

李荫福◎著



一念，心暖花开

人生偶尔迷雾蒙蒙
一点感悟，一点哲思，一点启示
让心灵洒满春天温暖明亮的阳光

 中国工人出版社

李荫福◎著

一念，心暖花开



人生偶尔迷雾蒙蒙
一点感悟，一点哲思，一点启示
让心灵洒满春天温暖明亮的阳光

中国工人出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一念,心暖花开 / 李荫福著. —北京: 中国工人出版社, 2015.9
ISBN 978-7-5008-6245-1

I. ①一… 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229158号

一念,心暖花开

- 出 版 人 芮宗金
责任编辑 李 丹
责任校对 赵贵芬
责任印制 栾征宇
出版发行 中国工人出版社
地 址 北京市东城区鼓楼外大街45号 邮编: 100120
网 址 <http://www.wp-china.com>
电 话 (010) 62350006 (总编室) (010) 62005039 (出版物流部)
(010) 62382916 (职工教育分社)
发行热线 (010) 62005996 (010) 82075964 (传真)
经 销 各地书店
印 刷 北京睿特印刷厂
开 本 660毫米×960毫米 1/16
印 张 13.25
字 数 172千字
版 次 2015年10月第1版 2015年10月第1次印刷
定 价 29.00元
-

本书如有破损、缺页、装订错误,请与本社出版物流部联系更换
版权所有 侵权必究

每朵乌云背后
都有阳光

目 录

CONTENTS

- 还有一壶水——谈希望 / 2
- 坐暖冷板凳——谈命运 / 3
- 莫把梯子靠在错误的墙上——谈目标 / 5
- 一室不扫 何以扫天下——谈志向 / 7
- 你摘哪一穗——谈选择 / 8
- 挺住就是一切——谈执着 / 9
- 踩着今天 看到明天——谈眼光 / 11
- 一脚斜 百脚歪——谈开始 / 12
- 终点便是起点——谈失败 / 13
- 莫把选择过程拉长——谈犹豫 / 15
- 比你多踩了两脚泥——谈机遇 / 17
- 含泪播种 含笑收获——谈吃苦 / 18
- 一百个问号之后——谈真理 / 19
- 猴子也有爷爷——谈教训 / 21
- 跳蚤如何成了“爬蚤”——谈习惯 / 22
- 少一个铁钉 亡一个国家——谈细节 / 24
- 金童充佛——谈位置 / 26
- 形神兼备自风流——谈潇洒 / 27
- 谁是傻瓜——谈聪明 / 29
- 堵住它的逃路——谈借口 / 30
- 你看到的是广告——谈真实 / 32
- 山中无大木 小草也为尊——谈骄傲 / 33



