

作者自诩“两栖人”，戏称“四不象”：
做过工——不长；当过官——不大；
搞研究——不深；学经商——不久。
历经宦海、学海、商海。“五十而知天命”。

透视生活，细说俗世方圆；
一题一议，探寻人生真谛。



关于快乐、智慧的人生感悟

俗世 方圆

上海文艺出版社
余惕君·著



关于快乐、智慧的人生感悟



余惕君 • 著
上海文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

俗世方圆:关于快乐、智慧的人生感悟/余惕君 著 - 上海:上海文艺出版社,2004.5

ISBN 7-5321-2679-X

I. 俗… II. 余… III. 人生哲学-通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 018041 号

责任编辑:李霞

俗世方圆

——关于快乐、智慧的人生感悟

余惕君 著

上海文艺出版社出版、发行

地址:上海绍兴路 74 号

电子信箱:csbcm@public1.sta.net.cn

网址:www.sbcm.com

新华书店经销 上海港东印刷厂印刷

开本 787×960 1/32 印张 10.75 插页 2 字数 163,000

2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 次印刷

印数:1—4,100 册

ISBN 7-5321-2679-X/I·2085 定价:18.00 元

告读者 如发现本书有质量问题请与印刷厂质量科联系

T:021-59671164

序

人生苦短，然，最可贵的人生就是有觉悟。

所谓“觉悟”，就是认清生命本原，悟出人生真谛，能藉事练心，善事中会理，待人宽容礼让，处世从容淡定，任何时候都相信爱、追求美、奉行善。

何为“俗”，“人”吃“谷”。人处俗世，身不由己。但，学思辨行，觉悟靠己。人生无法重复，人要努力使自己活得更自在、更快乐。为此，要找回一些人生的基本要素，寻求一种开阔的人生觉悟。

“宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天际云卷云舒。”世界上，人人都追求快乐，快乐的人生靠的是觉悟。为人在世一生中，心善知足便常乐，烦恼都是想不开，忧愁只为看不破。不怨天尤人，乐安分守己，不断以知识、感悟求取内心之实，便能处处自得、时时自乐。

愿读者诸君，能闹中取静，善忙里偷闲；怀宽广胸襟，勤修身养性；持平和心态，常静思反省；悟俗世方圆，享人生快乐。

序

追求大智慧

- 3 追求智慧
- 4 人生接力赛
- 5 好学与好疑
- 6 心如明镜
- 7 适宜
- 8 修行
- 9 深
- 10 知人不易
- 11 你“悟”了没有
- 12 灵商
- 13 “宗”与“教”
- 14 “功”之新解
- 15 心能与功能
- 16 学神仙 莫学鬼
- 17 觉悟
- 18 虚心
- 19 莫自大 要自信
- 20 谨防执迷不悟
- 21 学而知不足
- 22 五十知天命
- 23 左右何来
- 24 心细气柔

目录

诚与信	25
何为垃圾	26
气之质	27
中庸	28
以人为镜	29
度	30
把握“度”	31
命与运	32
人之无形资产	33
君子坦荡荡	34
人生如……	35
活到老,学到老	36
学与习	37
“忍”与“待”	38
人之能力	39
智信仁勇严	40
学问思辨行	41
挫折	42
三省吾身	43
静思	44
大道至简	45
人不知而不愠	47
三思而行	48
蚕与禅	49
观与悟	50

目录

- 51 念莫人
- 52 知行合一
- 53 正视问题
- 54 心灵之窗
- 55 人生“八要八不要”
- 56 有胆有识
- 57 现在就开始
- 58 胸怀世界
- 59 脱困解惑
- 60 佛即悟
- 61 知
- 62 仁舍
- 63 向颜回学习
- 64 个性与内涵
- 65 儒
- 66 仁者无敌
- 67 生死随想
- 68 时间断想
- 69 学与知不足
- 70 超越自我
- 71 简易
- 72 先
- 73 谨慎
- 74 自信
- 75 两件事

人莫傲	76
追求“真、善”	77
高瞻远瞩	78
日新	79
完善	80
“九思”而行	81
不争即争	82
虚	83
聪明与智慧	84

寻找真快乐

舍得	87
释然	88
莫患得患失	89
藉事练心	90
工作与活着	91
工作着并快乐着	92
万水千山总是情	94
慈悲喜舍	96
快乐人生	97
拥有健康体魄	98
追求健康	99
健康顿悟	100
趋利与避害	101
柔则顺	102

