

GENTLIZE
YOUR MIND
WITH
A CUP OF TEA

一杯清茶 轻轻抚慰



李轩 编著

泡一杯清茶，读一本人生哲理的书，它能够把
美丽、梦想、目标、快乐植入到我们心中，它赋有
思想，却读之不累，平实隽永。阅读是一种生命的
享受，人生永远在书香里跳跃……



一杯清茶 轻轻抚慰

李轩◎编著

线装书局

图书在版编目(CIP)数据

一杯清茶 轻轻抚慰/李轩编著. -北京:线装书局,2003

ISBN 7-80106-277-9

I.一… II.李… III.成功心理学 IV.B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 067104 号

一杯清茶 轻轻抚慰

编 著 李 轩

责任编辑 王长林

监 印 李国利

封面设计 康笑宇设计工作室

出版发行 线装书局

社 址 北京朝阳区春秀路太平庄 10 号

邮 编 100027

电话传真 64153263

经 销 新华书店

印 刷 北京京宇印刷厂

开 本 1/32(850mm × 1168mm)

字 数 300 千字

印 张 12

版 次 2003 年 8 月第 1 版 2003 年 8 月第 1 次印刷

印 数 1-5000 册

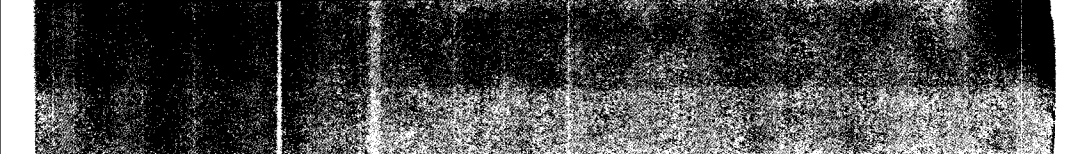
书 号 ISBN 7-80106-277-9/G·75

定 价 20.00 元

序

累……

心灵的疲惫伴随着身体的疲惫而来却不随它们而去。当身体的疲惫消弭之后，心灵却久久不得宁静。内心的倾扎，竞争的残酷，心中的渴求，他人的不解都在心中反复呈现而投下凝固的映像。心灵需求休憩，需要找到一片宁静的港湾。心灵更需要抚慰，抚平所有扭曲和悲喜。将心灵归化为零，在午夜来临之前觅得一个心灵的新起点，以获得一个安静的睡眠，迎接明日的新挑战。



这时候，我们需要坐下来，泡上一杯清茶，慢慢品味人生的酸甜苦辣。在灯下，细读一本关于生活本色的书成为慰藉心灵的良药。

永恒的爱其实是我们获解生活之道的密码。当我们用爱心去面对这个世界的时候，我们得到的回馈也是宁静而甜蜜的心灵。生活的烦恼可以随风飘散。因为在爱心面前，所有的利益和倾扎都显得渺小。心灵净化是驱除不平的最佳途径。亲人之间的亲情让人珍惜而不能忘怀，朋友之间的友情让人感动而感悟生活的珍贵，陌生人之间的关切则搭建了心灵之间的桥梁，让人们之间消除了沟通的鸿沟，让生活充满了浓浓情趣。让心灵的天空豁然开朗。

宽容则是爱心的另一个延续，宽容的人世界无穷广阔。宽容使敌人变成朋友，使失足者转化，使幼弱者成长。宽容也使宽容者解开心灵的枷锁，放弃仇恨和蔑视，荡平胸中块垒，得以俯瞰天地人间，用大气抚平躁动的情感空间。

面对失落和打击，沮丧和落寞，无可奈何，无处倾诉。面对万千世界，挑战不断涌现，超越能力的负荷。我们需要的是自强和自信。执守心中的信念，而不是担

心和止步。懦弱无济于事，勇敢才能成就未来。你的目标的高度将决定你人生轨迹上升的高度。我们都需要一个积极的心态，改变命运的也唯有积极。积极的心态可以打开人生的另一扇门，能让失败改道而行。一切挫折都会过去，一切都会雨过天晴。挫折之中我们完全可以选择崛起。关键在于毅力和恒心。上帝总是偏爱有毅力去追寻理想的人。成败，之间的差距也许就在于一步之遥，而这一步取决于你的坚持的信念和执着无悔，孜孜追求。

人人都要面对欲望和诱惑。一味的追求物质、贪婪地索取物质必将使灵魂带上枷锁。欲望常常是成功的陷阱。对金钱美女的追逐永无穷匮、没有边际容易跌落到人生的低点，也容易引致内心世界的狂躁不宁，扰乱前进的步伐。冷静带来思考，冷静才能自若应对各种挑战。而清静的心灵则是冷静处事的本源。我们需要的是在清静心态之后的有为。

