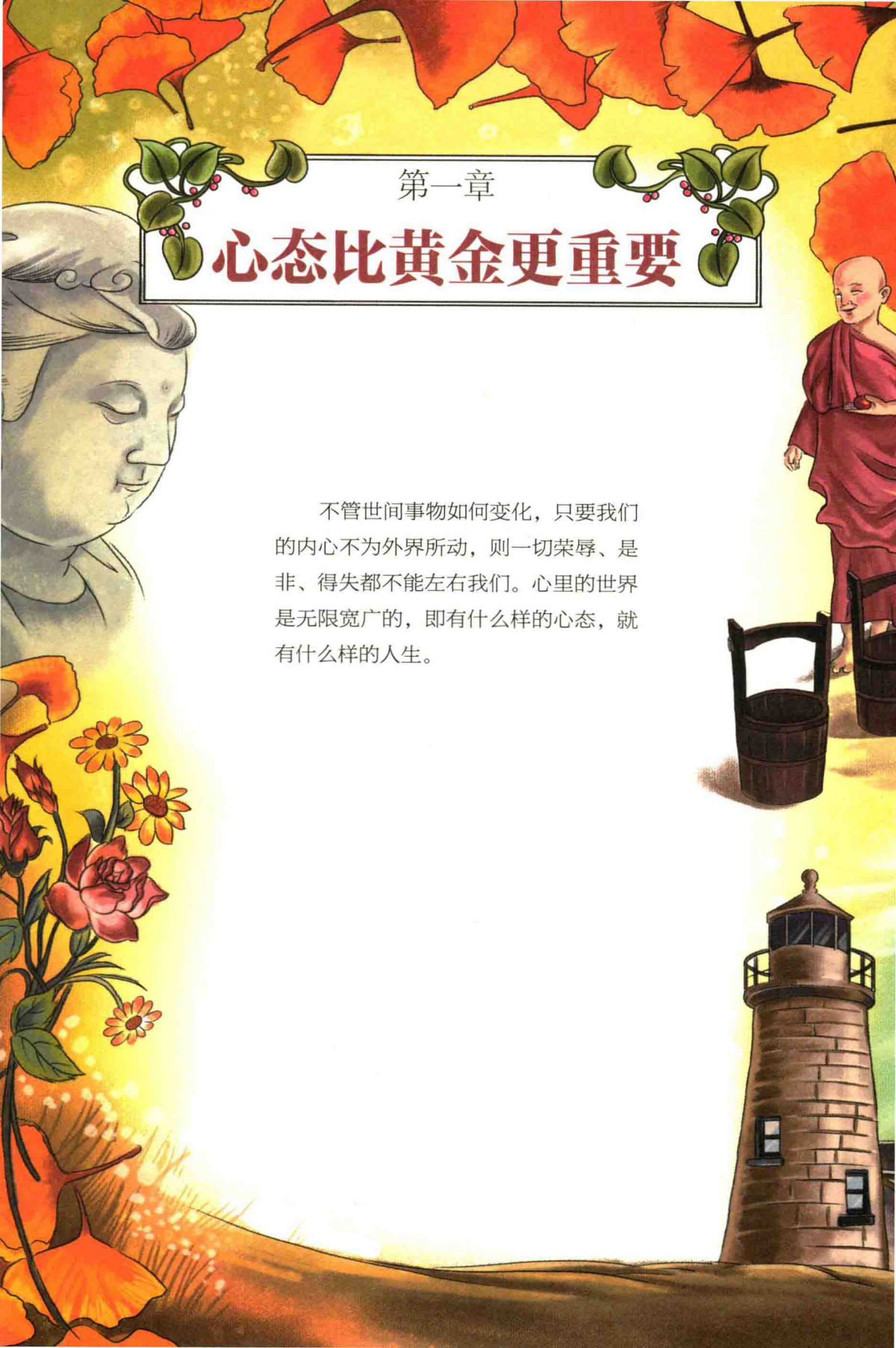


## 第一章

# 心态比黄金更重要

不管世间事物如何变化，只要我们的内心不为外界所动，则一切荣辱、是非、得失都不能左右我们。心里的世界是无限宽广的，即有什么样的心态，就有什么样的人生。





## 1. 大悟自在心静中

有一天，几个弟子为了“大悟”一意争得面红耳赤。

于是，他们几个一起来到智禅大师的栖室，问道：“师傅，这世间何谓‘大悟’呢？”

