

沙因为它的细微而苦恼，但它成就了一个世界
水因为它的渺小而胆怯，但它积聚了一片海洋

一粒尘埃也有飘落世间铸造高楼的希冀
一滴水珠也有汇入江河纵横东西的权利



一沙

— 世界

蒋光宇 著

辽宁教育出版社

当时间的洗礼冲刷出心灵的沟壑，我们到哪里去寻求内心的一份宁静呢？
当成长的拔痕绽露出青春的无知，我们又到哪里去啜饮人生的一杯哲学呢？
当我们的行程遭遇了生活的瓶颈，又到哪里去摆渡，重获一种解脱和释放呢？
担当 融通 情义 智慧 还有爱
在这里捡拾人生的珍宝
赋予你别人体察不到的一笔财富——内心的富有



蒋光宇 著

 辽宁教育出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

一沙一世界/蒋光宇著. —沈阳: 辽宁教育出版社,
2004.12

ISBN 7-5382-7272-0

I. 一… II. 蒋… III. 小品文—作品集—中国—
当代 IV. I267.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 137397 号

出版发行: 辽宁教育出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮编: 110003)

印 刷: 辽宁印刷集团新华印刷厂

开 本: 890 毫米×1240 毫米 1/32

印 张: 10

字 数: 225 千字

印 数: 1—6000

版 次: 2004 年 12 月第 1 版

印 次: 2004 年 12 月第 1 次印刷

责任编辑: 王 莹 赵姝玲 杜 玲 关 鑫 宋 燕

封面设计: 王 萌 吴光前

版式设计: 王 萌

责任校对: 刘 璠

技术编辑: 袁启江 赵怡轩

定 价: 18.00 元

联系电话: 024-23284201

邮购热线: 024-23284435

序

读光宇老师的书稿，静下心来，深长思之，受益良多，百感交集；引发串串回忆，激起阵阵共鸣。

看了书中《成为一个有修养的好人》这篇文章，我回忆起我们初次相识是在1979年，我到市里开会，见到了蒋光宇老师，那时我在县城教初中，他在市教育学院教大专班。尽管职业差距很大，但同为沈阳下乡知识青年的经历，拉近了我们的距离，相知互勉，后来成为挚友。

光宇是学员们公认的好老师：为人善良，诚恳热心；做事求实，乐观进取；讲课思路流畅，语言生动；文章写得言简意赅，直指人心。他在上世纪七十年代时就认为“好文章的作者都是好人。人品决定文品，文如其人。”

他这样做人、做事，也到处劝别人做人要善良，做事要求真，通过讲课，通过写文章。

后来他进了党政机关，38岁就当了区委副书记，45岁当了代区长、区长。在普通百姓看来，这是一个比较大的官了，可光宇仍然觉得自己是人民中的一员，对上级、对下级仍然那么善良、诚恳、热心；做事还是那么求实、乐观、进取。

这期间，他仍然笔耕不辍，劝人做人要善良，做事要求真。

在领导和同志们的帮助下，他后来走到了副厅级的岗位上。在老百姓看来，这是更大的官了，但光宇还是把自己看做人民中的一员，对上级、对下级仍然那么善良、诚恳、热心；做事还是那么求实、乐观、进取。

这期间，光宇笔耕更加勤奋，他一以贯之的用写文章的方式

劝人做人要善良，做事要求真。写好文章成了他的兴趣，成了他的精神需要，成了他做人的责任和义务。他是用心在和读者谈心，他毫无保留地把自己人生的智慧，工作的经验，学习的感悟，生活的窍门，全都坦诚地告诉读者，这样的文章当然打动人心，引发共鸣。全国100多种层次较高的报纸杂志都发表了他的文章。

一位副厅级干部，努力做好本职工作，又写了这么多文章，时间从哪里来？光宇老师讲：“主要是业余时间。人的一生，生活必需时间几乎占去了整个生命的50%，闲暇时间占33%，工作时间占10%，正规学习时间占7%。简单些说，一个人一生的闲暇时间相当于工作时间和正规学习时间之和的两倍。仅每年的双休日和节假日就有114天之多。闲暇时间是一笔巨大的财富，人之差距在于业余时间。”

读光宇这本书，最使我敬佩的，是他劝人善良、认真，他首先从自己做起，做人善良、做事认真。《善良在传递中释放能量》《坦言失误》《对自己的相貌负责》《盘点心灵》《信誉》《播种诚实》《诚实使赝品升值畅销》等文章中的主张和见解，光宇首先都以自己开始一点一滴地去做，一以贯之地去，于是他在从教师到副厅级干部的每一个岗位上都取得了较大的成绩。