人生是一所没有
毕业的学校

哪一笔是自己的？——谈模仿 / 35

说不清的“阿堵物”——谈金钱 / 36

国之宝 民之魂——谈气节 / 38

没有所有权 只有使用权——谈人生 / 42

零售的生命——谈时光 / 43

享受“一朝风月”——谈今天 / 45

我们比猴子高明多少——谈放弃 / 46

舌在而牙光——谈柔韧 / 47

心远地自偏——谈淡泊 / 49

荷露虽团岂是珠——谈虚荣 / 50

这里就是地狱——谈无聊 / 52

佛石与阶石的对话——谈磨难 / 53

只当多看了几眼风景——谈挫折 / 55

撞树死兔只有一只——谈侥幸 / 56

人生没有草稿——谈遗憾 / 57

人怎么活成了盗版——谈成熟 / 59

老木匠的最后败笔——谈悔悟 / 61

不劳而获的东西——谈贫穷 / 62

智慧的火花——谈幽默 / 64

拿自己开涮——谈自嘲 / 65

上帝给他的礼物是眼泪——谈悲观 / 66

敢于为自己叫好——谈自卑 / 68

小沙弥想老虎——谈欲望 / 70

人是唯一会脸红的动物——谈知耻 / 71

无声胜有声——谈沉默 / 72

软刀子真杀人——谈诱惑 / 74

高处不胜寒——谈寂寞 / 75

- 开启心灵之窗——谈孤独 / 76
- 情的宣泄 心的接应——谈倾诉 / 78
- 无言的传递——谈倾听 / 79
- 心灵的钙 生命的盐——谈痛苦 / 80
- 生命的最后驿站——谈死亡 / 82
- 哀莫大于心死——谈冷漠 / 83
- 不是天外来物——谈灵感 / 85
- 留一半清醒 留一半醉——谈崇拜 / 86
- 捉刀人乃英雄也——谈气质 / 87
- 一张无字名片——谈魅力 / 88
- 不吃嗟来之食——谈尊严 / 89
- 带伞者遭雨淋——谈优势 / 91
- 小泽征尔一声吼——谈自信 / 92
- 无欲胸常阔 有书心不贫——谈读书 / 94
- 人所独具的本领——谈思考 / 95
- 下比不骄 上比不馁——谈攀比 / 100
- 横看成岭侧成峰——谈角度 / 101
- 另类朋友——谈对手 / 102
- 送你一顶高帽——谈奉承 / 104
- 偷穿“真实”的衣服——谈谎言 / 105
- 嘴上功夫——谈口才 / 106
- 人体内的尸虫——谈小人 / 108
- 世态炎凉等闲看——谈势利 / 109
- 喜怒在我 毁誉由人——谈名声 / 110
- 讨厌的心理垃圾——谈抱怨 / 112
- 九头鸟的悲哀——谈内耗 / 113
- 让恨变成花——谈报复 / 114



- 五秒就可制造一个敌人——谈冲动 / 116
- 心里没有阳光——谈嫉妒 / 117
- 性格的标签——谈个性 / 119
- 人生的无形资产——谈诚信 / 120
- 我心送君三十里——谈承诺 / 121
- 无花而自芳——谈谦恭 / 122
- 翘起的尾巴成不了旗帜——谈低调 / 124
- 浅水深防——谈谨慎 / 125
- 宰相肚里能撑船——谈胸襟 / 126
- 女儿泪 男儿酒——谈委屈 / 128
- 潜存的美德——谈厚道 / 129
- 一根小小银针——谈批评 / 130
- 千言万语一握中——谈握手 / 132
- 幻造的天堂——谈公平 / 133
- 做人的底线——谈良心 / 134
- 俩小鬼的选择——谈吃亏 / 136
- 前进无路 后退有门——谈退路 / 137
- 人面逐高低——谈面子 / 138
- 腹中天地宽——谈宽容 / 140
- 动不得的基石——谈信任 / 141
- 统治自己——谈自律 / 142
- 歌者苦与知音稀——谈理解 / 144
- 人生的短板——谈弱点 / 145
- 欲望的排泄物——谈烦恼 / 147
- 特别的爱——谈拒绝 / 148
- 说繁道简话本真——谈简单 / 150
- 唾面自干——谈忍让 / 151
- 自找梯子下台阶——谈妥协 / 153
- 有一种尺码叫“度”——谈分寸 / 154

