

菩提本无树，明镜亦非台，本来无物，何处惹尘埃？

——六祖慧能

知止而后有定，定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能得。

——《大学》

一叶菩提



李俊杰 李智伟◎著

我的人生私房笔记

时代文艺出版社

叶一菩提

李俊杰 李智伟◎著

我的人生私房笔记



时代文艺出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一叶一菩提：我的人生私房笔记/李俊杰，李智伟著. —长春：时代文艺出版社，2008.11

ISBN 978-7-5387-2513-1

I. 一... II. ①李...②李... III. 人生哲学—通俗读物 IV. B 821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 177808 号

一叶一菩提：我的人生私房笔记

编 著	李俊杰 李智伟
出 品 人	张四季
责任编辑	周君博
出 版	时代文艺出版社
地 址	长春市泰来街 1825 号 邮编：130011
电 话	总编办：0431-86012927 发行科：0431-86012952
网 址	www.shidaichina.com
印 刷	北京兴鹏印刷有限公司
发 行	时代文艺出版社
开 本	700×1000 毫米 1/16
字 数	154 千字
印 张	13.75
版 次	2009 年 1 月第 1 版
印 次	2009 年 1 月第 1 次印刷
定 价	24.80 元
版权所有	翻印必究

写在前面

这是写给白领的书：

你们是社会精英，注定了你们要承载属于精英的压力，所以你们常常不是在上上班，就是在去上班的路上，忙碌中很少有一份禅定的思悟。这本书，无疑是你们思考的一面镜子。

这是写给老板的书：

你们是社会栋梁，注定了你们要承载属于栋梁的责任，财富与价值的转换中，你们常常困惑。这本书，无疑是一股醍醐灌顶的月牙泉。

这是写给太太的书：

你们是成功男人背后的那位女人，注定了你们属于寂寞，在给予的牺牲中寻找着心理的平衡。这本书，无疑是你们滋润心灵的安慰剂。

这更是写给创业者的书：

你们为理想而生，在追求梦想的路上，你们注定行走在漂泊的旅程上，心的裸露和物质的起伏会让你们常常叩问心灵，甚至迷失自己。这本书，无疑是你们在黑暗中前行的一双眼睛。

禅定生命的年轮(代序)

生命是什么？是一种行走。从光脚行走开始，在父母的期盼下从纯色的无知无畏走向彩色的酸甜苦辣，没有人能够遏制其前行的脚步。从“山是山”的单纯顽皮到“山非山”的激情叛逆，最后到“山还是山”的禅定稳健。睹景听音，如同观照自我。

小时候，那长大后我要当科学家的豪言壮语，逐渐在现实的折磨下颓然成为一碗饭而奔波的匆匆脚步、为孩子换洗尿布的忙碌身影。在多重角色的纷繁变换中，生命在这个时候，似乎乱了阵脚。脆弱的心灵常常在说也不能说、忘也不能忘的折磨中一如怯光的蝙蝠，振翅于黄昏的角落，擦着汗，喘着气。难得有“我是谁？我要到哪里去？”的追问。

缔造了两个世界五百强的稻盛和夫说过，生命就是让你去的时候比来的时候灵魂得到了提升，也就是说今天的我在不断地否定昨天的我。然而，做到超越生命的关键是你能在无绪与茫然中做到禅定，“知止而后有定，定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能得”。在“戒”、“定”、“慧”的轨迹中寻找出一种适意的心态烛照前行的脚步和方向，因为方向永远比位置重要。这需要一个人不断地调整自己的步伐，调节自己的情绪。

有一个小故事说：有两个小孩子甲、乙在一起玩耍，甲是驼

背,乙就问甲:“你的背上背了什么?”

甲很不安,很难过,不知如何回答。

乙就说:“你的背上背的是装翅膀的盒子。有一天天主会把它打开,你就能飞上天去做天使了。”

可见,人生的幸福与痛苦,其实只是一个人的态度和心理感受的问题。

我们常常会感叹命运的摆弄,却没有发现自己是在自作自受,有时一种心情的牵制影响了自己的主张。因此,当某一种心情来临的时候,不妨让自己冷静地思考一下,或者选择静静地坐一会儿,发一会儿呆,也可以欣赏一下自己喜欢的歌或曲……就这样慢慢地发现一个不同的自己。

事实上,对黑暗本身来说,它只能笼罩我们的心灵,却不能吞噬它。对心灵的变化,关键是要给它全面的生长空间、多角度的活动环境,给它一片自由飞翔的天空。这样,心灵才会在生命活力的推动下,在一边落下时,又从另一边升起,以演绎“生当如夏花一样灿烂,死当如秋叶一样静美”的无形大道。

作 者

2008 年

目 录

26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	上篇
路	舞	圆	豆	牌	船	风	叶	镜	树	旅	画	梦	萍	书	河	花	网	纸	鸿	烛	水	酒	茶	棋	戏	生命的形象
103	99	95	91	87	83	79	75	71	67	63	59	55	51	47	43	39	35	31	27	23	19	15	11	7	3	1

26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
奖励	尝试	体验	孝道	情趣	慎独	感恩	合作	信心	淡泊	诚实	价值	坚韧	勤勉	梦想	勇气	磨难	自立	精进	方圆	抗争	机遇	宽恕	责任	感悟	舍得	
209	205	201	197	193	189	185	181	177	173	169	165	161	157	153	149	145	141	137	133	129	125	121	117	113	109	

