

傻瓜的 禅

简单生活，心不累的活法

木鱼◎编著



10条禅语 110个故事

帮你参透人生、悟出智慧、养成自制力、传递正能量。

简单、适用、靠谱，
人人都要掌握的为人处世艺术。

吉林文史出版社

如果傻瓜坚持他的愚蠢，他就会变得聪明。

——布莱克

奸诈的聪明人，不如忠厚的傻瓜。

——谚 语

正是傻瓜和无赖推动着世界前进。他们就是世界。那些为数极少的有识之士或正人君子鬼鬼祟祟地单独行动，但永远不会走进民众之中。

——哈利法克斯

生活中一种平淡的积淀，也是一种悲伤后的思索。多少伤才算多，多少才算够，生活的烦恼犹如掬下葫芦起来瓢，其实没什么，恰如这幽幽禅河不尽灯。

——延参法师

禅

豁达、健康、快乐的人生，
由此开启。

迷茫、悲伤、失意的生活，
在这终结。

犹豫、徘徊、踟躅的意念，
荡然无存。

上架建议 心灵·人生哲学

ISBN 978-7-5472-1764-1



9 787547 217641 >

定价：32.80元

文通天下

傻瓜的 禅

木鱼◎编著



吉林文史出版社

图书在版编目(CIP)数据

傻瓜的禅/木鱼编著. —长春: 吉林文史出版社, 2013.11

ISBN 978-7-5472-1764-1

I. ① 傻... II. ① 木... III. ① 成功心理—通俗读物 IV. ① B848.4—49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第252701号

傻瓜的禅

SHAGUADECHAN

编著/木 鱼

责任编辑/弭 兰

策划/刘彦章

封面设计/艺海晴空

出版发行/吉林文史出版社有限责任公司

地址/长春市人民大街4646号

网址/www.jlws.com.cn

印刷/北京蓝空印刷厂

版次/2013年12月第1版 2013年12月第1次印刷

开本/680mm×960mm 1/16

字数/256千字

印张/18

书号/ISBN 978-7-5472-1764-1

定价/32.80元

前言

学最简单的哲学，做最聪明的傻瓜

都市生活中，时间一分一秒地流逝，工作“累”，生活“倦”，人际“烦”，是人们共同的感慨。有些人认为自己脑子笨，不像那些聪明人，总能把握各种机会，挤进成功的大门；有些人却认为聪明起来太累，要不停地思考、不断地操心。他们认为凡事想得太明白了，根本没有快乐可言，还不如傻一点。

每个人都想做聪明人，至少不要成为傻瓜，聪明人追求什么？追求事业成功、精神自由、生活快乐，可回头一看，蓦然发现傻瓜们做事周到，生活有滋有味，脸上总是挂着满足的笑容，他们不禁反思自己挖空心思地钻营、处心积虑地算计，究竟有没有意义。

就像即将在本书中出场的“小聪明”和“阿呆”，他们住在哪里、年龄多大、从事何种职业并不重要，重要的是，任何地方都会有这样的两类人，他们的“聪明”和“呆”形成鲜明的对比。他们经历的事，你曾经历过；他们说过的话，你兴许说过也或许听过。你看着他们活灵活现地在你面前，突然觉得自己就是他们中的一个。

小聪明这个人，什么学问都学得很很快，有模有样，有过一些成绩，眼光很高，自我感觉超级良好。他一直不理解的是：以自己的聪明才智，为什么至今仍然只是一个比一般人要聪明一点点的人？到底是什么地方出了问题呢？



而阿呆这个人，看着呆头呆脑，做事慢慢悠悠，学什么都慢人一拍，唯一擅长的就是钓鱼，经常受到小聪明的批评和嘲笑。可是，他偶尔说一句话出来，却能让伶牙俐齿的小聪明哑口无言，越思考越佩服。

小聪明烦恼多，阿呆笑容多；小聪明急匆匆地行动，阿呆要想很长时间才开始做事；小聪明总是患得患失，阿呆永远平安喜乐；小聪明的眼睛随时被大千世界吸引，注意力不断转移，阿呆全神贯注，只想把要做的事做到极致……小聪明认为阿呆是个傻瓜，阿呆认为傻瓜没什么不好，至少比聪明人少很多烦恼。

