

青少年成长智慧丛书



解读幸福的密码

总有一种期待
陪伴你走过人生的荆棘路



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

青少年成长智慧丛书

解读幸福的密码

刘 华 / 主编



青岛出版社
QINGDAO
PUBLISHING HOUSE

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

解读幸福的密码 / 刘华主编. — 青岛 : 青岛出版社, 2012.6

(青少年成长智慧丛书)

ISBN 978-7-5436-8422-5

I. ①解… II. ①刘… III. ①幸福 - 青年读物 ②幸福 - 少年读物

IV. B82-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第090309号

书 名 解读幸福的密码
主 编 刘 华
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市海尔路182号 (266061)
本社网址 <http://www.qdpub.com>
邮购电话 13335059110 (0532) 85814750 (兼传真) 68068026
责任编辑 刘 坤 E-mail: lk.caesar@gmail.com
文字校对 赵日升
装帧设计 祝玉华
排 版 青岛新华出版照排有限公司
印 刷 青岛双星华信印刷有限公司
出版日期 2012年8月第1版 2012年8月第1次印刷
开 本 16开 (700 mm × 1000 mm)
印 张 14
字 数 200 千
书 号 ISBN 978-7-5436-8422-5
定 价 23.80 元

编校质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068670

青岛版图书售后如发现质量问题, 请寄回青岛出版社出版印务部调换。

电话 (0532) 68068629

序

生命如歌,我们或高昂或低沉地展示着不同的旋律和曲调;生命如花,我们或娇艳或残败地展示着各色的颜色和芬芳;生命如轮,我们或急行或匀速地奔向既定的方向和轨迹。我们无法延长生命的长度,却可以增加它的宽度。

爱因斯坦说过:“一个人对社会的价值首先取决于他的思想、感情和行动对增进人类利益有多大作用。”一个人的思想支配着他的感情和行动,高尚的思想是需要一个长期的过程来培养的,我们不能改变世界,却可以改变我们的思想,广泛阅读就是丰富和培养我们高尚思想的一种有效手段。阅读是一种智慧,可以丰富我们的经历;阅读是一种智慧,可以洗涤我们的灵魂;阅读是一种智慧,可以净化我们的心灵。

这是一套充满智慧与哲理的书,每一篇文章都会让我们感动;这是一套富于激情与信心的书,每一段文字都会让我们鼓舞。她就像寒冬里的一抹暖阳,轻轻拂过我们的心田;她就像春日里的一丝细雨,悄悄滋润我们的心灵。

这套书精选了许多短小精悍的故事,每一则小故事背后都蕴涵着深刻的道理,每一段经历中都浓缩了生命的真谛。我们每个人在自己选择的道路上前行,或欣喜,或悲伤,或平淡,或激扬,而这些精神的“食粮”将把我们以后的生活点缀得更加美丽动人。读史使人明智,哲理使人深刻,书中的许多哲理小故事将给我们未曾想到的收获,我们不仅能从这些故事和经历中丰富我们的人生阅历,更能从中汲取到人生的真理和智慧。

我们的生活其实就是一方土地,我们在自己的土地上播种、耕耘、丰收,土地从来都不会欺骗我们,你播种下什么,你就收获什么,播下一种心态,收获一种思想;播下一种习惯,收获一种命运。只有健康的心态才能收获上进的思想,进而养成良好的习惯,最终收获成功的命运。本套书,以富含深意的小故事,将做人的智慧和方法向我们娓娓道来,每一个哲理都将成为我们人生航线上的指明灯。她将有效地培养我们坚定的信念和坚韧的品质,她会告诉我们:播

下梦想的种子，昂然地前行，终有一天我们会收获成功。

这套书里记载的都是人生的宝藏，是多少前辈耗费无数心血方集大成，每一个故事都会与我们的的心灵发生碰撞，或许你会在不经意间被感动。里面的一篇篇励志故事，好像驾船双桨，助我们逆流而上；一句句哲理名言，宛若驱车长策，让我们执著向前；一段段心灵感悟，如同一把钥匙，为我们开启心窗。她像是一场期盼已久的春雨，为我们眼前带来点点的清新；她也像是一杯香气扑鼻的咖啡，驱散我们心头的阵阵寒意；她更像是一位睿智宽厚的老者，为我们拨开封锁心灵的层层迷雾。有了她，我们前行的道路将更加坦然。

