

那时花开

愿人生 从容如水

许可◎编著

遍阅人情，始识疏狂之足贵；
备尝世味，方知淡泊之为真。

南京出版传媒集团
南京出版社

南京出版传媒集团



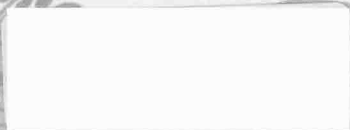
《愿人生从容如水》

ISBN 978-7-214-07111-1

南京出版传媒集团

愿人生从容如水

许可 编著



南京出版传媒集团
南京出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

愿人生从容如水 / 许可编著. —南京: 南京出版社, 2018.1

ISBN 978-7-5533-2035-9

I. ①愿… II. ①许… 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 (2017) 第292841号

书 名: 愿人生从容如水

作 者: 许 可

出版发行: 南京出版传媒集团

南 京 出 版 社

社 址: 南京市太平门街53号 邮 编: 210016

网 址: <http://www.njpbs.cn> 电子信箱: njpbs1988@163.com

天猫1店: <https://njbcmjts.tmall.com/> 天猫2店: <https://nanjingchubanshets.tmall.com/>

联系电话: 025-83283893、83283864 (营销) 025-83112257 (编务)


出 版 人: 朱同芳

出 品 人: 卢海鸣

责任编辑: 金 欣

装帧设计: 何 琳

责任印制: 杨福彬

策 划:  (www.rzbook.com)

印 刷: 北京佳诚信缘彩印有限公司

开 本: 787毫米×1092毫米 1/32

印 张: 4

字 数: 100千字

版 次: 2018年1月第1版

印 次: 2018年1月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5533-2035-9

定 价: 16.80元

营销分类: 励志

生命，放诸个体是独特而神奇的，但放诸世间，就渺茫而微小了，芸芸众生之间，一个普通人就如旷野中的一棵小草，就如风中的一抹飞絮，难怪古人会发出“人生忽如寄，寿无金石固”的感叹。

但尽管平凡，尽管短暂，个体的生命也可以活得精彩，活的快乐，就如每一棵草都可以开花。

“命由己造，相由心生”，每个人的命运都掌握在自己手里。执着追求名利的人，难免会遭遇失败、挫折、坎坷及由此造成的诸多痛苦；而淡定自持者，却可以享受一片广阔的天地，一方安宁的净土。

人生应如流水，在时光中汨汨流淌，时缓时急，顺势而为，随着生命的自然律动优雅老去。

流水汤汤，有时激越，有时舒缓，就好比人这一生，有时得意，有时黯然。得意时，斗志昂扬，全力精进，让生命如汹涌的江河，如浩瀚的大海，洪波涌起，惊涛拍岸；失意时，也

不必沮丧，更不必自暴自弃，不妨让生命的流动放缓，如那山间潺潺的溪泉，尽管无波无浪，无人欣赏，但流水过处，自有一片花红柳绿，收获一番怡然自得的快乐。

世间有太多美好的事物，但一个人不会拥有所有的美好。许多人不明白这个道理，为了获得，执意去向往与追逐，耗尽一切，在追逐中失去了人生的乐趣和况味，给自己套上了沉重的枷锁。

其实在漫漫人生路上，我们要面临形形色色的选择，有选择就有放弃，有时候适当的放弃是一种更好的获得。选择什么和放弃什么是一门学问，更是人生的修炼。

著名作家贾平凹说：“会活的人，或者说取得成功的人，其实懂得了两个字：舍得。不舍不得，小舍小得，大舍大得。”当你懂得了“舍”时，你就会“得”到更多。人生时刻需要抉择，我们要学会在舍与得之间寻求生活的从容，感悟生命的真谛，做一个豁达和智慧的人。