上篇 生命的形象 I

1 戏

◎烦心世相：

在人生的舞台上，也许直到现在你还在扮演小丑的角色，悲伤与痛苦多于喜悦与幸福，或者到现在为止你还没有得到过鲜花和掌声。于是你开始犹豫、失落、颓废……厌倦了戏文，开始怀疑自己，甚至想放弃。

现实中，你感觉人与人太虚伪，太假。有些人始终像背台词一样，说假话，说胡话，说鬼话，让人觉得不悦，甚至呕吐。

◎黄钟大吕：

人生由自己充当角色，在人世间演绎戏剧情节。每一个人都有自己角色，都有自己的台词。这一场戏，自己是演员，是导演，又是观众。这一场戏的开场就是降生，结束就是天堂，时间是门票。上台、下台虽然不能预知，但剧本却可以选择，角色也可以把握：或悲或喜，或忠或奸，全由你定。

◎明心见性：

人是社会关系的总和。所以生活中的每个人常常在自己的

戏中扮演着这样角色的同时，还要在别人的戏中扮演着那样的角色。一个没有几个性格侧面的人很难演好这出戏。在这里，有时候男人不只是男人，女人也不只是女人。

面对社会品格和生命的个体意识，我们经常会在真真假假的起伏中，辗转于各个舞台，并熟练地变换和快速地适应着各种角色。因为生存，有时候我们不得不戴着面具去面对，示人的未必是真正的自己。

在这出大戏中，我们遍演生、旦、净、末、丑，彰显礼、义、仁、智、信，也遍尝酸、甜、苦、辣、咸，不管自己情愿不情愿，你都得去投入，去参与。这部戏没有固定的剧本、没有准确的台词、没有导演指挥。只有自己在随着人生的每一步的变化，随机应变，用一生的心血写下自己唯一的故事：或喜或悲。

结果，用心的人可能把人生演得像一部精彩的电影，短暂而闪闪发光；而迷失的人却把人生演得像一部拖沓的电视剧，漫长而没有光泽。

事实上，人生的开始和结局，作为人都是不能把握的。我们能做的就是过程，对自己的过程问心无愧，不管结局怎样都只能认可。纵然演的只是一棵小草、一朵小花、一只蚂蚁、一粒尘土，我们都要做好那个自己。

人生中没有什么是是不可能的，只有为与不为的区分。有时候，你前一秒还在回味戏里的某个镜头，下一秒就会发生在你的身上。这就是戏。

人的一生不知道自己要扮演多少个形形色色的角色，说不完也诉不尽。但有一点是清楚的，即每一个角色都有其不同的责任和义务。在不同的时间、不同的地点、不同的角色中，我

们都要以不同的心态和面孔去对待。

记得有这么一个故事：一对同年同月同日生的兄弟被一位精通占卜的人断定一个是乞丐命，一个是状元命。结果，乞丐命者在逆境中逆风飞翔，成为了状元；状元命者却在迷信天命中坐以待毙，落得家破人亡。

人怀壮志，无运亦能自通。重要的是你能认真面对你的角色，无论赋予你的是悲剧还是喜剧，你都要勇敢面对。这也许就是戏如人生的真谛吧。

◎我心即佛：

阅读感悟区：

年 月 日

抒情写字区：

戏			

涂跨示范区：



信手涂跨区：

请参照左图绘画

2 棋

◎烦心世相：

好的开头等于成功了一半。然而，很多人在人生一开始就非常地随便，甚至有些挥霍。等他醒悟过来的时候，才发现已人到中年了，属于他的青年和辉煌就这样永远地失去了。

除此，还有一些人总以恶小而为之，总以善小而不为。结果一失足成千古恨，再回首已是百年身。

◎黄钟大吕：

人生就像弈棋，一步失误，全盘皆输，这是令人悲哀之事；进一步说人生还不如弈棋，不可能再来一局，也不能悔棋。

◎明心见性：

人生如棋，黑与白的交错，生与死的交融，每一手棋都充满了胜负成败的搏杀，一如人生历程中的一次次选择。然而，命运这个棋手的手段太过高明，如果我们在紧要关头有一步失误，便会步步失误，导致满盘皆输。

2

弈

我们必须稳当地走好每一步棋，三思而后行。出棋那一刻，定当要果断、干脆，掷棋有声；我们更要审时度势，蕴力而发，捕捉每一个机会，得意不忘形，失意不矢志。有时候尽管是个兵卒，也要放手一搏。尽量争取过河，小心翼翼地迂回前进。等进逼到九宫的时候，它的价值很可能就提高到一个车的水平。

棋下错了可以悔棋，棋输了可以耍赖，棋局结束了还可以重新开始。但人生不可以，它一旦出手，将永远无法回头，不能反悔，无法赖皮，更不可能重新开始。

有一个故事这么讲：一个女孩特别喜欢下五子棋，不过和他男友下棋时却经常输，但每次她都以撒娇方式悔棋重下。后来因为女孩的任性，两人最终分了手。一天，女孩突然好想下棋，但却找不到下棋的人。她想到了他，打了他的手机，结果那个号已经是空号了。

不要小看棋，它的确是人生的写照。我们从小就是从游戏里学习怎样生活、怎样与他人相处、怎样适应并利用这世界上的种种规则，并在这个过程中确立自己的人格。

人生如棋，落棋不悔。