

人生千言

写给涉世未深的你：

现实生活中，我们不可能事事顺心，但一定能做到坦然面对。

与忧虑 说再见

陈梓琪 编著

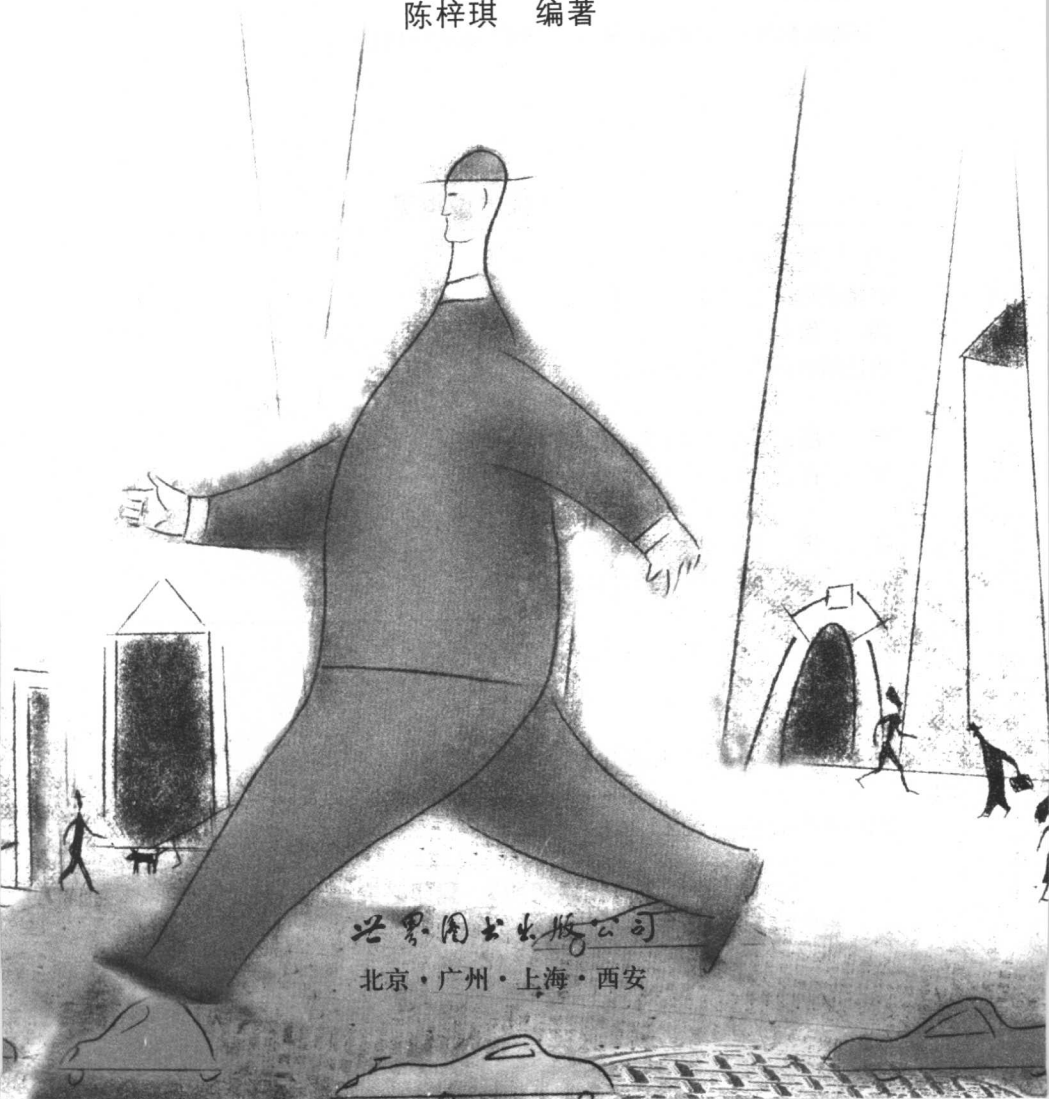


世界图书出版公司

人生千言

与忧虑说再见

陈梓琪 编著



世界图书出版公司

北京·广州·上海·西安

图书在版编目(CIP)数据

与忧虑说再见 / 陈梓琪编著. —北京: 世界图书出版
公司北京公司, 2004.9
ISBN 7-5062-7048-X

I. 与... II. 陈... III. 成功心理学—通俗读物
IV. B848.4-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第091813号

与忧虑说再见

编 著: 陈梓琪
装帧设计: 青·橙 工作室
插 图: 刘明
责任编辑: 李石华 王黎君

出 版: 世界图书出版公司北京公司
发 行: 世界图书出版公司北京公司
(地址: 北京朝内大街137号 邮编: 100010 电话: 64077922)
销 售: 各地新华书店和外文书店
印 刷: 北京国彩印刷有限公司

