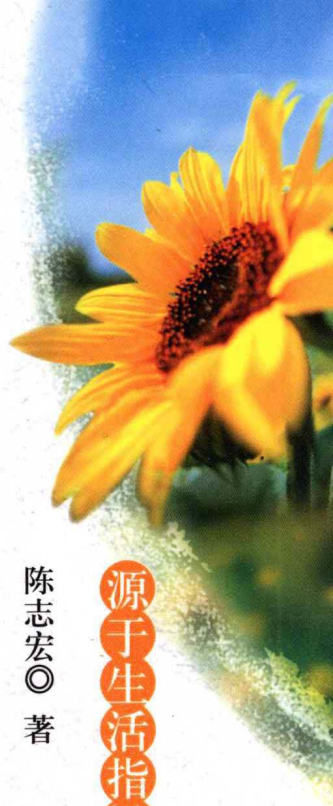


幸福

就在

抬头间

行走在红尘路上，匆匆复匆匆，不经意间，与欢悦、美满和快乐，擦肩而过。不妨换个方式，仰起头来，去思索，去追寻。抬头间，那满满的幸福，一如春风千里拂人面……



陈志宏◎ 著

源于生活指导人生的幸福手册



金城出版社
GOLD WALL PRESS



幸福就在 抬头间

陈志宏◎著



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

幸福就在抬头间 / 陈志宏著. —北京: 金城出版社,
2009. 1

ISBN 978-7-80251-132-3

I. 幸… II. 陈… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第175853号

幸福就在抬头间

作 者 陈志宏
责任编辑 苏 雷
策划编辑 丁洪涛
开 本 680×980毫米 1/16
印 张 18.5
字 数 180千字
版 次 2009年1月第1版 2009年1月第1次印刷
印 刷 北京金瀑印刷有限责任公司
书 号 ISBN 978-7-80251-132-3
定 价 29.80元

出版发行 金城出版社 北京市朝阳区和平街11区37号楼 邮编: 100013
发 行 部 (010)84254364
编 辑 部 (010)64210080
总 编 室 (010)64228516
网 址 <http://www.jccb.com.cn>
电子邮箱 jinchengchuban@163.com
法律顾问 陈鹰律师事务所 (010)64970501

水穷处，坐看风飘云起
绝望时，静听心跳雷鸣
幸福，就在这里
在你的心中

陈志宏



悟是爱盖在人生锦缎上的印章

（代前言）

每当冬天来临，风寒雨冷，万木萧疏，人们总会自觉不自觉地给自己打气：“冬天来了，春天还会远吗？”这句经典的冬日宽心话，是英国大诗人雪莱于凛冽的寒风中吟咏的。一语如春，给世人燃起一团温暖的心火，抵御严寒的侵袭。诗人怎能在冰天雪地里如此引吭高歌，吟唱春天？

是因为悟到了。

而悟是以爱来打底的。不可想象，没有对春天的热爱，雪莱何以有如此自信与希望；没有对春天的热爱，人们何来轻松走过严寒的勇气与力量？

悟是先觉。悟是挚爱。

悟是电光火石的瞬间。悟是大幕初启的舞台。

悟的渊源，是爱。

爱是温暖的子宫，悟是宫中频频跳动的生命胚胎；爱是不绝的清风，悟是风中流淌的花香；爱是绵延的沃野，悟是野地里盛开的鲜花；爱是广袤的大漠，悟是独自挺立千百年的胡杨林；爱是坚实的河床，悟是滔滔东去的河流；爱是无垠的天空，悟是划破天际的磅礴雷电……

