

刘怡林 / 靳洪伟 编著

上帝的 电话号码

心有烦恼，
想过要向上帝倾诉吗？



中国盲文出版社

上帝的电话号码

刘怡林 靳洪伟 编著

中国盲文出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

上帝的电话号码 / 刘怡林 靳洪伟 编著. - 北京: 中国盲文出版社, 2003

ISBN 7-5002-1891-5

I. 上… II. ①刘…②靳… III. 成功心理学
IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 064856 号

上帝的电话号码

编 著 者: 刘怡林 靳洪伟

出版发行: 中国盲文出版社

社 址: 北京市丰台区卢沟桥城内街 39 号

邮政编码: 100072

电 话: (010) 83891765

印 刷: 北京朝阳印刷厂有限责任公司

经 销: 新华书店

开 本: 880×1230 1/32

字 数: 210 千字

印 张: 9.25

版 次: 2003 年 8 月第 1 版 2003 年 8 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-5002-1891-5 / B·61

定 价: 18.00 元

此书盲文版同时出版

盲人读者可免费借阅

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

序 言

我的烦恼为什么这样多

著名的哲学家叔本华曾经有一个很形象的比喻，他把人生比喻为一个钟摆，不停地在痛苦和无聊之间摆动。其实，不论痛苦也好，无聊也罢，总的来说，人的一生最难以摆脱的是烦恼。烦恼多了，集聚在心头，就成了难以排解的痛苦；而没有痛苦的时候，往往又觉得人生过于无聊，不知要到何处去追寻生命的意义，于是，生活终究还是烦恼！

每一个人，自从他来到世界上，烦恼就开始了。

小时候，为吃的、穿的、玩的烦恼。别人家的东西总是好吃，别人的衣服也总比自己的漂亮，自己只有一把破烂的小木头枪，别人怎么会有那么高级的遥控车呢……如此种种，数不胜数，甚至玩棋多输了几盘也觉得这世界实在不太公平，可以一整天撅着嘴，弄得父母不知所措。好在童年时期的烦恼，来得快去得也快，刚才还是暴风雨，转眼间已经云消雾散，露出了灿烂的笑容。



少年时期的烦恼可就没那么容易消除了。学业上的压力，情感的烦恼接踵而来。每天在学校，面对的是老师严厉的训诫和做也做不完的试卷。回到家中，父母望子成龙的双眼使亲情成为稚嫩的肩头难以扛起的重负。在苍白的学习生涯中，只有邻座的她偶尔的一颦一笑能够在心湖中激起一圈圈的涟漪，涩涩的初恋味道却又夹杂着同学在身后的窃窃私语、老师语重心长的教诲，以及父母暴跳如雷的面容。这一切，交织成了一张沉重的网，让成长的岁月成了难以忘怀的“麻辣烫”。实在难以面对时，只有做出离愤怒状，酷酷地甩一句：“烦着呢，别理我！”这就是少年时期的烦恼，充满着“为赋新词强说愁”的青涩味道。

终于长大成人了。脱离了父母的庇护，真想像一只小鸟一样在天空中自由地翱翔，领略一番天地的广阔、人生的美妙，但是烦恼却如影随形，从生活的各个角落中蔓延开来。职场中的人事纷争，事业上的挫折阻碍，为了生存而忙于四处奔波的疲惫，变幻不定的爱情，为了利益而遭到背叛的友情，难以选择的人生道路……这无法捉摸的命运残酷地折磨着青春岁月，年轻的面庞下往往掩盖了一颗被烦恼折磨得伤痕累累的心。

烦恼不断。它就像一河又一河、一江又一江的流水，从头脑中滚滚而来，忧心、忧虑与忧郁，每时每刻盘桓在世俗的生活里，使烦恼无处不在，触目皆是。就像一个躲也躲不掉的自身的影子。

在烦恼中，我们步入了不惑之年。本以为经历了种种沧桑，丰富的人生经验可以换来一个平和的心境，可是有谁会想到，往往就在人生的中途，才埋藏着巨大的危机。女人一

边养育着孩子，像老母鸡一样精心照顾着自己的窝，一边哀叹着即将逝去的青春岁月，每天向自己的皱纹和日益增多的脂肪展开战斗。男人则承担起最沉重的心理负担。他们既要承担工作上的重任，又要挑起赡养老人和抚养、教育子女的重担，在繁忙的工作中渐渐失去了朋友的关心和家庭的温暖。深藏于内心却不便告人的孤独感是很多中年人共有的心理，他们整天为自己的事业忧心忡忡，在激烈的竞争中渐渐失去人生的安全感。在这个号称“不惑”的年龄，许多困惑其实才刚刚产生，所以也有很多的家庭在这时纷纷解体。看过《七年之痒》和《男人四十》的人都知道，平淡生活的无聊和乏味使很多男人和女人都想冲出婚姻的围城，因此也平添了无数的烦恼和痛苦！

