

我们不可以复制别人的人生，
但可以借鉴别人的人生经验；
我们没必要
用自己的生命去感悟、
去丈量，来吸取经验、获得教训，
因为我们的人生没有回头路。

袁丽萍◎编著



「有一种道理， 或许过些年你才懂」

一本放置案头、枕边随时翻阅的智慧书

人生是一道单项选择题，人生没有教科书，也没有导航图，
一切都是在摸索着前行，不能后退，也不能停止。

 海潮出版社
Haichao Press

袁丽萍◎编著



「有一种道理， 或许过些年你才懂」

 海潮出版社
Haichao Press

图书在版编目(CIP)数据

有一种道理,或许过些年你才懂 / 袁丽萍编著. --
北京:海潮出版社,2014.6
ISBN 978-7-5157-0691-7

I. ①有… II. ①袁… 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 (2014) 第 109717 号

书 名: 有一种道理,或许过些年你才懂

作 者: 袁丽萍

责任编辑: 张 莉

封面设计: 昇昇设计

出版发行: 海潮出版社

社 址: 北京市西三环中路 19 号

邮政编码: 100841

电 话: (010)66969738(发行) 66969736(编辑) 66969746(邮购)

经 销: 全国新华书店

印刷装订: 北京毅峰迅捷印刷有限公司

开 本: 710mm×1000mm 1/16

印 张: 16.75

字 数: 216 千字

版 次: 2014 年 7 月第 1 版

印 次: 2014 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5157-0691-7

定 价: 29.80 元

(如有印刷、装订错误,请寄本社发行部调换)



前言

悠悠岁月，慢慢人生路。我们在走，走我们的人生之路。可是，等我们走到一定的时候或因年纪的增长，或因生活的阅历……我们才会对生活、对人生有了一定的理解、对生活有了深深的感悟，比如流失的青春，比如已逝的亲情，比如失去了健康的生命，比如错过一段美好的爱情，比如犯了一种令终身遗憾的过错……我们才会明白一些曾经不懂的道理。

人生是个大话题，需要我们悟透的道理绝不止此。然而，一个“悟”字，又岂是普通人可以言说的？每个人都有不同的经历，有些看似非常简单的问题，往往要经过数天、数月、数年，甚至一辈子才能弄明白，才能想通，可是我们的人生或许已走了一大半，或许快要走到了人生的尽头，已来不及。

在我们的现实生活中，有太多的“后来”才能明白过来的事，然而这个“后来”只能化为事后的感叹而已。能否获得成功、拥抱幸福，取决于一个人心灵的成长度和心智的成熟度，而这种心灵的成长度和心智的成熟度，则完全是依靠人生经验来获取的。

法国牧师兰塞姆的墓志铭上说：“假如时光可以倒流，世界上将有一半的人可以成为伟人。”也就是说一个人能够将自身曾走过的弯路，犯过的错误，能够早些规避就会有更美好的人生。是呀，如果每个人都能把



反省提前几年，如果每个人都掌握了丰富的人生经验，不论是在事业上、为人处世上，还是爱情上、家庭上，一定会走得更顺畅！

人生是一道单项选择题，人生没有教科书，人生也没有导航图，一切都是在摸索着前行，不能后退，也不能停止，这一切都由不得我们就在这看不到也摸不到的时间老人的催促下，走完我们的人生之路。

我们不可以复制别人的人生，但我们可以借鉴别人的人生经验；我们不需要用自身的生命去感悟、去丈量，来吸取经验、获得教训，因为我们的人生没有回头路……

《有一种道理，或许过些年你才懂》以一个过来人的独特视角，娓娓道来，告诫你需要你花一生去体味的人生的经验、人生哲理、人生道理、人生教训、让你早点知道，让你早点明白，让你的人生少些弯路，少些缺憾！

