

微笑系列丛书

梦工场

快乐生活 的智慧

反省的功夫比任何学问都有价值

种种的苦 种种的难
都是要把你造就
因为有苦才明白乐的可贵
因为有灾难才能明白平安的可贵

陈鸿滨 著

Ways to Live Wisely and Happily



现代出版社

Ways to Live Wisely and Happily

快乐生活 的智慧

陈鸿滨 著

Ways to Live Wisely and Happily



to Live Wisely and Happily

现代出版社

图字：01 - 2003 - 4209

图书在版编目 (CIP) 数据

快乐生活的智慧/陈鸿滨著. —北京: 现代出版社,
2003

(梦工场·微笑系列)

ISBN 7 - 80188 - 053 - 6

I. 快… II. 陈… III. 压抑 (心理学) —通俗读
物 IV. B842.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 073984 号

著 者: 陈鸿滨

责任编辑: 张 璐

出版发行: 现代出版社

地 址: 北京市安定门外安华里 504 号

邮政编码: 100011

电 话: 010-64267325 010-64240483 (兼传真)

电子邮箱: xiandai@cnpite.com.cn

印 刷: 固安博通印务有限公司

开 本: 880×1230 1/32

印 张: 4.5

版 次: 2003 年 10 月第 1 版 2003 年 10 月第 1 次印刷

印 数: 1~10000

书 号: ISBN 7 - 80188 - 053 - 6

定 价: 16.00 元

本书由台湾广厦出版集团授权独家出版发行, 翻版、盗印必究。

作者简介

陈鸿滨，1962年2月27日出生，双鱼座，AB型。

学历：美国普林斯顿大学宗教系毕业

兴趣：阐发五教圣人之奥旨，接近有山有水的大自然、写作、旅游、烹饪、开车兜风、广结善缘。

最喜欢做的事：与有缘人分享生活中的领悟。曾受邀演讲360场，反响很热烈。

最难忘的一件事：荣获“中视”非常男女第127集“人气最旺”男主角，并速配成功！

著作：《用微笑过生活》等五部。

自序

生活在当今时代的我们要能无忧、无虑、快乐生活、平安健康地过日子还真不容易，一定要有点智慧的功力才行！

生、老、病、死是生命的事实，任谁都无法逃避得掉，因此相聚时的缘分是不易的，本应好好珍惜。尤其是一家人，或好友、同事得彼此“惜缘”，但如果有一天到了无能为力的地步时，也必须要学会“看得透、舍得掉、放得下”才行！

有一首诗是这么写的：

人生无常多转变	悲欢离合谁难免
犹如昙花刹那现	哪能照人之心愿
有的富贵赚大钱	有的贫贱苦流连
有的失败埋怨天	有的成功满笑脸

有的家门出孝贤 各各不一实难言
家家有本苦经典 实实在在真难念
富贵贫贱皆因缘 夭寿穷通莫怨天
昔日颜回身贫贱 今日留名众心田
人生真富德为先 人生真贵善为言
勿争物质图表面 要学古圣与先贤

看得透、舍得掉、放得下的人最潇洒了！

然而，要过得潇洒就得要有一点智慧。

智慧是什么呢？

智慧是有关于生命情怀的课题。例如：我从哪里来？我以后往哪里去？待人处事、进退应对等有关生命的事情，对人世的经验、人生的了解、人生的关系、对别人的热情，这都是智慧。

笔者参研过唐代一部著作《六祖坛经》，这本书距今约有一千三百年了。

六祖惠能大师他南到黄梅见五祖时，曾经向五祖说：“弟子心中常生智慧。”这句话让我非常感动，也有很深的感触。大师他心中常生智慧而我们

心中却常生烦恼、痛苦、忧虑……这应该就是佛菩萨与众生的不同之处吧！

而烦恼怎么来呢？是因为“妄想、分别、执著”而生。要如何去呢？就以日常生活的念头下手。我们以前吃饭及穿衣服时有妄想执著，每天上班也有妄想执著，待人接物还是有妄想执著，如此必生烦恼、生七情六欲、生贪瞋痴慢，烦恼永不断。

要如何增长智慧呢？

需于一切时一切处，知道长养清静心、平等心、慈悲心，则烦恼就少了，若能学“不妄想、不执著”、“不起心、不动念”，那就是真智慧，也是一种很高的境界噢！

最后要与朋友互勉：凡事用平常心和感恩心看之。

总之，顺境要感恩，逆境更要感恩。因为只有惊涛骇浪，才能激扬美丽的浪花，造就优秀的舵手；只有天寒地冻时方显松树之苍劲。

人生又有几人能一帆风顺呢？所以：

感恩伤害你的人，因为他磨炼你的心志；
感恩欺骗你的人，因为他增进你的智慧；
感恩中伤你的人，因为他砥砺你的人格；
感恩鞭打你的人，因为他激发你的斗志；
感恩遗弃你的人，因为他教导你该独立；
感恩绊倒你的人，因为他强化你的双腿；
感恩斥责你的人，因为他提醒你的缺点；
感恩所有使你更坚强的人！凡事感恩！感恩的人必是具备大智慧、大福报的人。