短小、灵巧是她的性格，真切、睿智是她的特色，真挚、真情是她的秉持，青春、活泼是她的个性，直爽、豪迈是它的感怀。她不仅是我们的良师，更是我们的挚友，她会倾听我们的悲欢离合，她会感悟我们的兴衰成败，她会激励我们奋勇拼搏，她会鼓舞我们迎难而上，这难道不是我们一直所追寻的吗？

我们已经被现代快节奏生活所掩埋，焦虑的步伐总是使我们错过许多美好的景色，清晨无法感受朝阳的美好，傍晚无法体会夕阳的壮丽，我们日渐丰富的物质生活却因为精神文明的缺失而变得单调乏味。从现在开始，放缓脚步慢慢品味吧！

茶香味美，需要用心去品；花香四溢，需要用心去嗅；书香醉人，需要用心去读。歌德说过“读一本好书，就是和许多高尚的人谈话”，我们总能从其中得到一些生命的思考和历史的静默，她也许会改变我们的一生，让我们从失败走向成功，从忧伤走向快乐，从灰心失意走向奋发图强。

（本书所选文章因多种原因，部分作者没有联系上，请文章作者看到本书后与图书策划张先生联系，以便奉上样书与稿费；联系邮箱：461201516@qq.com。）

目录

序	1
---------	---

第一辑 幸福的联想 / 1

真正幸福就是这样的一种感觉,它就在生活里的每一件小事中,就在你的身边,只要你伸出手掌去把握它,用心灵去感受它,你就是一个幸福的人。体验幸福的前提不一定要腰缠万贯,享尽山珍海味,也不一定是要高官厚禄,呼风唤雨,高高在上。只要懂得用心去生活,无论多么平凡,都能收获幸福。

幸福是游移不定的 / (法) 卢梭	3
一撮泥土 / (美) 亨利·范·戴可	4
人生就是追求幸福 / (俄) 托尔斯泰	6
生活得写意 / (法) 蒙田	7
同情百万富翁 / (爱尔兰) 萧伯纳	8
托钵化缘遇温暖 / (日) 稻盛和夫	10
归来的温馨 / (智利) 聂鲁达	12

第二辑 你看见了甜甜圈还是黑洞 / 15

如果映入你眼帘的从来都是一个甜甜圈,那么生活中的甜蜜你可以一口接一口地品尝下去;如果凸显在你眼前的总是一个黑洞,那你的人生之旅便只好径直向着一个无底的黑洞去了。这一切都在于你的目光。

放开气球 / 朱贵彩	17
你看见了甜甜圈还是黑洞 / 黄帅	18

别在经验中转圈 / 李 琛	20
低头也是一种智慧 / 黄建如	21
妙在忍气吞声 / 梁栋华	22
避开诱惑和刀锋 / 陈立明	23
问心无愧 / 佚名	24
独自飞上蓝天 / 佚名	26
商人的墓地 / 鲁先圣	27
柔 韧 / 罗 兰	29
学会说“对不起” / 张海鸥	30
在空地上种草 / 胡 光	31

第三辑 坚守责任的力量 / 33

生命是蕴涵无穷能量的深井;用真情与爱浇注的责任心,是井里源源不断的生命之泉。能汲取生命之泉的人,不仅能经受住大自然的考验,更能靠自己的力量战胜一切!

父亲的影响 / 邓 笛	35
甩开借口 / 佚名	36
里根赔钱 / 佚名	38
把信送给加西亚 / (美) 艾尔伯特·哈伯德	39
勇担责任羞于诿过 / 李庚辰	41
做人,就要有责任感 / 佚名	42
不因事小而不为 / 佚名	44
勇敢地承担起自己的责任 / 楚 风	45
坚守责任的力量 / 佚名	47

第四辑 跌倒的地方也有风景 / 49

苏格拉底和拉克苏相约,到一个很远的大山去游览。几年后,他们发现,

那座山太遥远了。“根本无法到达那个地方,一切努力都白费了!”拉克苏颓废地说。“这一路有许许多多美妙的风景,难道你没有注意到?”苏格拉底掸了掸长袍上的灰尘说。

当我们追求一个遥远的目标时,一定不要忘了:旅途处处有美景。哪怕在你跌倒的地方!

