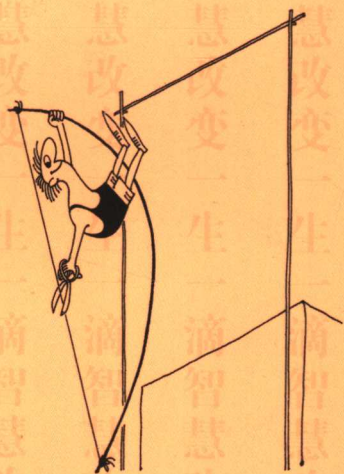


一滴智慧改变一生

心灵感悟滴水文丛 1

主 编 / 多 维

放下  
就是快乐



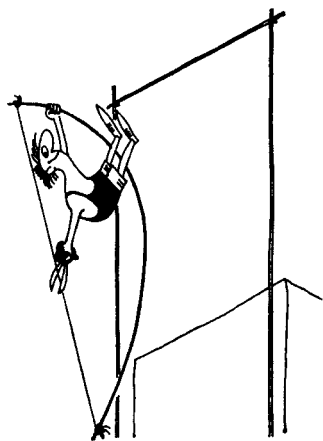
地 震 出 版 社

一滴智慧改变一生

心灵感悟论说文 /

主编 / 多维

放下  
就是快乐



北京出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

放下就是快乐/主编多维.—北京:地震出版社,2005.10

(一滴智慧改变一生)

ISBN 7-5028-2770-6

I. 放… II. 多… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 110597 号

地震版 XT200500164

**放下就是快乐**

主编 多维

责任编辑:张友联

责任校对:张晓梅

---

出版发行:地震出版社

北京民族学院南路9号

邮编:100081

发行部:68423031 68467993

传真:88421706

门市部:68467991

传真:68467991

总编室:68462709 68423029

传真:68467972

E-mail: seis@ht.rol.cn.net

经销:全国各地新华书店

印刷:北京新都印刷厂

---

版(印)次:2005年10月第一版 2005年10月第一次印刷

开本:640×960 1/16

字数:213千字

印张:19

书号:ISBN 7-5028-2770-6/Z·369 (3401)

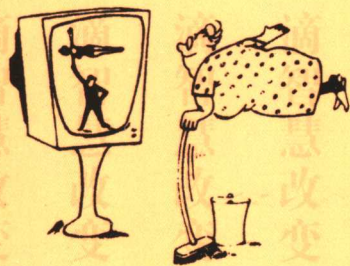
定价:26.80元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题,本社负责调换)

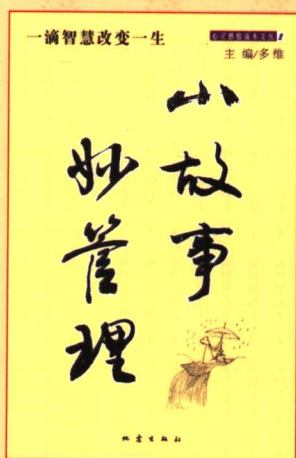
## 快乐如此简单

本书收集了我们平常生活中的一则则故事，或长或短，每则小故事中，蕴藏着丰富感  
人的人生智慧，都演绎着一个不变的生命真理，更有智慧闪现之后的心情舒畅，如春雨般  
滋润心田；每一篇文章，一则故事，一滴智慧，甚至只有几句话，足可以震撼我们的心灵，影响改变我们的一生。当你在茶余饭后，睡前晨起拿起它的时候，会使你在淡淡的哲思中获得感悟和真知。





放下就是快乐 定价:26.80元



小故事妙管理 定价:26.80元



# 序 言



## 快乐如此简单



001

书中有这样一个故事：一个国王为了寻找快乐，命大臣四处为他寻找。一天，大臣遇到一个自称“没有一天不快乐”的农夫，问其原因，农夫说：“我曾经因为脚上没有鞋穿而沮丧，直到有一天，在街上看到一个没有脚的人。”大臣顿悟，原来快乐如此简单。

在我们每个人的生命深处，都希望自己能天天快乐，年年快乐。孰不知，快乐如此简单，它就在我们眼前，可我们不曾发现。

我们总是不断地回忆着童年的天真与快乐，回忆着它的无忧无虑，回忆在父母祖辈的呵护



下每一个阳光灿烂的日子。当我们一天天长大，成年，又一天天老去，我们都在日复一日年复一年的生命轨迹中重复着一个个同样的生命故事，也不曾想到，当我们面对这个世界越来越清晰时，我们童年心中的景象已面目全非，在名利的诱惑下，我们一天天在世俗的旋涡中越陷越深。我们肩负着不断追求名誉、金钱、权势等太多的负累，不停地为自己描绘着自以为快乐如风、前程似锦的蓝图。每一步前行，脚印深深，气喘吁吁，可我们依然甘心情愿，肩负到底。