爱是种子悟是芽，爱是白纸悟是画。

在人的一生中，须臾离不开悟，亦不能短一分一寸的爱。爱到，方能悟到。悟是爱盖在人生锦缎上的印章。

“爱出者爱返，福往者福来。”——是悟到了爱的真谛。

“甘愿做，欢喜受。”——是悟到了爱的境界。

“见山是山，见水是水。见山不是山，见水不是水。见山还是山，

见水还是水。”——是悟到了爱的轮回。

“来不及。”——是悟到了爱的急切。

人生锦缎上，有多少枚爱的印章，我们就拥有多少颗晶莹剔透的生命珍珠。每一粒珍珠都是上帝给予爱人者至高的礼遇。

人的一生，在爱的旗帜下，经历无数次的悟——感悟，领悟，觉悟，醒悟……直至形成自己独一无二的悟性，炼就属于自己的悟力。

悟性决定个性，悟力孵化活力。

悟的过程，是爱烘焙的过程。悟的境界，是爱营造的气场。爱之初，乃远古时代的鸿蒙，心境朦胧，思维模糊。启动爱的程序，悟亦发动引擎。爱之深，方迈过领悟之槛，跨入觉悟之门，踏进醒悟之厅。爱化成悟，人生馨香如梦，生命绮丽如春。

在每一寸光阴里，品味悟之美，感受爱之深。

生活的每一天，请蘸上爱的印泥，用悟力在人生的锦缎上，盖上一枚又一枚华美的生命印章。

陈志宏

2008年12月于南昌抚河畔



人生风雨一肩担

窗外有树玉兰花，朵朵白嫩朵朵香，迎风摇曳，不舍得落下。是因为树的承担，所以花选择恋枝，选择仁慈与宽厚。人这一生，哪怕凄风飘，苦雨落，热爱是生命最美的妆容。世间的风雨压下来，肩上就是沉重的人生。生命压不垮，是因为，我们人生风雨一肩担。

1. 年轻不是借口 003

是的，年轻不是借口。走错一步，做错一事，忏悔不需要理由。没有借口，宽恕才像一束开得灿烂的洁白的香水百合一样，氤氲于良心，让馨香弥漫在那曾潮湿而阴暗的心空。

2. 羞涩是最美的心灵灯盏 005

羞涩是最美的心灵灯盏。在我们的人生路上，挂一盏心灯，点亮一片光，美，便会如影相随，永远存续那份真诚与良善。

3. 知止而后进 007

向着一个目标飞速前进，关键时刻不知止，就有可能撞得头破血流，甚至会摔得粉身碎骨。为了理想、信仰，我们得努力奋斗，不过，在开动马力之前，请认真检查自己的制动系统，那是高速飞奔过程中不可缺少的一环。

4. 云在低处飞 009

人生何尝不是如此？云只在低处飞，它遮住的只是在底层徘徊的人的去路。若要获得人生的晴空，路径只有一条，就是拼命地向上，向上！

5. 桥上有水，水上有桥 010

疏与导，是立于心桥两边的人们护桥的最佳方法罢。



6. 垫高自己 012

从考古看人生，觉得人生许多难解之谜，也可以借鉴远古时代的人们所运用的土屯法：把目标踩在脚下。如何实现人生的各种目标呢？就是不断地用智慧、胸襟、胆识等人生之“土”，将自己垫高，高到把目标踩在脚下，自然就成功了。

7. 最危险的地方 014

危险固然可怕，但比危险更可怕的是人的麻痹大意。危险不一定制造灾难，但人的疏忽往往是灾难的渊藪。

8. 屋檐 016

有能力做屋檐的人，在自己有生之年多做几处吧！没能力，那就在自己的心里搭一个屋檐。心怀天下，悲悯苍生。

9. 母亲传给我的两滴水 018

这水慢慢地流啊流，它不去争先后，而是在一点一滴地积蓄力量，到时候，有力量了，还在乎什么先后呢？

10. 惧者生存 021

生存不容易，唯惧者胜出。惧者，乃心怀忧患，倍感危机之人。唯有惧心相随，才能让人有切肤之感，进而迸发最原始的活力，最激越的精神，最昂扬的斗志。

11. 掀开那层蒙住心灵的布 022

无论何时何地，我们怀疑别人易，质疑自己难，让别人承担易，让自己担当难，甚至，为一己之利，一己之便，可以博命去争取。

12. 半块薄荷香味的橡皮 024

我觉得自己最大的收获，是在最冷的时候，收到吴美玲那半块温暖我心灵的橡皮，那段温暖一生的友情。

13. 喝酒的孩子 027

他们选择了喝酒，选择了在人情世故中穿行，义无反顾地融入俗世红尘。有多少孩子在喝酒，就有多少心酸，在世间流传。这，也是另一种成长吧。孩子们迎着风，逆流而上，拼着劲，开拓属于自己的未来，打拼自己的那片蓝天。

