

微笑系列丛书

梦工场

信心 就是最好的出路

思想是有力量的

对想做的事充满信心会比原子弹更有威力

身为E世代里的一分子

目前最迫切需要的就是要拥有信心

相信内心的指引

才能坚定行动遵循内在的伟大智慧

林琇琬 著



现代出版社

信心

Confidence
Is the Best Way Out

就是最好的出路

林琇琬◎著

Confidence

Is the Best Way Out

图字：01-2003-4202

图书在版编目 (CIP) 数据

信心就是最好的出路/林琇琬编. —北京：现代出版社，2003

(梦工场·微笑系列)

ISBN 7-80188-036-6/Z·052

I. 信… II. 林… III. 成功心理学—青少年读物
IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 055919 号

著 者：林琇琬

责任编辑：张 晶

出版发行：现代出版社

地 址：北京市安定门外安华里 504 号

邮政编码：100011

电 话：010-64267325 010-64240483 (兼传真)

电子邮箱：xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷：博通印务有限公司

开 本：880×1230 1/32

印 张：7.5

版 次：2003 年 7 月第 1 版 2003 年 7 月第 1 次印刷

印 数：1~8000

书 号：ISBN 7-80188-036-6/Z·052

定 价：18.00 元

本书由台湾广厦出版集团授权独家出版发行，翻版盗印必究。

Chief of Knowledge

知识才能谋生
阅读打开视界

未 来

若我们有一点点的成长
因为有你的支持
若我们有一点点的成就
因为有你的鼓励

特 · 别 · 感 · 谢 · 你 · 购 · 买 · 本 · 书

目 录

- 001 不断地感谢
- 003 独创性
- 007 享受自己的感觉
- 010 你，有权得到最好
- 013 忘了自己
- 016 凡事以他人为出发点
- 019 把握时间
- 022 用笑容释放伤痛
- 024 每一件事都有它呈现的原因
- 027 一切都是理所当然
- 030 实在最好
- 033 和人分享自己所有
- 036 做真英雄
- 039 选择性遗忘
- 042 不可能只是现在仍未发生
- 045 有天人观
- 048 调整方向

- 051 改变心意是好的
- 053 服务自己
- 056 不随便说“没办法”
- 059 不预设
- 062 好好照顾自己
- 066 落实日常生活
- 068 给他人想要的
- 071 下定决心去做
- 074 为别人分担
- 077 肯定过去的错误
- 080 接受美好
- 083 倾听身体的声音
- 086 专注于你要的结果
- 090 有最坏的打算，做积极行动
- 094 和自己握手言欢
- 097 有自己的风格
- 100 情绪并不能解决
- 103 愈说愈懂
- 106 建立自己的备忘录
- 109 你仍是你，并没改变
- 113 努力祝福别人
- 116 认识自己
- 119 永远的学生

- 122 不断接受好东西
- 125 保持微笑
- 128 别把没时间挂在口上
- 131 不必总是担心
- 134 生活得有目标
- 137 还不到放弃的时刻
- 140 把多余的人生去掉
- 143 想像自己九十岁
- 146 谦虚地接受别人的好
- 149 环境是为了造就你
- 152 再坚持一会儿
- 156 在沉静中看自己
- 159 在平时用功夫
- 162 和人和气相处
- 165 听得进难听话
- 168 单纯些好
- 171 为自己多想想
- 173 在平常中见伟大
- 176 大家一起成功
- 179 对自己随时提高标准
- 183 维持单纯
- 186 敞开心灵
- 189 一次担心到底

- 192 自己愿意改变
- 196 昨天是磨炼
- 199 珍惜现在拥有
- 203 读喜欢的书
- 205 充实自己
- 208 先替别人想
- 211 做自己的主人
- 214 想像力创造一切
- 216 一切都是最好的
- 220 努力自己
- 223 信心，就是最好的出路
- 226 先改变自己
- 228 照自己的方式活
- 230 转化石心



