵鸡汤)
ISBN 978-7-5344-8818-4

I. ①我… II. ①微… III. ①幸福-通俗读物 IV.
①B82-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第051691号

责任编辑 刘晓娟
装帧设计 瑞雅书业·付世林
文字编辑 王涛
美术编辑 许瑶瑶
责任印制 徐屹

出版发行 凤凰出版传媒股份有限公司
江苏凤凰美术出版社 (南京市中央路165号 邮编: 210009)
北京凤凰千高原文化传播有限公司

出版社网址 <http://www.jsmscbs.com.cn>

经 销 全国新华书店
印 刷 北京天宇万达印刷有限公司
开 本 787mm × 1092mm 1/32
字 数 100千字
印 张 6

版 次 2015年5月第1版 2015年5月第1次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5344-8818-4

定 价 12.80 元

营销部电话 010-64215835-801

江苏凤凰美术出版社图书凡印装错误可向承印厂调换 电话: 010-64215835-801

F O R E W O R D



前言

随着社会的发展，人们面对着日渐加快的生活节奏、趋于严峻的各类挑战，以及人际间愈发激烈的竞争关系，身心俱疲，幸福感淡薄。这时，人们需要滋养、温暖、慰藉自己的心灵，找回迷失的自己，以及往日平静安详的内心世界。

而实现这一目标的最好的方法就是阅读，阅读一些充满正能量的经典小故事。

罗斯·斯图特曾说：“一则故事能改善与他人之关系，移人情性，使人恍然大悟，认识到‘我们同在一片蓝天下’；一则故事可使我们沉思生存之意义；一则故事或使我们欣然接受新的真理，或给我们以新的视野和方式去感悟大千世界和芸芸众生。”

为此，我们特地编写了这套《心灵鸡汤全集》。

本书共有四册，即《遇见未知的自己》《愿你与这世界温暖相拥》《我心安处是幸福》和《在最深红尘里相逢》，分别阐释了“自愈”“处世”“幸福”“情感”等生活哲学。为了使读者能更好地阅读，书中还设置了“温暖絮语”小板块，用或深刻或温馨的语言将每个小故事中蕴含的丰富哲理和情感历程一一阐明。