14. 火车没有方向盘 030

俗话说，“无心插柳柳成荫”，这比“有心栽花花不成”，不知奇妙多少万倍。顺其自然，多好呀。人不可没有理想，但当自己的理想走进了死胡同的时候，听命于外界的召唤，也许就是海阔天空一片新天地，任你施展拳脚，无穷无尽。

15. 世上事没有想象得那么复杂 033

不自觉地想象中，把困难无限放大，是习惯使然。这不仅束缚了行动的自由，也扑灭了心里自信的烈焰，应该算作另一版本的作茧自缚吧。

16. 对着礁石去 035

人生，如浪里行船，逃避只是一时的安逸，是注定要毁灭的。与其坐而待毙，不如迎难而上，对着礁石去，所有的挫折、困难、折磨、险阻，甚至流言、哗变、失意和失败等等，都会因为我们的勇敢面对，而淡如云烟。

17. 智慧不断档 037

人的一生，断档的东西可以有很多，但唯一不能断档的是人生智慧。智慧是一个完整的档期，不能缺少年月，甚至不能缺少分秒，唯其如此，我们才能踏进成功之门，拥有成功人生。

18. 当竹子遇到绳子 039

其实啊，我们每一个人都有一片属于自己的竹子，关键是要找到那根被上帝隐藏起来的绳子。找到了，人生就成功了！

19. 谁都不是你的天使 041

我们这个世界，自己才是自己最为可靠的天使，自己的双手才是自己唯一可资扑扇的翅膀。飞翔有云的推动，有风的相助，但没有一对属于自己的翅膀，一切皆为零。你才是你自己唯一的天使。

20. 脚比奔驰走得快 043

前程远大，前路漫漫，凭的不仅仅是精良的装备，有时，更需要一颗熟知目标、善于欣赏的心。开奔驰能赢在起跑线上，有心的人，迈开双脚，也能赢得过程与结果。

21. 奇迹是爱开出一朵报春花 045

天下的奇迹啊，就像数九寒冬之后的一枝报春花，盛妍地绽放，而催生春花灿烂的，正是天地之间的大爱和绵延不绝的爱心。

22. 插秧哲学 047

弯禾长直谷。不好看不要紧，谷子不会因为这个而少长的。就像人一样，外貌好看只是暂时的，内在美，才是至关重要的。

23. 武术的最高境界 049

超越自己，努力让自己强大，不称王不争霸，一心只为自己和他人的幸福去思谋，去行动。

24. 一条道走到亮 051

人生路，处处有光明。黑暗只是暂时的，只要你在路上，只要还在走，不停歇，总会走到亮处的。

25. 简单最美 054

简约为至美。大自然的线条，古老而鲜活的禅语，质朴的人际关系等等，无不因其简，而美，而舒心快意，幸福绵长。

26. 女儿是父亲最自豪的别墅 056

女儿才是父亲一生中最引以为豪的作品，她是父亲心跳中最有弹力的一次，是父亲血液中最温暖的一滴。人生追求何其多，亲情才是最难舍的，是任何物质的诱惑都不能俘走的。



爱在原处谁痴等

没有人会在原处等你，唯有爱在老地方日久天长地守候。此生的爱呀，在爱中丰满，在爱里闪亮。人间情，天下爱，莫不是永不曾老去的英雄梦想。追寻爱的踪迹，所行之径，捡拾幸福一串串。

27. 我们身边卑微的生命 061

我们身边那些卑微的生命，向谁学习呢？或许，他们不需要学习什么，因为自己已练就一副铁身板，而且岁月的风霜打造了一个属于他们的价值体系：隐忍、坚强和不屈地奋争。承载这一特征的，是一条条卑微的生命。