傻瓜为什么快乐？不是因为他们没心没肺，而是因为他们不把琐事放在心上，他们看事情，永远看到本质，生活中的细枝末节，影响不了他们的兴致。换句话说，他们心无旁骛，坦然面对一切，不想倒霉事；哭就哭个痛快，笑就笑个彻底；工作就是工作，不好高骛远；交友就是交友，不计较荣辱得失。他们用心做自己想做的事，所以快乐。

《傻瓜的禅》以小聪明和阿呆深具哲理的对话为切入点，精选生动有趣、贴近生活的故事，配以深入浅出的阐释文字，让你读得有趣、读得开心，能够在简单的阅读中，体会人们常常忽略的生活智慧。

现代人对生命不够珍惜，或者说，人们殚精竭虑，把“心”用在如何算计别人、左右逢源、趋利避害、八面玲珑上，每个人都想做“小聪明”，每个人都在嘲笑“阿呆作风”，可到了最后，“阿呆”却成了他们喜爱的对象，“阿呆境界”成了他们追求的目标。

不论当聪明人还是傻瓜，都是为了得到幸福的生活。放下心中那些“聪明”的想法，试着以傻瓜的目光看待他人他事，以傻瓜的思维思考世界，你会发现一种更轻松、更智慧、更有条理和活力的生活方式，它会改变你长久以来对工作、对交际、对自我的看法，会让你多一种选择、多一种思考。

聪明人与傻瓜之间，并没有深深的壕沟，看不开的聪明就是傻，看得开的傻就是聪明。

芸芸众生，每个人都有自己的选择，你要做小聪明，还是做阿呆？

目录

【禅语1】 只要一直做好人，总有一天会交上好运

- 01. 收好你的“好人卡” / 002
- 02. 寻找正能量 / 004
- 03. 爱是一种能力 / 007
- 04. 流浪者的捐款 / 009
- 05. 耕种福田的人 / 011
- 06. 借一支铅笔 / 013
- 07. 多一个免费公厕 / 015
- 08. 一个一个来 / 017
- 09. 付出与回报的对应关系 / 019
- 10. 和田玉镯 / 021
- 11. 帮助他人的艺术 / 024



【禅语2】 当别人开始说我是疯子时，我离成功就不远了

- 01. 炸不死的人 / 028
- 02. 失败研讨会 / 031
- 03. “聪明的”跳蚤 / 034
- 04. 布里丹的毛驴 / 036
- 05. 带着雄心告别平庸 / 038
- 06. 做事麻利的秘书 / 041
- 07. 漂亮的新娘 / 044
- 08. 为自己喝彩的发明家 / 046
- 09. 广场上的舞者 / 048
- 10. 写童话的工程师 / 050
- 11. 蛋糕做到一半 / 052

【禅语3】 喜欢说真话，因为不用记得自己都说些什么

- 01. 她住在高档小区 / 056
- 02. 虚伪的贵妇人 / 059
- 03. 信口开河的“神仙” / 062
- 04. 冷血的女上司 / 065
- 05. 公司来的新人 / 068
- 06. 住在兔窝里的松鼠 / 071
- 07. 不做流言助推器 / 074
- 08. 每个人都会说谎 / 077
- 09. 最多还有两年 / 080
- 10. 道德标兵的尴尬 / 083
- 11. 卖奶茶的老人 / 086

【禅语4】 保持距离能保护自己，但我不想孤孤单单一个人

- 01. 听，是谁在敲门 / 090
- 02. 离开大地的安泰 / 093
- 03. 别把所有人想得太坏 / 096
- 04. 偷菜的驴子 / 098
- 05. 庄子与惠子 / 101
- 06. 县官的朋友 / 104
- 07. 啰唆的华小姐 / 107
- 08. 距离哪里美 / 110
- 09. 所有朋友都曾陌生 / 112
- 10. 壁画先生 / 115
- 11. 四十年的朋友 / 118

