

# 觉悟人生的

# 100个如意咒语

张力夫

命运的改变，  
首先来自觉悟！

——> 张力夫◎著

吉林人民出版社

# 觉悟人生的 100 个如意咒语

100 incantations as  
one wishes in awareness life

张力夫 著

ZHANGLIFU AUTHOR

吉林人民出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

觉悟人生的 100 个如意咒语 / 张力夫著. — 长春: 吉林人民出版社, 2005. 1

ISBN 7-206-04560-X

I. 觉… II. 张… 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 143050 号

## 觉悟人生的 100 个如意咒语

著 者: 张力夫

责任编辑: 于二辉 电 话: 0431-5378037

封面设计: 张 迅 责任校对: 杜 红

吉林人民出版社出版 发行(长春市人民大街 7548 号 邮政编码: 130022)

网 址: [www.jlpph.com](http://www.jlpph.com)

全国新华书店经销

发行热线: 0431-5395844

制 版: 新视觉 2002 图书文化设计制作中心 电话: 0431-5378099

印 刷: 长春市第五印刷有限责任公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 20.5 字 数: 160 千字

标准书号: ISBN 7-206-04560-X/G · 1522

版 次: 2005 年 1 月第 1 版 印 次: 2005 年 1 月第 1 次印刷

印 数: 1-5 000 册 定 价: 29.80 元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

精神的觉醒，才是生存的真正目的；  
行为的改变，才是生命的真正动力！



## 顶级人生成长教练

张力夫——中国十大行业优秀 CEO、著名企管顾问师  
18 岁，一名服装厂的普通缝纫工  
23 岁，成长为一名总经理  
31 岁，成为一名企管顾问  
34 岁，创办吉林职业经理人学校  
37 岁，创立“强者·三修训练法”推广机构  
现 任——“强者·三修训练法”传播机构总裁  
中华修身教育训练网总裁

# 目 录

## (一)大道人生

|                    |    |
|--------------------|----|
| 01. 人生是什么 .....    | 1  |
| 02. 人生的本质 .....    | 6  |
| 03. 人生的使命 .....    | 9  |
| 04. 人生的目的 .....    | 13 |
| 05. 人生的意义 .....    | 16 |
| 06. 人生的追求 .....    | 19 |
| 07. 人生的价值 .....    | 22 |
| 08. 人生的变革 .....    | 25 |
| 09. 人生的大智慧 .....   | 29 |
| 10. 人生成就感的来源 ..... | 33 |
| 11. 人生中的朋友 .....   | 36 |
| 12. 人生的三种“缘” ..... | 39 |
| 13. “名”的三个境界 ..... | 43 |
| 14. “利”的三个境界 ..... | 46 |
| 15. “情”的三种类型 ..... | 49 |
| 16. 真爱的特征 .....    | 53 |
| 17. 真心的特征 .....    | 56 |
| 18. “愿”的四项内容 ..... | 60 |
| 19. 人生的成功要素 .....  | 63 |
| 20. 人生的成功步骤 .....  | 67 |
| 21. 人生的成功钥匙 .....  | 70 |

|                      |    |
|----------------------|----|
| 22. 人生最重要的三个问题 ..... | 73 |
| 23. 人生最重要的三件事 .....  | 76 |
| 24. 觉悟人生的四个特征 .....  | 80 |

## (二)快乐之道

|                     |    |
|---------------------|----|
| 25. 快乐的真正内涵 .....   | 84 |
| 26. 化解烦恼的根本方法 ..... | 88 |
| 27. 自我快乐的四种方法 ..... | 92 |
| 28. 与人交往的快乐之道 ..... | 95 |

## (三)富有之道

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 29. 无法致富的三个原因 .....   | 98  |
| 30. 赚钱的两个根本方法 .....   | 101 |
| 31. 赚钱的四大关键 .....     | 104 |
| 32. 富有的三大技巧 .....     | 107 |
| 33. 富有者的六个习惯 .....    | 110 |
| 34. 安稳快乐型的财务支出 .....  | 113 |
| 35. 倍增利润的三个有效方法 ..... | 116 |
| 36. 影响收入的三个要素 .....   | 119 |

