

读者 签约作家倾情奉献 << 李雪峰 / 著

淡定的哲学

抚慰心灵的治愈文字 / 醍醐灌顶的顿悟之书 / 温暖人心的感人故事

淡定给人的力量，不是为了改变世界，而是为了不让世界改变我们



读者 签约作家倾情奉献

淡定的哲学

李雪峰 著

民主与建设出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

淡定的哲学 / 李雪峰著. -- 北京 : 民主与建设出版社, 2015.1

ISBN 978-7-5139-0501-5

I. ①淡… II. ①李… 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 (2015) 第010686号

出 版 人： 许久文

责任编辑： 李保华

整体设计： 北京高高国际文化传媒有限责任公司
Beijing GaoGao International Culture Media Co., Ltd.

出版发行： 民主与建设出版社有限责任公司

电 话： (010) 59419778 59417745

社 址： 北京市朝阳区曙光西里甲六号院时间国际8号楼北楼306室

邮 编： 100028

印 刷： 北京时捷印刷有限公司

版 次： 2015年3月第1版 2015年3月第1次印刷

开 本： 32开 (880mm × 1230mm)

印 张： 8.5

书 号： ISBN 978-7-5139-0501-5

定 价： 35.00元

注：如有印、装质量问题，请与出版社联系。

人生如茶



生活节奏愈快，都市生活愈繁忙，现代人愈加向往恬静怡人的大自然。

然而，为了生计，世俗的我们无法放下所有工作去做一个闲适的“悠客”。

每天，当我们拖着疲惫的身心走回家中，如果能放上一段音乐、沏上一杯清茶，悠然地蜷坐在沙发中，随手拿起一本书，暂时忘掉烦忧，洗掉心灵的“尘埃”，便是最大的享受了。

这正是我们精心策划制作本书的初衷。

相信这也会成为您选择她的一个理由。

阅读本书，不需要从头至尾，因为其中任何一篇小文，都会令您有所收获，让您轻松读过之后，为生活中的一个个平时不宜发现的细节而感叹——如参禅般顿悟，您会感到不虚此“读”。

淡定的哲学

目 录 CONTENTS

人	2 人生六个字
生	5 浮生若茶
篇	8 盲人点灯
	10 净水难觅
	13 勿以年高论短长
	15 剔凿留芳
	17 种下希望
	20 金币的背面
	22 掌握自己的命运
	24 勇于承受
	26 倒下的木板
	28 觅佛
	30 成为自己的菩萨
	32 “生气”与“充气”
	35 林子里的树
	37 观音拜佛

心
灵
篇

- 40 世界上最美的棘刺
- 42 和自己的心灵对话
- 44 心灵的灯芯
- 46 自己的钟表
- 49 人生倒计时
- 51 被知识“冻死”的人
- 53 炼金术
- 55 胸藏阳光
- 57 做一个“五星级”的人
- 59 心中的上帝
- 61 一件不易完成的最简单的事
- 63 欲望的种子
- 65 从从容容每一天
- 67 快乐的秘诀

智
慧
篇

- 70 谁在给我们的命运打包
- 73 别人的路标
- 75 磕破自己
- 78 坚持自己的方向
- 80 风中的木桶
- 82 学会放弃
- 84 上帝不会辜负信念
- 87 五英里

- 89 渴望夜色
91 同伴的肩膀
94 忍耐的心
97 一城花香
99 离宫外面的磨房

幸
福
篇

- 104 天堂鸟
107 爱是世界通行的邮票
110 藏下善良
112 母爱的颜色
116 病花
119 老人和鲜花
121 善良是有回报的
124 爱情餐馆
127 一块面包支付的医药费
129 穿越时空的母爱
132 爱情在右
134 爱的“形状”
136 善良不分大小
138 花为媒
141 祝你生日快乐
145 真爱
148 最珍贵的施舍

财 富 篇	152	修建自己的码头
	154	赠予自己
	156	在废铜上闪烁的黄金
	158	别人最需要的
	160	成败系于一念
	163	尊严的含金量
	165	成功始于细节
	167	泰晤士报社的楼梯
	169	穷人手里有黄金
	171	金鱼和鱼缸
	173	巴克眼镜
	176	“擦皮鞋”仪式
	178	“通用公司增长率”之谜
	181	超市内的“公厕”
	183	一地白纸
	186	把位子留给我
感 悟 篇	190	一生的志愿
	192	心灵的三个筛子
	194	以己为镜
	196	虚掩的门
	198	售予自尊
	201	善良是成功的天赋
	203	只要你做，什么时候都不算晚

