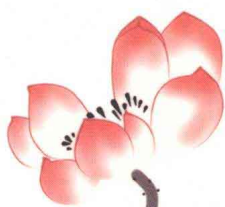


不迷失

的智慧

在灯红酒绿的世界中，如何才不迷失自我

章岩·著



史上最**强镇心顿悟书**

这个世界很浮躁，不要在城市的灯红酒绿中迷失，记住最初的自己
新浪、腾讯、网易、搜狐等主流媒体重磅推荐

不迷失

的智慧

甲说：“有了名誉，就有一切，就能快乐。”

乙说：“有了爱情，才有快乐。”

丙说：“有了金钱，就能快乐。”

无德禅师说：“那我提个问题：为什么有人有了名誉却很烦恼，有了爱情却很痛苦，有了金钱却很忧虑呢？”

信徒们无言以对。

人生就是一个大迷宫，如何才能让自己不迷失？

请翻开本书，慢慢读……

ISBN 978-7-5602-7564-2



9 787560 275642 >

定价：32.00元

不迷失的智慧

BU MISHI DE ZHIHUI

章岩·著



图书在版编目(CIP)数据

不迷失的智慧 / 章岩著. — 长春 : 东北师范大学出版社, 2011.12
ISBN 978-7-5602-7564-2

I . ①不… II . ①章… III . ①人生哲学—通俗读物
IV . ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 244028 号

责任编辑 : 何世红 封面设计 : 元明设计工作室
 责任校对 : 刘玥婷 责任印制 : 张允豪

东北师范大学出版社出版发行
长春净月经济开发区金宝街 118 号(邮政编码: 130117)

电话: 0431-84568220

传真: 0431-85693386

网址: <http://www.nenup.com>

电子函件: sdcbcs@mail.jl.cn

北京鹏润伟业印刷有限公司印刷

2012 年 5 月第 1 版 2012 年 5 月第 1 次印刷
幅面尺寸 170mm × 240mm 印张: 15.5 字数: 195 千

定价: 32.00 元



握紧手，你只能得到手中所握；摊开手，你会得到全世界。

——电影《卧虎藏龙》的台词

每天给孤独留出10分钟

一天，我在网上闲逛，看了一些帖子、图片，头脑乱哄哄一团，如同一群小鬼上蹿下跳，让我感觉空虚无比。因为空虚，我来到网络，但网络却让我更加空虚。这，真是一对矛盾。

现在的世界就像一个大迷宫，太多的诱惑，轻易就让人陷进去。老子在《道德经》中说：“五音令人耳聋，五色令人目盲。”真是一点不假。有时候，我们需要一个人静一静，躲在一个房间里，只一个人，看着落地窗外渐渐变浓的夜色，什么都不想，淡淡地让自己融入一刻的寂静中。没有人打扰，这是属于你一个人的时间。你可以模仿古代僧人的样子进行打坐，双手合十，闭上眼睛。

这个时候，你只有闭上眼睛才能看见自己。在中医上有一种养生妙招，叫内视养生法，就是说你可以闭上眼睛，通过意念想象来观看自己的五脏六腑，并且根据五行的对应，想象它们的颜色。你可以感受自己的呼吸，可以想象一场地震和火山正在体内发生，可以想象一年四季的风景在体内犹如电影中的

慢镜头一样慢慢推进。我的体内就是这样一个小宇宙，它每天都上演着花开花落。

于是，你不知不觉进入一个人的禅境，从而感受到一种远离网络以及尘世喧嚣的寂静，一种与自己的灵魂通电的感觉瞬间传来，你更加认识了自己。我知道，只有在这个时刻，我的存在才更加清晰，我的人生目标才更加明确，头脑中的魔障都消失不见了，一种从来没有过的强大力量慢慢酝酿——它在不动声色中生长着，仿佛要喷薄而出。

确实如此，一个人只有排除各种杂念，才能让自己纯粹起来。一个单纯的人，将无往而不胜。这就是为什么《射雕英雄传》中的郭靖可以练成降龙十八掌的缘故，因为他不浮躁，不妄动。人生如处荆棘中，不妄动则不伤。综观现实中的我们，有多少人都是在妄动？而淡定之人不动则已，一动必将石破天惊。