开 本: 880 × 1230 1/32
印 张: 7.25
字 数: 150 千
版 次: 2005年1月第1版 2005年1月第1次印刷

ISBN 7-5062-7048-X/Z · 203

定价: 16.00 元

版权所有 翻印必究

前言

生命是上天所赐予的珍贵礼物，也是一场绝美的咏叹。但生命，如果只有晴空丽日，而没有阴雨笼罩；如果只有欢乐，而没有愁苦；如果只有幸福，而没有忧伤，那么，这样的生命，就不足以歌功颂德了！

一个人千万别说自己不行，否则，你就会永远不行。我们要相信自己具有无限的潜能，相信自己有实力能把此事做好。任何美好的东西，只有在付出汗水之后，才能懂得它的来之不易和珍贵。不愿意往上看的人，就只能往下看，不转动自己，就只能停止不前；要想享受绚丽的人生，就得接受挑战，因为，只有在挑战自我的过程中，你才能找到无尽快乐的根源，以及生命本身所存在的美好本质。

在本书74则短文中，综合史实、事例、故事，读来轻松逗趣，但不失风雅；内容浅显易懂，但意味深远。书中阐述了人的性格、想法、态度，以及其自身所具备的信心指数，这些都会影响着人的一生。因此，我们也期待读者们能够品读此书中的智慧和温暖语录，替自己打开一扇希望之窗，并且能够让自己的人生在自我的重新审视与调整下，焕发出更加美丽璀璨的光彩。

编 者

2004年12月

想要人生过得精彩，
就要放飞思想的风筝
……



目 录

卷一 性格篇

1 放飞思想的风筝	2
2 光明磊落使你魅力四射	4
3 管理自己的生活	8
4 不轻易接受别人的恩惠	10
5 赞美别人将使你的天空更开阔	13
6 不要成为喜欢埋怨的人	16
7 优柔寡断将一事无成	18
8 成功的关键在于坚持到底	22
9 人至察则无徒	24
10 空谈只是行动的矮子	27
11 要做就竭尽全力去做	30
12 逃避只是短暂的解脱	33

13 做自己命运的主人	35
14 遇事要三思而后行	37
15 别拿“我脾气不好当借口”	40
16 沉默是一种美德	43

卷二 想法篇

17 放手是因为要让生命更宽阔	48
18 自己把握过程	51
19 方便别人也是方便自己	54
20 懂得拒绝才是最高明的选择	58
21 想不开时，站在反面想一想	62
22 激流勇退是智者所为	66
23 不要预设失败的借口	69
24 鸡首与牛后的迷思	71
25 裹足不前才是真正的遗憾	74
26 不要屈服于别人的见解	76
27 善用批评之箭	78
28 不要吝惜给予赞赏	81
29 敌人与朋友	84
30 简单并快乐着	86
31 思想家的骄傲与尊严	88
32 前卫的勇气	90
33 巧妙的批评	92

34 总会有另一种观点存在	94
35 一诺千金	97
36 不要成为急功近利的人	100

卷三 自信篇

37 自信才能闯天下	104
38 脸上的微笑阳光	108
39 自卑使你永远不能出头	110
40 人格与自尊	113
41 创造思维	115
42 凡事要有主见	118
43 要有宽广的胸怀	121
44 向老同学借鉴	122
45 相信自己，接受挑战	125
46 不要看轻自己	128
47 虽败犹荣	131
48 随时都有选择的自由	134
49 开发自己的宝藏	138
50 生命的长度与宽度	141
51 动脑的结果	144
52 我们不过是银河中的一粒沙	147

卷四 态度篇

53 最好的消息	152
54 快乐是自己真正的财富	154
55 再大的苦难也要承受	158
56 不要被他人的闲话所左右	162
57 坚忍的意志能感动上帝	165
58 多一分小心，少一分灾祸	168
59 受人恩惠要记得报答	170
60 暂时的妥协并不可耻	174
61 失败的智慧	178
62 放弃的智慧	181
63 挫折与失败	184
64 不要怨天尤人	188
65 热爱自己的工作	192
66 举荐人才	196
67 不要为了迎合别人而牺牲自己	198
68 举重若轻	202
69 一和十万的价值	204
70 不必对上司敬而远之	206
71 学会情绪管理	210
72 不要成为善妒的人	213
73 知人之明	216
74 高明的“报仇”方式	220