古人说：文章千古事，得失寸心知。如果它尚能为你千头万绪的生活提供些许的指引，那无疑是本书最大的欣慰。因为人生是一条不能回头的路。



目录

道理 1 生活就是硬生生地活下去	1
道理 2 生活太沉重，我们必须轻盈	5
道理 3 放下攀比，你会活得不累	9
道理 4 世界上没有绝对的平等，要辩证地看待	11
道理 5 世间没有绝对的对与错	14
道理 6 瞎忙是一种“苦旅”	18
道理 7 人不能拥有世界，只是过客而已	22
道理 8 摆正金钱、生活与幸福的关系	25
道理 9 成与败要学会辩证地看	28
道理 10 人生不过一天，要活在当下	32
道理 11 做个无名小卒也挺好	35
道理 12 执著好，也不好	39
道理 13 人生苦也好，甜也罢	42
道理 14 批评是人生路上的真经	45
道理 15 把自己看得太重，就会失重	48
道理 16 人生苦短，贪欲万万要不得	50
道理 17 抵制诱惑，不要随心所欲	54
道理 18 祸福相倚：不以福喜，不以祸悲	56

道理 19 命运是自己意识和行为的结果	59
道理 20 人生充满了得意与失意	62
道理 21 无法改变就要学会接受	66
道理 22 人生是一种选择，要把握好	69
道理 23 不圆满才是生活的真相	71
道理 24 生活是甜的，也是苦的	74
道理 25 顺其自然——由它去，任它来	76
道理 26 成功的路不仅仅是一条	80
道理 27 顺境与逆境是人生的常态	83
道理 28 人生很短，不要被名利所困	85
道理 29 朴素的生活才是真正的生活	88
道理 30 自满、自高、自大是人生的暗礁	92
道理 31 言行不谨会导致祸害	95
道理 32 人生无常，放下争斗	98
道理 33 站在别人角度上想，你不会错	101
道理 34 哥们义气千万要不得	103
道理 35 严于律己才能把握自己	106
道理 36 吃亏退让，避免不必要的麻烦	110
道理 37 把心放大，自己才能宽	113
道理 38 人的一生，是一个得失的过程	115
道理 39 人生是一条曲线，曲曲折折几多回味	117
道理 40 只要活着，就是最大的幸福	120
道理 41 闭门思过，成长的必须	123
道理 42 人脉是一种能量，要学会交际	127
道理 43 人在世上，要学会谋生	131
道理 44 时时警戒自己，要学会制怒	134



道理 45 生活充满着无奈，要忍	138
道理 46 过于耿直会四处碰壁	140
道理 47 不要意气用事	143
道理 48 给人好处要把握分寸	146
道理 49 朋友间不能太随意	149
道理 50 交友要慎重选择	151
道理 51 把眼光放远	154
道理 52 做自己最擅长的事，易成功	156
道理 53 20 几岁挣得不仅仅是薪水	159
道理 54 做好职业规划，谨慎跳槽	162
道理 55 修炼一技之长，好生存	165
道理 56 努力是一辈子的事	170
道理 57 走上社会，一定要确立好自己的事业	173
道理 58 干事业不要太玩命	176
道理 59 学习不仅仅是学校里的事情	179
道理 60 时间珍贵，青春易逝	182
道理 61 自强自立，做人的根本	185
道理 62 成功有时是逼出来的	188
道理 63 生活稳定时要有忧患意识	191
道理 64 养成良好的生活习惯，受益一生	194
道理 65 爱要珍惜：错过了，有时就不再来	197
道理 66 进入婚姻，要改变自己的个性	200
道理 67 婚姻不是儿戏，要慎重	202
道理 68 读懂爱情、婚姻与生活的关系	205
道理 69 孝敬父母要趁早	210
道理 70 20 几岁就应该懂得养生	213

道理 71 女人要学会爱自己	216
道理 72 大智若愚：智者的处世之道	220
道理 73 面子问题很重要	223
道理 74 游走社会，人情世故要处理好	227
道理 75 隐、忍、静——处世的三大境界	229
道理 76 矛盾是难免的，要放下争执	231
道理 77 不要处处好为人师	234
道理 78 生在江湖，要警惕小人	237
道理 79 做人做事，要讲个“度”	239
道理 80 性格好，则生活畅、事业旺	242
道理 81 不要盯着别人的缺点不放	245
道理 82 人在屋檐下，一定要低头	248
道理 83 生活中充满着假象，不要偏听偏信	250
道理 84 人生的终点，让你明白许多	253
道理 85 生与死是最自然的问题	256