没有任何人的人生是充满顺利的，
但知道感谢的人，似乎特别容易成功。

每次看颁奖典礼时，总奇怪，为何得奖的人总是不断地感谢许多周边的人，就是没提到自己，好像得奖的并不是自己，而是他人。难道他本身并没付出努力吗？

圣保罗在《圣经》中提到，自己向上帝祈求时，应该以称赞和感谢来表达，因为感谢的心和宇宙的力量是接近的，所以祈求的东西，便会来到生活中。

一位穷人在求财富时，内容是：“神啊！我感谢。”每次心中难过时，便在心中不断地感谢。没想到，没多久他竟时来运转，有了富裕的生活。

没有任何的人生是充满顺利的，但知道感谢的人，似乎特别容易成功。

每个成功的人，都会感谢过去的不顺利；或许，也可以说，在不顺利时仍能够感谢，使他们更容易成功。

所以，赶快在生活中寻找可以感谢的事，来让自己成功地达成所愿，便显得重要了。

如果财富不够，至少我们可以感谢健康；健康不够，可以感谢生活宁静，甚至，可以扩大感谢到花、草、树木、云、山、红绿灯、街道树……各种想得到

的，都可以拿来不断地感谢。

感谢得越多，想得到的便会更快实现，为了让自己的人生能够不断地得到许多，现在就开始，不断地感谢。

独创性

每个人都有自己特有的特色，找出自己的风格，展现独特，才能活出自己。

张大千还不是“张大千”的时候，去找过毕加索。

他将自己的作品给毕加索看，毕加索看了一下，便请张大千到一个地方去，那是毕加索的仓库，里面放的是各种作品，毕加索的、别人送的和千奇百怪的东西。

张大千在里面待了很久，终于悟到一点：独创性。

艺术的作品有千万种，表现的方式有亿万种，但哪一种才能代表自己、代表张大千呢？

那之后，张大千成了独特性的人物，一个真正的张大千；因为他了解自己该用什么方式，去呈现自己的独特。

你用什么展现你自己？你的风格是什么？

每个人都有自己特有的特色，找出自己的风格，展现独特，才能活出自己。

上帝是个完美的制造者，不会制造两个完全一样的人，在这个星球。所以，一定有某一个独创特质，是只有你才拥有，在星球上的其他人类，怎样都比不上你。

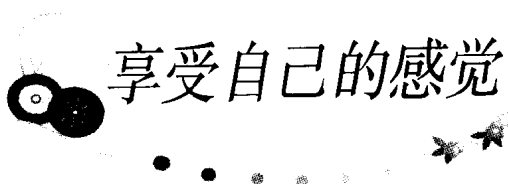
“有吗？我实在找不到。”你悄声地说。

别急，对自己有耐心些，再细心地观察你自己，

有哪些特长、才华、天赋，去引导自己的独创性，让它展露。

找到独特性的张大千，成了张大千！当然，你不会是张大千，你会是你自己，不久的将来，你便会是另一个响当当的名字，因为你的独特而响亮的名字。





享受自己的感觉

快乐地做你自己，享受你自己，感觉你自己。

生气、悲伤、喜悦、快乐……这种种的情绪，都是你的感觉，去享受它，而不是压抑它，让自己有血有泪。

事实上，没有人可以压抑任何一种感觉。想哭的人，拼命忍住情绪，后来，会哭得很惨重。越是叫自己不要乱想，越是会乱想。感觉是种奥妙的能量，不是靠压抑便可以控制的。

去享受感觉，比强压下去有用。

想哭，那就大哭一场吧！十分钟后，便可雨过天晴。心中的悲伤流掉后，便可减轻沉重感。

沮丧、无力、莫名的失落，去享受它们吧！它们只是过客，不是主人，总会走远的。只要你不要太专注于它们，它们会自觉无趣地走人的。而你这个主人，要做的只是礼貌招待，避免它们因为心有不甘，而总是来闹你。

快乐的感觉，是最令人享受的感觉了，那么，尽量让自己享受快乐吧！赶快去准备食物招待这个客人，让它愿意留下来，长久住在你家，去找任何你会喜欢的东西，来招待快乐，它是最客随主便的了，只要你喜欢，它也都喜欢，它也都快乐。

自然地让自己去享受任何的感觉，它们都是你的一部分，负面情绪不压抑，它自然会走；正面情绪不期然，它也自然会来。

快乐地做你自己，享受你自己，感觉你自己。