正如书中一则故事给我们同样的感悟：一个富翁背着许多金银财宝到处寻找快乐，可当他走过万水千山仍未找到快乐，沮丧地坐在山道边，问一个背着一大捆柴草从山上走下来的农夫，为何自己没有快乐？农夫放下沉甸甸的柴草，舒心地揩着汗水说：“快乐也很简单，放下就是快乐呀！”富翁顿时开悟：自己背负那么重的珠宝，老怕别人抢，总怕别人暗害，整日忧心忡忡，快乐从何而来？

时下，人们成天名缰利锁缠身，何有快乐？成天陷入你争我夺的境地，快乐从何而言？成天心事重重，阴霾不开，快乐又在哪儿？成天小肚鸡肠，心胸如豆，无法开朗，快乐又何处去寻？

我们就是这样常常追逐着快乐，却总放不下





自己心中的累赘。其实，快乐是简单的。快乐是一种心情，一种顿悟之后的豁然开朗，一种重负顿释后的轻松如意，一种云开雾散后的阳光灿烂，更是一种人生达练的哲理与智慧。它就在我们每一个平平凡凡的生活故事里，我们只需轻松地用心去发现。

我们也常常期待着成功的日子带给我们快乐，却不断忽略生活中微不足道的生命故事。快乐在此隐藏，当我们迷茫、沮丧、失望之时，为何不在这些平平凡凡的故事中领悟生活原本的颜色，寻找那份纯真快乐的超脱。

本书收集了我们平常生活中的一则则故事，或长或短，在这小小的故事中，蕴藏着丰富感人的人生智慧，更有智慧闪现之后的心情舒畅，如春雨般滋润心田，每一个故事，都演绎着一个不变的生命真理。当你在饭前茶后，睡前晨起拿起它的时候，使你在淡淡的哲思中获得感悟和真知。

放下就是快乐，朋友，放下我们肩负的包袱，轻松前行，快乐就在不远处等待着我们。

真的，快乐就是如此简单。





# 目

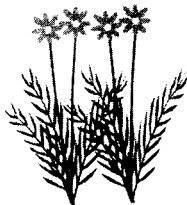
# 录

## 第1辑

### 快乐钥匙



- 003 快乐钥匙
- 004 放下就是快乐
- 005 乐观与悲观
- 006 活着就值得庆幸
- 007 惟一的你
- 008 蚂蚁火里逃生
- 009 生之喜悦
- 011 快乐是一种美丽的心境
- 012 另一片风景
- 014 上帝给谁的都不会太多
- 016 心中无事一床宽
- 018 开启另一扇窗
- 019 领悟
- 020 良好人生
- 022 麻烦就是人生
- 023 滋养灵魂
- 024 别太仔细
- 025 给自己点灯
- 026 擦拭心灵之灯
- 027 快乐如此简单
- 028 活人的篓子
- 029 稀世珍宝
- 030 心中的狼
- 031 画一扇窗给自己



# 目

# 录



032 生命只有二十五年

033 皇帝也有烦恼

034 一颗爱心

036 仁爱无敌

037 水手

039 诚意

041 对命运的信仰

042 形体之外的美

043 差别

## 第2辑

### 上帝的考验



047 上帝的考验

048 梦想是你的宝贝

049 说才会有机会

050 疾人的幸福

051 极限缠绕

052 爱情爱谁

053 开不败的美丽故事

055 爱的细节

056 爱情“事故”

058 一个哑巴的情话

059 玫瑰与花伞

061 一句仁义的谎话

063 人生草稿

065 有一个秘密是你爱我

066 古典情书

# 目 录

- 068 骆驼妈妈  
069 爱是一张纸  
070 给自己一个结果  
071 最爱什么  
072 情感岛  
074 夫妻  
075 平分生命  
077 关于婚姻的两个比喻  
078 20 美金的价值  
080 母爱永不老  
081 母爱  
083 爱的位置  
084 心中眼  
086 完美的女人

## 第 3 辑

### 送你一座心桥



- 089 化敌为友  
090 恶语如刀  
091 小节的象征  
092 深夜里的敲门声  
093 消气  
095 提醒自我  
096 凝聚力  
098 和上帝对话  
099 微笑的回报  
101 让路