任何人都自己是
幸福的工匠

远观是景 近看是物——谈距离 / 156

人生的最高追求——谈幸福 / 160

红叶题诗结良缘——谈缘分 / 161

笑对人生——谈快乐 / 163

解忧之花 忘忧之草——谈微笑 / 165

老琴师的“药方”——谈过程 / 166

没被污染的感情——谈母爱 / 167

生活交响曲——谈日子 / 169

得之我幸 不得我命——谈爱情 / 170

落花有意 流水无情——谈痴情 / 172

两个身体 一个灵魂——谈友情 / 174

三天后就是复活节——谈等待 / 176

悬悬的爱心——谈牵挂 / 177

高山流水——谈知音 / 178

每天都是好日子——谈感恩 / 180

美在天成——谈美丽 / 181

百万买宅 千万买邻——谈邻里 / 182

心灵的憩息园——谈家庭 / 183

一坛温在心的老酒——谈乡情 / 185

自游自乐的私家园——谈寄托 / 186

成才的最好老师——谈兴趣 / 187

没有附加的付出——谈给予 / 189

给山嫌小 给鱼嫌少——谈计较 / 190

山不过来 我就过去——谈适应 / 191

月亮只有一个——谈平凡 / 193

让潮水洗掉记忆——谈忘却 / 194

每滴水里都有个太阳——谈欣赏 / 196



余味无穷的陈酿——谈怀旧 / 197

心平气和 内和外顺——谈和谐 / 198

送人玫瑰 手有余香——谈善良 / 199

开启心扉的钥匙——谈爱 / 201

掌声和鲜花的背后——谈荣誉 / 202

一念，心暖花开



每朵乌云背后都有阳光

不放弃，不退却

每一个春天都是希望

每一个黎明都是希望

每一个开始都是希望



还有一壶水

——谈希望

茫茫沙漠中，一支探险队在负重跋涉。骄阳似火，风沙狂舞。口渴如焚的队员们却没有了水。

这时，队长从腰间拿出一只水壶，说：“这里还有一壶水。但穿越沙漠前，谁也不能喝。”