或许只有进入白发苍苍的年纪，我们才能用睿智的眼光来看破世情，用宽容的心态来对待一切，以此换来黄昏的宁静和睦。可是，对儿女的牵挂往往又让无数的老人产生出新的烦恼：儿女的婚姻是否幸福，儿女的事业是否顺利，什么时候能够享受到含饴弄孙的乐趣……这些问题常常萦绕在老人们的心头，让他们宁静的生活掀起不安的浪潮。对自己健康的担忧，对死亡的恐惧时常也会让老年人陷入烦恼的深潭中。

终其一生，烦恼就像人的影子一样，虽然在快乐阳光的直射下会暂时消失片刻，但是总是不离人的左右，它是这个世界与生俱来的，即使我们化作了一缕烟，一团空气，也还是会有淡淡的影子印在泥地上，印在花草绿叶间。

每个人总觉得自己的烦恼最多。人的心态常常是用自己的缺点去对比别人的优点，比较之下，往往觉得周围任何一

个人都比自己过得舒适、过得轻松。每个人常常都会产生这样的疑问：为什么偏偏是我遇到这些丧气的事？越这样想，越感觉自己几乎就是在苦难里生存着、在压抑里艰难地支撑着。而且这种念头在夜深人静的时候往往变得更强烈，更深入人心。其实谁没有烦恼呢？世上所有的人都是在难以名状的困惑中成长的，只要静下心来与朋友交流一下，你就会知道，他们其实也有许多的烦恼，只是平时忙碌，无暇顾及这些，或者是因为在交往应酬中，不愿打开心灵的这扇窗口。只有等到夜深人静的时候，才在夜色的微光中翻阅着自己，或者找一处可以相约自己的地方，在浓茶的陪伴下，独自倾诉情怀。

如果人能够像平原上一条缓缓流淌的小溪，平静而又安然地行走在恬静中，没有波澜壮阔的展示，没有惊心动魄的跌宕，一切都是宁静的延伸，这样的话，或许真没有什么烦恼。

然而，人生的岁月并不是这样简单地流淌，因此无法作这样的比喻。即便把人生比做水，那水也应该是千差万别的。有溪流，也有湖泊；有河流，也有海洋。水的颜色也有所不同，有蓝的，有黄的，有红的，还有白的。水质有清澈见底的，也有混浊不堪的。不同的水，犹如不同的人生。人的经历是千差万别的，没有标准的公式可套用，差异也体现在许多地方。人的经历不同，事业遭遇不同，爱情友情观念也是个性化的。或许就是因为有了这些差异，人与人之间才有了比较，每个人才要回避无辜的灾难，追求更美好的未来。这种追求的心思浓了，慢慢积攒起来，就酿成了无数的烦恼。

烦恼的根在哪里呢？按照佛教经典的说法，是因为我们



的贪念和欲望太多，只有进行修炼，把这些欲望都去除，人才能真正获得幸福。而按照基督教的说法，烦恼来源于人的原罪，只有向上帝祈祷，虔诚地信仰上帝的拯救，人才能最终得到解脱。

记得有这样的一个故事：一个水管工受雇于农场主来安装农舍的水管。水管工的运气很糟，头一天，先是因为车子的轮胎爆裂，耽误了一个小时。再就是电钻坏了。最后呢，开来的那辆老爷车趴了窝。他收工后，雇主开车把他送回家去。到了家门口，水管工邀请雇主进去坐坐。可是满脸晦气的水管工并没有马上走进家里，而是沉默了一阵子，伸出双手，抚摸门旁一棵小树的枝桠。等到门打开，水管工笑逐颜开，和两个孩子紧紧拥抱，再给迎上来的妻子一个响亮的吻。在家里，水管工喜气洋洋地招待这位新朋友。雇主离开时，水管工陪他向车子走去。雇主按捺不住好奇心，问：“刚才你在门口的动作，有什么用意吗？”水管工爽快地回答：“有，这是我的‘烦恼树’。我到外头工作，磕磕碰碰，总是有的。可是烦恼不能带进家门，家里有太太和孩子嘛。我就把它们挂在树上，让老天爷管着，第二天我到树前去，烦恼大半都不见了。”