道理 1

生活就是硬生生地活下去

人生无疑是美好的，但人生有时又是极其的残酷，人生的无奈更是无时无刻地充斥于我们的生活中。

有一家小吃摊，经营煎饼、馒头、稀饭等小吃。摊主是一位四十多岁的中年男人，虽然神情很是疲倦，但他脸上始终浮现着温暖的微笑。因地方偏僻，小吃摊的生意较冷清，而他脸上的笑容并未因此而减少，依然笑着面对每一位食客。

但是谁也想不到，那一年，他的妻子不幸遭遇了车祸导致卧床不起，儿子正在读高中，正是需要花钱的时候，不巧的是他又下岗了，贫困的生活犹如雪上添霜，为了能把家支撑下去，只好出来经营小吃摊，赚多少算多少……令人吃惊的是，他能在不幸中，脸上时时微笑着……

每一天干完活后，都能看到躺在床上的妻子在对着他微笑，正如他的微笑——平和而又温暖。从这张微笑着的脸上，找不到一丝半点重残在身、卧床已久、生活贫困的人所表露出的那种烦躁、孤僻、茫然、嫉恨、厌世等神情。这张脸虽然苍白、清瘦，但洋溢出来的微笑，却如花朵般明媚、灿烂，使得简陋的房间温馨如春。

生活无论给予我们的是什么，我们都要坦然面对它，还要硬生生地活下去。在佛教典籍中，我们所在的世界被称作“娑婆世界”，其中“娑婆”是“堪忍”的意思，顾名思义就是说，我们这个世界充满了痛苦和无奈，但这种痛苦和无奈还不至于让人活不下去，还能忍受，因此叫“堪忍”。而释迦牟尼佛之所以伟大，就在于他为了让世人不再堪忍，放弃在天界优越的教主生活，降生到堪忍的人世间，普度众生。

但佛祖能解决人世间所有的无奈吗？不能。在佛学理论中，他或许能。但在人世间，很多事情他同样无能为力。

佛经中有一个故事：

有一个妇女，丈夫抛弃了她，她唯一的孩子又得病死了。妇女痛不欲生，抱着死去的孩子来到佛祖面前，请佛祖大发慈悲，无论如何要救活她的孩子，否则她也不要活在人世上了。佛祖说：要救活你的孩子也不难，但你必须去找到一户从来没有死过一个的家庭，向这家人讨来一粒芥菜籽，我就能救活这个孩子。这个妇女满怀希望，几天几夜没合眼，没停步，走了无数的家庭，但却没有一个家庭是从来没有死过一个的！最后她总算明白了：人总是要死的，每个家庭都经历过死去亲人的痛苦。佛祖顺势开导这个妇女说：死是人生最大的痛苦，要想解脱生死的烦恼，唯皈依佛门，达到正觉涅槃境地。于是这位妇女皈依佛门，出家作了比丘尼。

我们在这里讲这个故事，不是让大家都去出家，而是说不管你愿不愿意，很多事情我们根本就无能为力。我们看一个人是不是高明，是不是明智，就是看他能不能从容接受诸如生老病死等自然规律，能不能坦然面对诸如烦恼忧伤等人间必然。

伤心总是难免的，这世界上就没有不伤心的人，只是有些人伤过了也就过了，而有些人却总是不能开释自己，月亮明明已经圆了，他还在为昨天的月缺而遗憾！再长的时间也抚不平他们的忧伤，因为他们拿得



起、放不下，瞧得上、看不开，不懂得在失意之后，找个充满希望的新方向往前走。

“天地无情，视万物为刍狗。”这是《道德经》中的名句。所谓“刍狗”，就是用稻草扎成的狗，在古代，它具有特殊功用——祭祀。祭祀是一件很严肃庄重的事情，在这种场合，它被赋予了特殊的象征意义，已不再是一个用普通的稻草扎成的小狗。然而一旦祭祀过后，便恢复了它的本质，不再被人顶礼膜拜，而是被人遗弃，遭人践踏，最终和其他普通的稻草一样被焚烧掉。“刍狗”之所以会落得如此命运，并不是人们对其存在好恶心理，而是因为祭祀的需要。同理，天地对所有生命也如此，也即对一切生命都没有爱憎、没有喜欢谁不喜欢谁的问题，就像人们对“刍狗”并没有爱憎一样。