Part 01

初心不改，生命始终从容 / 1

自我心灵独唱 / 2

人生的加减法 / 7

生命不设限 / 15

人生很忙，但不要忙着生气 / 20

从容的自持 / 23

秋日的守望者 / 27

梦醒了，又有什么 / 32



Part 02

走过风雨，静待花开 / 37

骑独轮车的盲人调琴师 / 38

人生的雨季 / 42

耐心等待惊喜 / 49

生活有裂缝，阳光才能照进来 / 54

美与风雨兼程 / 57

若是牢笼，那就放弃 / 62



Part 03

愈简单，愈自由 / 67

错过了，爱便不再 / 68

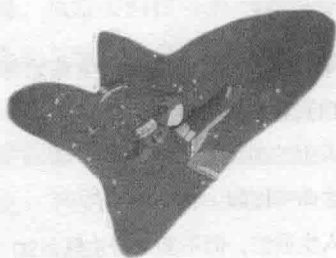
你无法做一个人人都喜欢的橘子 / 73

羡慕我那份知足常乐的傻劲 / 76

世界是平的 / 80

本来无一物，何处惹尘埃 / 85

不为别人而活 / 92



Part 04

人生如水，越淡越纯 / 97

自得其乐是一种境界 / 98

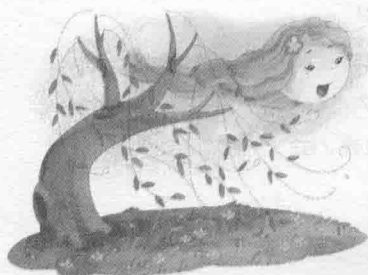
坦然总与有心人同在 / 102

缘起性空 / 107

看淡是智慧，放下是爱 / 111

坐看云起时 / 115

心中无妄念，心情自然好 / 119

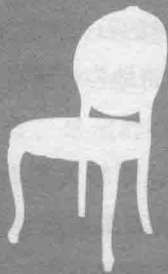




Part 01

初心不改，生命始终从容

一个人最初的念想，就像是一粒种子，在单纯无邪的年华里播种，笑容是阳光，干净的心是雨露，慢慢地它就可以生根发芽。守护它，是责任，更是快乐。





自我心灵独唱

同样一朵花，有人说它香，有人说它带刺，有人说它热烈，有人说它华而不实……每个人都会从自己的角度出发，去评价身边的人和物。

曾有一个年轻人问一位智者：“我活着的价值是什么？”

智者没有回答，随手捡起一块石头，让年轻人拿到石头市场上去卖，但不管别人出多高的价，都不要真卖。年轻人按照智者说的，果真把石头拿到了石头市场上。一开始，这块不起眼的石头并没有引起什么人注意。渐渐地，开始有人愿意出价买下它。有人愿意出2块钱，有人愿意出5块钱，最后，有人愿意出10块钱买下这块很平常的石头。

年轻人拿回石头，惊奇地告诉智者：“居然有人出10块钱来买这块石头。”

智者没有答话，又让年轻人把石头拿到黄金市场上去卖。在黄金市场上，这块石头居然卖上了几万块钱的高价，这让年轻人十分惊异。他拿回石头，又如实地把这个情况告



诉了智者。

智者还是没有答话，而且又让他把石头拿到钻石市场去卖。不可思议的是，居然有人愿意出几十万买下这块极为普通的石头。

年轻人问智者：“它不过是您随手捡起的一块石头，它真的有这么大的价值吗？”

智者笑笑说：“在我看来，它还是那块石头。用别人的眼光来衡量一个东西的价值，有时候会让人失去正确判断的能力。”

一个人的价值，也如那一朵花、一块石头一样，究竟有没有价值，取决于对谁而言。每个人都是为自己而活，为什么要用别人的眼光来衡量自己的价值和生活的意义呢？走自己的路，唱自己的歌，活出自己的精彩，便是你真正的价值，便是人生的意义。

茉莉是一个独立的女孩，从小就喜欢唱歌。人少的时候，她喜欢放声高歌，人多的时候，她也是想唱就唱。那一年，她才四五岁，却学着大人咿咿呀呀唱起了流行歌曲。一个来家里做客的人听见她在瞎唱，就说：“茉莉，你唱的什么山歌啊？”

“我唱的不是山歌，是流行歌曲！”茉莉一本正经地回答。

后来，茉莉上了学，她还是喜欢唱歌，上学路上唱，放学路上唱，下课时就一个人站在走廊上唱。虽然没有什么听众，

茉莉还是一天到晚地唱着。

有一次，茉莉的班主任经过走廊，听见茉莉在放声高歌，就好奇地问她：“茉莉，你唱得这么大声，是在唱给谁听呢？”

茉莉一本正经地说：“我在唱给自己听呢。老师，我唱得不好听吗？”

老师笑了笑，说：“嗯，有一点儿跑调了。”

茉莉有点不好意思地说：“哦，那就是我唱得还不够好吧？”于是，她更加起劲地练了起来。

时间飞逝，茉莉很快长成了一位亭亭玉立的少女。她虽然喜欢唱歌，却没有一副响亮的嗓子。不过，她一点儿也不觉得遗憾，唱歌又不是为了吸引听众，只要自己高兴、快乐就行。

歌曲成了茉莉的心声。高兴了，她唱欢快的歌，越唱越快；伤心了，她唱伤感的歌，唱一唱，心中的忧伤就渐渐随着歌声飞远了。别人喜欢听，她就大声唱；别人不喜欢听，她就心里哼着小曲儿，自己唱给自己听。

