

人生路上彷徨迷惑的人必备的心灵导航器

目标、方向、思考、成功、幸福、亲情、友谊、生命的反省和思索

一目了然的精华要点——“懒人图”

简单诠释今天的挫折如何变成明天的转折

懒人图说

生命总会找到出口

洗欢 / 著



中国工信出版集团



电子工业出版社

<http://www.phei.com.cn>

让
今天的挫折
变成
明天的转折

懒人图说

洗欢 著

生命总会
找到出口

电子工业出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京·BEIJING

本著作通过四川一览文化传播广告有限公司代理，由意象文化事业有限公司授权出版中文简体字版。未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权贸易合同登记号 图字：01-2015-3999

图书在版编目（CIP）数据

生命总会找到出口 / 洗欢著. —北京：电子工业出版社，2015.8
（懒人图说）

ISBN 978-7-121-26785-7

I. ①生… II. ①洗… 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171890号

责任编辑：鄂卫华

印 刷：中国电影出版社印刷厂

装 订：中国电影出版社印刷厂

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编：100036

开 本：880×1230 1/32 印张：7 字数：132 千字

版 次：2015 年 8 月第 1 版

印 次：2015 年 8 月第 1 次印刷

定 价：25.00 元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至 zltz@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

【目录】

【作者序】让今天的挫折变成明天的转折..... 009

在人生过程中遇到挫折，不必惊慌失措，也不用灰心沮丧，只要
 我们坚持自己的初衷，就能让今天的挫折变成明天的转折，
 只要我们认真的过每一分钟，就可以让生命，自己找到出口.....

第一辑找到目标的出口：Life goal

坚持走自己的路，别人要说，就让他去说吧..... 011

知名畅销作家榴莲曾经写道：“成功是一条单行道，只要是自
 己认为对的事情，就必须义无反顾，勇往直前！”做任何事情，
 光靠热情是远远不够的，因为很多时候我们都只是五分钟热度，
 所以应该坚定自己的信念，不退缩，不放弃。

01. 人生没有目标，就像闭着眼睛走在钢索上..... 012

02. 坚持走自己的路，别人要说，就让他去说吧..... 015

03. 将目标分成数个阶段去逐一完成..... 018

04. 不管结果怎样，只要是对的事就坚持去做..... 021

05. 犹豫不决，将会让问题永远是问题..... 024

06. 实现明天理想唯一的障碍，就是今天的疑虑..... 028

07. 犹豫，会让你错失原来可以拥有的幸福..... 031



第二辑找到方向的出口：Direction of life

方向不对，再如何努力也是白费 035

当你发现自己所设定的目标停滞不前，甚至越来越远时，你可能必须好好的检讨自己所使用的方法，到底对不对？不要害怕前功尽弃，也不要害怕重新再来，只要方向不对，就必须立刻修订方向。

08. 一旦选定了自己要走的路，就要勇敢的走到底 036

09. 方向不对，再如何努力都是白费 039

10. 找到对的方向，用心过好剩下的每一天 042

11. 人生虽不像想象中容易，但也没有想象中困难 046

12. 敢去想就是方向，敢去做就是动力 049

13. 找到自己的方向，创造自己的独特价值 053

14. 幽默，能为你创造机会，也是你努力的方向 057

第三辑找到思考的出口：Think accurately

有自己想法的人，才能有不一样的明天 061

歌德曾说：“当一个伟大的思想作为一种福音降临这个世界时，它对于受陈规陋习羁绊的大众会成为一种冒犯，而在那些书读得不少，但学识不深的人看来，却是一桩蠢事。”

15. 要知道为什么，而不是只知道怎么做 062

- 16. “读好书”是每个人必须培养的“好习惯” 066
- 17. 有自己想法的人，才能有不一样的明天 069
- 18. 没有独立思考的人，找不到自己的生命出口 072
- 19. 自己的玫瑰自己栽，天上不会自动掉下馅饼来 075
- 20. 这一秒想要做，下一秒就立刻去做 078
- 21. 给自己留一点跟自己开会的时间 081

第四辑找到成功的出口：Definition of Success

你的态度，决定你成功的程度 085

有人说：“态度决定成功的高度。”的确，我们面对问题的态度，往往决定我们面对问题的难度，也就是说，只要懂得运用正面的态度去面对问题，那么，再困难的问题也会变简单。

- 22. 任何成功都必须付出生命的代价 086
- 23. 永远不要期待成功的机会会主动找上你 089
- 24. 你的态度决定你成功的高度 093
- 25. 相互合作，可以发挥“一加一大于二”的效果 096
- 26. 激情和热情，都是成功必备的温度 099
- 27. 将困难踩在脚下，才能让自己向成功靠近 102
- 28. 诚信，是任何成功的基础 105