路的旁边也是路 / 马 德	51
放下是一种大境界 / 姜锋青	52
跌倒的地方也有风景 / 崔修建	54
向 下 / 张蓬云	55
两棵树 / 张文彬	56
记住,有人不喜欢你 / 陶柏军	57
意外,可能带来惊叹号 / 洪 兰	58
耐磨的人生 / 张丽钧	60
绕开上帝设置的障碍 / 祁文斌	61

第五辑 谢谢你的时间 / 63

时间一分一秒不停地在流逝,随之一起消逝的还将有我们的亲人、朋友,珍惜自己的时间,珍惜和亲朋好友相处的分分秒秒;珍惜别人的时间,珍惜别人为我们付出的劳动。懂得珍惜的人才是真正懂得生活的人。

清点生活,轻装上阵 / 文 风	65
换一个思路 / 佚 名	66
转换思维改变人生 / 佚 名	67
活着就要快乐 / 佚 名	68
别为打翻的牛奶而哭泣 / 周云鹏	69
生正逢时 / 陈鲁民	70
把自己生活的时代变为最好的时代 / 陈 明	72
昨天的太阳 / 黄雪丽	74
完全独立的今天 / 许 锋	75

最后一个月 / 冯 娟	76
明天的落叶还会飘下来 / 魏清月	78

第六辑 换一种交通工具 / 79

如果有一天,你的幸福,你的快乐,距离你所认定的标准,还有很长的距离,你会怎么办?你要考虑换一种方式去获取。因为之前采取的行动不是实现你幸福、快乐的唯一途径。说不定,换一个思维,换一种途径,你就会觉得更幸福,更快乐!

绕开思维陷阱 / 尚建国	81
换一种思维方式生存 / 王学亮	82
变则通 / 张四斤	84
学会让思维转弯 / 感动	86
换一个角度 / 程应峰	87
白马与黑马 / 姜钦峰	88
一则为青年人而作的寓言 / (英)奥列弗·戈尔德史密斯	89
西雅图的鱼市 / 赵晓东	90
咒语疑云 / 飞 飞	91

第七辑 心态一变快乐来 / 93

生活似乎永远都一成不变,但如果把心态改变一下,去寻找和发现其中的快乐,我们会发现,原来快乐的事情还真的很多……只要我们举起手中的放大镜,去发现和寻找快乐,相信快乐就会天天围绕在我们身边……

心态一变快乐来 / 冰 城	95
创造奇迹的一句话 / 凡 商	96
活在当下,把握好今天 / 李书欣	97
放下“过去”的包袱 / 张云天	98

“如果”和“幸好”/(新加坡)尤 今	99
凡事先往好处想 / 张福乾	100
第一个被录取的人 / 张小失	102

第八辑 学会与人分享 / 105

三个和尚在一座破寺院里相遇,决定都留下来各尽其能。看看谁能最后获得成功。于是,甲和尚礼佛念经,乙和尚整理庙务,丙和尚化缘讲经,果然香火渐盛。后来,三人又开始争执不休,各说是自己的功劳,于是,寺院里的盛况又逐渐消失了。

寺院的再次荒芜,就在于三个和尚不懂得分享与合作的道理。学会分享,懂得合作,你的人生才能更精彩。

拥有井 / 菩提心	107
沙漠之路 / 李雪峰	108
不要轻易拔去花间的草 / 阿 健	109
因为责任,因为信任 / 李中声	110
传 承 / 佚 名	111
懂得合作的留下来 / - 心	113
学会与人分享 / 苗向东	115
群体的力量 / 王 悦	117
鸽子们的阴谋 / (日)星新一	118

第九辑 拥有一只装满幸福快乐的篮子 / 121

俄罗斯女作家沃兹涅先斯卡娅在《幸福的篮子》中写到:“谁都愿意幸福,但并不是所有的人都懂得怎样才能幸福。幸福并不是成功、运气、甚至爱情。您这么年轻,也许会以为爱就是幸福。不是的。幸福就是那些快乐的时刻,一颗宁静的心对着什么人或什么东西发出的微笑。

