


# 累就抱抱我 暖到你心窝

一禅小和尚 著



 上海文艺出版社



一禅小和尚 著

# 累就抱抱我 暖到你心窝

 上海文艺出版社

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

累就抱抱我，暖到你心窝 / 一禅小和尚著. -- 上海：  
上海文艺出版社，2020.5

ISBN 978-7-5321-7639-7

I . ①累… II . ①一… III . ①漫画—作品集—中国—  
现代 IV . ①J228.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2020) 第 059494 号

责任编辑：毛静彦  
特邀监制：周汝琦  
特邀编辑：潘轶君 乔佳晨  
封面设计：钟伟杰  
版式设计：潘轶君 曹志盛

累就抱抱我，暖到你心窝

一禅小和尚 著

上海文艺出版社出版、发行

地址：上海绍兴路7号

电子信箱：cslcm@publicl.sta.net.cn

网址：www.slc.com

新华书店经销 北京盛通印刷股份有限公司印刷

开本 880毫米×1230毫米 1/32 7.25印张 字数10千字

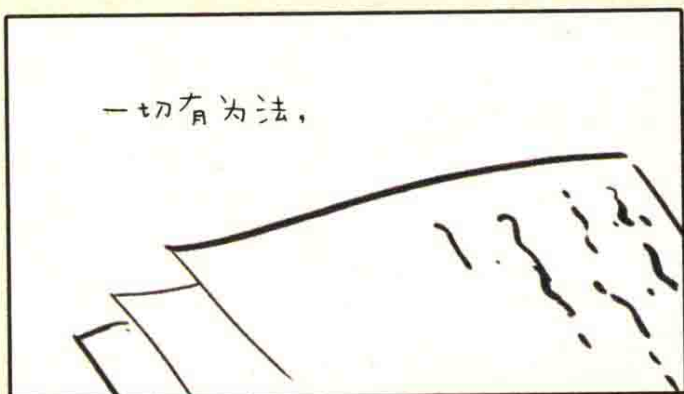
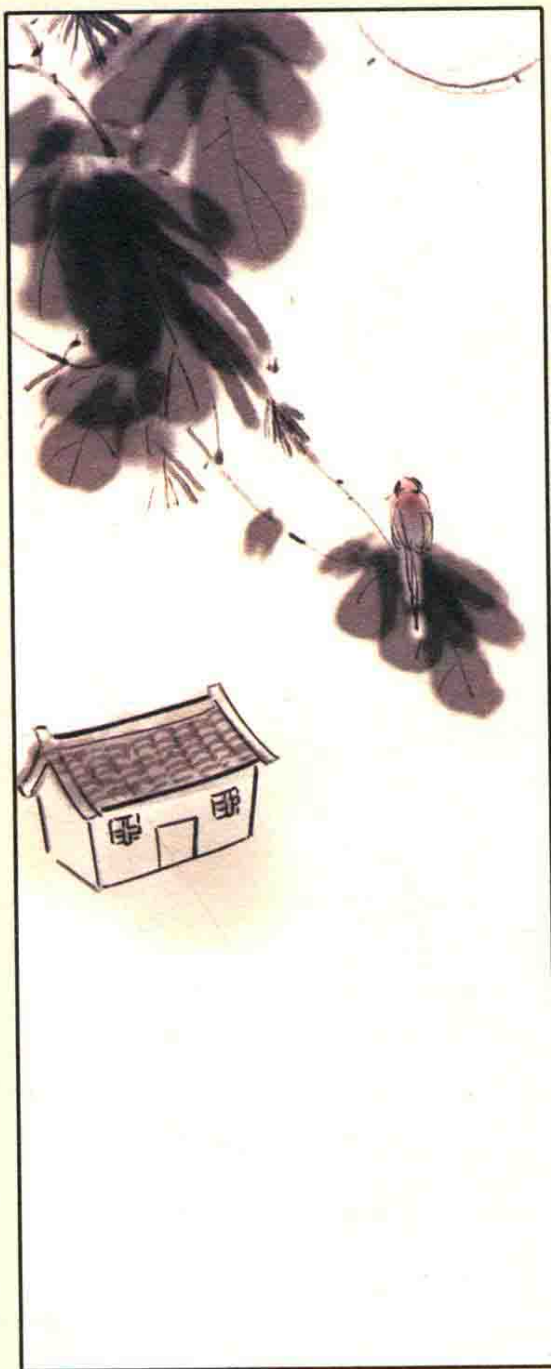
2020年5月第1版 2020年5月第1次印刷