【禅语5】 吃一点亏不算傻，做傻事的才是真傻

- 01. 湖水与石头 / 122
- 02. 愿望的两倍 / 125
- 03. 抄写论文的医学生 / 128
- 04. 宰相家的公子 / 130
- 05. 让他三尺又何妨？ / 133
- 06. 板着脸的上司 / 136
- 07. 为他人着想就是为自己谋福祉 / 139
- 08. 代班的护士 / 141
- 09. 囚禁半个世纪 / 143
- 10. 彼得的货船 / 145
- 11. 老板娘的秘诀 / 147



【禅语6】 不站得那么高，摔下来的时候就不会觉得太疼

- 01. 鸡身上最便宜的就是架子 / 150
- 02. 大明星和小明星 / 152
- 03. 装腔作势的狐狸 / 154
- 04. 打败狮子的蚊子 / 156
- 05. 鼓气的蛤蟆 / 158
- 06. 一直向上爬的蜗牛 / 160
- 07. 小风头和大风头 / 162
- 08. 大家都在做的事 / 164
- 09. 修车女工与艺术家 / 166
- 10. 不要把手放在口袋里 / 168
- 11. 喜欢听人夸奖的小女孩 / 170

【禅语7】 我又不是仙人掌，难过的时候用不着假装坚强

- 01. 高傲的仙人掌 / 174
- 02. 石头能听懂我的烦恼 / 177
- 03. 踩一踩冰激凌 / 179
- 04. 疗伤卡片 / 182
- 05. 琼斯太太的药片 / 184
- 06. 疲惫的水滴 / 187
- 07. 药剂师的特效药 / 189
- 08. 烦恼表格 / 191
- 09. 给黑洞加一扇门 / 193
- 10. 父亲的圣诞礼物 / 195
- 11. 电话铃响了 / 197

【禅语8】 做人简单点好，不用琢磨别人，也不会被人琢磨

- 01. 在墓地散步的富翁 / 200
- 02. 数学博士的答案 / 202
- 03. 磨镜片的人 / 204
- 04. 狐狸与小白兔 / 206
- 05. 许愿的老鼠 / 208
- 06. 神仙送的布袋 / 210
- 07. 不过损失三个铜板 / 212
- 08. 整洁的办公室 / 214
- 09. 结婚纪念礼物 / 216
- 10. 最怀念的生活 / 218
- 11. 先当一个普通人 / 220

【禅语9】 自己得意时慷慨分享，别人得意时拍手鼓掌

- 01. 慷慨的小猴子 / 224
- 02. 受罚的小和尚 / 226
- 03. 独食不好吃 / 228
- 04. 共享文件夹 / 231
- 05. 郁金香种子 / 233
- 06. 美味的石头汤 / 235
- 07. “放下”的快乐 / 238
- 08. 沙漠中的半杯水 / 240
- 09. 李斯特的学生 / 242
- 10. 传递葡萄的快乐 / 244
- 11. 馒头和被子 / 246



【禅语 10】 就算别人笑我走路不好看，我也不会停下脚步

01. 只有三种口味的咖啡店 / 250
02. 忙碌的小和尚 / 253
03. 落水的女人 / 256
04. 给雇主打电话的厨师 / 258
05. 淘汰的智慧 / 260
06. 想抓青鸟的青年 / 262
07. 鲜花与野草 / 264
08. 巴纳姆先生的名言 / 266
09. 挨骂的优等生 / 268
10. 跑在最后的人 / 271
11. 你在桥上看风景 / 274

禅语 1

只要一直做好人，
总有一天会交上好运

帮助他人耽误了自己的事，关心他人超过关心自己，为了他人损失了自己的利益，做一个善良的傻瓜，活得坦荡、心安、自然，是对自己最高的要求。不要觉得自己有什么损失，总有一天，你会因为自己的好心得好报，交到好运。



01. 收好你的“好人卡”

阿呆性格温和，总被人使唤做事，人们经常对阿呆说：“你真是一个好人！”

小聪明讥笑阿呆说：“你知道‘发卡’的意思吗？现在女孩子拒绝别人追求都会说‘对不起，你是一个好人’，她们的潜台词是：‘好人是最没用的，我才不愿意答应。’你想想，你经常‘收卡’，那些发卡的人是什么意思？”

阿呆严肃地说：“我宁愿多收几张卡，也不愿意别人对我说：‘你不是个好东西！’”