这个道理就像厚重仁慈的大地，淡定自若，慢慢积攒内部的能量，当它摇动的时候，天崩地裂，地震了！于是举世皆惊！电视、报纸、网络，各路媒体聚焦。一个淡定的人也正是如此，他拥有巨大的能量，一旦踏入社会，做人做事，必将不同凡响。其表现的气质和魅力必将吸引众人的眼球，其思维的角度和方式必将震动众人的神经，他将成为一个焦点，将征服周围的人，从而在世俗的社会中获取自己想要的东西。但是，尽管他得到了一切，却仍然看淡这一切。他知道，一切都是过眼云烟，拥有再多的功名权力，都逃不脱“生”、“死”二字。在死亡面前，他淡然一笑，因为他知道人生就是悲喜交集，就像一条回家的路。

其实，每个人都可以变得很淡定。翻开本书，学习不迷失的智慧，读透成功的真相以及人生的真意。虽然你不是佛陀，但是完全可以像佛陀一样生活。尤其在这个网络时代，学会不迷失的智慧，可以让你永远不会迷失自我。

目录

不迷失的智慧

零壹

为什么你总是被自己迷惑

001

七情六欲是最容易迷惑人的东西，所以很多时候我们都是被自己迷惑了。当身处绝境的穷人看见金银珠宝时，就会高兴得不认识自己了。这就是不淡定的心态。一个人要想不被财色名利所迷惑，首先就要修炼自己的淡定心态。

- 宝箱中的镜子——为什么你总是被自己迷惑..... 003
- 贫人烧粗衣——不要为画上的肉饼，而扔掉手中的面包..... 006
- 牧羊人——不要为花言巧语所迷惑..... 007
- 伎儿着戏罗刹服共相惊怖——人往往是自己吓自己..... 010
- 偷牦牛——为自己的错误自圆其说总会露馅..... 012

不迷失的智慧

零贰

从根本上破除贪、嗔、痴

017

人生就是一个不断同欲望和困扰作斗争的过程，只有不断灭除生活中的忧虑和烦恼，我们才能享受到生活的快乐和惬意。烦恼是我们心灵的病症，要想真正解决，就要采取釜底抽薪法。

- 把芝麻炒熟来种——贪速贪易，终将失败..... 019
- 烈火上的糖浆——从根本上除灭贪、嗔、痴烦恼的烈火..... 021
- 杀了领路人去祭祀——善待你的贵人，才能脱离迷津和困境.... 023

笨人吃盐——过或不及都是愚蠢.....	026
商人偷金——偷鸡不成蚀把米.....	027
砍树取果——为人处世不要杀鸡取卵.....	029

不迷失的智慧

零叁 守住你的内心

033

当今社会灯红酒绿，形形色色的诱惑层出不穷，定力稍浅者稍一不慎就会走火入魔，在欲魔的蛊惑下生出侥幸心和各种各样的歪心。所以在面对名、利、权之际，每个人都应当正确把握取舍关系，守住自己的内心。

呆仆人管门——守住你的内心.....	035
水依然在流着——排除外界干扰，不要自寻烦恼.....	038
学着国王的样子——不要处处盲从别人.....	040
杀了一群牛——别为打翻的牛奶哭泣.....	042
夫妇食饼共为要——为了小利，遭受大苦报.....	044
把沉香烧成炭卖——如果你是块玉，就别把自己贱卖了.....	047

不迷失的智慧

零肆 自作聪明的人其实是最愚蠢的

049

事实证明，自作聪明的人其实是最愚蠢的。退一万步讲，即使一个人真的很聪明，低调一点儿、虚心一点儿也不是什么坏事。人生真

目 录

正需要的还是大智慧。自作聪明，最终都不免自取其辱。

楼上磨刀——自作聪明的经验主义要不得.....	051
用谷子粉刷墙——自作聪明的人其实是最愚蠢的.....	053
诈言马死——不要做“此地无银三百两”的蠢事.....	055
贫人能作鸳鸯鸣——不要口渴时才想起挖井.....	058
口诵乘船法而不会用——不要纸上谈兵，不懂装懂.....	060
买了一头驴子——在世界上建造一事物很难，毁灭却极其容易.....	063
共相怨害——害人反先害己.....	065
出家凡夫贪利养——形式主义要不得.....	068

不迷失的智慧

零伍 道可道，非常道—— 遵循客观规律，做事才会成功

071

什么叫规律呢？“规律”是个组合词，其中“规”是指不变的、固定的，比如说圆规，不管你怎么画，出来的都是一个滴溜圆。而“律”则是指道理、法则和方式。“规律”就是这两个字的解释的组合，也即不变的道理或固定的法则。不管是谁，违背了规律，注定讨不到好果子吃。

富翁造三层楼——每个人都是经过爬，才能学会走.....	073
用甘蔗汁浇甘蔗——不遵循事情的发展规律去做事，只能徒劳无功.....	075
多吃了六个饼子——凡事不可能一步到位，都有一个过程.....	078
莫名其妙的仙人——与人沟通要因人而宜，因时而宜.....	080

