

享受當下的生活2

發現幸福的

十五件事

影響千萬人一生的內容盡在此書中

如果你希望擺脫平凡的生活，如果你想追求卓越的品質，如果你想探索成功的奧秘，如果你想充份地發展自我，但是苦於找不到突破點，那麼，打開它。不管你是淺嘗，還是深味，本書都會給你指導，給你安慰，給你鼓舞，給你力量！



焦鼎○著

享受當下的生活2

發現幸福的 十五件事

影響千萬人一生的內容盡在此書中

如果你希望擺脫平凡的生活，如果你想追求卓越的品質，如果你想探索成功的奧秘，如果你想充份地發展自我，但是苦於找不到突破點，那麼，打開它。不管你是淺嘗，還是深味，本書都會給你指導，給你安慰，給你鼓舞，給你力量！



焦鼎◎著

國家圖書館出版品預行編目資料

享受當下的生活. 2. 發現幸福的十五件事 / 焦鼎作. -- 臺北縣土城市 : 三意文化企業, 2010.06

面 ; 公分. -- (勵心石 ; 139)

ISBN 978-986-6268-18-2(平裝)

1. 成功法 2. 生活指導

177.2

99006423

享受當下的生活2 發現幸福的十五件事

勵心石 139

作者 焦鼎
發行人 陳麗如
出版統籌 韓曉燕
執行編輯 胡紅霞
文字潤飾 朱學偉
內頁設計 陳麗
封面設計 陳麗

出版者 一言堂
登記證 台北縣土城市學府路34號3樓
電話：(02) 8665-6864
傳真：(02) 8914-6006
e-mail：sanyiwenhua@126.com

總經銷 創智文化有限公司
地址：台北縣中和市建一路136號5樓
電話：(02) 2228-9828
傳真：(02) 2228-7858

出版日期 2010年7月
定價 280元

前言

人生猶如一本書，只能讀一次。然而，多讀讀別人的故事，你就能更好地把握這僅有一次的人生，書寫自己華美的樂章。

在這個大千世界裡，每天發生著形形色色的故事。故事裡的人面臨的問題、經歷的事情、解決問題的思路和方式，可能對你會有所啟發。這樣，能從別人的經歷中吸取教訓，避免犯別人犯過的錯誤，讓自己少走彎路。

人生就像一場未知的旅行，我們不斷前進，尋求真實和美好。在這條探索的路上，不可能一帆風順，挫折、失敗、苦難總是時時地出現在我們面前，阻攔我們前進的腳步。面對這些生活的苦難，我們不能因為哭泣而停止探索。生活是一面鏡子，你對它哭泣，它也會給你擺出苦臉；你對它微笑，它便會對你展開笑臉。無論多苦，都試著給生活一個微笑，保持樂觀向上的心情，你才能乘風破浪，儘快突破困境。

人生的最終追求還是對快樂的追求，貧窮也好、富貴也好，都無法和快樂等價。一個快樂的人生不是別人給你的，而是自己選擇的。沒有不帶傷的船，只有不快樂的心。選擇快樂，這



一切都取決於你自己。

你會發現，人活著其實就是一種心態！生活猶如一張網，每天似乎都充滿著做不完的事。好心態恰似一道無形的屏障，為我們阻隔著紛擾，教我們輕鬆面對、快樂向前。世間其實並沒有真正的障礙，有的只是不同的心態，不同的路徑。有時候，人就應該像水一樣前進，如果前面是座山，就繞過去；如果前面是平原，就漫過去；如果前面是張網，就滲過去；如果前面是道閘門，就停下來，等待時機……生命之帆不會永遠順風順水，一時的苦難和挫折在所難免。懷著積極、樂觀的心態重新審視自己的人生，你會發現；只要心靈充滿陽光，世界就會充滿更多明媚！

你會發現，人的生活是自己創造的。每個人都會時常面臨來自生活、工作和社會各式各樣的問題。我們的處世方法、工作態度、努力程度、思維方式和心態信念等決定了我們一生的成敗。如果你希望擺脫平凡的生活，如果你想追求卓越的品質，如果你想探索成功的奧秘，如果你想充份地發展自我，但是苦於找不到突破點，那麼，打開它。不管你是淺嘗，還是深味，本書都會給你指導，給你安慰，給你鼓舞，給你力量！