28. 那夜，那温暖的灯光 065

多少年过去了，那夜，那一路的灯光，总让我感到温暖，而且让我第一次坚信，这世上有一种光亮是有硬度的，支撑这一奇特的硬度，是人间大写的爱。

29. 孩子，妈妈不让你上法庭 069

天底之下，只有母亲才会做出如此自残自伤的选择，只有母亲才会不顾一切地去护佑自己的孩子。

30. 雕刻在深秋的爱 071

旷野秋风，那一串串金黄的谷穗是村人洒落的关爱，是对一位世纪老人最体面、最真心的敬重。此爱，不是简单的施与受，而是无心与有意的杰作，是乡里乡亲与人生暮年的老人，藏于心间最温馨的秘密。

31. 谢谢你给了我一个值得回忆的日子 073

有人说，天使是在经受了苦痛之后，才长出翅膀在天空飞翔的。台湾妹妹，那个上帝派来的救人一命的天使啊，就这样永远活在章莹心里，活在她感恩社会感恩他人的行动中。

32. 高墙边上那条河 075

琴声悠悠爱悠悠，人间真爱在月亮河里流淌，在高墙内弥漫，她们吟唱：月亮河，是一条爱河。

33. 第48个义士 077

岁月风尘，卷走了太多沉重，太多沧桑，今天的人们，还有谁知道那场振奋人心的战争中的第48个义士，那个曾经存活于家国苦难深处的默默无闻的民族女英雄呢？

34. 活着 079

生命是可贵的，也来之不易。人活于世，就是要像周大观小朋友那样，把活着的价值，把生存的意义，一笔一笔，刻进生命里，刻在我们生活着的这个美好世界。

35. 妙手仁心 081

艾滋病人，一个渐渐被主流社会歧视、遗弃的弱势群体，一如即将倾覆的舟船，而世上如舒畅先生一般的医生，用自己的慈悲与仁心，催生一个春天，万木竞发的美丽春天。

36. 菖蒲绿 · 菖蒲香 084

她像神农氏一样，给我们村庄带来菖蒲，同时，也带来了，真正的雅。她，一个文弱的女人，就这样，成了我们的雅之祖，成了一个村庄的精神图腾。

37. 就让世界少一点恨 087

世界是大爱的世界，就让世界少一点恨，多一点爱吧。

38. AIDS 是外星人的感冒 090

所谓爱，是不忍心伤害，哪怕是伤害已经降临，也要用橘黄色雨衣、用“外星人的感冒”，去阻挡，去缓冲，稀释愁苦，化解悲痛。爱不是大而无当的口号，浅之，是不去伤害，深之，是去化解伤害。没有伤害的世界，方为大爱的圣地啊。

39. 第 101 张彩票 093

看着眼前的种种美好，他想起第 101 张彩票，那个曾经如此接近梦想的离婚道具，却是这般地成就了婚姻的完美。

40. 前院薪柴后院火 097

鞋里有沙，倒掉就是，真的没必要终止征程，失去欣赏前路美景的机会。

41. 烟火爱情 099

为了爱人，哪怕丢掉所谓的尊严；服侍爱人，哪怕颜面受损。爱情是俗世中的烟火，袅袅升腾着，如雾一般弥漫开来，笼罩着一对对相知相爱相依偎的红尘男女。

42. 也是思念 101

电话问候、短信调情，网上暧昧，电梯间抛媚眼，酒吧里狂放电……也是思念，也是思念啊。可是，思念的厚重感和质感，都到哪儿去了呢？

43. 敢 爱 103

爱将来临，敢爱，是一种境界。勇气，能将爱人揽之于怀啊。

44. 在原处等爱 106

这个世界，没有人会在原地等你，但老吴的经历让我相信，无论情天爱海多么凶险抑或



平淡，总有一些执著的人，会在原地等待爱情，并执著地相信奇迹会发生。

45. 像 30 年前那样说一声我爱你 109

那是历经风霜之后，金灿灿的爱的誓言。在爱情日渐物化，爱意逐渐淡化的今天，它就像远古时代的活化石，显得弥足珍贵。

46. 奶奶的银元 111

儿大不由爹娘，她爱谁，跟谁，做父母的可以反对，甚至可以要挟断绝关系，但是，在女儿真的铁了心之后，大人就要祝福他们，帮助他们。

47. 你是哪里人 113

一个男人一生中有三个女人，一个女人一辈子也有三个男人，一个在心里，一个在梦里，还有一个在怀里。在人家心里是幸福的，在人家梦里是幸运的，在人家怀里，有的幸福，有的幸运，有的则不幸。