- 205 人生的环剥
- 207 作品上的墨渍
- 209 气球的高度与颜色无关
- 211 聪明的红蚂蚁
- 213 站着的高度
- 215 第一百零一次
- 217 提醒自己
- 220 永不放弃

- | | |
|-------------|--------------|
| 生
命
篇 | 224 拴在木棍上的骆驼 |
| | 227 乞力马扎罗的豹子 |
| | 230 接受与给予 |
| | 232 比生命更重要的 |
| | 234 留住本色 |
| | 237 保持棱角 |
| | 240 乡下的佛兰 |
| | 241 柔韧弥坚 |
| | 243 致命天敌 |
| | 245 大象的责任感 |
| | 248 流急之处有大鱼 |
| | 250 选择强大的对手 |
| | 253 微笑的回报 |
| | 255 啄木鸟的仓库 |
| | 257 再试一次 |



淡定的哲学 人生篇

浮生若茶。那些不经风雨的人，平平静静生活，就像温水沏的茶叶平静地悬浮着，弥漫不出他们生命和智慧的清香，而那些栉风沐雨饱经沧桑的人，坎坷和不幸一次又一次袭击他们，就像被沸水沏了一次又一次的酽茶，他们在风风雨雨的岁月中沉沉浮浮，于是像沸水一次次冲沏的茶一样溢出了他们生命的一脉脉清香。

人生六个字

一个爱美的女孩，二十岁的时候，在一家服装精品屋里看见一条紫色的裙子，那裙子漂亮极了，淡紫色的绒纹上绣着一朵一朵鹅黄的牵牛花，雍容而华贵，典雅而精美，女孩一看就喜欢上了。她真的想把它买下来，但在就要招呼店主的那一刹那，她犹豫了。

是啊，自己怎么敢买这样的裙子呢？在自己那个偏僻又古旧的小村子里，哪个女孩留一个时尚一点的发式，戴一条鲜艳一些的纱巾，都要被全村的人议论上几天，自己买上这么一件紫色的裙子，怎么能在村子里穿得出去呢？女孩犹豫再三，又恋恋不舍地用手反复抚摸了几次那条紫裙子，最后叹口气走了。

后来，女孩意想不到地从深山辗转到了一个繁华的都市里，她有了自己富有而幸福的家庭，有了自己体面又收入不菲的工作，有一年夏天，女孩忽然想起那一条挂在商店里的紫裙子，于是她就在那个都市琳琅满目的服装店里拼命寻觅那条紫裙子。一个又一个的服装超市她都去过了，一家一家的服

装店她都一一去看过了，但她始终没有找到她记忆中的那条紫裙子。

实在没办法，她去布料市场上找那一种紫布料，但找来找去，却始终找不到那一种让她沉醉的紫色来。后来，她托亲戚、托朋友到别的城市去寻觅那种紫裙子或者紫布料，一直寻觅了十多年，最后，一个十分要好的朋友才在南方一个偏远的小城里帮她找到了一段紫布料。

找到布料后，她又发愁了，到哪里去找一个能裁那种衣裙、能绣那种花朵的裁缝呢？于是她又去遍寻满城的裁缝师，但找了几年，竟没有一个人能做出那种风姿绰约的紫裙的。

好多年后，她终于从一个朋友那里得到那个裁缝师的消息，她欣喜若狂，立刻带上那卷紫布千里迢迢地找到了那个已经白发苍苍的老裁缝师。

裙子终于做好了，真的是那种淡紫色，真的是那种绣着鹅黄牵牛花的，真的还是那么雍容、那么华贵、那么典雅、那么精美，但裁缝师的一句轻轻问话让她顿时愣了。裁缝师问她说：“这是给你女儿还是给你孙女做的？”

给女儿还是孙女做的？她一愣，是啊，自己已经年过六旬了，已经是个鬓发初白的老太太了，这么纤细这么漂亮的裙子自己还能穿吗？她真的后悔那时自己怎么竟没有买下那条紫色的裙子呢？自己那时的身段、那时的年龄正是穿那种裙子的时候啊！而如今裙子终于有了，自己却已经老了。

“有牙时没花生米，有了花生米却没有了牙，”这是多少人的感慨啊。你也许曾经买了一件自己很喜欢的衣服却舍不得穿，供奉在衣柜里，当你想起穿它的时候，却发现它已经过时

淡定的哲学

了，或者你已经过了穿这件衣服的年龄了。

生命也有保存期限的，想做的事应该趁早去做。没有遗憾的人生只有六个字，在前半生是“不犹豫”，在后半生是“不后悔”。

浮生若茶

一个屡屡失意的年轻人千里迢迢来到普济寺，慕名寻到老僧释圆，沮丧地说：“像我这样屡屡失意的人，活着也是苟且，有什么用呢？”