人生的經歷不同，往往對人生的體驗就不同。本書包含的內容影響了並且正影響著千萬人

的一生，它囊括了古今中外流傳最廣，引用最多的哲理故事。本書所輯文字明瞭簡潔，靈氣十足，具有經典故事短小精煉，情節簡單，可讀性強，通俗易懂的獨特魅力。其間智慧小語也極富靈氣，猶如一股股清泉悄然滲入讀者的心田，讀來令人茅塞頓開，心智敞亮。

在人生的道路上，沒有平坦之捷徑，往往充滿著坎坷崎嶇。對於不同的路該如何走，這是我們每個人必須冷靜思考的問題。希望你把本書放在枕邊，當你彷徨苦悶和無聊閒暇的時候，翻翻它。或許它會給你答案，給你力量，讓你在人生的道路上左右逢源，永遠立於不敗之地。

本書通過大量的實例和富含哲理人生感悟，全方位、多角度、深入淺出地闡釋了跨越歷史長河，空間距離的智慧精華。不管你是從頭通讀，還是隨意翻閱，都一定會對你的人生有所啟迪。

希望你細細閱讀、慢慢品味，從而保持心靈的和諧，讓自己更輕鬆、灑脫地面對人生。開始你的閱讀之旅吧！通過閱讀，你會更加熱愛生命，更加努力地追尋夢想。從而，讀好你的人之書，做不折不扣的聰明人。打開心靈的窗戶，心才能夠通達，心靈的視覺才能清晰，才能發現人生中的無窮樂趣。擦亮你的眼睛，善待心靈，仔細地觀察生活，你會發現幸福其實就在你身邊。



Urges The Heart Stone 勵志心靈

這是一本讓你淡定從容的智慧書，一本讓你解讀心靈的枕邊書，閱讀本書，它將為你的人
生困惑的心理進行調適並提供解決之道。

目錄

第一件事 要懂得心理調整	17
入職前的心理和角色轉換	17
沒人教你，自己留心學習	21
懷才不遇也有心理因素	24
敏感多疑，謹防心理衰老	28
不要成為「大嘴巴」	32
以感恩之心面對一切	35
第二件事 想法太多，必有所失	39
目標太多讓人更加迷茫	40
人生的精彩來自於目標的精彩	43
一次只做一件事	46
目標一定是明確可操作的	50



制定一個完成目標的可行性計畫..... 54

第三件事 別想一下子就造出大海 57

成功來自積累..... 58

從每個硬幣開始積累..... 62

小生意也能賺大錢..... 65

健康也是積累的結果..... 68

第四件事 沒有做不完的事 71

沒有行動就永遠沒有機遇..... 71

千里之行，始於足下..... 74

誰跑得快誰贏得財富..... 76

堅持為夢想奮鬥，永不言棄..... 78

目錄

第五件事 懂得進退之道	81
低調是一種做人的藝術	82
退一步海闊天空	85
別跟自己過不去	88
知難而退，獨闢蹊徑	90
以退為進	93
第六件事 活用一切有利條件	97
不要在自己生活的周圍築起界限	97
在客觀環境中找到出路	100
機智是取勝的籌碼	104
善把他人當槍使	107
貴人扶持事半功倍	110



多個人情多條路·····	113
第七件事 自救是最後的生存之道 ·····	117
學會如何愛自己·····	118
靠努力才能取得成功·····	121
不要被暫時的挫折擊垮·····	125
在挫折中永點希望之燈·····	128
人應有所信仰·····	130
第八件事 人脈既是財脈 ·····	133
善於交往，拓展能力無限·····	134
甘做學生，而不是做老師·····	139
合作出金，善用他人力量·····	143
團結互助，形成集體之勢·····	149

目錄

低調處世，謙遜是種美德·····	152
吃虧是福，寬容更受歡迎·····	158
第九件事 做一個受歡迎的人 ·····	163
給人良好的第一印象·····	163
面帶笑容才能打動人·····	166
受人歡迎就要學會傾聽·····	169
掌控自己的情緒·····	172
為人處世豁達寬容·····	176
要學會給足別人面子·····	180
第十件事 勝負就在開口之間 ·····	183
口才是生存的一種本領·····	183