当然，我们执守的不仅仅是自信自强的积极心态。更需要执守我们内心的法则和社会的法则。诚信、尊严、正直、负责任，都是我们应该坚守的人生底线，唯此我们才可以心中充满生活的勇气，而无所畏惧，心灵

平坦如每天太阳升起之处的地平线。

更多的人生哲理和智慧需要我们慢慢品味，生活总是像一种耕耘，种植什么就会收获什么。我们需要生活的智慧、事业的智慧和人生的智慧，觅得一双慧眼将使我们洞察成功的机会，避开障碍我们成长的樊篱。收获我们的勤劳种植。

泡一杯清茶，找一本这样的书，它能够把上面这些生活哲理植入到我们心中；它充满的不是说教，而是一串串小故事；它富有哲理，却读之不累，平实隽永；它的每一个故事都是精选的，让你回味无穷，犹如手边的这杯清茶。

黄永军

2003年8月于北大未名湖

E-mail:huangyongjun18@sohu.com

只需一杯清茶



前不久偶遇一久别了的同窗好友，因有事无法长谈，友人就说选个空闲日子邀上几个同学好好叙叙。我忙说约个时间到你家里坐坐，只要有壶好茶就行，他连连说：“那怎行，我来做东吧。”

我并不是客气，也不是担心让他破费，他已是一家有名的房地产公司的董事长，出些饭钱不是负担，只是觉得友情是彼此两个人之间的事，不必搞得那么喧闹。好友没有失约，过几日就请了三五同学到一家有名气的酒楼，所点的菜、所要的菜、所要的酒水自然是最好的。畅饮之间，少不了相互的恭维。几个时辰过去，大家打着饱嗝席散人走。待只余下我们两个人相视一笑，这才发现我们并没有如原先所希望的，好好地叙谈一番。

我觉得，有三五好友在一起真诚交谈，在我们天天面对

繁杂的事务、尴尬的人际之余算是享了清福。可我现在却又常常惧怕起与朋友们的来往了。这倒不是因为我拒绝友情或是性格变得孤僻，而实在是难以领受他们的盛情。在我造访朋友时，他们觉得在家中接待你，只捧上一杯清茶未免有失敬意，怠慢了你。于是常常会很有诚意地邀客人上酒楼茶馆、酒吧、歌厅，在这些地方举行友情盛宴。然而在杯盘狼藉、人声喧嚣中，面对着灯红酒绿我已没有了倾诉的心情；在不停地推杯换盏中，时间已悄然过去，又可以说些什么？

假如对方是工薪人士，看着朋友从有限的薪水里点出不薄的钞票，我们要难以那么谈笑风生，也不能屡屡打扰了。更何况在这些场合讲的就是热闹，当然要有多多的人来凑趣，于是呼朋唤友，因了种种原因互相之间难免存在着隔阂，很难谈得上真诚相待，而多了几分的客气以至虚假，更不用说兴起之时斗酒，伤了身体也伤了和气。

在这种背景中，你会觉得友情成了昔日的牧歌，只可留在自己的心里回味。于是念起只有一杯清茶的清淡，没有喧哗没有虚假的面纱，彼此也不觉得有什么承受不了的，喝着手中滚烫的香茗，心宁神爽，妙语如珠；或是推心置腹，一吐为快。这该是忙碌的竞争时代难寻的清福之事。其实，我们的内心都渴望着真诚的聆听和倾诉，远离那些喧嚣，剥下虚假的面纱，在一杯清茶的氤氲里，让清香的茶水滋润我们的心田。

真的，只要一杯清茶，假如我们还是真诚的朋友。




GENTLIZE
YOUR MIND
WITH
A CUP OF TEA



目录

爱心永恒

- 003 一生的职业
- 005 一位母亲创造的奇迹
- 008 直面不幸人生的精神力量
- 011 六个人的一生和一句仁爱的谎言
- 013 关照别人就是关照自己
- 016 与上帝共进午餐
- 018 一杯牛奶
- 020 乔治的父亲
- 023 我很重要
- 026 大师的败笔
- 028 林肯与女孩
- 031 一双暖和的脚