希望您在拿起这套书，开启涤荡心灵的阅读之旅后，能够细细品读其中滋味，从中获取希望的力量，使心灵保持平和宁静，使自己在人生的路上轻装上阵，活出自己的精彩！

目录



随着梦想去流浪

如果你愿意飞翔 2

飞翔的欲望胜于翅膀 3

带着梦想一起飞 6

梦想的起点 7

史密斯的诉讼 9

从黑帮流氓到音乐教父 12

擦鞋匠的“零饥饿”梦想 16

给地下室画一扇窗 20

保存50年的作文 23

邮差与石头 26

一生的梦想 28

水上画画的孩子 30

把梦想贴在墙上 33

一张大床 35

O N T E N T S

伟大的骑师 37

梦想与人生 41

老师的忏悔 43

被嘲笑梦想 45

拿破仑的希望之星 48

一个卡车司机的梦想 50

中关村男孩 53

梦想的捷径 56

杰克和汤姆 58

女孩和牛奶罐 60

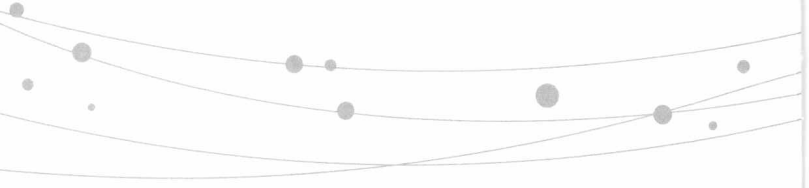
修剪 61

多种梦想 65

你想成为什么 68

海市蜃楼 70

种西瓜 72



宽容即是暖阳

怀有一颗宽容的心 76

不辩解的白隐禅师 77

小指挥官与老炊事员 79

雕刻师傅和女鬼 83

农民、医生与小偷 85

宽容的最高境界 86

一枚钻戒 88

小提琴的故事 90

国王与三个儿子 93

小小的不速之客 95

适量的愚蠢 98

漂亮女秘书 100

选择性糊涂 101

感谢为难你的人 102

先倒空你的杯子 104

大师选徒 106

清洁鱼的心 108

华盛顿的宽容 109

宽容就是潇洒 110

没用的反对 112

张飞之死 114

过桥 116

最贵的蛋是“笨蛋” 117

欣赏就是一种宽容 119

一袋土豆 121

最聪明的选择 122

做职场中的水 124



幸福若淡茶

不过一念间 128

丢了2美元 129

得与失 131

国王的手指 133

发挥失常的年轻人 134

渔夫和银行家 136

牵蜗牛散步 138

最大的幸福 141

真正的清福 143

寻死的失恋青年 144

吃油条 146

做梦的穷人 147

酬金 149

金条 151

有魔力的钱袋 152

每个人都是百万富翁 155

银牌 157

志愿者 159

美酒 161

鞋子里的硬币 162

等待也是幸福 164

“我只要食物和水” 166

一壶清水 168

忍受寂寞的沙粒 169

审时度势的范蠡 172

教授扔鞋 173

退一步的智慧 174

背石头的官员 176

无奈的卢梭 177

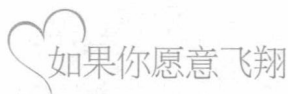
儿子的选择 179



随着梦想去流浪

世界上最快乐的事莫过于为了梦想而奋斗。

——古希腊思想家、哲学家，苏格拉底



数百年前，有个贫苦的牧羊人带着两个年幼的儿子为别人牧羊，以维持基本的生活。有一天，他们撵着羊群走了很久，终于找到了一片青草茂盛的山坡。这时，天空中一群大雁飞过，带着鸣叫声很快消失在了天际。

牧羊人的小儿子指着大雁消失的方向对父亲说：“大雁们飞去了哪里？”父亲回答说：“它们要去一个有花有草的地方，等这里冬去春来，它们会再回来。”大儿子盯着大雁经过的天空，用艳羡的语气说：“若是我们也能像大雁一样飞翔就好了。”小儿子也附和着说：“是啊，我要是一只会飞的大雁就好了！”

牧羊人沉默地看着两个儿子，许久之后，他开口说：“你们也能像大雁那样飞起来的，只要你们想。”两个小家伙听了这话，便开始挥着胳膊跑动起来。

试了一会儿后，他们失望地停住脚步，用带有质疑的眼光看着父亲。父亲说：“你们看着，我来

飞。”说完，他便展开双臂，像大雁飞翔时那样挥动着。

只是，他并没有飞起来。即便如此，他仍然用肯定的语气对两个儿子说：“我之所以飞不起来，是因为年纪太大了；你们之所以飞不起来，是因为你们年纪太小了。只要你们不放弃，总有一天能够飞起来。到时候，你们就可以去所有你们想去的地方。”

父亲的话，深深地烙在了两个孩子的心中，他们一直为此努力着，从未想过放弃。终于有一天，他们真的飞了起来——借助着他们自己发明的飞机。那一年，哥哥36岁，弟弟32岁，人们习惯称他们为“莱特兄弟”。

【温暖絮语】

梦想的存在，让世界上很多不可能的事变成了现实。如果敢于给自己一个美好的梦想，那么这个梦想就有实现的可能。



子俊是我的高中同学，刚从哈佛学成归来，我做

东为他接风洗尘。

席间，我们谈到了孩子的教育问题。我的女儿对学习很不上心，就爱穿衣打扮，怎么说也不听，为此我伤透了脑筋。

对于我的抱怨，子俊只是报以一笑。我不无好奇地追问他：“你的父亲是怎样把你培养成哈佛博士的？我也取取经。”

子俊说：“我父亲就是普通的农民，谈不上什么好方法。”

“那你就是学习天才啦！”

“不是。”子俊摇摇头说，“我父亲并没有教我怎么去学习。让我印象最深的是，那时候父亲在城里打工，假期我去看他，晚上下班后，父亲就带我去城里最豪华的宾馆。”

“带你去住最豪华的宾馆？”我吃惊地问。

“当然不是。”子俊有点不好意思地说，“父亲只是带我去见识一下。那天，父亲指着宾馆里高雅的钢琴、辉煌的吊灯、高档的真皮沙发，以及那些彬彬有礼的绅士，对我说：‘孩子，不要只看到老家山沟里的麦田和果树，你看，这世间还有许多美好的事物等着你去追求。’”