人就應該能言善語·····	187
世界上說話最難·····	190
伶牙俐齒卻未必能服人·····	193
沉默是金需記牢·····	197
不要在背後論人是非·····	200
第十一件事 機會屬於有心之人	203
成功的機會離不開規劃·····	203
發現問題是你的機會之窗·····	206
不要輕易找藉口迴避·····	210
培養你的好奇心·····	213
樂觀的人總能看到希望·····	215
爭取屬於你的機會·····	217

目錄

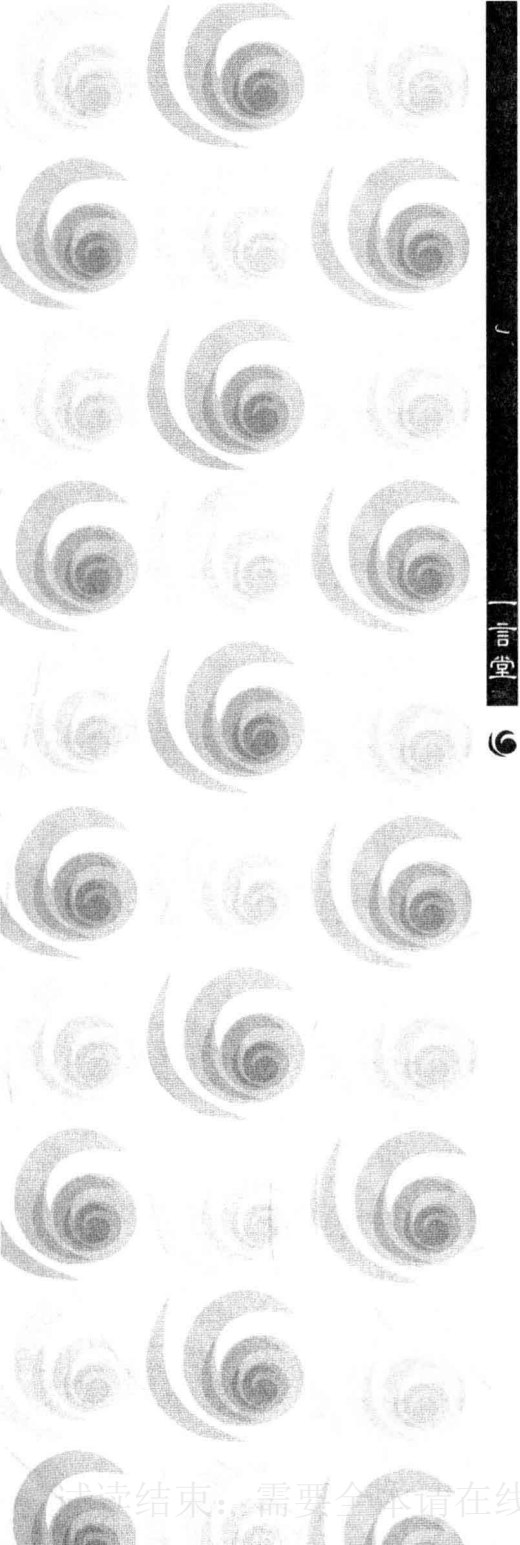
第十二件事 錢是智慧積累的結果	219
叩響你的財富之門	220
不走尋常路	223
和氣生財	226
吃虧就是佔便宜	228
聯合與合作才是致富之道	232
成功之花在競爭中盛開	234
第十二件事 家庭是事業的後盾	237
家庭是最好的避風港	238
把家庭當作事業來經營	242
美滿家庭是事業成功的基石	245
尋找事業和家庭的平衡點	249



現代人要警惕「文明病」	286
定期做身體檢查	281
後面的路更長	278
第十五件事 應該更關注健康	277
平衡事業成功與家庭生活的步驟	273
平衡事業與家庭	270
在工作中尋找快樂	267
不要讓工作成為你的全部	264
減少煩惱享受生活	261
讓人生豐滿、充實而有意義	257
第十四件事 適度地享受，適度地工作	257
孩子是家庭最大的資產	253

目錄

運動是健康的真正支點.....	291
不要讓應酬成為身體殺手.....	295
好身體也需要好心態.....	298



100