确实，谁没有烦恼呢？关键是要找到摆脱烦恼的方法。对这个水管工而言，把烦恼挂在树上是一种有效的方法。其实摆脱烦恼的方法还有很多，有的容易一些，有的却很困难。例如佛教中看破人生、隔断情缘的方法确实可以使人的心境永远平和，可是施行起来却不容易。作为生活在尘世中的芸芸众生，我们很难看破红尘，能够以毅然决然的信念去破除种种欲念，达到“四大皆空”的境界。相比之下，把上帝当



作无形的“烦恼树”，每天临睡前向上帝诉说自己的痛苦和烦恼，以诉说换来心境的平和倒是一种简便易行的好办法。

也许有人要说，哲学家尼采早就高呼“上帝死了”，到哪儿去寻找上帝呢？别着急，其实上帝就在我们每个人身边，只要掌握了同他联系的号码，每个人都可以直接向他倾诉自己的内心苦恼，跳出烦恼的罗网。在接下来的章节中，我们就要把上帝的号码一一破解出来，耐心阅读吧，读完之后，你就掌握幸福的钥匙了！





目 录

第一章 烦恼源自金钱



穷人往往因为没有金钱而心意浮躁，而富人也常常由于财富太多陷于烦恼。没有经济基础，所谓幸福就是空中楼阁；可是金钱也未必能买来幸福生活。重要的是，不要为金钱所累，把它放在它该呆的位置上。

- | | |
|---------------|---------------|
| 千金难买健康身 / 4 | 金钱与生命 / 6 |
| 富翁与歌迷 / 8 | 洛克菲勒的醒悟 / 10 |
| 用钱的烦恼 / 12 | 艰难的求学历程 / 14 |
| 一把咖啡壶 / 17 | 经不起考验的婚姻 / 19 |
| 愿望 / 21 | 变坏的男人 / 23 |
| 一枚纸戒指 / 26 | 金钱成全真爱 / 28 |
| 贫贱夫妻百事哀 / 30 | 难舍的诱惑 / 33 |
| 难以圆满的夕阳恋 / 36 | 出世还是入世 / 38 |
| 虚幻的幸福 / 40 | 考验 / 43 |
| 金钱是什么 / 45 | |

拨响上帝的电话号码——随遇而安，平凡是真





第二章 情感的困惑



亲情、友情、爱情是甜美的，但并不是每个人都能得到。亲人之间可以产生隔膜，朋友之间会有背叛，有情人也会因种种误会而无法成眷属。这些波折会给人带来无穷无尽的烦恼。而当你准备排解这些烦恼时，你必须面临痛苦的抉择。

目 录

流泪的母亲 / 55	兄妹情深 / 58
最美的书包 / 61	珍贵的友情 / 63
一块手表 / 65	手套的故事 / 68
披肩 / 71	稿费 / 75
无奈的谎言 / 77	爱的细节 / 79
疙瘩汤 / 81	纯真年代 / 83
半份儿礼物 / 86	亲情与爱情 / 89
谎言带来的爱情 / 92	情感——人生的支点 / 96

拨响上帝的电话号码——宽容他人，真诚付出



第三章 通往成功的荆棘路



事业的成功是每个人孜孜奋斗的目标，成功可以带来荣誉，可以带来财富，但成功需要人们付出时间和汗水，在通往成功的路上，遍布的荆棘往往把人刺得遍体鳞伤。更可怕的是，我们往往会在追寻的道路上迷失自我，在雷区一般难缠的人际关系和难以超脱的权力欲望的网中堕落。排解这方面的烦恼，我们不但要有勇气，更要有智慧。

- | | |
|--------------|------------------|
| 上班的第一次 / 106 | 难以解开的“派系”结 / 109 |
| 困难的中立 / 111 | 无奈的跳槽 / 113 |
| 涉世之初 / 115 | 放弃梦想 / 118 |
| 第一次失业 / 120 | 爱情左岸，事业右岸 / 122 |
| 公司里的新人 / 124 | 追求的代价 / 126 |
| 复归平淡 / 130 | 坚强 / 133 |
| 都市闯荡 / 135 | 屡败屡战 / 139 |
| 漂在北京 / 143 | 成长 / 145 |
| 成功源自坚持 / 148 | 事业与职业 / 150 |

拨响上帝的电话号码——知足常乐，达观通变



第四章 良心的迷失



一位青年人好心救人，却被恶意讹诈；一个中年人花费多年积蓄请来熟人装修房子，却上当受骗吃了大亏。在这个以经济利益为中心的时代，人的良心似乎开始泯灭了，用以规范人的行为举止的道德底线也变得模糊不清了……