第五辑找到幸福的出口：Feeling of happiness

幸福，不能只靠金钱来经营..... 109

弗·夸尔斯曾说：“谁的爱情宫殿是用美德奠基，用财富筑墙，用美丽发光，用荣耀铺顶，谁就是最幸福的人。”经营一段爱情就如同修建一座宫殿，需要坚固的基础，才能经得起岁月的蹉跎。

29. 爱他，就要告诉他，不要让自己有遗憾..... 110

30. 言不由衷的随意承诺，是扼杀幸福的最大杀手..... 114

31. 爱情的力量让我们找到幸福的入口..... 118

32. 爱情，只有起点没有终点..... 121

33. 珍惜你得来不易的幸福..... 125

34. 幸福，不能只靠金钱来经营..... 129

35. 真爱，不需要用“山盟海誓”做保证..... 133

36. 猜疑，会让你得不到该有的幸福..... 137

第六辑找到亲情的出口：Affection valuable

让家成为我们擦干眼泪和疗伤的地方..... 141

家，可以让我们疗伤，家，所拥有的爱的力量，可以让我们的伤口很快愈合！无论遇到什么困难和痛苦，家，都能让你平安的度过这个难关，因此，我们要热爱家中每一个成员，让家成为我们最后找到心灵平静的城堡！

37. 家，可以让我们做最真实的自己.....	142
38. 让家成为我们擦干眼泪和疗伤的地方.....	146
39. 别让负面情绪破坏了家的欢乐气氛.....	150
40. 父母身上的经验，我们一辈子都学不完.....	153
41. 不要让手机 成为阻碍亲情的障碍.....	157
42. 爱，让清贫日子过得幸福快乐.....	161
43. 母爱是让我们找到生命出口的心灵动力.....	165

第七辑找到友谊的出口：Friendship is priceless

只有在遇到困难时，才能辨别朋友的真伪.....	169
-------------------------	-----

伊索曾经写道：“应当在朋友真正困难时给予帮助，不可在事情已经无望之后，再说闲话。”的确，通常在朋友遇到苦难的时候，往往才是对友情的最大考验。

44. 真正的友谊，不受时间和空间的限制.....	170
45. 学会理解朋友，是我们必修的一门功课.....	173
46. 真正的朋友就应该相互信任，相互扶持.....	177
47. 你必须先帮助别人，别人才可能会帮助你.....	181
48. 只有当你遇到困难时，才能辨别朋友的真伪.....	184
49. 认真倾听朋友对我们诉说的心事.....	188
50. 真正的好朋友会陪伴我们一起成长.....	192

第八辑找到生命的出口：The meaning of life

不放弃自己的初衷，才能创造人生的价值 195

贫困也好，挫折也罢，只要我们在任何情况下，从容的应对所遇到的挫折，不放弃自己的初衷，并努力朝着这个初衷去努力打拼，才能创造自己的人生价值！

51. 每个人都有自己的人生价值 196

52. 随时做好准备，才不会错过临时到来的机会 199

53. 认真活在每一个当下，才能忘记无法忘记的过去 202

54. 看开点！有希望就一定会有失望 205

55. 不放弃自己的初衷，才能创造人生价值 209

56. 做好准备，等待水到渠成的机会 212

让
今天的挫折
变成
明天的转折

懒人图说

洗欢 著

生命总会
找到出口

电子工业出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京·BEIJING

【目录】

【作者序】让今天的挫折变成明天的转折..... 009

在人生过程中遇到挫折，不必惊慌失措，也不用灰心沮丧，只要 we 坚持自己的初衷，就能让今天的挫折变成明天的转折，只要我们认真的过每一分钟，就可以让生命，自己找到出口.....

第一辑找到目标的出口：Life goal

坚持走自己的路，别人要说，就让他去说吧..... 011

知名畅销作家榴莲曾经写道：“成功是一条单行道，只要是自己认为对的事情，就必须义无反顾，勇往直前！”做任何事情，光靠热情是远远不够的，因为很多时候我们都只是五分钟热度，所以应该坚定自己的信念，不退缩，不放弃。

01. 人生没有目标，就像闭着眼睛走在钢索上..... 012

02. 坚持走自己的路，别人要说，就让他去说吧..... 015

03. 将目标分成数个阶段去逐一完成..... 018

04. 不管结果怎样，只要是对的事就坚持去做..... 021

05. 犹豫不决，将会让问题永远是问题..... 024

06. 实现明天理想唯一的障碍，就是今天的疑虑..... 028

07. 犹豫，会让你错失原来可以拥有的幸福..... 031

第二辑找到方向的出口：Direction of life

方向不对，再如何努力也是白费..... 035

当你发现自己所设定的目标停滞不前，甚至越来越远时，你可能必须好好的检讨自己所使用的方法，到底对不对？不要害怕前功尽弃，也不要害怕重新再来，只要方向不对，就必须立刻修订方向。