103	笑笑的诞生
104	肚子饱,心情好
105	幸福断想
106	求全与求缺
107	“半满”还是“半空”
108	热诚
109	淡泊名利
110	热爱生活
111	知足常乐
112	拥抱
114	立身处世
115	张弛有道
116	收放自如
117	顺其自然
118	化优为欢
119	怎么想
120	人生五味瓶
121	人生总结
123	闲
124	忙里偷闲
125	泉
126	环境与心境
127	学习能防老
128	船过水无痕
129	金钱的遗憾

目录

生活的实相	130
敲木鱼	131
心	132
单纯与复杂	133
财富与幸福	135
再说幸福	136
知足少欲	137
莫使一日虚度	138
可以……	139
境界	140
说安静	141
忧虑	142
心胸宽广	144
难得糊涂	145
想“开”	146
适者有寿	147
“觉悟”随想	148
学会赞赏	149
思想决定一切	150
不要生气	151
享有每一天	152
日行一善	153
坦然面对不幸	154
直面忧虑	155
喜出望外	156

- 157 食色性也
- 158 趣
- 159 享有学习的乐趣
- 160 随缘
- 161 快乐离你有多远
- 162 积极人生
- 163 正
- 164 戒怒
- 165 终极目标

悟道“心”管理

- 169 方圆结合
- 170 味道好极了
- 171 看“病”与看“病人”
- 172 企业之魂
- 173 标本兼治
- 174 船长 兄长 校长
- 175 人才的引、留、用
- 176 从容到融
- 177 学会倾听
- 178 忠诚
- 179 “道”与“术”
- 180 客户至上
- 181 学会呼吸
- 182 竞争智慧

目录

无形资源	183
企业文化不是筐	184
管理就是解决问题	185
注重协助	186
眼光向外	187
当一个好领导	188
玻璃与镜子	189
北人南相	190
何谓“经理”	191
诚信至上	192
得人心者得天下	193
提高资源周转率	194
资本运作随想	195
守正出奇	196
追求“百年老店”	197
“管”好上司	198
追求文化底蕴	199
全科医学的启示	200
话说冬令进补	201
企业如树	202
挣钱与赚钱	203
关公何以成为财神	204
文化之化	205
学会放弃	206
干部五守则	207

208	领导的“换心术”
209	正人先正己
210	先之 劳之 无倦
211	实事求是
212	勇中有细
213	客户经济
214	领导者要防止的误区
215	卓越企业的价值观
216	愿景
217	赶超
218	经商
219	顾客
220	经营六信条
221	“同事”与“同志”
222	虚实相生
223	生意
224	认识
225	让员工动起来
226	合同
227	速度
228	经理管什么?
229	“聪敏”与“智”
230	权威与敬畏
231	止于人
232	容

目录

知“道”	233
否定与超越	234
品格	235
“巧”克“力”	236
于细微处见精神	237
难与不难	238
现实与创新	239
培养辨证思维	240
管人与育人	241
市场断想	242
管人 管心 知心	243
用人长 容人短	244

俗世论方圆

爱心	247
平等待人	248
内谦外让	249
人争一口气	250
朋友	251
心平 气和 事成	252
补钙	253
容人之短	254
安“贫”莫“贪”	255
沟通	256
清泉之爱	257

目录

- 258 知其所以然
- 259 个群内外
- 260 先“身”后“心”
- 261 和为贵
- 262 时尚
- 263 人之相
- 264 “君”与“羊”
- 265 鞭子还是陀螺
- 266 少批评，多劝导
- 267 慎用铁钉
- 268 因时而异
- 269 学会说话
- 270 “知过”与“改过”
- 271 贫富随感
- 272 名人与凡人
- 273 无德不立
- 274 本性难移
- 275 互异成趣
- 276 谈判
- 277 什么人说什么话
- 278 朝三暮四
- 279 交友
- 280 脸面
- 281 男女有别
- 282 无心插柳柳成荫

视角	283
慎说“不”	284
问世间钱为何物	285
生活中的加法	286
为富者戒	287
听话的艺术	288
能听和善听	289
说圆滑	290
俗、仙、佛	291
做一个受欢迎的人	292
机会断想	293
合	294
团	295
见利思义	296
尊重别人	297
太阳与风的比赛	298
常怀“同理心”	299
感情与距离	300
和谐相处	301
学会批评	302
文化断想	303
市场与文化	304
三个和尚有水吃	305
挣钱与快乐	306
说东道西	307

308	说圆道方
309	学会换位思考
310	待人以圆 律己以方
311	名牌
312	南北差异
313	说“圆”
314	吃
315	人分四等
316	追求慷慨大方
317	说魅力
318	说话与做事
319	危机
320	工作的报酬
321	救
322	删去
323	动物的启示
324	“女”字旁
325	学会摇头
	后记

目录