幸福的真谛就是——拥有一只装满幸福快乐的篮子。

工作鬼的烦恼 / 佚名	123
生气的骆驼 / 凡夫	124
章鱼的天性 / 佚名	125
手机主要是用来打电话的 / 佚名	126
寻找灵感的画家 / 佚名	127
鳄鱼牙缝中的肉丝 / 佚名	128
笼子里的鸡 / 佚名	129
幸福的梦想 / 佚名	130
幸福的真正内涵 / 佚名	131
邻里之间 / 佚名	132
安分守己 / 佚名	133
老王算命 / 佚名	134
死亡和活着 / 佚名	135
过早被剪了毛的羊 / 佚名	136
蚂蚁和面包 / 佚名	137
蛤蜊长寿的秘密 / 佚名	139
第一个天然动物园 / 佚名	140
圣人和无耻的人 / 佚名	141
树挪死,人挪活 / 佚名	142
玉匣的秘密 / 佚名	143
最像富豪的家庭 / 佚名	144
超级工作狂 / 佚名	145
餐桌上的幸福 / 佚名	146
金色的房子 / 佚名	148
医治各种心理疾病的秘诀 / 佚名	149
拥有一只装满幸福快乐的篮子 / (俄)沃兹涅先斯卡娅 佚名 / 编译	150

第十辑 乐观是一轮太阳 / 153

在生活中,一个人无论遭受了多大的痛苦和挫折,都应该保持一种乐观向

上的心态。乐观,是一轮太阳。它可以使你摒弃胸中所有的痛苦和绝望,并使你的
人生充满勇气和光明。

乐观是一轮太阳 / 矫友田	155
屡败屡战 / 胡喜盈	156
南美有条“会唱歌”的河 / 绘 丹	157
失败是一种错觉 / 佚 名	159
享受痛楚 / 张起韬	160
没有不带伤的船 / 刘燕敏	161
失败了也能笑出来 / 黄小平	162
从不幸中找幸福 / 龙连山	163
大鱼怕小鱼 / 刘先庆	164
意志不坚强的人 / 佚 名	165
心中的冰点 / 英 涛	166
独木桥的走法 / 英 涛	167
打造心灵的韧度 / 刘福奎	169
不幸的两种读法 / 佚 名	170
失败中的成功 / 李雪峰	171
永不言败 / 佚 名	173

第十一辑 窗外的天空很蓝 / 175

同样的环境为什么孕育了两种不同的人生态度,还有什么事情比一个人每天努力地活下去更了不起呢?还有什么能够比一个人每天早上醒来,看见早上的阳光、蓝天,更令人愉快呢?

找到下一个说是的人 / 陈安之	177
英雄与门 / 吕旭茂	178
行动,是一种境界 / 范俊林	179
世界在你心中 / 佚 名	181
窗外的天空很蓝 / 高 兴	182

现在就付诸行动 / (美) 奥 格	183
你就是自己的奇迹 / 姜钦峰	185

第十二辑 珍爱生活,敬畏生命 / 189

生命像一面镜子,对着它皱眉,它以皱眉回报,对着它微笑的时候,它以微笑回报。生命又像单行道,没有回头的机会。生命又像画布,全靠自己挥洒。莎士比亚说:“人生如戏,生命是舞台,每个人都扮演着自己的角色,且让每个人都好好走过有意义的一趟。”

生命就像一片荒地,神秘,辽远,寂静,每一个人都是自己生命的拓荒者,撒下不同的种,采撷不同的果。走着,跳着,唱着,笑着,哭着,踌躇着,叹息着,有人青春做伴,万水千山,铿锵同行;有人孑然一身,天涯海角,寂寞游吟;有人苟且偷生,甘当傀儡,贻误一生。开荒的使命是天赋的荣耀,唯有自己才能完成。敬畏生命,热爱生活!