08. 一旦选定了自己要走的路，就要勇敢的走到底..... 036

09. 方向不对，再如何努力都是白费..... 039

10. 找到对的方向，用心过好剩下的每一天..... 042

11. 人生虽不像想象中容易，但也没有想象中困难..... 046

12. 敢去想就是方向，敢去做就是动力..... 049

13. 找到自己的方向，创造自己的独特价值..... 053

14. 幽默，能为你创造机会，也是你努力的方向..... 057

第三辑找到思考的出口：Think accurately

有自己想法的人，才能有不一样的明天..... 061

歌德曾说：“当一个伟大的思想作为一种福音降临这个世界时，它对于受陈规陋习羁绊的大众会成为一种冒犯，而在那些书读得不少，但学识不深的人看来，却是一桩蠢事。”

15. 要知道为什么，而不是只知道怎么做..... 062

- 16. “读好书”是每个人必须培养的“好习惯” 066
- 17. 有自己想法的人，才能有不一样的明天 069
- 18. 没有独立思考的人，找不到自己的生命出口 072
- 19. 自己的玫瑰自己栽，天上不会自动掉下馅饼来 075
- 20. 这一秒想要做，下一秒就立刻去做 078
- 21. 给自己留一点跟自己开会的时间 081

第四辑找到成功的出口：Definition of Success

你的态度，决定你成功的程度 085

有人说：“态度决定成功的高度。”的确，我们面对问题的态度，往往决定我们面对问题的难度，也就是说，只要懂得运用正面的态度去面对问题，那么，再困难的问题也会变简单。

- 22. 任何成功都必须付出生命的代价 086
- 23. 永远不要期待成功的机会会主动找上你 089
- 24. 你的态度决定你成功的高度 093
- 25. 相互合作，可以发挥“一加一大于二”的效果 096
- 26. 激情和热情，都是成功必备的温度 099
- 27. 将困难踩在脚下，才能让自己向成功靠近 102
- 28. 诚信，是任何成功的基础 105

第五辑找到幸福的出口：Feeling of happiness

幸福，不能只靠金钱来经营..... 109

弗·夸尔斯曾说：“谁的爱情宫殿是用美德奠基，用财富筑墙，用美丽发光，用荣耀铺顶，谁就是最幸福的人。”经营一段爱情就如同修建一座宫殿，需要坚固的基础，才能经得起岁月的蹉跎。

29. 爱他，就要告诉他，不要让自己有遗憾..... 110

30. 言不由衷的随意承诺，是扼杀幸福的最大杀手..... 114

31. 爱情的力量让我们找到幸福的入口..... 118

32. 爱情，只有起点没有终点..... 121

33. 珍惜你得不来的幸福..... 125

34. 幸福，不能只靠金钱来经营..... 129

35. 真爱，不需要用“山盟海誓”做保证..... 133

36. 猜疑，会让你得不到该有的幸福..... 137

第六辑找到亲情的出口：Affection valuable

让家成为我们擦干眼泪和疗伤的地方..... 141

家，可以让我们疗伤，家，所拥有的爱的力量，可以让我们的伤口很快愈合！无论遇到什么困难和痛苦，家，都能让你平安的度过这个难关，因此，我们要热爱家中每一个成员，让家成为我们最后找到心灵平静的城堡！

37. 家，可以让我们做最真实的自己	142
38. 让家成为我们擦干眼泪和疗伤的地方	146
39. 别让负面情绪破坏了家的欢乐气氛	150
40. 父母身上的经验，我们一辈子都学不完	153
41. 不要让手机 成为阻碍亲情的障碍	157
42. 爱，让清贫日子过得幸福快乐	161
43. 母爱是让我们找到生命出口的心灵动力	165

第七辑找到友谊的出口：Friendship is priceless

只有在遇到困难时，才能辨别朋友的真伪	169
--------------------	-----

伊索曾经写道：“应当在朋友真正困难时给予帮助，不可在事情已经无望之后，再说闲话。”的确，通常在朋友遇到苦难的时候，往往才是对友情的最大考验。

44. 真正的友谊，不受时间和空间的限制	170
45. 学会理解朋友，是我们必修的一门功课	173
46. 真正的朋友就应该相互信任，相互扶持	177
47. 你必须先帮助别人，别人才可能会帮助你	181
48. 只有当你遇到困难时，才能辨别朋友的真伪	184
49. 认真倾听朋友对我们诉说的心事	188
50. 真正的好朋友会陪伴我们一起成长	192

第八辑找到生命的出口：The meaning of life

不放弃自己的初衷，才能创造人生的价值 195

贫困也好，挫折也罢，只要我们在任何情况下，从容的应对所遇到的挫折，不放弃自己的初衷，并努力朝着这个初衷去努力打拼，才能创造自己的人生价值！

51. 每个人都有自己的人生价值 196

52. 随时做好准备，才不会错过临时到来的机会 199

53. 认真活在每一个当下，才能忘记无法忘记的过去 202

54. 看开点！有希望就一定要有失望 205

55. 不放弃自己的初衷，才能创造人生价值 209

56. 做好准备，等待水到渠成的机会 212