

善待自己

III

追随幸福的
N个生活哲理

白金版

How to Have More Love in Your Life

生活本身就是一种享受，不论多高雅或者多卑微，每个人都有选择自己道路的伟大权利。

——【英】亨利·戴克

陕西师范大学出版

B821-49
D663/5

善待自己

II

追随幸福的
生活哲理

白金版

How to Have More Love in Your Life

陕西师范大学出版

图书在版编目(CIP)数据

善待自己Ⅱ:追随幸福的N个生活哲理:白金版/东方笑主编.
—西安:陕西师范大学出版社,2006.5
ISBN 7-5613-3595-4

I.善... II.东... III.人生哲学-通俗读物 IV.B821-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第044366号
图书代号:SK6N0585

责任编辑	周 宏
封面设计	红十月·郑琪
版式设计	祝志霞
插 图	刘 凯
出版发行	陕西师范大学出版社 (西安市陕西师大 120 信箱)
邮 编	710062
印 刷	北京市通州兴龙印刷厂
开 本	787×1092 1/16
印 张	17.5
字 数	220 千字
版 次	2006 年 7 月第 1 版 2006 年 7 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 7-5613-3595-4/B·113
定 价	29.80 元

注:如有印、装质量问题,请与印刷厂联系

序言 善待自己

每天拼命地工作,为的是什么?心累的时候,要怎么做?忙忙碌碌地每一天,为的又是什么?一个人没有希望,没有欲望,更没有愿望,没有盼望,活着有什么意义呀?

人要会学会善待自己,只有善待自己,才会让自己好过一些,才会让生活过得丰富一些,活着就要快乐,活着就要有活着的意义,活着还是一种幸福,不是吗!

不再去考虑顾忌那些有的没的东西,不再去在意别人的看法与议论,要活出一个真我,活出一个真实的自己。

生活要自己把握的,不是吗?

其实,我们每个人的命运是在某一个游戏中注定的。我们不能改变游戏的结果,但我们能让自己在游戏中过得好一点,尽量善待自己。如果说命运是注定的,但我们还可以在命运的不同位置上给自己增一些色。我们应该听说过这样一个关于狐狸的故事:

一只狐狸在路上闲逛时,忽然发现一个很大的葡萄园,葡萄结满了整个树丫,每颗葡萄看起来都能让人流下口水。

狐狸想要进去,而它进去的途径却是从栏杆的缝隙钻进去。狐狸却因身体太胖,钻不进去。于是它决定减肥,让自己瘦下来。狐狸在园外饿了三夜后,果然变得苗条了,真是皇天不负苦心人,终于顺利钻进葡萄园内。

狐狸在园内大吃起来,不知吃了多久,它终于心满意足了。当它想溜出园外时,却发现自己又因为吃得太胖而钻不出栏杆,于是只好在园内饿了三天三夜,瘦得跟原先一样时,才顺利地钻出园外。

回到外面世界的狐狸,看看国内的葡萄,不禁大发感叹:空着肚子进去,又空着肚子出来,怎么是白忙一场呢!

和那只狐狸一样,在我们每个人自己的游戏中,或者是在别人的游戏中,你都是这样,两手空空地来,两手空空地去。但是,如果你换一个角度来看,我们的人生或者是游戏难道只是注重结果吗?即使生命是一场空,也要空得很充实;纵然人生是白忙一场,也要忙得乐观。

善待自己,善待人生,善待在人生的游戏中的机会,虽然你和许多人的结果是一样的,但过程同样重要。人可以有欲望,但要分清自己当时所处的位置。善待自己,善待命运,这是游戏的潜规则。

人可以对不起你,但你不可以对不起自己。对自己好,珍惜自己,是最基本的要求。尽量让自己快乐,尽量让自己简单、朴素在复杂的氛围中。世上没有比生活在自己的阴影里更可怕的事了。我们不能要求社会对每一个人都公正,因为那就是上苍的考验。

善待自己并不等于放任自己。放纵自己的人,会得到短期的快乐。但同时也会因为目光短浅而失去更多的未来的发展机会。长时间无法得到突破,人可能就会迷失。或者放任,或者放弃。这时候人就应该更多地放时间在学习。或者思考、分析环境和自身,不要对自己缺乏信心。不要对未来缺乏信心,这样才是最对得起自己。

如果没有迷失自我,并且在不懈努力,那么就应该坚持下去,就应该用更多的时间规划现在和将来。

那么,朋友,当不幸降临到你身边的时候,给自己一个笑脸。对自己说:“这一切都会过去,珍惜生活中的每一寸时光,善待自己吧!”