水壶从队员手中依次传递着，沉沉的。这壶水就是他们的希望，他们的生命！原本绝望的脸上露出一丝笑靥。

终于，他们穿越沙漠，挣脱了死亡线。他们喜极而泣之时，突然想到给予他们希望的那壶水。拧开壶盖，壶里淌出的却是沙子。

原来，他们就是靠着这壶沙子——不，是希望，创造了奇迹。

希望是人生的路标。人生可能会遭遇挫折，经受磨难，甚至经历凶险。困境中，什么都可以舍弃，就是不能没有希望。

每个人都有自己的希望，只不过大一些，小一些，远一些，近一些罢了。诸如女人寄希望于男人，父母寄希望于儿女，老师寄希望于学生，今日寄希望于未来……

希望是人潜意识里对未来美好生活、美好事物和美好境遇的向往和期冀，“诚不能至，然心向往之”。

希望是苍苍天宇中辨向的一颗星，是茫茫大海上引航的一盏灯。

有了希望，心灵土地不会板结，青春之树不会枯萎，生命小溪不会断流，精神支柱不会朽烂。

有希望的生活是美好的，有希望的家庭是幸福的。

没有希望的人，才是最贫穷的人。

有时我们即使享受不到希望的成果，但能享受到希望的过程也好。在对希望的追逐中，我们眼前总是亮着一盏灯，给予我们信心、勇气和力量。

从这个意义上说，世上没有绝望的处境，只有绝望的人。

今天比昨天好，这就是成绩；明天比今天好，这就是希望。每天太阳升起，便是希望的开始。

自己不努力，希望永远只是希望。最愚蠢的事莫过于把希望寄托在别人身上。

希望与幻想虽然都很诱人，都令人心驰神往，但它们是不同的。希望是秋天地里的庄稼，幻想是春天河里的月亮。

希望这盏灯，不能放得太近，也不能放得太远，只能放在可望而又可即的地方。但是，不要把希望放在“可能”上。

希望是不灭的火种，当一个希望实现或破灭之后，会有新的希望出现。只要你不肯放弃，不肯退却，那么，每一个春天都是希望，每一个黎明都是希望，每一个开始都是希望。

坐暖冷板凳

——谈命运

人这一辈子就像挤公交，有的人一上车就有座，有的人却要一直站到终点。这是命运使然。

命运中充满了变数，一个偶然，就可能改变你一生的命运。比如说错一句话，做错一件事，得罪一个人。

物有物的造化，人有人的命运。社会环境、个人性格、内因

每朵乌云背后都有阳光



外因、偶然必然，都会影响或决定一个人的命运。

这当中，有些东西自己可以把握，有些只能听天由命。买不买彩票自己能决定，中不中奖无法确定；坐不坐飞机自己能做主，出不出事无法预测。

有时，可能一转身就是一世。

命运的不确定性，为它平添了许多神秘色彩。往往在逃避命运的路上，却与命运不期而遇。

命运的不公是客观存在的。虽说人生而平等，理论上讲得通，实际上做不到。一个富家阔少一出生所拥有的，可能是一个贫民子弟一辈子也追求不到的。

宿命论认为“死生有命，富贵在天”；天命所归，非人力所能左右。人只能承认命运，顺应命运，不能牵着它的胡子，叫它听命于人。

唯物主义者不相信鬼神的安排，但又不得不承受命运的摆布。那么，自己能不能把握命运？这得问问上帝。

一天，上帝的使者来到人间，碰到一个卜者正给两个孩子占卜前程。卜者指着一个孩子说他将来是“状元”，又指着另一个孩子说他将来是“乞丐”。

二十年后，上帝的使者又来到人间。两个孩子的命运令他大为惊诧：当初的“状元”成了乞丐，当初的“乞丐”反而成了状元。使者去问上帝为什么两个孩子的命运发生如此巨大的逆转。

上帝说：“我赋予每个人的天分只决定他命运的三分之一，而其余的则在于他如何掌握。”

每个人的命运，很大程度上掌握在自己的手中。所谓“命”，是失败者的借口；所谓“运”，是成功者的谦词。

弱者相信命运而安于现状，强者相信因果而自强不息。

英国作家切斯特顿这样说过：“我是不相信命运的。行者，无论他们怎样去行动，我不信他们会遇到注定的命运；而如果他们不行动，我倒确信他们的命运是注定的。”

抓到一手好牌，那只是运气；打好一手坏牌，那才叫本事。

不要坐在冷板凳上埋怨命运，而要把冷板凳坐暖改变命运。

成功不是偶然，失败不是命运。

让不幸成为一种经历，而不是命运。

鼓吹命由天定，那是懦者的信条，是无力或放弃抗争的托词。前世未定，今世也未定，后世更未定，都要靠自己努力。人是可以改变命运的，要不怎么会有“奋斗”二字？人生的一切奋斗，都是为改变或改善命运所做的抗争。

莫把梯子靠在错误的墙上

——谈目标

一家期刊做过这样一项调查：假设你的母亲、爱人、孩子同时落水，你先救谁？答案五花八门，有说先救母亲的，也有说先救爱人的，还有说先救孩子的，各有不同的理由。

唯有一个答案与众不同：“救离我最近的那个人。”理由是成功的概率最大。

其实这个道理很简单，理想的人生目标，不是你认为最好的那一个，而是最适合你的那一个；不是你认为最有价值的那一个，而是你最有可能实现的那一个。只有实现才有意义。正如一鸟在手，胜过一群在林。

要向最近的目标靠近，朝最远的目标努力。

人人都有自己的人生目标，只是大小远近不同。即便是小孩子，也有自己的目标。“长大以后你要做什么？”“当明星！”“当老板！”“当大官！”为名、为利、为权，目标都挺大。与其说这是孩子们的目标，不如说是其父母的目标。壮志未酬的父母在子



女身上注入了自己一生的寄托。

有了目标，人生才会有方向、有奔头、有追求、有动力，生活才会色彩斑斓，充满激情与活力。

一个人只要心有目标，就会前进有路。确立目标，是成功的起点。

当然，有目标不一定就能成功，但是没有目标肯定不能成功。

朝大目标前进，从小事情做起。

制定人生目标，要积极合理。高了够不着，低了没意义。合理的目标就像“跳起来摘桃子”，最终能摘到桃子，但前提是你得跳。

古语说：“法乎其上，得乎其中；法乎其中，得乎其下。”就是说制定了高目标，最后有可能只达到中等水平，而如果制定了中等目标，最后有可能只达到下等水平。

人生应有大目标，也应有每个时期、每项工作的小目标。这样，等于把大目标分解了，看得见，摸得着，便于操作。

如何确立自己的人生目标，大有说道。说来有趣儿，人的年龄越小，目标越大；人的年龄越大，目标越实。

人在年轻时，雄心勃勃，常把梦想定得很高。可是，几经折腾，没有达到预期的目标，就气馁了，甚至放弃了。如果我们一开始就把目标化整为零，分成若干小目标，一点一点去实现，说不定哪一天，你会攀上顶峰。