ISBN 978-7-5321-7639-7/I.6076

定价：52.80元

如有印刷、装订质量问题，  
请致电010-87681002（免费更换，邮寄到付）

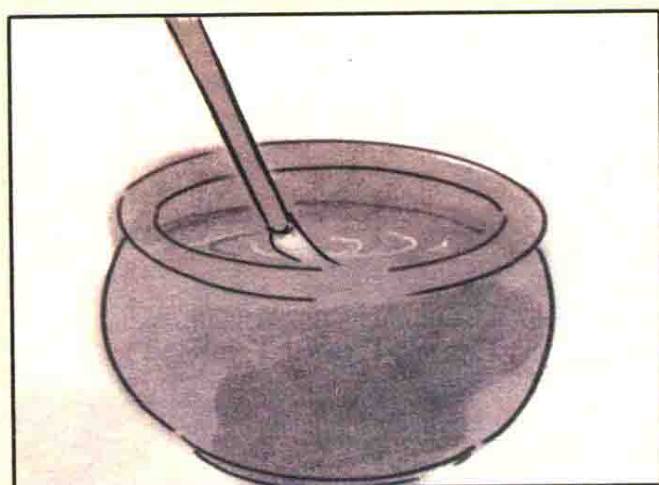




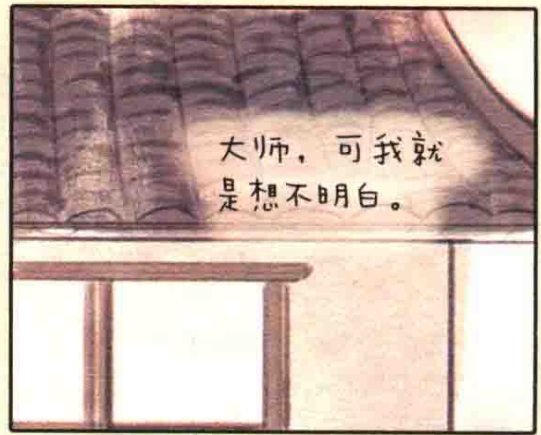
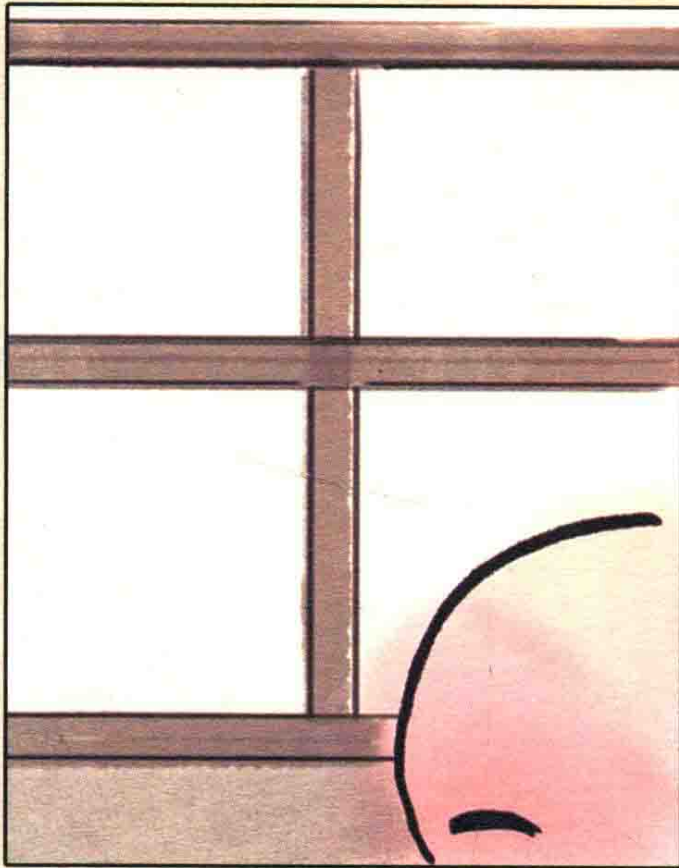
一切有为法，