生命的意义 / (美) 罗杰·冯·伊区	191
生 命 / 沈从文	192
简单生活 / (美) 丽莎·普兰特	193
生命与创造 / (法) 罗曼·罗兰	195
怎样活着 / (古希腊) 德谟克利特	197
黑暗征服不了的光明 / (美) 汤米·琼斯	199
花未眠 / (日) 川端康成	201
生活是美好的 / (俄) 契诃夫	203
对生命说是 / (澳大利亚) 阿南朵	205
活着的死亡 / (英) 劳伦斯	207
论老之将至 / (英) 罗 素	208
爱是生命 / 刘 墉	211

第一辑

幸福的联想

XINGFUDELIANXIANG



真正幸福就是这样的一种感觉，它就在生活里的每一件小事中，就在你的身边，只要你伸出手掌去把握它，用心灵去感受它，你就是一个幸福的人。体验幸福的前提不一定要腰缠万贯，享尽山珍海味，也不一定是要高官厚禄，呼风唤雨，高高在上。只要懂得用心去生活，无论多么平凡，都能收获幸福。

幸福是游移不定的

(法) 卢梭

幸福是游移不定的,上苍并没有让它永驻人间,世界上一切都瞬息万变。任何人都不可能求得一种永恒。

环顾四周,万变皆生。我们自己也处于变化之中,今日所爱所慕的到明朝也许荡然无存。因此,要想在今生今世追求到极致的幸福,无异于空想。

明智之举是当我们随意纵情欢笑,不可因一念之差而失去满足的情趣;同时,也别想片刻之乐永系在身,这种念头只能是痴心妄想。

所谓真正的幸福者很少见,也许这种人压根就不存在,而心满意足之人则随处可见,在所有给我以深刻印象的事物中,最使我中意的便是这种满足之情。

此种情感缘于自我感觉强烈的驱使,是我所见所闻的必然结果。

幸福并没有悬挂招牌,欲同它相随,唯一的途径便是走入幸福者的内心。而心满意足的情绪却可以得之于人的眼神、举止、言谈、步履,让家人受其感染,不由自主地随之投入。

当你在节日里看到了人们尽情欢乐,喜笑颜开,神情容貌中流露出穿透阴霾的喜悦之情时,难道不会感到这是生活中最甜美的享受吗?

幸福可以很复杂,有时候人穷其一生都无法追寻到;幸福也可以很简单,当你口渴时的一杯清水就给你幸福的满足感;当你走路累得上气不接下气时候的一个凳子,也可以让你感觉到幸福已经到了你的身边。学会感悟这些细节中的幸福吧,除了物质的丰裕之外,幸福更多地存在于心灵的满足和精神的愉悦当中。



点评

假如你觉得幸福从来不属于你,那也许你应该问一下自己是不是太不容易满足了?如果你愿意用心,你将会发现幸福就存在于你解完一道难题之后,幸福就藏身于你学会了一个知识点之中……当这些细微的幸福感累积起来后,你就会是一个幸福的人。听,幸福在敲门。

一撮泥土

(美)亨利·范·戴可

从前,在一条河边有这么一撮泥土。说来也不过是普通的黏土,质地粗浊;但它对自己的价值却抱有很高的看法,对它在世界上所可能占有的地位具有奇妙的梦想,认为一旦时运到来,自己的美德终将为人发现。

头顶上,在明媚的春光里,树木正在交头接耳地窃窃私语,讲述着当纤细的林花和树叶开始吐放,林中一片澄澈艳丽时,它们身上所沐浴的无尽光辉,那情景,宛如无数红绿宝石粉末所形成的朵朵彩云,轻柔地悬浮在大地之上。

花儿看到这种美景惊喜极了,它们在春风的抚摸中,探头欠身互相祝贺:“姐妹们,你们出落得多可爱啊,你们真是给白日增辉。”

河水也因为增添了新的力量而感到高兴,它沉浸在水流重聚的欢乐之中,不断以美好的音调向河岸喃喃絮语,叙述着自己是怎样挣脱冰雪的束缚,怎么从积雪覆盖的群山奔腾到这里,以及它匆忙前往担负的重大工作——无数水车的轮子等待着它去推动,巨大的船只等待着它去送往海上。

黏土懵懵懂懂地待在河床,不断用种种远大理想来安慰自己。“我的时运终将到来,”它说,“我是不会长久被埋没的。世间的种种光彩、荣耀,在适当的时候,会降临到我的头上。”

一天,黏土发现它自己挪了位置,不在原来长期苦守的地方了。一铲下去,