# 目 录

- 103 雨季的道路  
105 倾听需要一种定力  
107 名声无价  
109 雁群的启示  
110 储蓄爱心  
111 隧道塌方  
112 永久的笑很可怕  
113 袋鼠和乞丐  
114 感激关爱  
115 信任  
116 不负  
118 生命中最初的痛  
119 暖言胜千金  
120 送你一座心桥  
122 取胜之道  
123 道歉  
125 装死的人

## 第 4 辑

### 搬开心造的石头



- 129 再添一把柴  
130 自信  
131 麦当劳的座右铭  
132 自己拯救自己  
133 离阳光只有 50 米  
135 仅有聪明是不够的  
137 南极的对面



# 目

# 录

- 139 不言放弃
- 141 我身后有一只狼
- 142 给自己一面旗帜
- 144 愿望与成功之间
- 146 穿越冰河
- 148 荒地生花
- 149 成败之间
- 150 不再害怕失败
- 151 等待第二个春天
- 153 挺住，再坚持一下
- 155 仇恨袋
- 156 危机
- 157 信心的声音
- 158 遭遇
- 159 搬开心造的石头
- 161 不要怨恨磨难
- 162 照着一个方向走
- 164 有一种错误叫美丽
- 166 福勒的故事
- 168 成功的奥秘
- 169 永不放弃
- 171 没有借口
- 173 当太阳升起之时
- 174 一只鲸鱼的奇迹
- 175 渔王的儿子
- 176 真正的决定
- 177 准备先于成功



# 目

# 录



## 给自己一片悬崖

### 第5辑

- 181 雪落的声音
- 182 碎花瓶理论
- 183 星星后面的宇宙
- 184 佛桌上开出的花朵
- 186 伟大的想法
- 188 只要撒手
- 189 苏格拉底的证明
- 191 最后一锤
- 192 生命绝唱
- 193 难题
- 194 并非奇迹
- 196 放飞一只蝴蝶
- 197 勇敢是一种双重的爱
- 199 茶杯在上，茶壶在下
- 201 保持本色
- 202 分解难题
- 203 朴树林的生存哲学
- 204 “一滴智慧”改变一生
- 206 眼界
- 208 对两分钱的态度
- 210 一步是一半
- 211 袁隆平的灵感
- 213 极夜的故事
- 215 马嘉鱼的悲哀
- 216 给自己一片悬崖

# 目 录

- 218 重复的风景  
220 海滩上没有发生的事  
222 锁匠的徒弟  
224 宁静是金  
225 门的悬念  
226 别让眼睛老去  
227 鳗鱼的故事  
229 开展友好竞赛  
230 “幸运”的开除

## 第 6 辑

### 另类思考

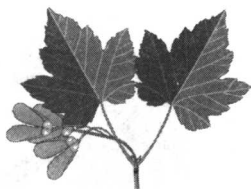


- 233 暂时放弃  
234 第二眼  
235 准备充分  
236 三万个和一个  
237 不再热爱  
238 不要等到比原来还少  
239 最朴素的事实  
240 土豆和土豆是不一样的  
241 于无声处  
242 决定命运的小事  
243 最完美的树叶  
244 真理常常很简单  
246 果断  
247 暗示自己  
249 两棵树



# 目

# 录



- 250 重在发现
- 251 耐心
- 252 凿穿大山
- 254 没问题和有问题
- 255 起步与等待
- 257 梦想是这样破灭的
- 259 马上出发!
- 260 生活中的金钥匙
- 261 关于遗产
- 262 咖啡的味道
- 263 一点可供参考的经历
- 265 承诺影响成就
- 266 难以置信的决心
- 268 人生决定于决定的一瞬间
- 269 抉择与潜能
- 271 选择最好的
- 273 活法
- 274 安慰的若干理由
- 275 最后的日子
- 277 回不来的人
- 279 谁是我们的上帝
- 281 征服
- 283 铃儿响丁当
- 285 心里的水银
- 287 时运不济
  
- 289 后 记



# 第 1 辑

## 快乐钥匙



“放下就是快乐”是一个开心果，是一粒解烦丹，是一道欢喜禅。只要你心无挂碍，什么都看得开、放得下，何愁没有快乐的春莺在啼鸣，何愁没有快乐的泉溪在歌唱，何愁没有快乐的白云在飘荡，何愁没有快乐的鲜花在绽放！