换言之,走自己的路,让别人说去吧!



目 录

第一章 真爱无价

购买父亲 1 小时	3
把上帝买回来	4
难忘的假日之旅	6
母亲的生日	7
为母亲洗脚	9
爱情椰菜花	10
真正的礼物	11
结婚纪念日	14
错过的生日	16
谁的妻子最快乐	17
令人不安的爱情歌曲	19
青草娃娃	20
未经相商的合作	22
她是我的朋友	24
拉利的新态度	26
永远在你身边	28
20 美元的温馨	29
把报纸放下	31
圣诞礼物	33
姑妈的金首饰	35

第二章 智慧之风

马克·吐温的交易	41
最简单的方法	42
请闭上你的嘴	44
赎金变赏金	45
给上帝的信	46
大海与床	48
青瓷座钟的奇妙经历	50
不同价格的忠告	51
要命的珠宝	53
牧师的忠告	54
巧募百万美元	56
起死回生之术	58
3 枚金币	59
最中意的年历	61
旅馆里的老鼠	63
一辆新车的奇遇	65
黄色法拉利与蓝色宝马	67
贪心的军官	68
第 6 枚戒指	69
日本人的谈判哲学	71

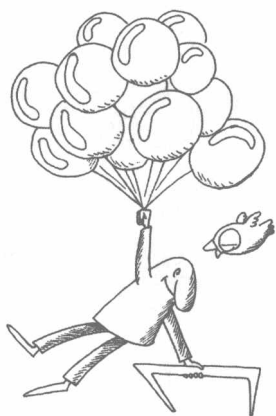


第三章 成功源泉

希尔顿的大船	75
“6”的效应	76
挨家走一走	78
最满意的答案	80
古怪的优惠条件	81
充满信心的冒险	82
墙壁带来的效益	83
如何找到真金	85
上帝的代理人	86
空白的答卷	88
拼命往前冲	89
宝石不如草	90
第一只红舞鞋	92
副总统不是总统	93
球王贝利不抽烟	95
1 分钟都不要浪费	96
站在暴风雪中	97
第 21 名	99
女孩和牛奶罐	100
黄玫瑰的心	101

第四章 人在职场

买件红衣服穿	107
亲手叩响机遇之门	108
1 美元话费	109
瑞典的法国建筑	110
寻宝	112
把身边的事干好	113
一场特殊的考试	115
朋友和工作	116
卖画	118
把生意转让给对手做	119
买牙膏	121
“我的耳朵不好”	123
大胆的推销员	124
请系紧你的鞋带	126
不同的待遇	127
一块碎片的价值	130
每次都是第一次	131
面试的故事	132
最后的测试	134
不要总是逆来顺受	136



第五章 心灵鸡汤

杰克和水手	141
和谐与不和谐	142
勇气和快乐	143
走出心灵的监狱	145
疯狂的崇拜者	146
如何说分手	148
情愿代你去死	149
美术系的女生	151
抵御恭维	152
满足愿望的音响	154
保护自己的口舌	155
斯塔腾岛的摆渡船	156
杰西的困惑	158
热情和冒险	159
会算计的安妮	161
诗人与军官的决斗	162
意外的收获	164
迷人的诱惑	165
托马斯的起伏人生	166
另起一行	168

第六章 放飞梦想

保留你的思想	173
请让我试一试	175
奇迹由自己创造	177
“333”的故事	178
我想要更重要的职位	180
不要相信命运	181
开口的回报	183
残疾人的一生	185
等待失明的比尔	187
不能流泪就微笑	189
尼泊尔的人口	190
海水为什么是蓝色的	192
第 11 次敲门	193
5 美元改变两个人	195
成为最出色的人	196
从清扫工开始	198
你也可以买房子	199
拿“红油”的教训	201
根本没有桥	202
1+1 大于 2	204