智禅大师微笑着说：“大悟自在心静中——”

此时，那几个徒弟颇有些迷惑。

在午膳之前，智禅大师带着那几个弟子来到后山的李子林里。树上的李子大都熟透了，紫里透红的浆果散发出一缕缕诱人的芳香。

智禅大师吩咐两个弟子从树上采摘了一竹篓李子。然后，他让在场的每一位弟子品尝，李子的汁液像蜜一样甘甜。

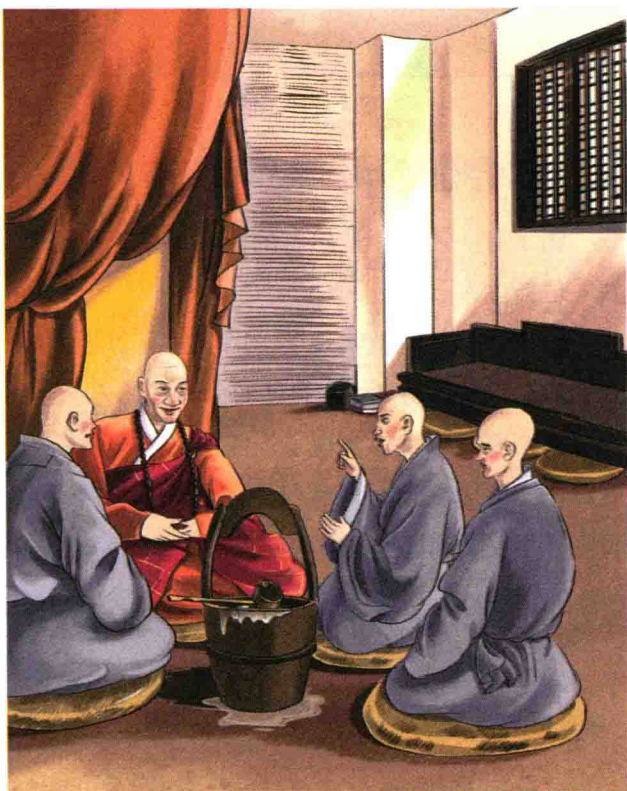
待吃完之后，智禅大师带着众弟子走到一个小小的水潭前，他俯身掬起一捧水喝了起来。然后，他让弟子们也尝一下。

弟子们纷纷仿效师傅的样子，喝了几口潭水后，便咂巴咂巴嘴。

智禅大师问：“小潭的水质如何呢？”

弟子们又用舌头舔了舔嘴唇，回答说：“小潭里的水，比我们舍近求远担来的水甜多了。往后，我们可以到这小潭来担水吃呀！”

这时候，智禅大师便让一



个弟子提了一木桶潭水。然后，他们回到寺院。午膳之后，智禅大师让每一个弟子都重新来品尝一下从后山小潭打回来的水。

弟子们尝过之后，大都将水从嘴里吐了出来，一个个皱起了眉头。因为这些水很涩，而且满是一股腐草味儿。

智禅大师解释道：“为什么同一个小潭里的水，却有两种不同的滋味呢？因为你们先前品尝的时候，都吃过李子，口里留有李子的余汁，所以就把这水的涩给掩盖了。”

众弟子们都认同地点了点头。

智禅大师看了看面前的徒弟，意味深长地说：“这世上有些事情，即使你亲身体验过，也未必触及它们的本质。因为往往有些事情，一时会被繁华的假象给迷惑了，‘大悟’就是这个道理呀！你我必须有一颗平静的心，抛却那些虚荣和繁华——”