我认真地听着他的话，没有出声。子俊接着说：

“返家前一天，父亲特意带我去参观机场。候机大厅

宽敞明亮，那天我第一次听到了一些陌生的城市名：东京、纽约、法兰克福……记得那时父亲对我说：

‘这些地方比我们的城市还要好，有更高的楼、更多的车，还有最好的大学。’我问父亲：‘这些地方很远吗？’父亲说：‘是的，要漂洋过海呢！不过，只要你掌握了更多的知识，也许10年后，你就可以乘着知识的翅膀飞过去了。’从此，我心中就有了一个梦想：10年后，去看看大海的那边是什么样的。”

我恍然大悟道：“怪不得你当初那么拼命地学习呢！”

子俊摆摆手说：“其实，谁都有学不进去的时候，我也一样。那时，下晚自习后，我最喜欢一个人跑到操场上，仰望空中飞过的飞机，猜想它们要飞向哪里，东京？纽约？看着看着，我就有了一种飞翔的欲望。第二天，我就像加满油的飞机，又精神百倍地投入到学习中……”

【温暖絮语】

如果将人生比作一辆即将远行的跑车，那么梦想就是机箱里的油。没有了动力，再好的路我们也只能原地欣赏。而加足了油，我们就能冲破一切，最终到达人生的巅峰。



在一个天气酷热的日子，几个铁路工人正在某段铁路路基上辛勤地工作。这时，一辆列车从远处缓缓驶来。起初工人们并没在意，继续低着头干着自己的活。突然，他们发现火车停了下来，在最后一节车厢，有个人推开了窗子，探出头来。从窗外看去，这节车厢有点与众不同，布置得很舒适，还装着空调！这样的车厢在当时可是很少见的。

“你好，大卫。好久不见！”一个低沉的声音传到大卫·安德森的耳边。“嘿，吉姆，见到你真高兴。”大卫大笑着答道。然后大卫和吉姆开始愉快地交谈起来。这次交谈整整持续了一个多小时，两人才挥手握别。工人们震惊不已，要知道那个叫吉姆的人可是他们公司的总裁——吉姆·墨菲。而大卫·安德森只是他们这群人的小小负责人而已。他们怎么会互相认识？而且看起来还一副很熟悉的样子。

大卫无奈地笑笑说：“二十多年前的一天，我和吉姆·墨菲是同时成为这条铁路的工作者的。”

听完大卫的话，有一个工人问道：“那现在吉

姆·墨菲都成为公司总裁了，而你怎么还像我们一样顶着大太阳辛苦地工作呢？”

大卫深深地叹了口气说：“从二十多年前开始，吉姆·墨菲就是为这条铁路而努力工作，而我那时却是为了得到每小时1.75美元的薪水而工作。这就是原因。”

如果你还是感觉困惑，那么，美国潜能成功学大师安东尼·罗宾的话会给你一些启示。他说：“假设现在你是一名业务员，你认为是赚1万美元容易，还是10万美元容易呢？答案是10万美元！因为如果你仅仅将目标设定为赚1万美元，那证明你工作仅仅是为了养家糊口。如果这就是你的工作动机，请问你还能每天充满激情、兴奋地去工作吗？”

【温暖絮语】

梦想有多远，世界就有多大。只要你敢于构建梦想，只要你勇于放飞梦想，你就是一个成功的人。



位于泰晤士河畔的威斯敏斯特大教堂，是英国

最古老同时也是最具有代表性的建筑，它的东北边是时常回荡着钟声的国会大厦。教堂内安放众多历史人物的棺槨，从亨利三世到乔治二世之间的20多位英国君主，都长眠在此；牛顿、哈代、狄更斯、达尔文、吉卜林等闻名世界的人物也都葬在这里；此外，这里还休憩着在二战“不列颠之战”中牺牲的皇家空军战士。

有块石碑竖立在教堂中一个不起眼的角落里，石碑上刻的是一段广为流传的话：“在我还是少年的时候，天马行空的想象占据着我的身心，我梦想着有一天能够改变这个世界；真正成熟后，我发现自己没有改变这个世界的能力，所以我将目标调低了一些——改变我的国家；步入暮年之后，我意识到自己也没有改变国家的能力，所以我的愿望就变成了改变自己的家庭，只是，这似乎也是无法实现的……”

“这一刻，当我躺在床上即将告别人世的时候，我突然明白：在一开始的时候，我若是选择先改变自己；然后让自己变成榜样，进一步改变自己的家庭；然后在家人的支持下，为国家做一些有意义的事情；在为国家做事的时候，或许自己会因某个突如其来的想法或意想不到的行为而改变整个世界……”

凡是前去参观威斯敏斯特大教堂的人，都会驻足于这块石碑前片刻，因为世界上平凡人占据大多数。