## (四)幸福之道

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 37. 幸福的三大要素 ..... | 122 |
| 38. 幸福的四个来源 ..... | 125 |

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 39. 幸福的外缘 .....        | 128 |
| 40. 幸福的三大“克星” .....    | 131 |
| 41. 情感生活失败的两大根源 .....  | 135 |
| 42. 改善情感生活质量的方法 .....  | 138 |
| 43. 增进与他人情感的两大策略 ..... | 141 |
| 44. 情感幸福的法则 .....      | 144 |
| 45. 人缘好的四个要素 .....     | 147 |
| 46. 四大福田耕耘法 .....      | 150 |
| 47. 魅力的四大要素 .....      | 153 |

## (五)成功之道

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| 48. 成功的四大定义 .....        | 156 |
| 49. 成功者的品质 .....         | 159 |
| 50. 成功者做事的三个性质 .....     | 162 |
| 51. 失败的四大原因 .....        | 165 |
| 52. 找到快速成功的四匹马 .....     | 168 |
| 53. 向成功者学习的三个方面 .....    | 171 |
| 54. 做事快速成功的三个秘密 .....    | 174 |
| 55. 保证做事成功的三个知道 .....    | 177 |
| 56. 释放影响力的四个途径 .....     | 180 |
| 57. 事业成功的四个黄金法则 .....    | 183 |
| 58. 职业生涯规划成功的“三选准” ..... | 186 |
| 59. 找到理想职业的三项思考 .....    | 189 |
| 60. 经营成功的三个要素 .....      | 192 |
| 61. 管理成功的两大内涵 .....      | 195 |

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| 62. 领导成功的三个要素 .....     | 198 |
| 63. 管人成功的四个关键 .....     | 202 |
| 64. 被领导认可的三个秘密 .....    | 205 |
| 65. 获得晋升的四个前提 .....     | 208 |
| 66. 赢得顾客忠诚的四个关键 .....   | 211 |
| 67. 造成顾客不满的三大原因 .....   | 214 |
| 68. 行销成功的三个致胜点 .....    | 217 |
| 69. 成为推销冠军的四个黄金技巧 ..... | 220 |
| 70. 管理创新成功的四项保障机制 ..... | 223 |

## (六)健康之道

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 71. 健康的五大行动准则 ..... | 226 |
|---------------------|-----|

## (七)修炼之道

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 72. 成长的三大阶段 .....      | 230 |
| 73. 成为领跑者的必备条件 .....   | 233 |
| 74. 对待问题的四种态度 .....    | 236 |
| 75. 必须明确的四种价值观 .....   | 239 |
| 76. 为人处世的“大”与“小” ..... | 242 |
| 77. 为人修身之要 .....       | 245 |
| 78. 处世修身之要 .....       | 248 |
| 79. 改善人生的根本途径 .....    | 251 |
| 80. 培养人的两种根本气质 .....   | 254 |
| 81. 不能输掉的两大品质 .....    | 257 |

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| 82. 人与人产生问题的原因 .....     | 260 |
| 83. 改进人际关系的要诀 .....      | 263 |
| 84. 成功者常用的两大思维方式 .....   | 266 |
| 85. 成功者每天早晚自问的三个问题 ..... | 269 |
| 86. 检讨与反思的三个方面 .....     | 272 |
| 87. 成功沟通的策略 .....        | 275 |
| 88. 有效说话的关键 .....        | 278 |
| 89. 四种有益的生活习惯 .....      | 281 |
| 90. 四种有益的学习习惯 .....      | 284 |
| 91. 四种有益的工作习惯 .....      | 287 |
| 92. 解决问题的关键方法 .....      | 290 |
| 93. 做事快速成功的须知 .....      | 293 |
| 94. 成功者每天都在做的三件事 .....   | 296 |
| 95. 难以改过的心理原因 .....      | 299 |
| 96. 改过的三大方法 .....        | 302 |
| 97. 修身训练的内容 .....        | 305 |
| 98. 学有所成的三个关键 .....      | 309 |
| 99. 奠定人生理想变现实的基石 .....   | 313 |
| 100. 开创未来最重要的两件事 .....   | 316 |