画船面做记号——做事情要从客观实际出发，注意事物的发展变化.....	083
田夫思王女——别为不切实际的事情浪费时间.....	085
医治鞭伤——凡事不要只学得皮毛就去冒险.....	088
割下了两个鼻子——做事不要轻举妄动，多从客观实际出发 ...	090

不迷失的智慧

零陆

为什么很多人 勤苦求觅却一无所有

093

从前有个痴人到大池边去，见水底有真金的影像，惊呼：“有金子。”就跳入水中翻泥觅求。弄得疲惫极了，却不得，便出来，坐下。须臾之间，水清了，又现出金子的色泽来，就再跳进去翻泥觅求，还是不得。

医治驼背的方法——方向不对，努力白费.....	095
见水底金影——为什么勤苦求觅却一无所有.....	097
病人食雉肉——成功就是持续做简单且相同的事.....	100
但愿给国王剃胡须——究竟是缺少机遇，还是你抓不住机遇	102
踢长者口——做事选择时机很重要.....	106
缩短路程——“分解目标”的激励措施.....	108
五个主人使用一个婢女——让制度解决你的烦恼.....	111
五百欢喜丸——趋吉避凶的智慧.....	114
挤公驴乳——千做万做，不熟不做.....	117

不迷失的智慧

零柒

己所不欲，
勿施于人

121

杨朱的弟弟杨布，有一次出门时穿了一身白衣服，回来时换了一身黑衣服，结果家里的狗没认出来，朝他乱叫，杨布抄起一根棍子就要练打狗棒法。杨朱拦住他说：“你打它干什么？假设这条狗外出时是一身白毛，回来时却变成了黑毛，难道你不感到奇怪吗？”

- 月食打狗——不要迁怒他人..... 123
- 人谓故屋中有恶鬼——你怎样看别人，别人也怎样看你..... 125
- 猕猴——冤冤相报何时了，得饶人处且饶人..... 128
- 老师受欺——切忌在一个人面前赞美另一个人..... 130
- 呆子赞美父亲的德行——赞美别人的好处，须符合实际..... 132
- 腌米决口——不能容忍小小的难为情，会承受更大的痛苦..... 134
- 用锦绸包裹破毡——一失足成千古恨，莫以恶小而为之..... 136
- 割肉百两还千两——有些事做错了，再弥补也无济于事..... 139
- 二子分财——做事不要一刀切..... 142

不迷失的智慧

零八

人生苦短，
不要在琐事中耗尽光阴

145

两个人到陶匠师傅那儿，看到他正脚踏转轮在做瓦瓶，看得着了迷。后来其中一人离开，去参加盛大的宴会，既享用极美的菜肴，又获了珍宝。另一人边看做瓶边想：“待我看完再去。”时间就这样渐渐地过去了，竟至太阳也下山了，依旧观瓶不已，结果误了吃饭。愚人也是

这样，做着家务琐事，不觉得非常之事发生。

用绸缎盖骆驼皮——做事要分清主次矛盾.....	147
观做瓶——人生苦短，不要在琐事中耗尽光阴.....	150
把大石头磨成小石牛——把精力用在做有意义的事情上.....	152
因小失大——不要做不值得的事情.....	155
效其祖先急速食——祖宗之法亦可变.....	157
尝庵婆罗果——推一想十，以果求因.....	160

不迷失的智慧

零玖 认识你自己， 改正你自己

163

有许多人坐在一间屋子里，谈论某人的品行，内有一个人说道：“这个人别的都好，只有两件事不好：第一是他常常动火发怒；第二是他做起事来很鲁莽。”不料被议论的这个人刚好从门外经过，这些话被他听到了，立刻怒气冲冲，走进屋内，用手打谈论他的人，并说：“我在什么时候曾经动火发怒？什么时候曾经做事鲁莽？”

梵天弟子造物因——人贵有自知之明.....	165
事实证明——认识你自己，改正你自己.....	167
为二妇故丧其两目——告别“老好人”的性格弱点.....	170
秃头求医——自伞自度，自助天助.....	173
蛇头和蛇尾的争吵——服从的意义.....	175
错挖了眼睛——做人要有大局观.....	178

不迷失的智慧

壹拾 | 我们追求的 很多东西其实都是空无

181

人生就像茶几，上面摆满了杯具；人生又像茶杯，本身就是个杯具；人生也像茶叶，终究要被浸泡在杯具之中。当你努力跳出一个杯具时，却发现自己跳进了另一个杯具；当你再次一跃，终于没有跳入杯具，却发现自己依然身处餐具之中……一跃一跃，终于你没有跳入杯具或餐具，但你已然掉下茶几了……一句话，不管是给力的，还是不给力的，神马都是浮云！统统都是浮云！