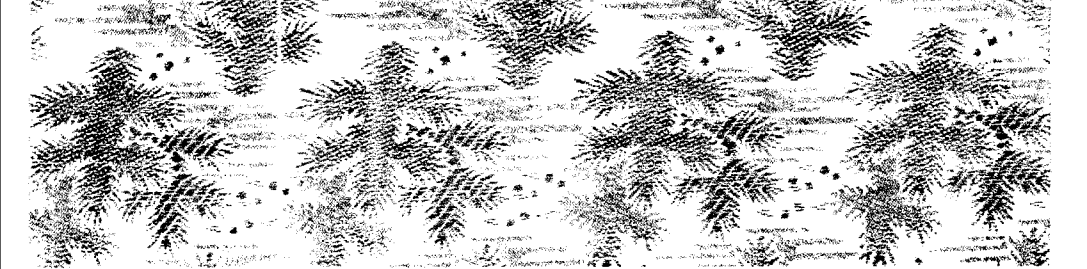
- 
- 033 微笑获得成功
 - 036 希望的太阳
 - 038 天下第一难事

宽容无边

- 043 面对一个愤怒的人
- 045 天才不需要复仇
- 047 为了那双明亮的眼睛
- 050 勇者的名字叫宽恕
- 054 把敌人变成人
- 056 温情罚款
- 058 宽恕的力量
- 061 总统与小偷
- 064 宽容是无边的蔚蓝
- 066 26个孩子和一道题
- 068 先控制自己，才能控制他人
- 072 人性的掌声


自信自强

- 077 认同的力量

- 
- 079 林肯与记者的对话
081 让信念升值
083 自信的价值
085 一只铅笔有多少种用途?
088 我坚信,我是自己的救世主(信心)
093 看清楚你自己
096 坚守你的高贵
098 挑战规则
100 索尼品牌的建立
102 鹰和鸡的故事
105 穷人最缺什么
108 我想要更重要的职位
110 十年后可成为一流人物

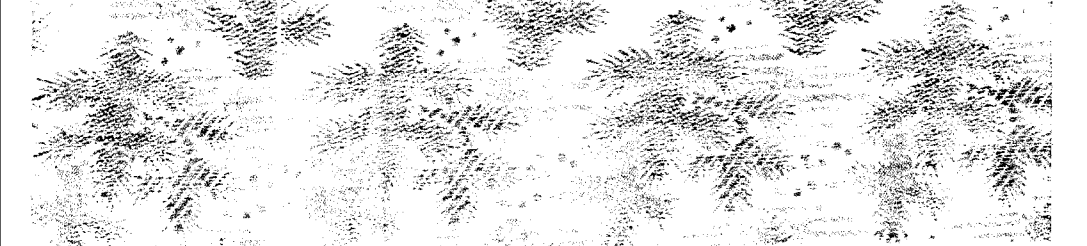
智慧人生

- 115 绝处逢生借“机”回家
118 拿破仑和毛皮商人
120 发明鼠标的人
124 我看见了我的骨头
126 人生第一课

- 
- 128 热潮之外赶热潮
130 淘金热点事件
132 创造时尚
134 用多少马力驱动凯迪拉克
136 最后的话
138 犹太人的财富
141 打开你观念的抽屉
143 放弃的意义
145 一句价值百万英镑的忠告
147 轻装前进


清静有为

- 151 生命的钉子
153 上帝只给了他两只苹果
155 一美元小费
157 走不回来的人
159 写到天堂的信
161 一只苍蝇击倒世界冠军
163 我没有鞋，他却没有脚
165 乞丐的爱情

- 
- 167 生命需要的仅仅是……
169 净化您的心境
171 清水龟之助的故事
173 做一个最好的你
175 财富修养
178 世界顶尖富翁如何花钱

毅力恒心

- 183 布伦克特——英国人的传奇
186 成败之间的距离
189 持续地敲门
191 财富加速度
194 两块钱的启示
196 拎好最后一桶
198 永不言败
200 智在人为
202 2500个“请”
204 用“耐克”挖墙角
206 如果这是一份事业
209 奇迹诞生的途径

- 
- 211 每天抽出一小时
215 卡耐基笔下的丘吉尔

执守信念

- 221 决不向一个提裤子的人开枪
223 我家最富的时刻
225 埋藏了 2000 年的真理
227 不能例外
229 真正的男人
232 一生守信
235 我愿意为你拆一座亭子
237 教你活得好
241 捂住你的鼻子
244 信用是金
246 生死朋友

积极心态

- 251 心态决定命运
253 另一扇门
255 让失败改道

- 258 机遇
- 260 生存游戏
- 263 没有人会一帆风顺，连上帝也一样
- 265 追求卓越
- 268 改变命运的一元钱
- 270 每天你有两个选择
- 272 万分之一的机会也不放弃
- 274 在挫折中崛起
- 277 恐惧生命
- 280 被上帝咬过的苹果
- 282 一张揉皱的十美元
- 284 你必须面对的
- 286 不气馁的爱迪生
- 290 有志不在年高
- 293 去你的，我才不死呢

种植收获

- 299 报偿
- 301 位置
- 303 说不出话的播音员