## 01

# 人生是什么



人生是不同角色的扮演

(为人父、为人子、为人夫、为人君、为人臣……)



人生是不同道路的选择

(从政、从商、从教、从军、从善、从恶……)

### 提示

- 从某个角度看,人生就像一个大舞台,每个人都在有意无意间,以其一生的精力在不同的场合,上演着一出出以情感生活和事业生涯为背景的悲喜剧。这些剧目有两个共同特点:一是都会体验到甜、酸、苦、辣、咸和喜、怒、悲、恐、惊这些丰富的感受;二是每个人尽管都是自己这部人生大戏的主角,却至少需要扮演八个角色,以一个成年男子为例,在情感生活的系列剧中,要扮演为人父、为人子、为人夫、为人友这四个角色;在事业生涯的系列剧中,要扮演为下属、为领导、为同事、为顾客服务者这四个角色。
- 那又是什么要素在决定着你在扮演不同角色的演出质量与效果呢? 在于你与别人的沟通原则与技巧! 它将决定你做事的质量! 那么这种与不同人的沟通原则与技巧又取决于什么呢? 在于你对不同人的心态! 它是你做人的原则! 即做人成功是做事成功之因,做事成功是做人成功之果!

修己敬人·明心为本·强能为用·利他乃成

- 从某个角度看，人生就是不同道路的选择。父精母血养育了我们，从来到人间的第一时间里，就开始选择：从父母为我们选择衣、食、住、行、用到随着我们成长，我们选择幼儿园、学校、不同的班级、不同的老师……，这些都是我们成长之路的关键处！童年的欢乐、少年的成长与烦恼、青年的冲动与迷茫，哪一次不是因为道路的选择？成年之后，又面临着事业的选择和家庭的组建，选择什么样的丈夫或妻子，将决定你情感生活的幸福指数与持久度；选择什么样的行业与公司又将决定你事业生涯的成长高度与速度！应该说选择大于努力！开始就错了即第一次就将事情做错了，将决定接下来的任何努力也是徒劳的；努力越多只意味着离真理越远。慎之又慎地做好每次人生的选择吧！千万小心，一步错引发步步错！

人生的成功即道路选择的成功和角色扮演的成功！  
人生的不幸即道路选择的失误与角色扮演的失败！

——张力夫

人生的道路虽然漫长，但紧要处常常只有几步，特别是当年轻的时候。

——柳青

修心修态修能·打造强者人生

为了改善我的人生

我在\_\_\_\_月\_\_\_\_日郑重完成以下思考：

- 1.我目前需扮演的人生角色共有哪几种？
- 2.我扮演的角色中最成功的角色是什么？原因是什么？
- 3.我扮演的角色中相对较差的是什么？原因是什么？
- 4.找出以往的人生选择成败之处及原因。
- 5.当前面临的道路选择有哪些？做好准备了吗？
- 6.写好以上分析,请再写下“我一定要,马上行动,绝不放弃!”并签下姓名激励自己！

成功最需要的是——你的持久激情！

成功最难做到的是——简单的事情重复做！

成功最大的秘诀——比你的对手提供更好的能满足他人需求的东西！

——张力夫

修己敬人·明心为本·强能善用·利他乃成

从前,有个男人娶了四个妻子,第四个妻子深得丈夫喜爱,不论坐着站着,丈夫都跟她形影不离,非常受宠爱。

第三个妻子是经过一番辛苦才得到的,丈夫常常在她身边甜言蜜语,但不如对第四个妻子那样宠爱。第二个妻子与丈夫常常见面,互相安慰,宛如朋友。只要在一块就彼此满足,一旦分离,就会互相思念。而第一个妻子,简直像个婢女,家中一切繁重的劳作都由她担任。她身陷各种苦恼,却毫无怨言,在丈夫的心里几乎没有位置。

一天,这个人要出国做长途旅行,他对他四个妻子说:“你们肯跟我一块儿去吗?”