### 大智慧

若你以快乐的、甜美的心对待生活，那么生活就是快乐的、甜美的；若你以苦涩的、烦恼的、忧愁的心对待生活，那么生活就是苦涩的、烦恼的、忧愁的。

## 2. 学会适应环境



园丁有一匹马，虽然它的活儿很多，但饲料却很少。于是它乞求上帝为他另找一位新主人。

这个愿望很快就实现了。园丁把马卖给了陶器匠，马很高兴。不料陶器匠那儿的活儿更多，马又抱怨自己的命不好，乞求上帝再为他另找一位好主人。

这个愿望很快也实现了。陶器匠把马卖给了皮革匠。当马在皮革匠的院子里看见马皮的时候，大声哀叹道：“唉，我这个可怜虫，还不如跟着原来的主人好。看样子把我卖到这里不是要我去干活儿，而是要剥我的皮。”

### 大智慧

学会适应环境，顺其自然，与其焦虑未来莫测的前途，不如踏踏实实地做好眼前的事情。眼前的事情做好了，一切自然就会好转起来。



### 3. 一只蚂蚁的启示



在一面光滑的墙壁上，一只蚂蚁在艰难地往上爬。爬到一大半，忽然滚落下来，这是它的第七次失败。然而过了一会儿，它又沿着墙角，一步步往上爬了……

第一个人注视着这只蚂蚁，禁不住说：“一只小小的蚂蚁，这样执着顽强，真是百折不挠啊！我现在遭到一点儿挫折，能气馁退缩吗？”他觉得自己应该振奋起来，勇敢地面对自己生活中的那些困难。

第二个人注视着这只蚂蚁，也禁不住说：“可怜的小蚂蚁，只要稍微改变一下方位，它就能很容易爬上去；可是，它就是不肯看一看，想一想……唉，可悲的蚂蚁！我正在做的那件事，一再地失利，我该学得聪明一点儿，不能再蛮干一气了——我是个人，是个有头脑的人。”果然，他变得理智了，他果断地放弃了原先错误的决定，走上了新的道路。

第三个人也一直观察着这只蚂蚁，他听到这两个人的话，就去问智者：“观察同一只蚂蚁，为什么他们两人的见解和判断会截然相反，他们得到的启示迥然各异。可敬的智者，请您说说在他们中间，哪一个对，哪一个错呢？”智者回答：“两个都对。”

问者感到更困惑了：“怎么可以都对呢？对蚂蚁的行为，一个是褒扬，一个是贬抑，对立是如此鲜明，您是不愿还是不敢分辨是非呢？”

智者笑了笑，回答说：“太阳在白天放射光明，月亮在夜晚投洒光辉，它们是‘相反’的，你能不能告诉我，太阳和月亮究竟谁是谁非？”

很多事情并非只有唯一的答案。只要你能从中有所启发、有所收获，哪怕看来完全相反的事物，也是值得我们去肯定、去思考的。

#### 大智慧

从不同的角度看问题，当然就会产生不同的想法。选择一个有利于自身发展的角度看问题，会起到积极的作用；反之，则会起到消极的作用。即有良好心态的人处处都能发现成功的要诀，他们始终用积极的心态看待世间的一切，从中得到启示，使自己的人生发生重大的改变，从而走向光明的大道。

## 4. 一片树叶



小黄牛栽下了一棵柠檬桉，小树苗在春风中欢快地成长着。为了保护好小树，小黄牛在幼树旁立了一块木牌，上面写道：“请爱护小树。”

“哟，一棵多漂亮的小树，当然应该爱护。”一只小兔子蹦蹦跳跳地走过来，欣赏了一阵之后，赞叹地说，“这小树太可爱了，我只要一片嫩叶夹在我的画册里当书签，那多美哟！”

小兔子小心地摘下了一片叶子，走了。

过了一阵，来了一只小猴子。小猴子一发现小树苗，便欢呼起来：“多秀丽的柠檬桉呀，以后它会长得高耸入云，我就要在那白玉般的树干上做攀登技巧的表演。嘻，让我取片叶子作个纪念吧。对，就只要一片。”