如梦幻泡影，



如露亦如电……



大师，可我就是想不明白。



我家现在一共有五口人，但是大儿子明年娶妻……



应作如是观……

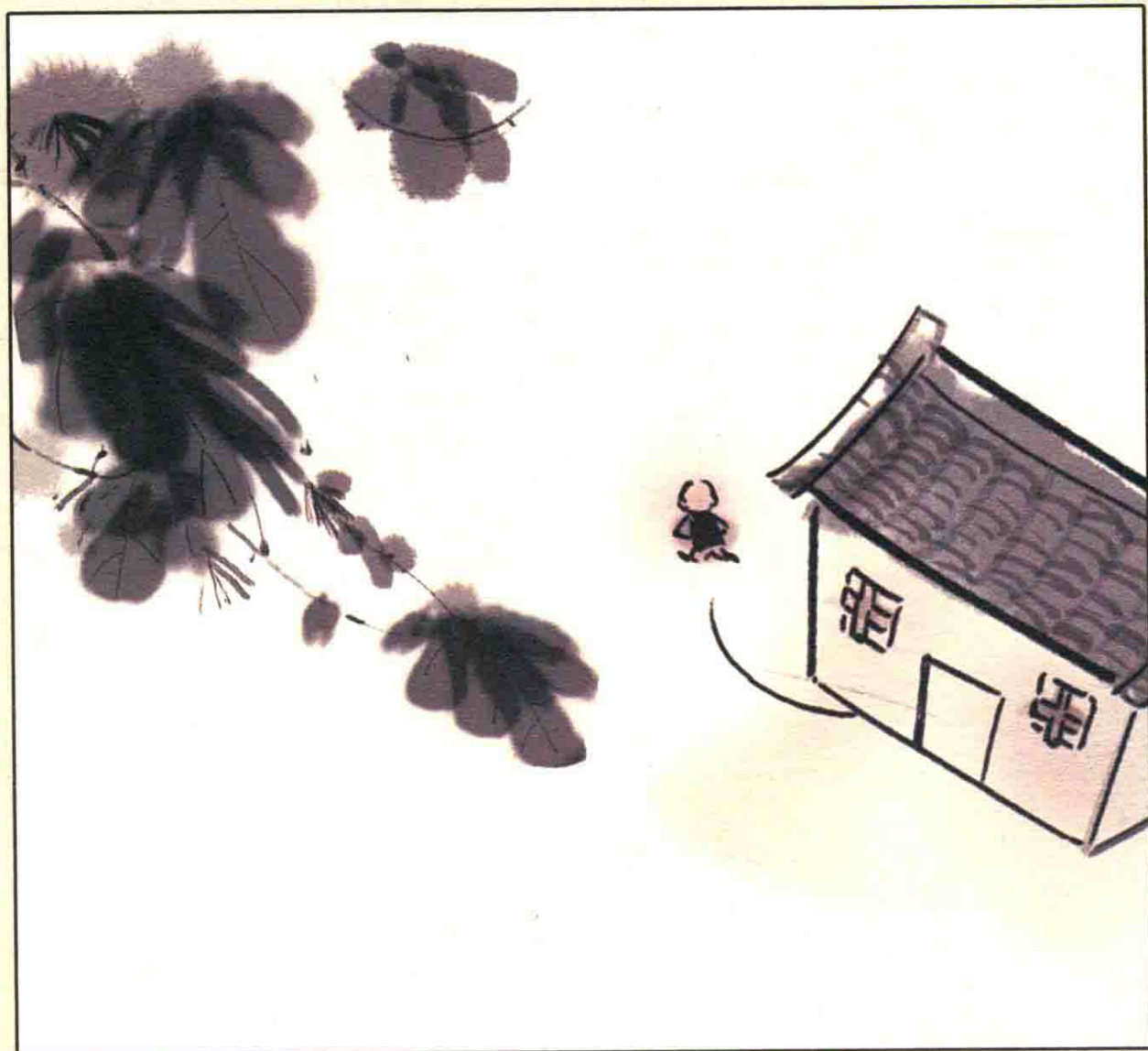
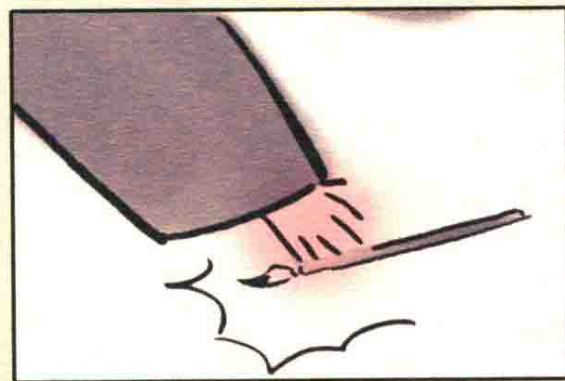
偷听