第七章 名人风采

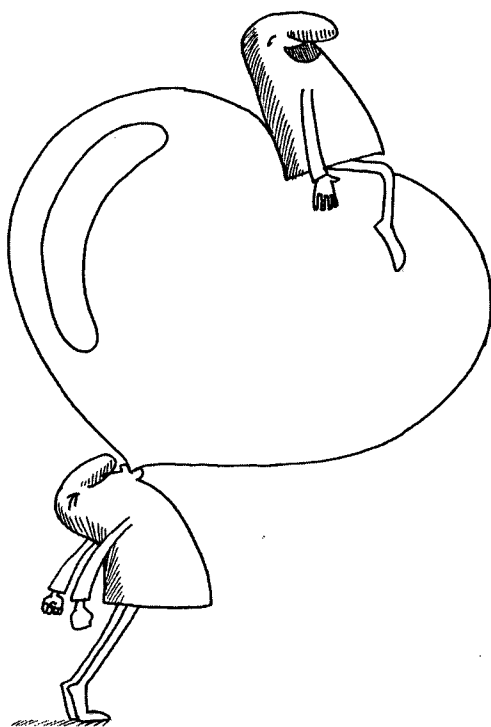
林肯的起伏人生	209
百折不挠的诺贝尔	210
大帝与少校	212
坚持到底	214
跌跤的福特	215
“利”与“弊”	217
拿破仑与秘书	218
林肯的胡子	220
居里夫人的 3 克镭	221
记下每笔钱的用途	223
口吃的杰克·韦尔奇	224
推销员的艺术	225
自己创造机会	227
丘吉尔炒股	228
实验室外的居里夫人	230
爱因斯坦的镜子	232
不得有一人站着	234
下一个轮到你	235
节省每一个便士	236
胡佛与凯末尔	237

第八章 拥抱生活

瞬间的永恒	241
上帝的答案	243
幸存的犹太人	244
悬崖间的铁索桥	246
寻找生命的意义	248
被拒绝的礼物	250
寻找钻石	251
花的生命	253
错过的幸福	254
记住自己的身份	256
鹅卵石	258
垂钓的心态	259
您只是顾客	260
偏见的代价	262
钓鱼的学问	263
恐怖实验	265
一只海怪	266
不及格的背后	267
爱心旅途	269
暴牙并不是罪过	270

第一章

真爱无价



购买父亲 1 小时

当一个人只有很有限的时间供自己支配时，他自然会花在最需要的地方。

——甘地夫人

约翰下班回到家已经很晚了，他的工作压力很大，心里也有点烦，他想休息一下，而这时，他发现自己 5 岁的儿子靠在门旁等他。

“你有事吗？儿子。”

“爸爸，我可以问你一个问题吗？”

“什么问题？”

“爸爸，你 1 小时可以赚多少钱？”

“为什么问这个问题？”约翰问道。

“我只是想知道，请告诉我，你 1 小时能赚多少钱？”儿子哀求。

“我 1 小时赚 20 美元，这有什么问题吗？”约翰没好气地说。

“哦，”儿子低下头，接着又说，“爸爸，可以借我 10 美元吗？”

约翰有些生气了：“别想拿钱去买那些毫无意义的玩具，给我回到你的房间并上床。你为什么这么自私呢？我每天都在辛苦地工作，这你根本无法体会，我没有时间和你玩小孩子的游戏。”

儿子安静地回到自己的房间并关上门，约翰生气地坐在客厅里。过了一会儿，他心里平静了下来，觉得刚才对孩子太凶了——或许孩子真的很想买什么东西，再说他平时很少要过钱。

约翰走进儿子的房间，发现儿子正躺在床上，他悄悄地问

工作再忙，
压力再大，生活
再劳累，也不要
忽视对孩子的关
爱。他们需要的
不是你能给予的
金钱，而是世上
最伟大的亲情。

道：“你睡了吗，孩子？”