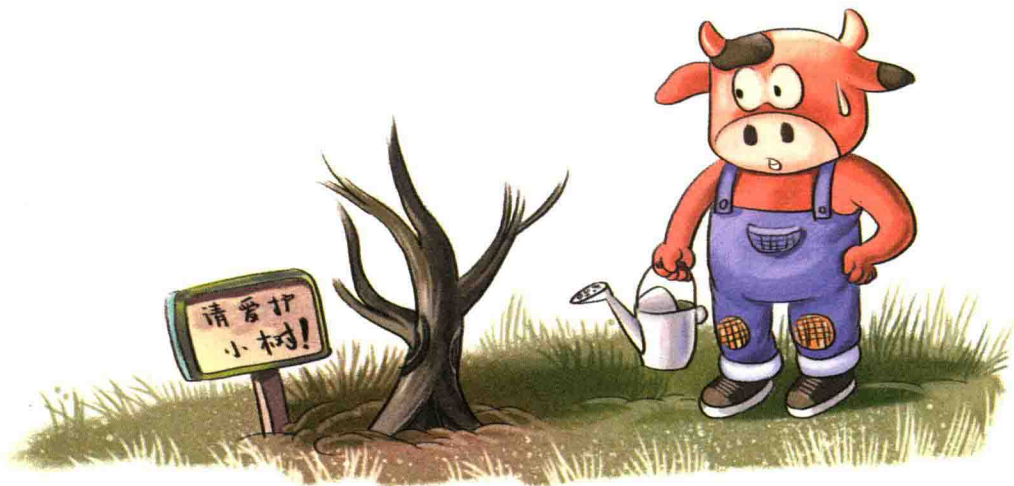
小猴子仔细地掐下了一片树叶。乐得翻了个跟斗，溜了。

不一会儿，来了一只小熊，小熊对柠檬桉树苗看了又看，闻了又闻，咂着嘴说：“不只长得好看，还有股醉人的香味儿，我要尝一片叶子，看看到底是什么滋味。不错，为了爱护小树，我决不多采第二片树叶。”

小熊捋下一片柠檬桉叶，用牙齿轻轻地嚼着，满意地点点头，离开了。

接着，小山羊走过，小肥猪走过……

每一位路过的小家伙，都取下一片树叶。可是，只过了一天，当小黄牛走来浇水时，一看树苗，惊得目瞪口呆：整个小树一片叶子也不剩了！



## 大智慧

古有“不以恶小而为之，不以善小而不为”之说，这篇寓言说明的就是这个道理。虽然每个人只是摘了一片树叶，但摘的人多了，小树自然也就没有叶子了。

## 5. 让乐观主宰自己

相传，有个寺院的住持，立下了一个特别的规矩：每到年底，寺院里的和尚都要面对住持说两个字。第一年年底，住持问新来的小和尚心里最想说什么，小和尚说：“床硬。”第二年年底，住持又问他心里最想说什么，他回答说：“食劣。”第三年年底，他没等住持问便说：“告辞。”住持望着小和尚的背影自言自语地说：“心中有魔，难成正果，可惜！可惜！”

小和尚对待世事都持一种消极的心态，所以才不能安于现状，一味抱怨。而他的抱怨，也让他失去了修成正果的机会。

事物在一个人心中的好坏，决定于此人的心态，而不是事物本身，正所谓“以我观外物，外物皆着我色”。牢骚满腹者，不妨转换一下心情，让乐观主宰自己，心情肯定会一下子好起来。

## 大智慧

牢骚也好，抱怨也罢，都是因为抱有的心态不对，看问题的角度不对，如果能够以积极的心态，换个角度看待问题，相信人的心情会一下子好起来。

## 6. 快乐的人没有鞋子

国王整日郁郁寡欢，大臣请道士诊治。道士说，国王如果能穿上一个快乐的人的鞋子，他的病也就好了。大臣四处寻找快乐的人。

有一天，当大臣走进一个贫穷的村落时，突然听到一个快乐的人在放声歌唱。循着歌声，他找到了那个正在田间犁地的农夫。

大臣问农夫：“你快乐吗？”