陈鸿滨谨识于彰化

推荐序

首先要恭喜陈兄鸿滨又出书了，我们又有“眼福”了，可以好好地看一看里面的内容。这之前的几本好书我们都很喜欢，因为文笔深入浅出，又颇具启发性，有些文章看了真是令人深思良久；而有的文章是很生活化、实用性兼鼓励性的，看了会令读者觉得自己是很幸福的人，会让人发觉自己的优点，喜欢自己，肯定自己，进而人际关系也会变好……

鸿滨兄是我们光慧文教基金会的义工，目前负责彰化区学界的成员之一，他平日除了繁忙的银行公务以外，大部分时间都奉献出来，例如：儿童读经班之教学。每月出队一次到和美仁爱实验学校当义工时，他都开车去接送学生，每月在集浩讲堂举办一次的读书会，他一定抽空来陪着学界同学共同

研讨。还有平日对学界同学们的鼓励与关心令我们是既感谢又感动。

在此更要感谢鸿滨兄的慷慨赞助，将版税全部捐赠给彰化区学界，也要祝福本书能受大家之喜爱，上市大卖，一切顺利！

彰化区学界大事记组 谨识

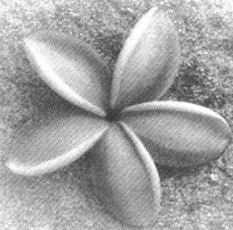
目 录

凡事往好处去想	1
不必太执著身外之物	3
不要强跟人做比较	5
有正确的判断力	7
不舍近求远	10
人生路要谨慎	14
寻找生活乐趣	16
愈挫愈勇	18
学习听懂“话中话”	20
不迷信	22
有舍才有得	26
老爸的死因	28
禅师的大智慧	30
远亲不如近邻	32

快乐生活的智慧

Ways to Live Wisely and Happily

- 父亲的真爱 36
- 幕后的真凶 40
- 心境 42
- 意志力 44
- 小老婆——电脑 46
- 阿甘 50

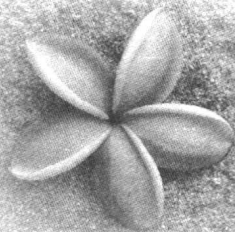


为狗颂经	53	
借假修真	55	
死爱面子的后果		57
签下诚挚的谢意		60
知的重要	64	
轻松面与压力面		66
放下身段	68	
语言的力量	70	
缺角的杯子	72	
天灾人祸真多	76	
要改变世界先改变自己		78
日现雾则散	81	
不争气的儿子	84	
凡事要做最坏的打算		86

快乐生活的智慧

Ways to Live Wisely and Happily

- | | |
|--------|-----|
| 割耳朵的禅师 | 90 |
| 观音山之旅 | 92 |
| 富贵无边 | 94 |
| 生命的乐章 | 96 |
| 买房子不要急 | 98 |
| 勿以貌取人 | 102 |
| 崇德剧坊 | 104 |



生命的意义在于付出		106
人生真谛	109	
人生如梦	114	
求人不如求己	117	
生死一线间	119	
好好投资自己	121	
享受生活	123	
拥有不如享有	125	

凡事往好处去想

不怕念起，只怕觉迟；念起是病，不续是药。

本行有位客户黄小姐，今日前来偿还部分房屋贷款，突然有感而发地感叹道：“啊！结婚前与结婚后的感觉差好多，生活变化太大了，原本是自由、快乐、无忧无虑的人，现在变得很烦恼、很操心……每天的生活都毫无目标，在胡思乱想中过日子。”

一会儿烦恼先生在外面做生意会不会偷养“小老婆”？一会儿又烦恼他太晚回家，会不会发生车祸了？等一下又担心小孩身体不好，有气喘病会不会突然发作呢？过不久又反而气自己身体不好、全身酸痛、脾气暴躁、没有一技之长……又气公婆对她

不好，没有疼爱她，对她不公平等。

像这种人是铁定不会快乐的，头脑同样是在“想事情”，为何不往好处去思考呢？她可想，先生晚回来一点，一定是生意很好，赚更多钱；能成为一家人是百世修来的缘分，应该好好照顾子女、关心公婆，以及自己的身体……我也只能劝她：多往好处想吧！毕竟，自己才帮得了自己。解铃尚需系铃人，自己才是最好的医生。

智慧小站

- ◎ 一味地烦恼、担心是于事无补、解决不了问题的。与其花时间烦恼事情，不如花时间来解决问题！