“爸爸，还没，我还醒着。”儿子回答。

“对不起，我刚才对你太凶了，”父亲边说边把钱递给儿子，“这是你要的 10 美元。”

“爸爸，谢谢你。”儿子欢叫着从枕头下面拿出一些被弄皱的钞票，慢慢地数着。

“你已经有钱了，为什么还要？”父亲又有些生气，他不知道这个孩子今天是怎么了。

“因为在这之前不够，但我现在够了。”儿子回答，“爸爸，我现在有 20 美元了，我可以向你买 1 个小时的时间吗？明天请早一点回家——我想和你一起吃晚餐。这是我盼望已久的事情，可以吗？”

把上帝买回来

父亲！对上帝，我们无法找到一个比这更神圣的称呼了。

——华兹华斯

一个小男孩捏着 1 美元硬币，沿街一家一家商店地询问：“请问您这儿有上帝卖吗？”店主要么说没有，要么嫌他在捣乱，不由分说就把他撵出了店门。

天快黑时，第 29 家商店的店主热情地接待了男孩。老板是个 60 多岁的老头，满头银发，慈眉善目。他笑眯眯地问男孩：“告诉我，孩子，你买上帝干吗？”男孩流着泪告诉老头，他叫邦迪，父母很早就去世了，他是被叔叔抚养大的，叔叔是个建筑工人，前不久从脚手架上摔了下来，至今昏迷不醒。医生说，只有上帝才能救他。邦迪想，上帝一定是种非常奇妙的东西，“我把

上帝买回来，让叔叔吃了，伤就会好。”

老板眼圈也湿润了，问：“你有多少钱？”

“1美元。”

“孩子，眼下上帝的价格正好是1美元。”

老板接过硬币，从货架上拿了瓶“上帝之吻”牌饮料说：“拿去吧，孩子，你叔叔喝了这瓶‘上帝’，就没事了。”

邦迪喜出望外，将饮料抱在怀里，兴冲冲地回到了医院。一进病房，他就开心地叫嚷道：“叔叔，我把上帝买回来了，你很快就会好起来！”

几天后，一个由世界上顶尖医学专家组成的医疗小组来到医院，对邦迪的叔叔进行会诊。他们采用世界上最先进的医疗技术，终于治好了他的伤。

邦迪的叔叔出院时，看到医疗费账单上那个天文数字，差点吓得昏过去。可院方告诉他，有个老头帮他把钱付清了。那老头是个亿万富翁，从一家跨国公司董事长的位置上退下来后，隐居在本市，开了家杂货店打发时光。那个医疗小组就是老头花重金聘来的。

邦迪的叔叔激动不已，他立即和邦迪去感谢老头。可老头已经把杂货店卖掉，出国旅游去了。

后来，邦迪的叔叔接到一封信，是那老头写来的，信中说：“年轻人，您能有邦迪这个侄儿，实在是太幸运了。为了救您，他拿1美元到处购买上帝……感谢上帝，是他挽救了您的生命。但您一定要永远记住，真正的上帝，是人们的爱心！”

爱是能够把不同信仰的人们团结在一起的统一的力量。真诚的爱，只有在奉献的时候才最为丰富。只要拥有了爱心，人们就会感到人间的温暖与生活的乐趣，才会有生活的勇气。

难忘的假日之旅

爱经常会让人们的心灵发生颤动，因为我们太缺乏爱了。

—— 汉姆生

这一年的圣诞节，保罗的哥哥送给他一辆新车作为圣诞礼物。

圣诞节的前一天，保罗从他办公室出来时，看到街上一名男孩在他闪亮的新车旁走来走去，触摸它，满脸羡慕的神情。

保罗饶有兴趣地看着这个小男孩，从他的衣着来看，他的家庭显然不属于自己这个阶层。就在这时，小男孩抬起头，问道：“先生，这是你的车吗？”

“是啊，”保罗说，“我哥哥给我的圣诞节礼物。”

小男孩睁大了眼睛：“你是说，这是你哥哥给你的，而你不用花1角钱？”

保罗点点头。小男孩说：“哇！我希望……”