“我没有一天不快乐。”农夫回答。

大臣喜出望外地把自己的使命和意图告诉了农夫。



农夫不禁大笑起来。原来，他连一双鞋子都没有。

原来，快乐的人根本没有鞋子。在许多人看来，金钱是获得快乐的最重要或者全部的源泉。殊不知，快乐是什么？快乐就是珍惜你已拥有的一切——对于快乐的人来说，拥有就是快乐。

### 大智慧

快乐在你心，而不在你有没有快乐的鞋子，珍惜你所拥有的，你就拥有了快乐。

## 7. 拿得起，放得下



在亚洲，有一种捉猴子的陷阱，就是把椰子挖空，然后用绳子绑起来，接在树上或固定在地上，椰

子上留有一个小洞，洞里放一

些食物，洞口大小恰好只能

让猴子空着手伸进去，而

无法握着拳头出来。人

们放食物时特意让猴

子看见。等人们走后，猴

子就会上前来，将它的手伸

进去抓食物，理所当然地，紧握的

拳头便无法出洞口，当猎人来时，猴子惊慌失

措，更是逃不掉。

没有任何人捉住猴子不放，它是被自己的执着所俘虏，其实它只需将食物放开就能把手缩回来。

### 大智慧

“拿得起，放得下”的道理即在于此。心中的欲念使我们放不下，内心的欲望与执着使我们一直受缚，我们唯一要做的，只是将我们的双手张开，放下无谓的执着，就能逍遥自在了。



## 8. 两条小溪



在大河奔流的卡迪沙流域，两条小溪相会交谈。一条小溪说：“我的朋友，你怎么流过来的，你流过的途径是哪里？”另一条小溪答道：“我的途径是最难走的了。磨坊的水轮坏了，经常把我从渠道里引导到他的农作物那儿，那里农民死了。我排除着人们的污秽，挣扎着流将下来；那些人无所事事，只是懒洋洋地晒太阳。不过，我的兄弟，你流过的途径又如何呢？”

第一条小溪答道：“我的途径与你经过的截然不同。我从山上芬芳花卉和腼腆杨柳之间流将下来，男男女女用银杯喝水，小孩儿们用玫瑰红的小脚在溪边戏水，我的周围都是欢歌笑语，你的途径竟那么不愉快，真是遗憾。”

这时候，大河用洪亮的声音说道：“流进来吧，流进来吧，咱们一起奔流到海里吧！流进来吧，流进来吧！别多言多语了。现在跟我合流吧，咱们一起再奔流到海里。流进来吧，流进来吧！因为你们一进入我的河床，就会把你们流浪的辛苦和欢乐都忘掉。流进来吧，流进来吧！一旦咱们到达咱们的母亲——大海的心里，你们和我就会把咱们流过的途径都忘掉了。”

### 大智慧

过去的只代表过去，无论是欢笑还是痛苦，成功还是失败，过去的就让它过去吧，不要再去浪费时间思考了，眼前最重要的是用积极的心态面对现在与未来。

## 9. 大臭草进阳台



阳台上摆着一个空花盆，里面装着肥沃的泥土。只见主人边抚摸着瓷质的盆，边欣喜地自语道：“嗯，过两天大臭草就可以来安家了。”

“大臭草”，多么恐怖的名字，等主人转身一离开，各种花儿唬得几乎跳出了花盆。

月季花涨红着脸惊叫道：“大臭草！哼，准是个讨厌透顶的家伙。”

茉莉花喷着清香忧伤地声明：“哎，我最怕怪气味。”

满身长刺的仙人球气鼓鼓地说：“它要来，我们全都走！”

米兰花疑惑地说：“我们的主人，莫不是神经出了毛病？”