世界著名撑竿跳名将布勃卡，有个绰号叫“一厘米王”。因为他在一些国际重大比赛中，几乎每次都能刷新自己的纪录，将成绩提高一厘米。当他成功地越过 6.25 米时，不无感慨地说：“如果我当初就把训练目标定为 6.25 米，没准会被这个目标吓倒。”

目标选得好与差，决定人生成就的大与小；目标选得对与错，决定人生事业的成与败。有位哲人说：“人生最大的悲剧莫

过于，人们毕其一生，努力去攀登成功的梯子，当爬到梯子的顶部时，才猛然发现，这个梯子靠在了—堵错误的墙上。”

一室不扫 何以扫天下

——谈志向

孔子有一句广为流传的话：“三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。”说明志向对一个人的一生至关重要。

志向是人立业处世之本。有志不在年高，无志空活百岁。

有志者，事竟成。无志者，一世空。

人各有志，但志有大小。“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”，此为兴国安邦之志；急于功利，施于家室，兼及亲朋，乃为小家之志。

志大者胸宽，志小者气狭。有志者，讲究生活；无志者，维持生存。

立志，成才；立大志，成大才。

为了实现志向而屈就，那是远见；为了安于现状而卑微，那叫平庸。

智者与庸人的区别在于，前者总是从绝境中寻找机会，另辟生路；而庸人却坐在原地叹息，自认倒霉。

古之成大事者，不唯有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。

立志，要找准位置，选好目标，方能立志。人的资质不同，志向亦应有别。不要非得成为什么星什么家，如果上帝没有赋予我们足够的资质和机遇成为耀眼的明星，我们不妨胸怀“小志”，做好力所能及的事业，也未尝不是一段美丽的人生。

人的志向是多重的，不能成为除了物质就别无他求的彻底唯

每朵乌云背后都有阳光



“物”主义者。人必须有精神追求，它能扩展生命的时间和空间，活得更有价值、更有意义。

立志要从小事做起。东汉时，有个叫陈蕃的少年，独居一室而庭院龌龊不堪。他父亲的朋友薛勤见状批评说：“孺子何不洒扫以待宾客？”他答道：“大丈夫处世，当扫除天下，安事一室乎？”薛勤当即反问道：“一室不扫，何以扫天下？”

志贵有恒。无志之人常立志，有志之人立长志。不为穷变节，也不为贱易志。

你摘哪一穗

——谈选择

古希腊大哲学家苏格拉底的一个学生向他请教找到理想配偶的方法，苏格拉底没有直接回答，而是告诉他：“你从麦田这一端走到另一端，不要回头，摘一穗最大的麦穗给我，但只能摘一次。”

学生边走边看，见一穗大的，正要去摘，一想前方可能还有更大的，便再往前走。又见一穗更大的，又没摘。这样一路走下去，结果一穗不如一穗，最后只好随便摘一穗拿回去。

人生中的每一个决定，都是一种选择，而每一次选择，都是一次放弃。

有什么样的选择，就有什么样的生活。我们今天的生活是若干年前的选择决定的，今天的选择又将决定若干年后的生活。

每个人都有自己的选择权，尊重人就要尊重其选择权。孩子的事情常由大人包揽，实质就是剥夺了孩子的选择权。

一个正确的选择能让你一生无憾，一个错误的选择会使你抱憾终生。从这点来说，选择重于努力，选择往往决定了人生的走