- 空乐一场——神马都是浮云..... 183
- 索无物——我们追求的很多东西其实都是空无..... 186
- 口渴见了水却不喝——不要过于追求圆满和彻底..... 189
- 偷国王衣服的野人——不明白事物的真意，即使占有也无用.... 192
- 为王负机——正确地对待面子问题..... 194
- 比种田——过犹不及，不要苛求完美..... 196

不迷失的智慧

拾壹 | 做清醒的 你自己

199

有一个人，养了七个儿子，其中一个有一天死去了，这个人想把死去的孩子放在家中，自己和家人就离开那所房子。邻人对他说：“您为什么不把死了的儿子拿出去埋葬，却让活着的人离开屋子呢？这种行为太愚笨了。”这个人听了以后，想道：话是不错的，人死了，应当拿出去埋葬，可是叫我怎样拿呢？哦，如果再杀死一个，那就可以成担挑了去。结果，他真的就再杀死一个儿子，和那个死了的儿子凑成

一担，挑到山上去埋葬了。

装死骗夫的妇人——专注于当下的幸福.....	201
把牛奶积储在牛的乳房里——时不待我，机不可失， 失不再来.....	203
杀子成担——做清醒的你自己.....	205
倒灌——做理性的自己，切忌想当然.....	208
两鬼争物——要学会不争而善胜.....	211

不迷失的智慧

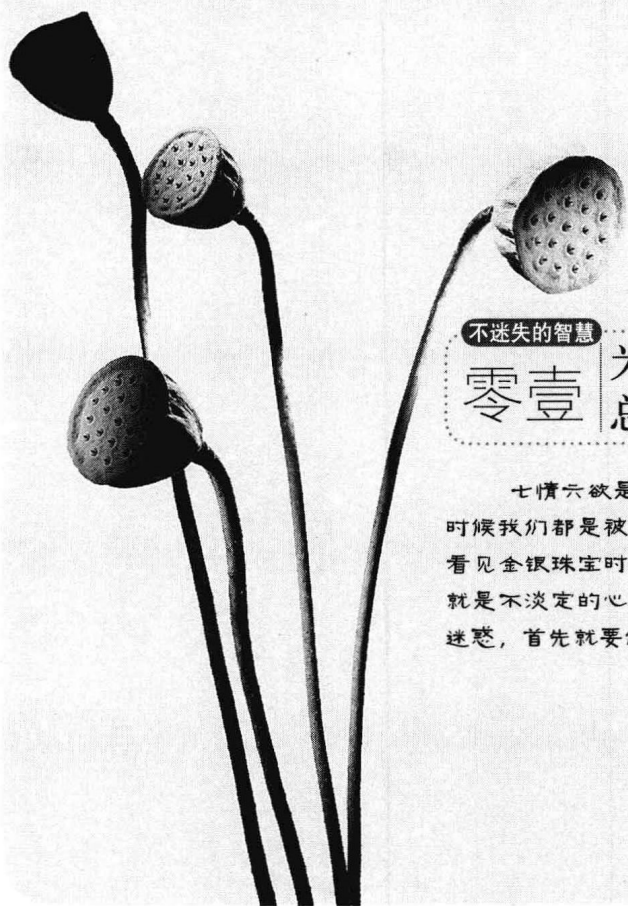
拾贰

记住自己人生的目的，
才不会白白地来世上走一遭

215

智者说：“为什么不把水壶里的水倒掉一些呢？”见青年若有所思，智者接着开导他说：“你一开始踌躇满志，树立了太多的目标，就像这个大水壶装了太多水一样，而你又没有足够的柴，所以不能把水烧开，要想把水烧开，你或者倒出一些水，或者先去准备柴！”

与儿期早行——你的人生目的是什么.....	217
为熊所啮——做人要明察秋毫，不可混淆是非.....	219
水和火——两头都想要，很可能两头都得不到.....	222
国王要女儿立刻长大——只要平实地做去，自会水到渠成.....	224
驼瓮俱失——必要时要学会舍弃.....	227
杀子以求子——不见兔子不撒鹰.....	229



不迷失的智慧

零壹

为什么你总是被自己迷惑

七情六欲是最容易迷惑人的东西，所以很多时候我们都是被自己迷惑了。当身处绝境的穷人看见金银珠宝时，就会高兴得不认识自己了。这就是不淡定的心态。一个人要想不被财色名利所迷惑，首先就要修炼自己的淡定心态。