光宇还把文章中的见解在自己的家庭中一点一滴地去做，一以贯之地去。光宇是孝子，他以善良的心，认真的态度关注父母的需要，从细节上关照老人心的开朗、身的健康，使两位老人至今感觉夕阳无限好。光宇与妻子相濡以沫、互敬互爱、互激互励。光宇对自己的女儿更是既充满爱心、又严格要求，鼓励女儿既求真务实，又大胆创新，于是女儿德智体全面发展，考取美国博士研究生，获得全额奖学金……

我常想，如果我们国家每个人都能做人善良、做事认真，那么我国一定会成为世界第一强国。如果全世界每个人都能做人善



良、做事认真，那么共产主义一定会提前到来。

我盼望光宇能影响更多的人，盼望更多人读到光宇的文章；一定有更多的读者也盼望，才有百余家报刊发表他的文章；出版社也盼望，新年钟声敲响的时候，出版了《一沙一世界》和《一滴一海洋》。

近16年是我国人均GDP由1000美元向3000美元过渡的阶段。这一阶段体制转轨、产业调整、社会变革、发展提速、观念更新、选择多元、利益重组、规则再创……面对滔滔信息、滚滚红尘，人们尤其需要守住心灵的宁静，建设精神家园。

光宇的《一沙一世界》和《一滴一海洋》是用诚心写的，我们带着诚心去读，便会感到，尽管我们个人无法改造客观世界，但我们可以把自己的内心世界管理得天清日朗，能让自己更珍爱生命，善待他人，求真务实，奋发进取，能方善圆，宽容开朗。生活的大浪也许把我们冲上高峰，也许把我们卷入深谷，无论在哪一个坐标点上，我们都能让自己自强不息、乐观进取，高楼住得，茅屋居得；高官做得，百姓当得；寒也耐得，暑也熬得；表扬禁得，批评听得；顺境处得，逆境受得。

像光宇那样，真诚善良地做人，求真务实地做事，管理好自己的心灵世界，是个人的幸福，家庭的幸福，是人民的需要，国家的需要。

新年新书《一沙一世界》和《一滴一海洋》出版之时，写了这篇序，自知难以点化本书之旨，好在读者可以立即打开正文，一睹为快吧！

魏书生



目 录

序

魏书生

出返往来	1
努力的人最聪明	3
信赖	5
三个砌墙工与三个抄写员	7
白色金盏菊	9
用智慧的眼光观察	12
漂亮且忠诚的幽默	14
谦和是安全	16
时间沙滩上应留的足迹	18
掉进坑里的巨人	20
思考致富	21
人不可一日无喜神	23
竞争的典范	25
帮别人即帮自己	28
在平凡中实现非凡	30
奔驰的魅力	32
返回沉船的艾文思	35

“小丁”：63岁上岗	37
谢绝基辛格的酒吧	40
一箭三雕	42
一生汗水的凝练	43
犬碑	45
认错	47
两种智慧	49
鸽群是飞来的机遇	50
刮金救人	52
差距在于业余时间	54
姆佩姆巴效应	57
面对毁谤	59
突破 10 秒大关	62
请个“天敌”做搭档	64
大师	66
坦言失误	68
人性的特点	70
成功的公式	72

靠智慧起死回生	74		
最小的面包	76		
百年经典两小事	78		
战胜比珠峰还高的欲望	81		
韦博图城堡	83		
避开热点觅良机	85		
理发师傅的日记	87	水晶大教堂	113
为了坐着的权利	89	放弃诱惑	116
让灵活为原则开路	92	无言的爱	118
自然之道	94	钢琴上的黑白左右手	121
发现财富的眼光	96	拥抱对手	124
如果失去了目标	99	妙用失误	127
背运的宝石不如草	101	生命落日的告别	130
终身难忘的吻	103	用规则守护天堂	133
礼貌的力量	106	成败之间有机遇	136
发现别人手中的粉笔	108	扑克牌通缉令的启示	138
差别	110	伟人的身高与笔误	140
善良在传递中释放能量	111	战胜恐惧	142
		华盛顿找马	145
		泥泞留痕	146
		传授人生的真谛	148
		沃尔曼试金石	151
		世纪美女的追求	153
		三小时三天筹集三百万	155