不过这并不意味着天地就有多么残酷，因为残酷是一个专属于生命的名词，天地不是生命，至少不是有血有肉的生命，就如同不能指望一块石头理解我们的思想感情一样，我们也不能指望天地具有人的感情，尤其是对人类有益的悲悯感情。

说天地无情，实际上人类在自怨自艾自伤，而且伤不起。天地并不残酷，残酷的是我们这些明知天地无情却还要在此基础上进一步折磨自己的人。

天地无情吗？看看那些地震后的瓦砾，看看那些洪水后痕迹，答案无疑是肯定的。但庄子说过：“天地有大美而不言。”天地固然无情，但没有天地，人类在哪里？没有人类，又谈什么美不美的？

一句话，不是天地无情，也不是生活无情，而是生活本来如此。这正如著名作家王蒙在《老子的帮助》中所说：“天地、自然、道，不是一个意志的概念，也不是一个道德的概念，更不是一个情感的范畴，而是一个运动的概念、一个哲学的概念。它超过了人世间的意志和道德，所体现的是一个客观世界的规律。”无论你愿意不愿意，天地都在围绕着自



己的规律运行，就像地球围着太阳转、月球围着地球转，非人力可以改变。而老子之所以打一个这么残酷的比喻，其初衷也不外乎是告诉世人真相，让人在无情的事实面前，正视现实、改变现实。用王蒙先生的话说就是“要豁达地对待一切不如意。你不能靠天地给你摆出一个非常美好的世界。”

生活就是这样，你必须硬生生地活下去。



道理 2

生活太沉重，我们必须轻盈

林语堂先生在《谁最会享受人生》中，深刻地剖析了中国人的生活模式，提出要“摆脱过于烦恼的生活和太重大的责任，实行一种中庸式的，无忧无虑的生活哲学。”他很欣赏李密庵《半半歌》所描画的那种自然放浪的生活：

看破浮生过半，半之受用无边。

半中岁月尽幽闲，半里乾坤宽展。

半廊半乡村舍，半山半水田园。

半耕半读半经廛，半士半姻民眷。

半雅半粗器具，半华半实庭轩。

衾裳半素半轻鲜，肴饌半丰半俭。

童仆半能半拙，妻儿半朴半贤。

心情半佛半神仙，姓字半藏半显。

一半还之天地，让将一半人间。

半思后代与沧田，半想阎罗怎见。

酒饮半酣正好，花开半吐偏妍。



帆张半扇免翻颠，马放半缰稳便。

半少却饶滋味，半多反厌纠缠。

百年苦乐半相参，会占便宜只半。

“淡然无极而众美从之”，这是《庄子》中的名句，简单说来就是当一个人达到了淡然无极的境界，他就能感受生活中的诸般美好。人生最大的敌人是自己，淡然无极就是对自我的觉悟。

从前，有个青年背着一个特大号的包袱，找到一位禅师，诉苦道：“大师，我是那样的孤独、痛苦和寂寞，为什么我爱的人不爱我？为什么我的才华得不到施展？为什么我找不到心中的目标？”

禅师没有回答，反而问他：“你的包袱真大，里面装的是些什么？”

青年说：“里面装的是我跌倒时的痛苦，受伤后的哭泣，以及孤寂时的烦恼……”

“好了，你跟我来。”

禅师带青年来到河边，他们坐船过了河。上岸后，禅师说：“你扛着船跟我一起赶路，我带你去找你心中的目标。”

“什么？扛着船赶路？！”青年大吃一惊：“船那么重，我扛得动吗？”

“不错，你扛不动它，”禅师微微一笑，说：“过河时，船对我们有用。但是过了河，我们就要放下船赶路。否则，它就会变成我们的包袱。痛苦、孤独、寂寞、泪水、压力，对我们来说并非一无是处，它们可以使我们的生命升华。但须臾不忘，就成了人生的包袱。放下吧！孩子，生命不能太负重！”