48. 守望爱情 115

岁月的苦旅，难以迟滞爱情守望的脚步，无法扑灭点燃爱情的烈焰。恋人远去，丈夫不归，那些个日子是黑暗的，了无生气的，是爱情将生活点亮，让每一个守望的日子变得生机勃勃。

49. 爱情哑语 117

那小伙子用哈气写下的三个英文字母的意思是“I LOVE YOU”，而姑娘“不许哭”的背后也深藏着“我爱你”的意思。站台上的哑语是爱情最真的表达，是温馨爱路上一朵绚丽的花儿。

50. 我最宝贵的 119

当他在醉意迷朦中，听到自己最心爱的女人说“我最宝贵的，就是你啊”，就再也没有什么力量，能拆散自己的家，毁灭自己的爱了。爱情给他智慧，让他在杂乱的生活中，有了应对风波的信心。

51. 从眼里流入心中的善良 123

那个乞丐走远了吧，也许是真的走了。但是，那个人身上贯盈的善良，从他眼里，一步

一步，走进心里，走到灵魂最深处。

52. 一滴水的坚守 126

爱似乎在什么地方都会干枯，风化成一尊脆弱的土堡，经细雨冲淋，訇然塌地。佛曰：爱出者爱返。像一滴水那样，爱在爱中丰满，爱在爱里鲜亮，爱在爱的海洋里永远坚守。

53. 妈妈的心就这么高 128

天地间，妈妈的心就这么高，不图荣华富贵，只求粗茶淡饭，甚至不羨光明，安于黑暗，对生活的追求之心降至最低点，企图把世界的痛苦都收进自己的口袋，让剩下的全部快乐都围绕在儿女身边。

54. 肩上的人生盛景 130

只有他明白，肩上扛起的是人间最美的风景，在这一风景里，一个迷失的孩子见到人生的亮光，找到一条通往光明的路。而弯成一张弓的父亲，是这风景里永不倾覆的航标。

55. 蝴蝶之心 132

女人啊，都有一颗蝴蝶之心，生死像化蝶一样，是可以互通的。情绝了，男人在世上，也觉得他死了；情难断，男人在天堂，也会固执地认为他活在人间。生生死死，化作一只蝴蝶，用飞翔的弧度在女人心里刻下爱与恨，遗落在儿女眼里的是对美国的向往，抑或对父亲的哭盼。

56. 挖树洞 · 藏怒火 134

“不怒不怒，怒无用，雪藏于树洞，意味无穷。”

57. 心灵的呼唤 137

也许，世间的每一个人在内心深处都有母亲深藏的影子，在每一场灾难、每一次痛苦、每一次惊慌之中，母亲都会闪出来护佑，来安慰我们。在大叫一声妈后，灾难不再可怕，痛苦不再磨人，惊慌不再无措，因为妈妈是佑安女神、送福之神。

58. 永远在你身边 139

母爱无私大无边，浩荡如长风，轻拂着儿子脆弱而偏狭的心。她用自己的爱，拯救儿子布满阴霾的灵魂，让儿子生活在阳光之中。



59. 我用温暖的目光抚摸你 141

孩子，如果你委屈了，你就哭吧，但千万不要责怪我的冷漠与绝情；如果你懂得了，你就笑吧，但请不要夸奖我的高明与慈悲。天下的爱，有千万种表现，而我对你的疏远与冷酷，看似爱的对立面，实为贴心贴肺的疼。

60. 红樱枪 143

入土为安的红樱枪，在两个女人之间，实现了完美的交接！



恬淡安然幸福来

人生是一场漫无目的的旅行：从温暖的故乡，到举目陌然的异乡，从看似热闹的他乡，到物是人非的故乡。心灵在时光流转中，落下厚厚的茧，岁月老去，我们便在这老茧中，品读沧桑人世和华彩人生。豁达安宁和恬静淡定，那是孕育幸福的温床。

61. 年少梦想都不贱 147

是岁月让我们着上了如此悲哀之色了吧。少年梦想，哪怕异想天开到严重地不切实际，抑或，卑微到落入尘埃里寻不见，其实，都不轻贱，都是值得尊重的。少年梦想都不贱，呵护它，尊重它，是最佳的选择。