圆圈和黑点	158		
和睦	160		
爱因斯坦的衣着	162		
给鱼和给鱼竿	164		
智慧地让步	166		
101岁老人的名言	167		
温情重于王权	170		
夺冠之本	172	微笑着走向生活	198
鹅卵石与金戒指	174	富豪只借一美元	201
寻找幸福的秘密	176	化敌为友	203
“我要用中文”	179	希望的力量	205
交流沟通的法则	182	血案	207
嵌着珍珠眼睛的“铁狮子”	183	对自己的相貌负责	209
化劣势为优势	185	做个有耐心的人	211
欣赏	188	少说少说胜冗长	213
摆脱心灵的枷锁	190	保持谦卑的心	216
巴顿将军的头盔	194	看日出要坚持到拂晓	218
非凡常在眼前	196	化耻辱为光荣	221
		一先令与一美元	223
		巨鲸腾飞的奥秘	226
		差一点	228
		思考是勤奋的眼睛	231
		不能让母亲伤心	233
		赛虎求医	235
		为公主选婿	237



公平	239		
诚实使赝品升值畅销	242		
珍珠的诱惑	245		
把斧子卖给总统	247		
力大无边的艺术	249		
感谢提醒	251		
无中胜有	253	华思的葬礼	277
母亲的伟大天性	256	盘点心灵	280
不必刻意追求荣誉	258	“豆芽王”理论	282
摆脱尴尬	260	大胆假说	284
养生应重神补	263	用微笑把痛苦埋葬	286
一个孔和一毫米	266	放飞梦想	288
良心是一盏明灯	268	培养有智慧的人	290
商人的四个老婆	270	播种诚实	292
寻找快乐	272	敢于挑战权威	294
金秋的忠告	274	厄运打不垮信念	296
		巨奖引起的悲剧	298
		利人是利己的根基	300
		有时需要简单	302
		人群里走不出新路	305
		拿掉阻止前进的小木块	307
		悟出的才是自己的	309



出返往来

晓华从北京师范大学毕业以后，就回到沈阳市读中学时的母校任教。他是个很有爱心的年轻老师，念大学的时候就很有缘。去年暑假，他同大学时期的朋友们开了个玩笑，连续给朋友发了20封电子邮件，信的内容只有“恭喜”两个字。

这些朋友都是他按同学通讯录随意挑出来的。事实上，据他所知，这些人似乎并没有什么特别值得道贺的事情。

发信者无意，收信者有心。不久，他竟也收到了20封电子邮件，都是对他的“恭喜”表示谢意。因为这20个朋友，每个人都觉得他们所做事情值得别人祝贺。

后来，有心的晓华在此基础上又做了个实验：他要求全班的每个同学以最快的速度，写出各自所不喜欢的人的姓名。

有的同学30秒之内，仅能够写出一个人的姓名；有的同学甚至连一个也写不出来；而有的同学竟一口气列出15个之多。

晓华是班主任老师，他比别人更清楚，那些拥有不喜欢人数最多的同学，恰恰是性情孤僻、最不受同学们喜欢的人。

晓华感悟到，谁要是不喜欢别人，别人也就不喜欢接纳这个



人。因为谁发出不友善的信息，别人迟早都会感受到。谁发出怎样的信息，谁就会得到怎样的回报。

晓华为了从理论上进一步总结和认识上面的两个事情，便写信向大学时教他们心理学的王教授请教。王教授很快给晓华写了一封不短的回信，其中最基本的观点是：

爱出爱返，福往福来；恨出恨返，怨往怨来。



努力的人最聪明

约翰和汤姆是相邻两家的孩子，他俩从小就在一起玩耍、上学。约翰是一个极其聪明的孩子，学什么都是一点就通，考试常常名列前茅。大家都夸他天资过人，他自己也感到自豪与骄傲。与约翰相比，汤姆的脑子显然不够机灵，甚至有点愚钝。尽管汤姆也很用功，但学习成绩却难以进入前十名。时间久了，他时常从心底流露出自卑与无奈。

然而，汤姆的母亲却总是鼓励他：“在开始的时候，尽管有些奔驰的骏马总是呼啸着遥遥领先，但最先抵达目的地的，却往往是有非凡耐心和毅力的骆驼。如果你能坚持不懈地努力，就完全可以做出连自己都感到吃惊的成绩。”

后来，汤姆母亲的话果真被事实所验证。聪明的约翰自诩是个聪明人，但一生业绩平平，没能成就任何一件大事。而自觉很笨的汤姆，却不断地从各个方面充实自己，一点点地超越自我，最终成就了辉煌的业绩。

约翰愤愤不平，以至郁郁而终。他的灵魂飞到了天堂后，质问上帝：“我的聪明才智远远超过汤姆，我应该比他更出类拔萃



才是，可为什么你却让他成为了人间的佼佼者呢?!”