这个故事缘自佛教中“负筏而行”的典故：一个人遭遇了大洪水，他就地取材，用草木扎了一只筏子，顺利地登上了地势较高的彼岸，转危为安。他想：这个筏子真是太有用了，就这么丢了太可惜了，我不如背着它上路，以后再渡河就不用着急了……

很多人其实都在负筏而行，所不同的是，古人背负的是一个草木扎



成的筏子，而现代人背负的则是一艘钢铁铸就的“航空母舰”。用佛祖的说法，这种做法非常愚蠢，这叫不懂得断爱。所谓“断爱”，就是割舍。割舍那些不好的东西，不必要的东西，也要割舍那些好的东西。

事实上，越是“好东西”，越是害人。因为好东西容易让人留恋，爱不释手。

“唐宋八大家”之一的柳宗元写过一篇《蝜蝂传》，蝜蝂是一种小虫子，生来喜欢背负东西。它一路前行，不论遇到什么总是抓取过来背在身上，因此没多久它就因负重过多累得走不动了。有人可怜它，替它去掉了背上的东西，可蝜蝂总是把那些东西再次背上。加上它们喜欢往高处爬，用尽力气也不肯罢休，结果只能疲累而死。

到今天，谁也见不着蝜蝂了，估计是累得绝了种。人类倒不至于像蝜蝂那么傻，但人总是要“前行”、“向上”的，背着那么多东西，你能走得了多远，飞得了多高？“好东西”也是为人类服务的，“好东西”多了，就是负担，就是“坏东西”。

很多人都听说过“羿射九日”的传说，事实上，历史上真的有一个名叫后羿的神箭手，虽不至于能射下太阳，至少称得上百步穿杨。但就是后羿这样的神箭手，一旦背上了心灵的负担，也会发挥不出原来的水平。比如有一次，夏王让后羿射一个兽皮做的箭靶，并说：“射中目标就赏你一万两黄金；射不中目标就剥夺你拥有的封地。”后羿听了，顿时紧张起来，脸色一阵红一阵白，胸脯一起一伏，怎么也平静不下来。他拉开弓，连射两箭，连靶子的边儿都没挨上。夏王不解地问大臣这是何故，一个大臣解释说：“后羿平时射箭是百发百中的，今天他是被患得患失的情绪害了。大王定下的赏罚条件成了他的包袱，所以，他的表现很不正常。如果人们能够排除患得患失的情绪，把厚赏重罚置之度外，再加上刻苦训练，那么，普天下的人都不会比后羿差的。”

哲学家邱斯顿说过：“天使之所以能够飞翔，是因为他们有着轻盈的



人生态度。”好东西之所以被称为好东西，就在于它们不容易得到，很容易失去。古人云：三十年河东，三十年河西，现代人则是睡一觉没准就到了河对岸：股市跌了，账号空了！至于人生的不如意，尤其是厄运，伴随着社会的进步也在进步，至少在古代没有今天这么多车祸。古人没有现在人生活水平高，除了担心地里的庄稼基本上什么都不用担心，而现在人担心的事情至少可以列满一张 A4 纸：孩子上学、自己防老、明天的策划方案、下月的升迁、半年后的竞赛、家里的蟑螂、市场上的猪肉、中东的石油、澳大利亚的铁矿石、美国与俄罗斯的核武器……

人们说“生容易、活容易，生活不容易”，是有充分的道理的。但还是那句话，你不能跟生活讲道理，你只能学着看轻生活，看淡那些让你烦恼的东西。

那么，淡然是什么？无极又是什么？不要指望那部失败的电影，答案永远都在我们自己心中。所谓淡然，就是淡泊一切名利，看开、放下，而无极就是终极、最高境界的意思。

应该说，让所有人达到淡然无极的境界是不现实的，大家也没必要都达到无极的境界。水往低处走，人往高处走，我们随着大流，随着时代往高处走就是了，但是有一点，不要把别人的高度当成你的高度，达不到自己的高度也不要烦，不要恼，要学会望望脚下，你比以前高多了。