62. 幸福就在抬头间 149

烦恼的时候就去看看云！云在何方？当然是在天上。抬望眼，他看到蓝天白云，看得人心旷神怡，烦恼顿消，看得人豁达开朗，幸福悠远。

63. 幸福，经不起追问 151

幸福是什么？幸福在哪里？答案并不那么重要，追问更无任何意义，因为，幸福就在我身边。

64. 凄风苦雨穿得过 153

台湾歌唱家苏芮有首歌唱得好——“没有风雨躲得过”。乘车穿过风雨之后，我终于明白躲不过的风雨总会有机会穿得过，不管自然的风雨，还是人生的凄风苦雨！是的，人生多少凄风苦雨，总能穿得过去。

65. 活着的意义 155

人活着为了什么？——拖延死的到来！活着有什么意义？——期待爱的降临！

66. 尊 重 158

当每一个人，都拥有自己的空间，哪怕是相对独立，我们这个社会就算富足；而每一个人能够自觉给他人一个独立的空间，哪怕是相对独立，那么，我们这个社会就是文明。文明，比富足，更具有人生的厚重感和生命的质感，更让人向往和迷恋。

67. 七年一闲田 161

发呆，生命在无意地浪费；发呆，亦是生命极珍贵的休整。所以说：不为无益之事，何以遣有涯之生？

68. 需要什么 163

把自己开成一朵花，把生活妆扮成花的海洋，不需要华服美食，不需要金银宫殿和香车宝马，其实，只要健康的身体，一点爱与幸福的感觉，就足够了。

69. 幸福三重三 165

幸福不是难买之物，人们之所以找不到它，是因为常常在生活之中，自摘树叶，一叶障目，所以才见山不是山，见水不是水，见幸福感觉一点儿也不像幸福。找到幸福，扔掉障目之叶是标，具备老渔翁的豁达安详和小保姆的恬静从容才是本啊！

70. 墙上的母爱 167

望着四面白墙，我突然感到空落落的，像是丢失了一件心爱的宝贝。

71. 被人记住是一种无法言说的幸福 169

记住他的一颦一笑，记住他的一言一行，记住他的好与不好，记住他的圆熟或稚嫩，记住他的风光和落魄，每一粒记忆因子会因为你的不忘，而飘散迷人的芬芳，那是感情经岁月沉封之



后，打捞出的人生佳酿。喝一杯，足以让那个被你记住的人，醉倒在幸福之中。

72. 爱到极处成陌生 171

世上有一种爱，以陌生的姿态，以不爱的妆容，涂抹在深爱着的人的脸上。心里，却是最辽阔的情分，最深沉的牵挂，最浓烈的爱。

73. 家在哪里 174

那些浮躁的人，也许都是没有家的原故吧，心无安处，能不浮躁吗？现代人啊，家在哪里？

74. 廉价的幸福 176

天下的儿女们，是不是如我般，常常忽视父母的幸福，哪怕那是廉价的呢？关爱父母，给予父母满胀的幸福吧，于我们而言，毋需太多，也许，是40元的一件衣服，4元钱的一个面包，甚或4毛钱的一个电话。

75. 幸福糯米 178

是的，多了，滥了，就不稀罕了。没有珍惜，也就没了好感，常常怀念儿时的糯香，甚至在梦里清晰地吃到糯米团子，尝到了糯米酒，一同落肚的，还有幸福。

76. 活着是一种福 180

在清淡的人世里，在平淡的生活中，与幸运握手，保持生命的原色，你就幸福了，其他的都无足轻重，不足挂齿。

77. 爱丁堡的长椅 182

每一颗心灵盛下的爱，盈盈如握，经风一吹，便落在休憩的长椅上，生根发芽，芳香满园、永驻人间。

78. 冬天晒太阳是件幸福的事 184

是在追求之中，弄丢了晒太阳的幸福。追求所谓的世俗幸福，却把天然的幸福，无心无情地丢弃。唉，人啊，常常迷失，迷失在眼花缭乱的诱惑里，迷失自己的心。

79. 迟到二十年的感恩 186