保罗认为他知道小男孩希望的是有什么，有一个这样的哥哥。

但小男孩说出的却是：“我希望自己也能当这样的哥哥。”

保罗深受感动地看着这个男孩，然后他问：“要不要坐我的新车去兜风？”

小男孩惊喜万分地答应了。

逛了一会儿之后，小男孩转身向保罗说：“先生，能不能麻烦你把车开到我家前面？”

保罗微微一笑，他理解小男孩的想法：坐一辆大而漂亮的车子回家，在小朋友的面前是很神气的事。

但他又想错了。

“麻烦你停在两个台阶那里，等我一下好吗？”

小男孩跳下车，三步两步跑上台阶，进入屋内，不一会儿他出来了，并带着一个显然是他弟弟的小孩，因患小儿麻痹症而跛着一只脚。他把弟弟安置在下边的台阶上，紧靠着坐下，然后指着保罗的车子说：

“看见了吗？就像我在楼上跟你讲的一样，很漂亮对不对？这是他哥哥送给他的圣诞节礼物，他不用花1角钱！将来有一天我也要送你一部和这一样的车子，这样你就可以看到我一直跟你讲的橱窗里那些好看的圣诞节礼物了。”

保罗的眼睛湿润了，他走下车子，将小弟弟抱到车子前排座位上，他的哥哥眼睛里闪着喜悦的光芒，也爬了上来。于是3人开始了一次令人难忘的假日之旅。

在这个圣诞节，保罗明白了一个道理：给予比接受更令人快乐。

母亲的生日

母爱在女人心中是一件简单、自然、丰硕、永不衰竭的东西，就像是生命的一大要素。

——巴尔扎克

戈菲德在为工作埋头忙碌过冬季之后，终于获得了两个星期的休假。他老早就计划好要利用这个机会到一个风景佳丽的观光胜地去，泡泡音乐厅，交些朋友，喝些好酒，随心所欲地休憩一番。

临行前一天下班回家，他十分兴奋地整理行装，把大箱子放进轿车的车厢里。

付出比得到更令人快乐。每一个人都应该想着如何才能给别人更多的关爱，使别人生活得更幸福，只有这样自己才会感觉到真正的幸福。所以，我们活着就是要学会给予，勇于付出，因为爱是给予而不是索取。

第二天早晨出发前，戈菲德打电话给他母亲，告诉她去度假的主意，她说：“你会不会顺路经过我这里，我想看看你，和你聊聊天，我们很久没有团聚了。”

“母亲，我也想去看你，可是我忙着赶路，因为同人家已约好了见面时间。”他说。

当戈菲德开车正要上高速公路时，忽然记起今天是母亲的生日。于是他绕回一段路，停在一个花店门口，打算买些鲜花，叫花店给母亲送去。戈菲德知道母亲喜欢鲜花。

店里有个小男孩，正挑好一把玫瑰，在付钱。小男孩面有愁容，因为他发现所带的钱不够，少了 10 美元。

戈菲德问小男孩：“这些花是做什么用的？”

小男孩说：“送给我妈妈，今天是她的生日。”

戈菲德拿出钞票为小男孩凑足了钱。小男孩很快乐地说：“谢谢你，先生。我妈妈会感激你的慷慨。”

戈菲德说：“没关系，今天也是我母亲的生日。”

小男孩满脸微笑地抱着花转身走了。

戈菲德选好一束玫瑰、一束康乃馨和一束黄菊花。付了钱，给花店老板写下母亲的地址，然后发动车，继续上路。

刚开出一小段，转过一个小山坡时，戈菲德看见刚才碰到的那个小男孩跪在一个小墓碑前，把玫瑰花摊放在碑上。小男孩也看见他，挥手说：“先生，我妈妈喜欢我给她的花。谢谢你，先生。”

戈菲德将车开回花店，找到老板，问道：“那几束花是不是已经送走了？”

“不必麻烦你了，”他说，“我自己去送。”

在忙碌的工作中，在投身于事业之时，别忽略了我们的母亲，常回家看看，让我们的母亲远离孤独，真正感受到被儿女爱的幸福。