老僧释圆如入定般坐着，静静听这位年轻人的叹息和絮叨。什么也不说，只是吩咐小和尚说：“施主远途而来，烧一壶温水送过来。”小和尚诺诺着去了。

稍顷，小和尚送来了一壶温水，释圆老僧抓了一把茶叶放进杯子里，然后用温水沏了，放在年轻人面前的茶几上微微一笑说：“施主，请用些茶。”年轻人俯首看看杯子，只见杯子里微微地袅出几缕水汽，那些茶叶静静地浮着。年轻人不解地询问释圆说：“贵寺怎么用温水沏茶？”释圆微笑不语。只是示意年轻人说：“施主请用茶吧。”年轻人呷了两口，释圆说：“请问施主，这茶可香？”

年轻人又呷了两口，细细品了又品，摇摇头说：“这是什么茶？一点茶香也没有呀。”释圆笑笑说：“这是江浙的名茶铁观音啊，怎么会没有茶香？”年轻人听说是上乘的铁观音，

又忙端起杯子吹开浮着的茶叶呷两口，又再三细细品味，还是放下杯子肯定地说：“真的没有一点茶香。”

老僧释圆微微一笑，吩咐门外的小和尚说：“再去膳房烧一壶沸水送过来。”小和尚又诺诺着去了。稍顷，便提来一壶壶嘴吱吱吐着浓浓白汽的沸水进来，释圆起身，又取过一个杯子，撮了把茶叶放进去，稍稍朝杯子里注了些沸水，放在年轻人面前的茶几上，年轻人俯首去看杯子里的茶，只见那些茶叶在杯子里上上上下下地沉浮，随着茶叶的沉浮，一丝细微的清香便从杯子里袅袅地溢出来。

嗅着那清清的茶香，年轻人禁不住欲去端那杯子，释圆忙微微一笑说：“施主稍候。”说着便提起水壶朝杯子又注了一缕沸水。年轻人再俯首看杯子，见那些茶叶上上下下沉沉浮浮得更杂乱了，同时，一缕更醇更醉人的茶香袅袅地升腾出杯子，在禅房里轻轻地弥漫着。释圆如是地注了五次水，杯子终于满了，那绿绿的一杯茶水，沁得满屋津津生香。

释圆笑着问道：“施主可知道同是铁观音却为什么茶味迥异吗？”年轻人思忖了一会儿说：“一杯用温水冲沏，一杯用沸水冲沏，用水不同吧。”

释圆笑笑说，用水不同，则茶叶的沉浮就不同，用温水沏的茶，茶叶就轻轻地浮在水之上，没有沉浮，茶叶怎么会散逸它的清香呢？而用沸水冲沏的茶，冲沏了一次又一次，茶叶沉了又浮，浮了又沉，沉沉浮浮，茶叶就释出了它春雨的清幽，夏阳的炽烈，秋风的醇厚，冬霜的清冽。世间芸芸众生，又何尝不是茶呢？那些不经风雨的人，平平静静生活，就像温水沏的茶叶平静地悬浮着，弥漫不出他们生命和智慧的清香，而那

些栉风沐雨饱经沧桑的人，坎坷和不幸一次又一次袭击他们，就像被沸水沏了一次又一次的酃茶，他们在风风雨雨的岁月中沉沉浮浮，于是像沸水一次次冲沏的茶一样溢出了他们生命的一脉脉清香。

浮生若茶。

盲人点灯

一个漆黑的夜晚，一个远行寻佛的苦行僧走到一个荒僻的村落中。漆黑的街道上，络绎的村民们在默默地你来我往。

苦行僧转过一条巷道，他看见有一团晕黄的灯光正从巷道的深处静静地亮过来，身旁的一位村民说：“孙瞎子过来了。”“瞎子？”苦行僧愣了，他问身旁的一位村民说：“那挑着灯笼的真是一位盲人吗？”

“他真是一位盲人。”那人肯定地告诉他。

苦行僧百思不得其解，一个双目失明的盲人，他没有白天和黑夜的一丝概念，看不到高山流水，见不到柳绿桃红，他甚至不知道灯光是什么样子的，他挑一盏灯笼岂不令人迷惘和可笑？

那灯笼渐渐近了，晕黄的灯光渐渐从深巷移游到了僧人的芒鞋上。百思不得其解的僧人问：“敢问施主真的是一位盲者吗？”那挑灯笼的盲人告诉他：“是的，从踏进这个世界，我就一直双眼浑沌。”

僧人问：“既然你什么也看不见，那你为何挑一盏灯笼呢？”盲者说：“现在是黑夜吧？我听说在黑夜里没有灯光的