卷一

性格篇

（此处为模糊的正文内容，文字难以辨认，但大致为一段叙述性文字，涉及人物性格描写。）

（此处为模糊的页脚或注释内容。）

放飞思想的风筝

老和尚身边聚集着一群虔诚的弟子，这天，他嘱咐弟子们去南山各打一担柴回来，可是当弟子们行至南山下的河边后，只见洪水从山上奔腾而下，无论如何也难以渡河打柴。

弟子们垂头丧气地无功而返，惟独一个小和尚心平气和、坦然相对。老和尚问其缘故，只见小和尚从怀中掏出一个苹果，递给老和尚说：“虽然不能过河打柴，可是我看见河边有棵苹果树，就顺手把树上惟一的一个苹果摘了下来。”

后来，这位小和尚就成了老和尚的传人。

在这个世界上，总有许多走不完的路，过不了的河。遇到过不了的河时，掉头而回，固然也是一种智慧，但真正的大智慧是：要在河边放飞思想的风筝。例如：摘下一个“苹果”，让自己不虚此行，抱定此种生活信念的人，最终都一定能突破人生的困境、迈向坦途。



很多人只会盯着奔腾的河水发愁，
却看不到河边的苹果树。想要让自己
的人生过得精彩，就要放飞思想的风
筝，开放自己的性格，如此，才能不
虚此生！

光明磊落使你魅力四射

有人说：“世间万象都已尽善尽美，而成为道德上的完人，则是宇宙万物完美的顶峰。”在现代社会中，真正心胸坦荡的人，犹如凤毛麟角，纵使人们随时都在赞美这种品德，却鲜少有人躬行此道。

固守真诚品德的人，不怕失去权力和利益，他们将欺骗视为是背信弃义的行为，宁可当刚直不阿的“傻子”，也不愿做弄虚作假的“聪明人”。他们永远和真理站在同一阵线，只要谁和他们有了分歧，肯定是因为别人先抛弃了真理。

国王在将先知关进监狱的前一刻，对他说：“只要你按照我的要求去做，我就给你自由、豪宅、庄园和书房，如此你便能与妻子享乐。”

先知说：“自由本来就属于我，是你强行夺走它，根本就没有你恩赐于我的说法。我绝不虚伪地起誓，若不能光明磊落地活着，我宁可死去。”

先知入狱后，他的妻子来劝他：“您一直是最明智的人，现

在竟傻到被关在肮脏的监狱里。如果您肯按照国王的要求去做，就可以得到自由、豪宅和庄园，有什么不好呢？”

先知轻蔑地说：“豪宅的房屋和丰硕的田园，怎能和光明磊落相提并论？”

先知的妻子说：“您可以拥有生命。”

先知说：“世间并非只有生命才宝贵。”

先知的妻子骂道：“您简直愚不可及。”

先知则回答说：“你简直可怜至极。”



先知最后成了真诚的殉难者，他虽因诚实和正直而被国王杀害，但至死都不愿背弃自己的信仰，进而坚守了他坦荡一生的信念。

光明磊落者，可以坦然面对目光犀利的人，因为他们的内心像钻石般晶莹，不怕任何人的偷窥。

约翰生教授是位品行高尚的人，他经常对学生们说：“无论是现实生活或学术上的虚假，都是十分令人厌恶的。”

不管在哪里，他只要碰上虚假和阴险的动机，就会公开揭露，即使会因此惹祸上身，也不妥协，他说：“只要人能够光明磊落，就算是要为此做出牺牲也值得，总不能让虚伪来主持公道吧！”

约翰生的人生格言是：“我既不愿意、也不能够撒谎。”他将撒谎看成是道德犯罪，也把诚实看得高于一切，并一直教育他的学生要成为内心洁净的人。当他的学生做出真诚的承诺时，他总是说：“你能够这样说，真是可取，我完全相信你的话。”他非常信任自己的学生，如果哪个学生对他撒谎，他将不再相信那个人，并且永远地鄙视他。

所以，约翰生的学生都奉诚信为主臬，这完全是深受其人格魅力的影响。