上帝笑了笑说：“可怜的约翰啊，你至死都没能弄明白：我把每个人送到世上，在他生命的‘褡裢’里都放了同样的两件礼物——‘聪明’与‘努力’。只不过你把‘聪明’放到了‘褡裢’的前面，把‘努力’放到了‘褡裢’的后面。你因为常常看到或触摸到‘聪明’而沾沾自喜，却忽视了‘努力’，所以聪明反被聪明误，一生业绩平平！而汤姆与你恰恰相反，把‘努力’放到了‘褡裢’的前面，把‘聪明’放到了‘褡裢’的后面。他看不到自己的聪明，并由自卑转变为努力，总是锲而不舍地努力！努力！再努力！向前！向前！再向前！所以，他成就辉煌。”

约翰又问到：“照你这么讲，那聪明人和愚钝人是可以相互转化的吗？什么样的人才是最聪明的人呢？”

上帝又笑了笑说：“是的，是这样。用进废退，概莫能外。如果聪明人总以为自己知道的很多而不再努力，就会逐渐变成愚钝人；如果愚钝人总以为自己知道的很少而不断努力，就会逐渐变成聪明人。只有不断努力的人，才是最聪明的人。简言之，努力的人最聪明。”



信赖

心理学教授恩科，带领一群学生做过这样一个关于信赖的实验：

他首先让学生们面朝他站成两排横队，然后命令后一排的同学做好救助准备，待他喊了“开始”之后，前一排的同学就往后一排位置相对应的同学身上倒。

等同学们准备好了之后，他郑重地发出动员和指令：“前面的同学别有顾虑，要尽力往后倒！好，开始！”

几乎是所有的前排同学都嘻嘻哈哈地一边笑着，一边按照恩科教授的指令，身子一点一点地向后倾斜。但是，大家明显地暗自掌握着自己身体的平衡，并不肯把自己摞倒在后排那个同学的身上；后排的同学本来已经拉开了架势，预备扮演一回救人的英雄角色，但是，由于前面倒过来的身体重量并不够重，也只好扫兴地用手轻触了一下前排搭档的衣服就算了事。

可是，在前排的同学当中有一位例外——一位男生在听到恩科教授发出的指令之后，紧紧地闭上了双眼，十分彻底地向后面倒去。这位膀大腰圆男生的搭档，竟是一位小巧玲珑的女生。当



这位女生看到这位男生毫不掺假地倒过来时，先是微微一怔，随即奋不顾身地去抱住他。看得出，她有些力不从心，但却倔强地咬着唇，竭尽全力地将他撑起……这位女生成功了！

恩科教授笑着举起这对搭档的手，高兴地说：“他们两个是这次实验中表现最为出色的人。”

接着，他用总结性的语言告诉大家：

“这位男生为大家表演的是‘有所信赖’——有所信赖是什么呢？有所信赖就是真心实意、没有一丝一毫的猜疑和顾忌，连眼睛都让它暂时歇息，百分之百地交出自己。

“这位女生为大家表演的则是‘值得信赖’——值得信赖是什么呢？值得信赖是有所信赖吹开的一朵花。

“如果有所信赖的春风吝啬于吹送，那么，值得信赖这朵花就有可能遗憾地夭折在花苞之中，永远也休想获取绽放的权利。当然，如果有所信赖的春风吹得温柔，吹得和煦，那么，值得信赖的花就像被注入了一种神奇的力量——就像你们看到的那样，一个弱不禁风的女生竟可以扶起一个虎背熊腰的男生，一双充满了爱心的手可以托举起一个美丽多彩的世界。

“无论是值得信赖，还是有所信赖，都是需要你、我、他，都是需要人类社会共同维护和珍惜的极其宝贵的精神财富。

“同学们，值得信赖的人是高尚的，有所信赖的人是幸福的。每个人，首先要争做值得信赖的高尚的人，然后还要争做有所信赖的幸福的人。”



三个砌墙工与三个抄写员

在一个建筑工地，有位社会学专家对正在砌墙的三个工人进行了随机调查。

专家问第一个砌墙的工人：“你在干什么？”

第一个砌墙工人没好气地说：“没看见吗？我不是在砌墙吗？”

专家又问第二个砌墙的工人：“你在干什么？”

第二个砌墙工人抬起头，笑了笑说：“我在盖一幢高楼。”

专家再问第三个砌墙的工人：“你在干什么？”

第三个砌墙工人一边砌墙一边哼着歌曲，笑容灿烂地回答：“我在建设一座城市。”

十年之后，社会学专家了解到，第一个砌墙工人仍然在建筑工地上砌墙；第二个砌墙工人已经坐在办公室里画图纸；第三个砌墙的工人呢，已经是前两个工人的老板。

黎锦熙（1890—1978）是我国著名的国学大师。当年他在湖南办报时，帮他誊写文稿的有三个抄写员。

第一个抄写员沉默寡言，只是老老实实在地抄写文稿，连错