茉莉就是这样一个人，她从来不用别人的眼光来评价自己，也不会因为别人的喜好来左右自己的行为，更不会盲目地模仿别人。

大学时，周围很多同学都在图书馆里孜孜不倦地学习，茉莉却特立独行，一个人出去打工、旅游。她说：“别人读万卷书，我行万里路。别人从书中能学到的东西，我从实践中也能学到。”在当时看来，一个不足二十岁的女孩说出这样的话，



显得有些自傲、不知天高地厚。如今看来，却是一种早熟，一种对人生更深、更独立的理解。

大学毕业后，周围同学有的继续读研考博，有的留在大城市奋斗事业，有的在老家找了一份安定的工作，过起了闲适、安逸的生活。茉莉却背起旅行包，开始了一个人周游世界的背包客生涯。

也许你会问：“旅游是贵族的消费，没有钱怎么旅游？”

的确，钱是一个很实际的问题。很多人都想着先拼命挣钱，一旦有了足够多的钱，再环游世界，过逍遥的生活。可是，时光不等人，当你有钱的时候，那份旅游的兴致是否还在？健康是否还在？体力是否还在？无忧无虑的生活是否还在？茉莉的人生观是：“争分夺秒去做自己最想做的事儿，其他次要的事情，暂且搁在一边。”她也有生活的压力，也有家庭的负担，也有未来的设想与规划，但她并没有因为旅游成为不孝女、啃老族，也没有因为旅游耽误了前途和工作。

人生不是为压力而活，不是为未来而活，更不是为别人而活。把压力转变为动力，活好当下，活好自己，不是没有可能。茉莉明智地选择了自由职业，为一份旅游杂志撰稿。一开始，她的稿费很少，因此，她每到一个新的地方，就会选择在城市里落脚，然后找一份能糊口的兼职工作。白天，她打工赚钱；晚上，她俯首写作；周末，她相约三五朋友，一起去城外畅游。

旅游开阔了茉莉的视野，让她体验了各处的人情，也结识

了各种各样的朋友。茉莉不久就成了旅游杂志的专职撰稿人，她一路走走停停，一台相机、一个小笔记本、几件应季衣袜、一支笔、一本便笺、几张银行卡、一部手机，便是她背包里的全部家当。几年后，年仅二十几岁的茉莉已经一个人环游了世界。茉莉归来，当她带着迷人而成熟的微笑，重新回到她的同伴中时，同伴们纷纷为她的改变而惊讶。

“士别三日当刮目相看。”几年不见的茉莉，已然不是当年那个有点小叛逆、小清新的女孩，而是成了一个成熟且充满魅力的女子，她坚强独立、对事物有着独到见解、见多识广、阅历丰富，浑身散发出一种独特的气质，闪亮而动人。这种气质，犹如一把宝剑，需要在生活的磨砺中生成，在气质培养课和书中，永远不会找到。

在旅行的路上，在人生的途中，茉莉依然一路唱着。她唱的，是自己心中的独唱；她走的，是一个与众不同的人生。



人生悟语

每个人心中，都有一支属于自己的歌。不要在意别人会不会喜欢，大声唱出心中的独唱，大胆迈向自己的人生之路。你会找到一个独立而真实的自己，拥有一份与众不同的精彩。



人生的加减法

一个人最初来到这个世上时，除了一个身躯、一个灵魂，别的什么也没有。可随着生命的成长，我们拥有的东西会越来越多。这些东西，可以是舍不掉的钱财，可以是割不断的感情，也可以是放不下的名利。世界上的东西太多了，人们往往贪心不足，要了这个还要那个。因此，人生就变成了一道加法。

可以说，人生的痛苦，很多时候是因为这道加法得来的。

英国有个叫约瑟夫的人，是公司项目部的主管，他在公司踏踏实实工作，在家老老实实生活，对老板忠诚，对妻子温柔，对孩子宠爱，算得上是一个好员工、好丈夫、好爸爸。他虽然赚钱不多，开的也是二手车，住的是租来的小房子，生活却很充实、快乐。

有一次，他的妻子珍妮去参加一个同学会，回家后，便有些闷闷不乐。

约瑟夫问她：“甜心，你今天是怎么了？怎么这么不

高兴？”