一条街上住着一个善良的老人，他年轻的时候就十分善良，不但收养了两个孤儿，还用他自己的工资资助了两个贫困学生。他的工资本来不低，但有了四个“孩子”，生活便变得紧巴巴的，没有姑娘愿意嫁给他过苦日子。

好不容易有个女孩跟他谈恋爱，却意外得知他还想再收养一个附近失去父母的孩子。于是，女孩理智地和他分手了。

他生前一共收养了八个孤儿，资助了三十五个孩子上大学。

但街上所有人都暗地里叫老人“傻瓜”。

转眼几十年过去了。老人也已经作古。

听说老人去世的消息后，人们想到他平日对邻里的爱护，为人的善良，都忍不住流下眼泪。

很长时间过去了，还经常有人念念不忘地提起老人，甚至连半大的孩子，都知道街上曾住着这么一个人……



“你是一个好人。”这句话越来越多地出现在生活中，被这样评价的人总有一种“悲壮”的感觉。

“好人”当然不是贬义词，但如果仅仅被夸奖“好”，总有一些不足。我们还年轻，总想要“富有”、“优秀”、“美丽”等等更加形象的形容，满足内在的虚荣。

随着年纪的增大，“好人”这个词的分量也在增大，例如在择偶问题上，绝大多数的父母都会告诫儿女，要找一个“人好”的对象——这个“好”，在于这个人善良、有担当、重感情、负责任。

善良，是最能感染他人的品质。人们会羡慕富有的人，仰慕优秀的人，青睐美丽的人，但这些人不会让他们念念不忘，人们赞上一句，转个身就会忘记别人的钱、别人的能力、别人的美貌……唯独善良的人，人们永远不会忘记。

人性的富有、品德的高尚才能长久地留住人们的目光，这是任何东西都不可相比的。

就像上面故事中的老人，他生活贫穷，却比任何人都充实；他看似不幸，却比任何人都懂得幸福；他没有丰功伟业，却让每个认识他的人长久地怀念。

能够帮助他人的人不傻，他们比任何人都懂得生命的价值，懂得给予的意义，也懂得什么才是真正的生活。

“你是一个好人。”不论潜台词是什么，这句话都是对一个人人格的肯定。当一个善良、无私、肯为他人着想的人，比当一个自私自利、从不考虑别人的人要来得安心，至少不用担心别人在背后咒骂。

收好你的“好人卡”，那是对你这个人最大的肯定，对你的行为的赞扬——不要认为自己做了傻事，你做的事不是所有人都能做到。把“好人卡”当作奖状，并告诉自己：我很了不起！



02. 寻找正能量

报纸上有个“好人好事”专栏，阿呆每天都会翻看那个栏目，有时候还会跟小聪明说起谁又做了一件好事。

小聪明说：“这些人太普通了，只在报纸上占那么一小块儿地方。真正出名的人，是要占一个版面，甚至好几个版面。我立志做这样的人！”

阿呆说：“就算是成了名人，你也只能占一些版面而已。但那些做好事的人，他们带给别人的温暖，却占据了别人的整个心灵。”

一群来自上海的白领去乡下“体验生活”，她们要去一个偏远的乡村给孩子们讲课，教他们语文、数学和英语。

当看到学校那摇摇晃晃的校舍，墙壁上永远擦不干净的土黑板，不知道用了多少年的课桌，上一级留给下一级的课本，还有孩子们身上破旧的衣服，再看自己身上整洁的志愿者服装，时髦的发型，指甲上涂的鲜艳的颜色，她们突然觉得自己是来自另一个世界的人。特别是吃午饭时，看着孩子们粗糙的饭食，她们忍不住落下了眼泪。

看着渴望知识的孩子们，在乡村给孩子们当义务教师的她们，心里受到了极大的震撼。

当她们离开的时候，孩子们依依不舍的眼光，也让她们感觉到生命的另一重意义：帮助他人，为他人奉献自己拥有的东西，是一种快乐。

她们都有高薪的工作，平日的的生活就是工作、逛街、健身、玩乐，根本没想过在偏远的乡下里，人们过着没有热水洗澡、吃不饱饭的生活。

从此，她们看待生活的眼光发生了极大的变化。

她们决定，每个月都要去那个偏远的乡村给孩子们讲半天义务课，