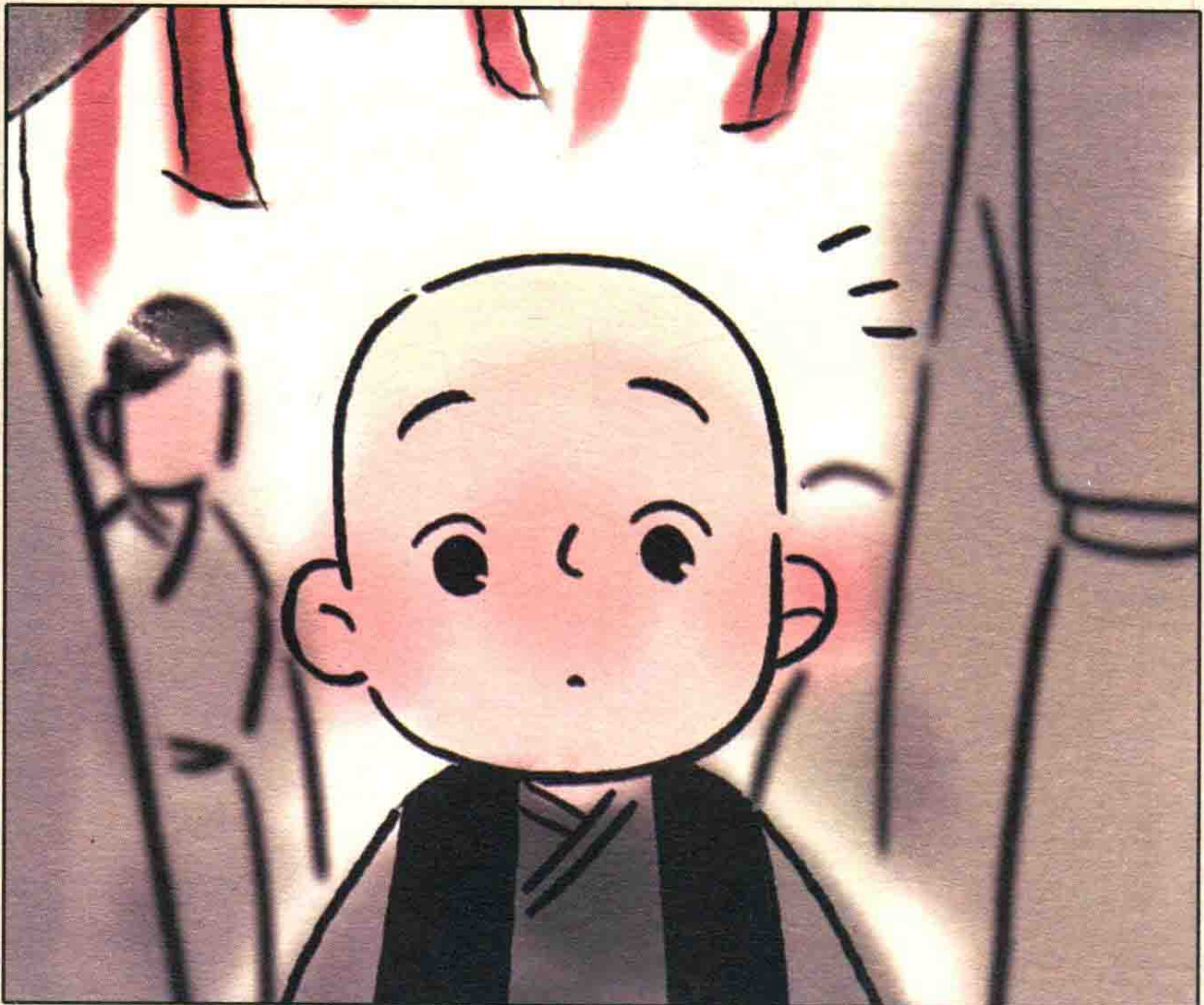
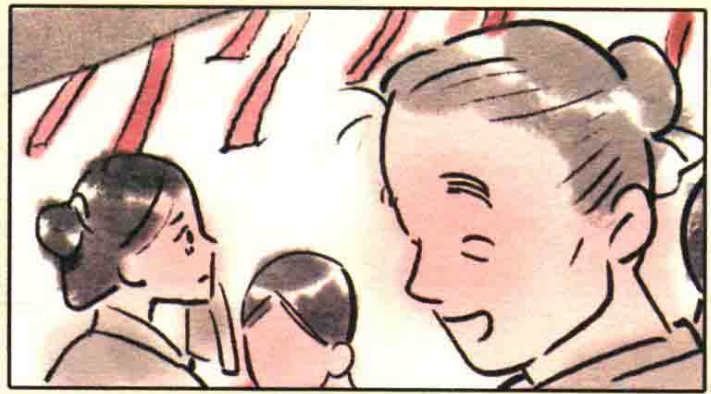