珍妮唉声叹气地说：“也没有什么，只是看到那些老同学一个个事业有成，开着豪华的轿车，我们却连一辆普通的新车都没有，有些难过。”

“新车？我们有一辆可以开的车就可以了嘛……”看到妻子不太高兴，约瑟夫又改口说，“不过，买一辆新车也不错。那我们就买一辆吧！明年之前，我一定会攒够买新车的钱的。”

为了买新车，约瑟夫每天起早贪黑，白天去公司上班，晚上还要做兼职。一年过去了，约瑟夫瘦了一圈，不过总算攒够了买新车的钱。

把新车开回家，约瑟夫心里十分得意。他跟妻子说：“甜心，为了这辆新车，我们去庆祝一下吧！”

没想到珍妮却说：“这有什么值得庆祝的？为了买这辆车，全家省吃俭用，已经整整一年没有出去旅游了。看看人家艾伦，一家人过得多么自在逍遥啊！”

艾伦是珍妮的好朋友，她的丈夫开着一家公司，效益很不错。他们住在高档小区里，每个暑期都要去阿尔卑斯山下度假，旅游时拍下的照片，已经装满好几本相册了。照片中美丽的风光和灿烂的笑靥，真是让人羡慕不已。

“可是，我们没那么多钱啊！”约瑟夫刚想辩驳，看见妻子的脸色不好看，赶紧哄道，“不过，一年旅游一次还是可以的。明年夏季，我们也去阿尔卑斯山下避暑吧。”



为了兑现诺言，实现去阿尔卑斯山旅游的理想，约瑟夫不得不更加拼命工作。为了赚更多钱，他还常常把兼职工作带回家来，一干就是一个通宵。次年夏天，约瑟夫终于攒够了去瑞士旅游的钱。

“好啦，好啦，出发吧。”出发那天，珍妮收拾好东西去卧室催约瑟夫，发现他又躺在沙发上睡着了，双目凹陷，挂着两个大大的黑眼圈。约瑟夫被珍妮叫醒后，拖着疲惫的双腿，把珍妮收拾好的大包小包都放上车，随后坐在珍妮旁边，开车往机场的方向驶去。

按理说，度假是为了休闲、娱乐，应该快快乐乐才是，但这次，约瑟夫一家的瑞士之行却不太理想。度假时，约瑟夫对珍妮大手大脚购买旅游纪念品有些不满；珍妮却责备约瑟夫干什么都无精打采的，一路上只知道睡觉，没有一点浪漫可言，大大破坏了她旅游的兴致。

结果，不到半个月，约瑟夫一家就提前结束旅游回到了英国。

“你看看，出国旅游也没有多大意思，你还非要吵着去。”约瑟夫对妻子说。

“这都怪你！整天无精打采的，大白天打瞌睡，买些纪念品还要阻拦我，太扫兴了。”

“我那么拼死拼活地赚钱，能不累吗？你还不体谅我，花钱那么大手大脚。”

“都怪你没本事，干了这么多年也不过是个小主管，赚

的钱还不及别人的一半。不说别的，你至少也得为孩子着想一下。别人家的孩子都能上最好的学校，家里都有一大堆玩具，我们的孩子从小到大却只有一个维尼熊做朋友……”说到这里，珍妮哽咽起来。

约瑟夫的气消了下去，心里有些自责，觉得自己对不起妻儿，让他们跟着自己受苦了。

为了满足妻子的愿望，约瑟夫没日没夜地拼命工作，常常顾不上吃饭。但是，妻子想要的东西总是那么多，他总也满足不了她的愿望。好不容易一个小目标实现了，她的头脑中又会马上蹦出三个新的目标。

什么时候才是个头啊？

有时候，约瑟夫真的觉得好累，身体累，心也累。可他不能停下来休息，甚至连喘息的时间都没有。因为，有太多需要做的事情了。

在这些事情中，赚钱是第一要务：每个月的房租、汽车的油钱、日常开销、给孩子买钢琴的钱、买玩具的钱、给妻子买昂贵衣服和首饰的钱。此外，他还要为一家人来年的旅游做好准备，为妻子买一辆新车攒钱，为买大房子的首付攒钱……

这么多花钱的地方，靠他现有的薪金根本对付不过来。为此，他不得不拼命做兼职，一份、两份，两份还不够就三份。然而，约瑟夫这样做往往得不偿失，这些兼职没有给他带来多少收益，反而影响了正常的工作。最近，约瑟夫总是在工作上出现失误，领导已经对他发出警告，再这样下去他项目主管的