目 录

- | | |
|--------------|------------------|
| 车祸 / 162 | 杀熟 / 164 |
| 悔恨 / 166 | 都是流言惹的祸 / 169 |
| 报应 / 173 | 网络上没人知道你是谁 / 174 |
| 大奸若愚 / 177 | 你的美丽欺骗了我 / 179 |
| 剩酒变鲜啤 / 182 | 我们还能吃什么 / 184 |
| 典型的网恋 / 187 | 捐助 / 189 |
| 如此“孝顺” / 191 | 良心与亲情 / 193 |
| 租房陷阱 / 196 | 骗人的广告 / 198 |
| 膨胀的私欲 / 199 | 防不胜防 / 201 |
| 做人与做事 / 203 | |

拨响上帝的电话号码——问心无愧，守正不移



第五章 人生路上的迷失



千篇一律的生活模式，泯灭了人们生活生存的激情，当一切都已被看淡后，活着便没有了目标和动力。在“没劲”的口头禅背后，是难掩的心灵空虚。怎样使自己的生活动充满激情，怎样使自己的日子常变常新，怎样能够发现人生的真意……我们一点点地廓清困惑的迷雾。

- | | |
|---------------|------------------|
| 渐行渐远的梦想 / 214 | 放纵背后是寂寞 / 217 |
| 爱情缺乏症 / 219 | 我是不幸迷路的那一个 / 221 |
| 爱情为何出轨 / 223 | 疲惫的婚姻 / 226 |
| 愈堕落愈不快乐 / 228 | 乏味期 / 230 |
| 改行 / 234 | 寻找生命的激情 / 236 |
| 生命深处的鲜花 / 238 | 爱情的歧途 / 240 |
| 无聊导致堕落 / 243 | 追求 / 245 |

拨响上帝的电话号码——唤醒激情，勇于创造





第一章 烦恼源自金钱



穷人往往因为没有金钱而心意浮躁，而富人也常常由于财富太多陷于烦恼。没有经济基础，所谓幸福就是空中楼阁；可是金钱也未必能买来幸福生活。重要的是，不要为金钱所累，把它放在它该呆的位置上。

自古以来，金钱就是一个不断烦扰着人的话题。金钱是什么？它是天使还是魔鬼？无数的哲人对此进行了阐释，但是并没有谁能给出一个准确的答案。对于平凡如你我的普通人而言，更是难以摆脱围绕着金钱产生的种种烦恼。

谁都知道，“金钱不是万能的”，有一个人为此还专门写了一首诗，诗中是这样写的：

金钱

可以用来买房子

但是不能买一个家

可以用来买床

但是不能买睡眠

可以用来买时钟

但是不能买时间



可以用来买书
但是不能买到知识
可以用来买职位
但是不能买到尊严
可以用来买药
但是不能买到健康
可以用来买血
但是不能买回生命
可以用来买性的满足
但是不能买到真爱
金钱不是万能的

正因为金钱只能买来物质的东西，却无法带来感情上的满足，所以有钱人也有很多的烦恼。这就像印度哲人奥修所说的：“金钱是你的喜爱——对东西的喜爱，而不是对人的喜爱。最舒服的爱是对东西的爱，因为东西是死的，你可以很容易就拥有它们。你可以拥有一间很大的房子，甚至连最大的皇宫你也可以很容易就拥有，但是即使一个最小的婴儿的爱你却无法拥有。”

但是，你也无法否认，没有钱是万万不能的。难怪有人说，金钱就是力量。对个人而言，有了钱，可以衣食无忧，可以住上宽敞的房子、开着漂亮的跑车；能够带着漂亮的MM去野外兜风、看星星，能够给她买“Gucci”的鞋、“Chanel”的香水、“PORTS”的衣服，换来她一个甜蜜的Kiss。有了金钱，可以让自己的孩子和父母生活在衣食无忧的环境中，不用担心付不起学费和医疗费。总的来说，钱就是未来，钱是未来的安全、未来的保障。如果你有很多存款，你的未来是安全的。对社会而言，金钱则是推动力，正因为





人们需要金钱来满足自己的需要和欲望，他们才会生产出各种各样的东西，社会也才因此而不停地发展和进步。正因为没有钱是万万不能的，所以天下的穷人都在做着——一个美梦，他们总在想：如果有一天我有了钱，能够……能够……那该多好啊！

金钱也是一座围城，城里的人和城外的人都有着很多困扰。有钱人不见得快乐，没钱的人却认为快乐建立在钱的基础上。怎样才能够解决来自钱的烦恼呢？