不祥的气氛笼罩着阳台，奇花异草们终日惶惶不安，祈祷着主人带来的是八月桂，或者哪怕是喇叭花，而唯恐领来什么“大臭草”。

“到了，到了。”这天，主人兴冲冲地奔入阳台，将一把草儿小心地种入了花盆。

花儿们掩着鼻子偷偷打量，只见那梗茎上生长了小小的长圆形的颖片，颖片的茎部是浅棕红色，中部更浅，尖端透明，很像花瓣，纤细的茎端错落有致地层展开，既大方又美观。阳台上的花儿看得入了迷。

夜来香好奇地打听：“请问，尊姓大名？”

“我叫大臭草。”回答得十分轻柔婉和。

“天哪，真是大臭草！怎么叫这么个名字？”仙人掌咕哝着。

“怪呀，”几种花儿同时说道，“半点臭味儿也没有呀！”

“不错，它正是大臭草，”主人笑盈盈地解释，手舞足蹈地说，“你们这些花儿、草儿、球儿、掌儿，别看不起它，它长期隐居在崇山峻岭，属禾本科臭草类植物，仅仅因为名字不雅，人们才对它不感兴趣，现在你们瞧清楚了，它亭亭玉立，多么俊俏！”

初来的大臭草，用它的真实面目，征服了阳台上的居民，立即受到了大伙的欢迎。

## 大智慧

做人不能以貌取人，更不能因为某些缺点就全盘否定别人的价值。与人相处，要真诚待人，礼貌待人。

## 10. 你是你命运的主宰



附近所有的池塘都为鱼鹰所涉足，鱼塘和水池是它食宿的好地方，所以鱼鹰的伙食一直都还不错。但随着年事渐高，精力衰退，原有的伙食水平难以维持，每况愈下。这只鱼鹰老眼昏花看不清水底，又无罗网捕鱼，只好经常忍受饥饿的煎熬。怎么办呢？在饥饿所迫、万般无奈之中它想出了一个好计谋。

鱼鹰在池塘边看见一只虾，便对它说：“我的好伙计，我有一个重要的消息告诉大家：大祸将要降临到你们头上了，一星期后这池塘的主人就要下网捕鱼虾了。”

虾听说后便急急忙忙向大家通报情况，一时间满城风雨，一片惊慌。水族动物全跑了出来，聚在一起选派代表谒见这只鱼鹰。

“鱼鹰大人，您这消息是从哪儿听来的？您说的靠得住吗？您有解救的办法吗？我们应该怎么办才好呢？”

“换个地方。”鱼鹰毋庸置疑地答道。

“可我们怎么换呢？”

“你们不用操心，我可以把你们逐个带到我住处的附近，只有上帝才知道这条路，世界上没有比这更隐蔽的地方了。这是一个自然生成的鱼塘，是歹毒的人类所不知道的去处。这个鱼塘能使你们全体获得新生。”

大家全都相信了鱼鹰的话，于是水族被一一带到一块人迹罕至的岩石底下。在这里，鱼鹰这个伪君子把它们全都安置在一条狭长的水坑里，这里水浅见底，鱼鹰要逮住它们那真是唾手可得，随心所欲。



## 大智慧

永远不能相信吃人者的话，吃人者的目的只有一个，想方设法让你被他吃掉。你是你自己命运的主宰，不要因为别人的话就轻易改变你的主意和想法。

## 11. 享受生命中的自然

一只青蛙看到一只蜈蚣想，用四只脚走路已经够麻烦的了，蜈蚣是如何用一百只脚走路的呢？它怎么知道是哪只脚先走哪只脚后走呢？接下来又该走哪一只呢？于是它叫住了蜈蚣，并把自己的疑问告诉了它。蜈蚣说：“我一生都在走路，但从未想过这个问题。现在我必须好好思考一下才能回答你。”蜈蚣站在那儿好几分钟，它发现自己动不了了。摇晃了一会儿，然后便倒了下来。它告诉青蛙：“请你不要再去问其他蜈蚣同样的问题。我已经无法控制自己的脚了！”