呼

呵呵!









师父!

嗯?

经念完了!

嗯。

我说，

书上的经，

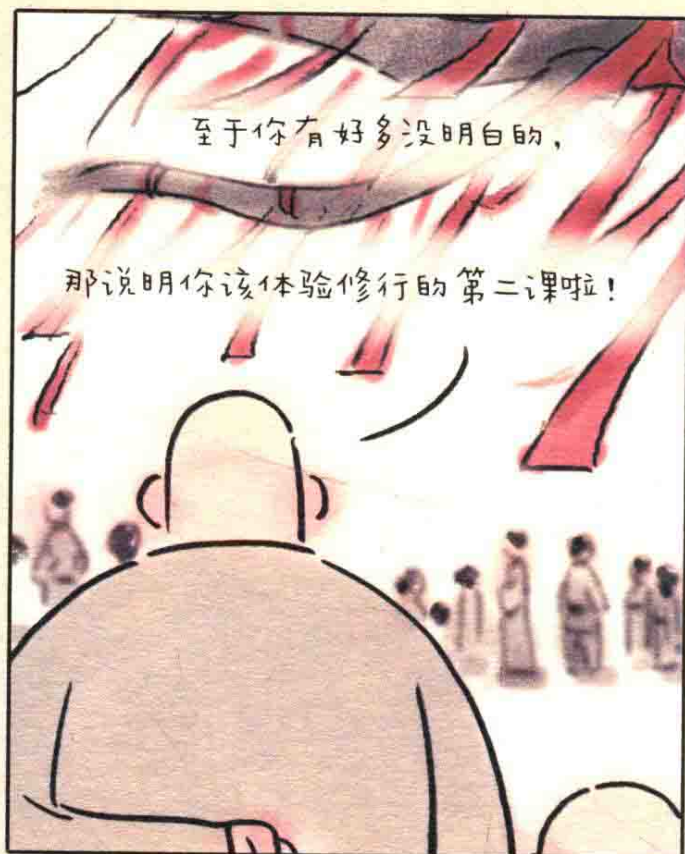
念完啦!

嗯。

.....