第四个妻子回答:“我可不愿意跟你去。”丈夫恨她无情,就把第三个妻子叫来问:“你能陪我一块去吗?”第三个妻子回答道:“连你最心爱的第四个妻子都不愿意陪你去,我为什么要陪你去?”

丈夫把第二个妻子叫来说:“你能陪我出国一趟吗?”“我受过你恩惠,可以送你到城外,但若要我陪你出国,恕我不能答应。”

丈夫也憎恨第二个妻子无情无意,对第一个妻子说:“我要出国旅行,你能陪我去吗?”

第一个妻子回答:“我离开父母,委身给你,不论苦乐或生死,都不会离开你的身边。不论你去哪里,走多远,我都一定陪你去。”

原来,他要去的国外乃是死亡世界。拥有四个妻子的丈夫,乃是人的意识。第四个妻子,是人的身体。人类疼爱肉体,不亚于丈夫体贴第四个妻子的情形。但若大限来临,生命终结,灵魂总会背负着现世的罪福,孤单寂寞地离去,而肉体轰然倒地,没有办法陪着。

第三个妻子,无异于人间的财富。不论多么辛苦储存起来的财宝,死时都不能带走一分一毫。

第二个妻子是父母、妻儿、兄弟、亲戚、朋友和仆佣。人活在世上,



互相疼爱,彼此思念,难舍难分。死神当头,也会哭哭啼啼,送到城外的坟墓。

用不了多久,就会渐渐淡忘了这件事,重新投身于生活的奔波中。

第一个妻子则是人的心,和我们形影相随,生死不离。它和我们的关系如此密切,但我们也容易忽略了它,反而全神贯注于虚幻的色身。

★点燃你的思考:

修己敬人·明心为本·强能为用·利他乃成

## 02

# 人生的本质

### ● 充满挑战

### ● 变化无常

#### 提示

- 人从生到死,时时处处充满着挑战:未成人之前的学习生涯,使我们的职业选择面临着挑战;走上工作岗位又面临着职业长久性的挑战;嫁夫娶妻又面临着情感生活幸福与否的挑战。人生处处皆挑战!挑战临头勇者生,智者胜!
- 人生又称苦乐年华,时时变化,处处无常。除了“变”这个不变的事情之外,没有一样是永久不变的。任何一种事物在达到它发展的高峰之后,必然面临着衰落与死亡,在这一变化的大趋势下,局部的变化又往往无法预测与把握的。变化现前,心有定力者安,心安方能得理,得理(方法)者必有破解之策!

人生最大的快乐不在于占有什么,而在于追求什么的过程。

——(英)班廷

修心修态修能 打造强者人生

我在 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日郑重完成以下思考：

- 1.截止目前,都经历了人生的哪些挑战?找出成功案例。
- 2.通过迎接挑战,在所谓“失败”案例中吸取了哪些教训?
- 3.遇到过哪些变化无常的人生经历,学到了什么?
- 4.写好以上分析,请再写下“我一定要,马上行动,绝不放弃!”并签下姓名激励自己!

成功最需要的是——你的持久激情!

成功最难做到的是——简单的事情重复做!

成功最大的秘诀——比你的对手提供更好的能满足他人需求的东西!

——张力夫

修己敬人·明心为本·强能为用·利他乃成

**哲理故事：**

**题目**

**(请您拟定)**

特技团来了一些新弟子，教练从走钢丝开始教起，这些弟子在练习的时候，都是没走几步就掉下来，反复练习还是如此，最后都沮丧地坐在了地上，这时教练走了过来，对弟子们说：“掉落，是走稳的先决条件。”弟子们闻言，又重新爬上去练习。教练在旁叮咛着：“走，不停地走，直到你忘了那条钢丝的存在，忘了掉落这件事，你们就算真正学会了。”

人生处处充满意外，我们必须像练习走钢丝一样，带着微笑、抬头挺胸，若是不慎掉落，就重新再站起来，当我们不再在意“意外”，不再在意“掉落”。我们就可以走得比别人稳。

★点燃你的思考：