人若对自己的生命没有信心，需要靠经典、箴言的指引，有那么多的原则、那么多的箴言要被遵循，其结果与青蛙在蜈蚣身上所造成的影响是相同的，一样的无所适从。试着去享受生命中的自然状态。专心走路的时候，也不要忘记经常



停下来，看看四周的景物，让自己的心灵稍作休息！

### 大智慧

人有生来就有的本能，不需要别人指导，不需要学习。走路就像吃饭、穿衣一样属于生命中的自然，所以不要把过多的精力放在这些自然事件中，而且还应该学会好好享受生命中的自然。

## 12. 临危不乱



为了对狐狸的进攻进行有效的抵御，火鸡把自己栖息的树当成了一座城堡。这阴险的狐狸已经绕树转了好几圈，瞧见每只火鸡都在放哨警戒，不敢懈怠。

狐狸恨恨地喊着：“怎么啦，这些躲在树上的家伙居然敢跟我作对，它们以为这样就能免于一死！不，绝不！我对天发誓，我绝不会轻饶它们的！”狐狸还真兑现了自己的诺言。

这天晚上月色皎洁，好像专门与狐狸作对，这对火鸡当然是再好不过的了。当然狐狸在围城进攻敌手方面也毫不含糊，它诡计多端，一肚子坏水，忽而装作佯攻向上爬，忽而又踮起身子向上移，接着装死躺下，一会儿又爬起来，就是意大利喜剧人物阿尔勒甘也不可能扮出这么多的不同角色。狐狸竖起了肥大的尾巴，使它油亮闪烁，还要了各种各样骗人的把戏。

在这段时间里，没有一只火鸡敢放松警惕打一个盹，敌情使它们两眼圆睁，紧张地注视着前方的风吹草动。时间一长，这些可怜的火鸡都头晕目眩，不断地从树上栽下来，几乎有一半的火鸡掉了下来。狐狸把掉下来的火鸡逮住，全都拴在了一起，并把它们全宰掉放进了自己的食品橱。

要知道，越是到了危急关头，神经越是不能太紧张，否则，乱了自己的方寸，就会像火鸡一样，来个倒栽葱。

### 大智慧

在人的一生当中，会受到多种诱惑，我们得时刻提醒自己，让自己明白自己的责任和方向，不要上当受骗，不要迷失了方向。

## 第二章

# 好品德，好人生

岁月能留住的，不是玉颊红唇，而是涌动于心中的美德。内心的美比外在的美更为重要。外表美只能取悦一时，内心美方能经久不衰。







## 1. 好品德是无敌之箭



古代有一个擅长射箭的人名叫甘蝇，他弓箭一搭，走兽就趴下一动不动了，飞鸟就掉下来了。有一个叫飞卫的人，听说这件事后，来向甘蝇学习射箭。经过学习之后，大有青出于蓝而胜于蓝之势。

飞卫回到家后，善射的名声逐渐远扬。

有一个叫纪昌的人，慕名来向飞卫学习射箭。飞卫便要他先学会不眨眼。于是，纪昌回到家中，睡在妻子的织布机下，眼睛盯着来来往往的梭子。经过两年之后，即使锥

尖刺着他的睫毛，他的眼睛也不会眨一下。

纪昌心想，这应该是学成了，就去向飞卫报告。谁知飞卫摇头道：“光学会不眨眼还不行，还要学会看才行。看小东西好像看大东西，看细微的东西好像看明显的东西，达到这样的水平后再来找我。”

于是，纪昌又回到家中，用一根长头发系一只虱子悬在窗下，天天练习看虱子。十天之后，虱子逐渐变大。三年之后，虱子在他眼里大得好像是个车轮了。再看别的东西，很细小的看上去都特别大。于是纪昌用弓和箭来射那只虱子，一箭就穿透了虱子的中心。

纪昌又来报告飞卫，飞卫高兴地说：“你已经把射技学到手了。”