可是，我有好多道理  
都不明白。

念完书上的经只是修行的  
第一课。



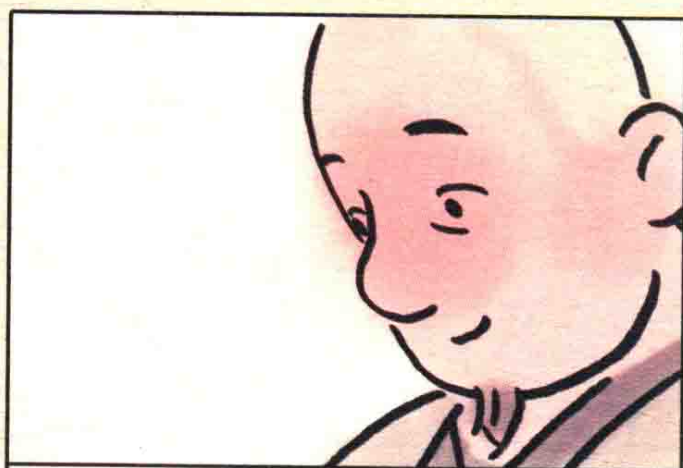
至于你有好多没明白的，

那说明你该体验修行的第二课啦！

这第二课，就是抛下这  
些经。

去经历这些，才能空，  
才能静，才能知道书上的  
经是什么意思。

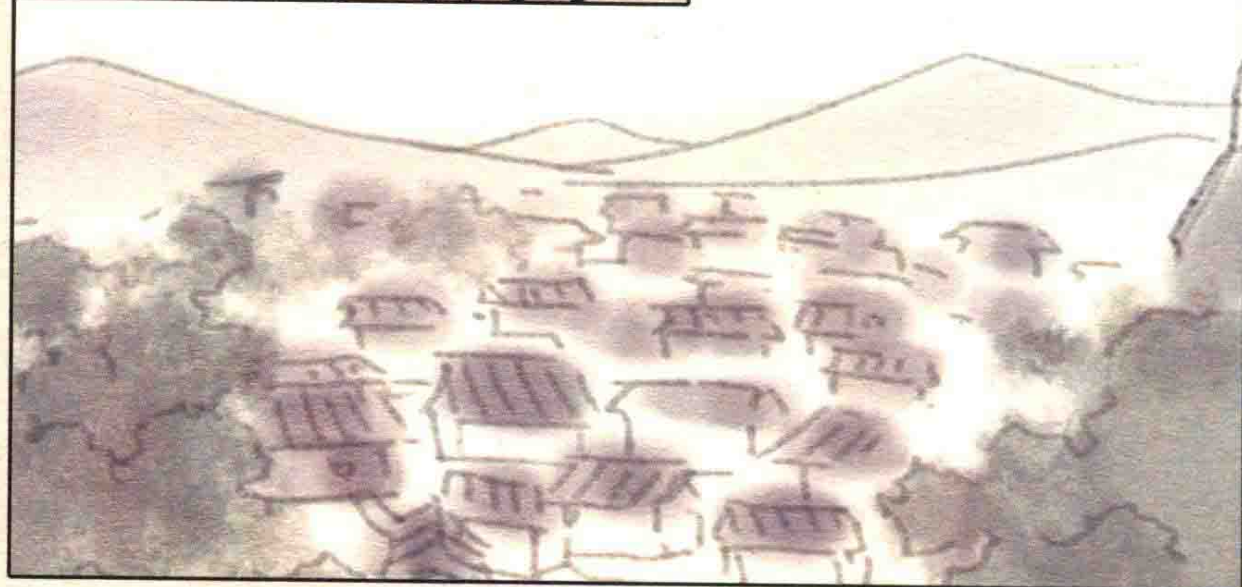
这，怎么念啊？

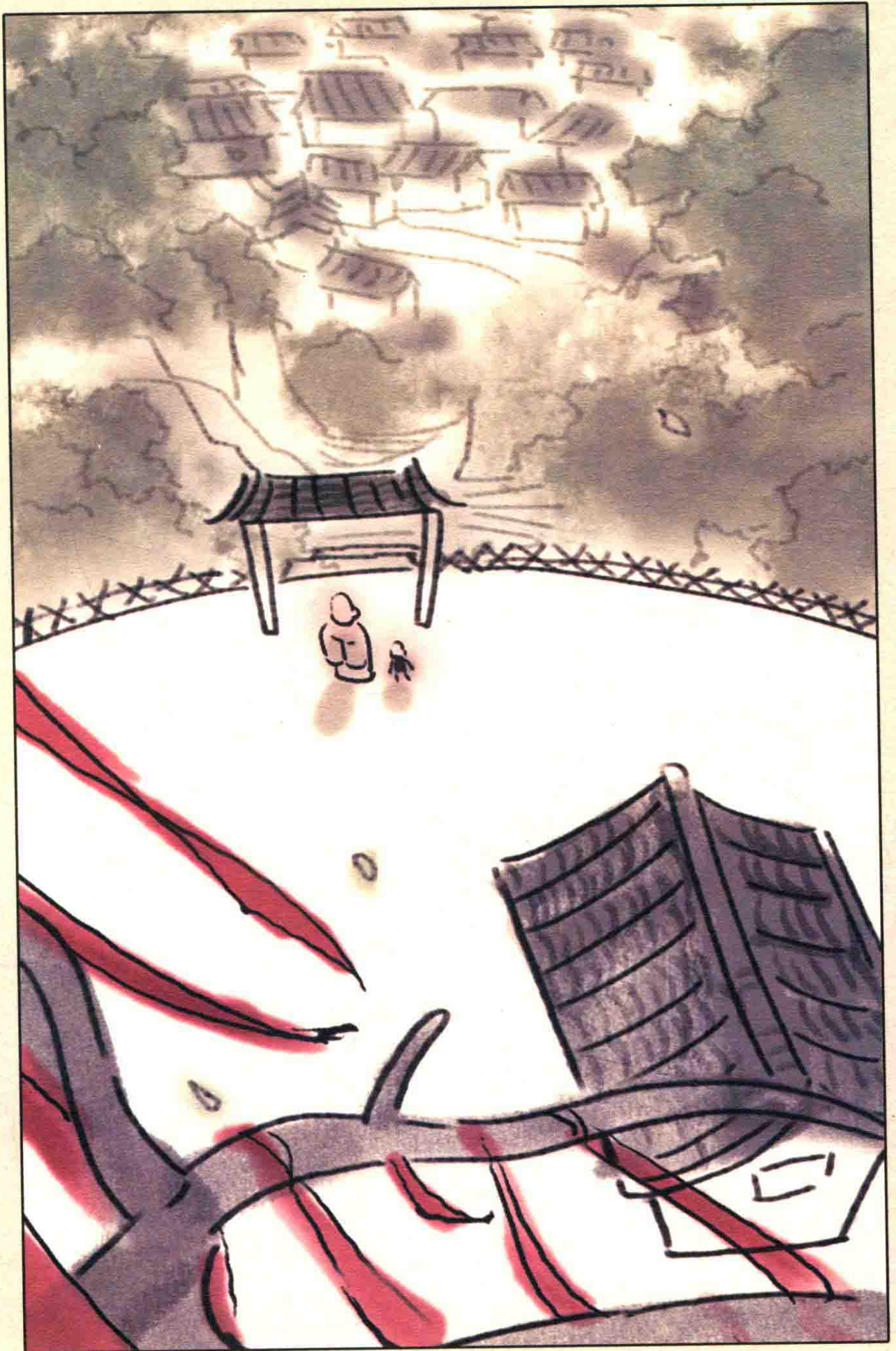


念这修行的第二课，就是和  
为师下山去。

去见识这世界，

见识，这温暖的红尘……







## 序

禅师在溪边打坐，小和尚哗哗啦啦踏水而来，拎着衣服，裤脚半卷，轻轻巧巧踩着水底岩石奔过来。水花溅上禅师胡须，禅师假嗔道：“你何时才能学着成为一个温柔的人？”小和尚歪头不解：“何谓温柔？”禅师微笑：“你看这溪水，可小饮，可濯足，饮水的在上游，濯足的便主动去了下游，这便是温柔。”

三年前决定做“一禅小和尚”的时候，并没有预料到如今会有这么多人喜欢他，世间事好像都是如此，种花是因为喜欢花，待到春色满园，游人如织，自然有人嗅过来，满襟花香。我试图理解喜欢这花香的一群人：他们热爱生活又对抗生活，喜欢浪漫又警惕浪漫，无数次沉入海底又挣扎出水面，对世间美好掩于唇齿，满脸羞涩，对自己的心善于驯服，充满决绝。是的，我们都是星散四方的同类者，某天在街头闲逛，看到了一禅，便对自己说：不

走了，就这儿吧。

小时候我们都被问过大长想当什么样的人，现在回望，大多数人没有成为科学家，大多数人也都没有成为自己想象中那个熠熠生辉的人。大多数人就是大多数人，大多数人好像只能成为大多数人。我们年岁一岁一岁地长，心气一寸一寸地沉，我们自诩认清了生活的现实，甘愿被它揉搓成各种形状，却又怀抱着一丝丝英雄梦想，执拗地活成我们自己想活成的模样。有人怯懦，有人高尚，有人磊落，有人坚强。儒家说，己所不欲，勿施于人，因为尝过太多酸涩想被温柔以待，所以我始终还是想做一个温柔的人哪。