纪昌把射艺学到手后，为了独步天下，决定杀掉飞卫。有一次，他们两人在野外相遇，纪昌便搭箭射向飞卫。飞卫也搭箭还击，两人的箭都在飞行中相碰，最后掉在了地上。



飞卫的箭射完之后，纪昌还剩下最后一支。纪昌把这支箭射出之后，飞卫面对飞来的箭，不慌不忙，捡起一根小草，用草尖把箭杆拨落了。纪昌这才知道老师的射艺比自己不知道强多少倍，于是流泪跪拜，请求飞卫饶恕自己。飞卫也跪下，放声大哭。从此，二人以父子关系相处，互相结盟，发誓永远友好下去。

## 大智慧

真正的强者，靠超越对手证明自己；只有无耻的人才靠消灭对手来证明自己。纪昌的做法很无耻，但他知途迷返的行为，却值得肯定。

## 2. 善良让世界更美好



在一个古老的小镇上，住着一对漂亮的姐妹，她们不但人长得漂亮，而且心地善良，对每个人都很好，深受大家的喜欢，更重要的是妹妹擅长唱歌，姐姐善于说故事。妹妹唱的歌，时而快乐，时而悲凄；姐姐说的故事也是时而感伤，时而滑稽地触动心灵。

诸神听说了她们俩，就偷偷地观察，果然如大家所说的一样，两个姐妹既善良又多才多艺，于是诸神也经常邀请她们去唱歌、讲故事。时间久了，诸神也越发地宠爱姐妹俩。

有一天，诸神又邀请两姐妹去为他们唱歌、讲故事，姐妹俩欣然前往。当妹妹的歌刚唱完时，有一个人过来说：“请你们到我们那里去好吗？”于是等姐姐讲完了一个故事，准备去人类那里时，诸神不悦地说道：“难道你们不能在我们这里多停留一些时间吗？”

“可是那边也有人在等着我们去唱歌、讲故事啊！”妹妹说。诸神有些不高兴了，异口同声地说：“我们今天也是难得这样聚在一起，本来想听你们俩的表演，为什么要我们失望呢？”姐妹俩不得已，便又继续唱歌、说故事。

人们等不到姐妹俩，就过来看是怎么回事儿，一看是诸神留住了她们，就有些不高兴了。当人一个个地聚集起来，比诸神还多时，就有人高喊：“把姐妹俩带到我们那里去。”于是，大家就不顾诸神，硬要把两姐妹拉去他们那边。

诸神很生气，没想到这些人竟敢跟他们对抗。必须要让他们知道这么做会有什么后果，于是光神为了呼叫闪电，水神为了呼叫大雨，风神为了呼叫台风，地神为了呼叫地震，纷纷握紧拳头，高高举起双臂。这时姐妹俩大声叫喊：“请住

手！拜托请不要为了我们争斗了。”

但是，大家都没有理会她们，在没有办法的情况下，姐姐就把自己创造出许多精彩故事的舌头切掉了，但她还想要传达什么，于是变成了一只燕子。妹妹则为了让自己哪里都不能去，就把脚砍断了，可是为了继续唱歌，便化身为一夜莺。

诸神受了她们的感动，终于住了手。

直至今今天，夜莺仍在山与平原的交界处唱歌，燕子则往来于两个不同的世界。

### 大智慧

善良的人无论走到哪里都会受欢迎，善良能让世界变得更美好。

## 3. 不以容貌看人

杨朱到宋国去，住在一间旅馆里。旅馆的主人有两个妾，一个貌美，一个丑陋，主人却很宠爱那个不好看的妾。

杨朱问：“真奇怪，你怎么会不喜欢那个貌美的妾呢？”

那主人说：“长得美丽的那个妾自以为很美，所以使人觉得不美了。长得不好看的妾，自以为不好看，所以我忘了她不好看。”

杨朱听了，便对弟子说：“你们要记住啊！存心自夸，就不可爱了。去掉自夸的心，到哪里会不受欢迎呢？”



### 大智慧

罗曼·罗兰说：“你失掉的东西越多，你就越富有，因为心灵会创造你所缺失的一切。”一个人失去外表的漂亮并不要紧，只要美化自己的心灵，照样会受人敬重和喜爱。