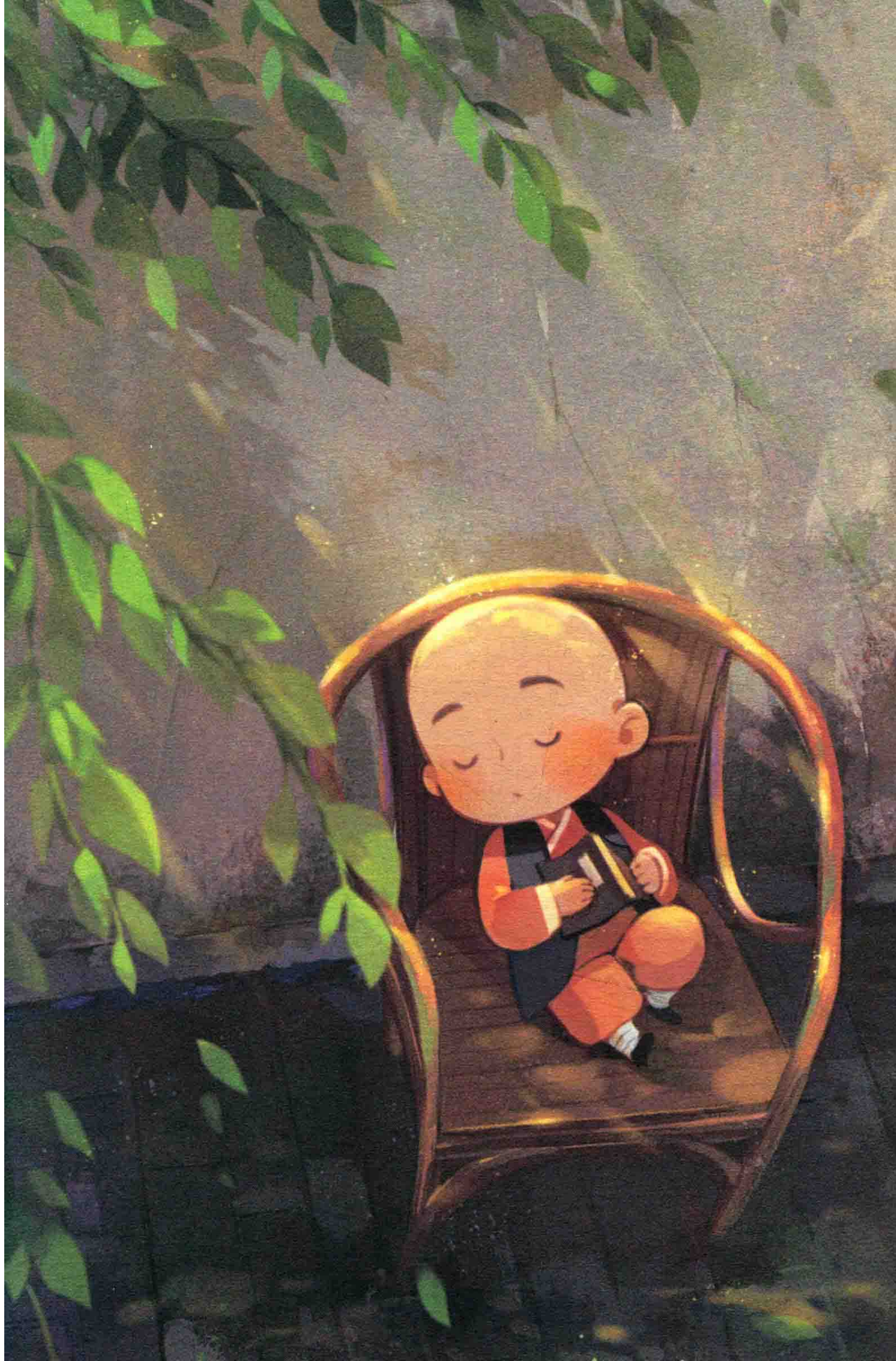
温柔是一缕明媚但不刺眼的光，是刚晒过的被子，是晨曦时圆滚滚地砸向草地的露珠。温柔会让人感觉被世界爱着、宠着，不浓烈，但恰到好处，多一分会骄纵，少一分会心疼。温柔是不索取，这个世界，遇到一个不索取的人真是太难了。温柔是不打扰，我不会因为你喜欢登高便笃定你好高骛远，你也能理解我种豆南山的小小情调。温柔是无条件的爱，温柔是樱花常开，故人常在。

放心吧，这本书里没什么大道理，只有一个一个温柔的小故事。师父对一禅的呵护，霸道姐姐对弟弟爱的“鞭策”，木吒或许平常或许狼狈的英雄梦想，还有小苏姐姐云水相隔的南方，等等。当然，读完之后你也会好奇，叶姑娘和杨少侠最后到底在一起了吗，穷书生后来有没有追上大小姐的马车，怕狗的狐仙有没有修炼出九条尾巴，玫瑰姑娘与蒲公子能相守到几时，李将军和李夫人这次又打算撒多少狗粮。

愿这世界继续热热闹闹，愿你始终是你，愿世间温柔每天与你环环相扣。

一禅小和尚

2020年春







# 目录



与自己促膝长谈，

与孤独握手言欢



缘分来了好好珍惜，

缘分尽了也别强求