

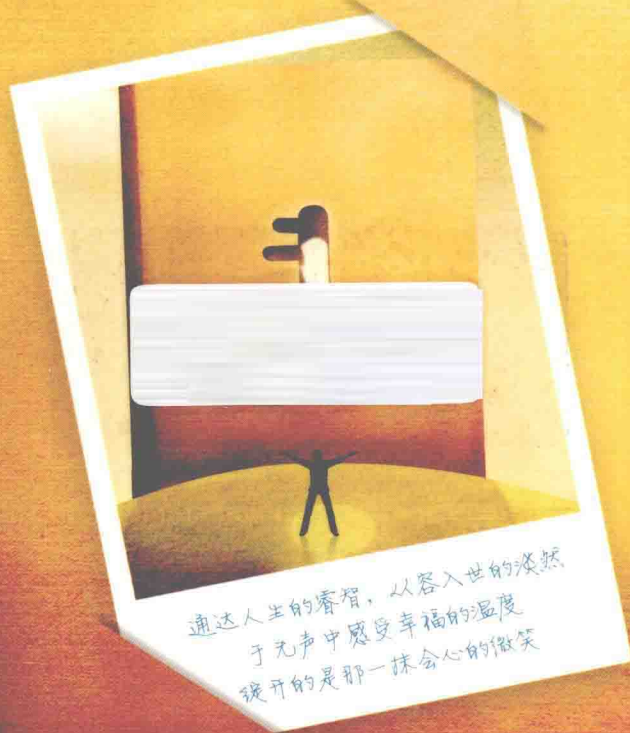
解读人生的智慧指南



成就完美的哲理圣经

人生哲理 枕边书

胡洁萍◎编著



通达人生的睿智，从容入世的淡然
于无声中感受幸福的温度
绽开的是那一抹会心的微笑

Life Philosophy



看书扫这里

和阅读方式：

编辑短信 人生哲理枕边书 发送至 10658080
手机也能随时随地阅读本书

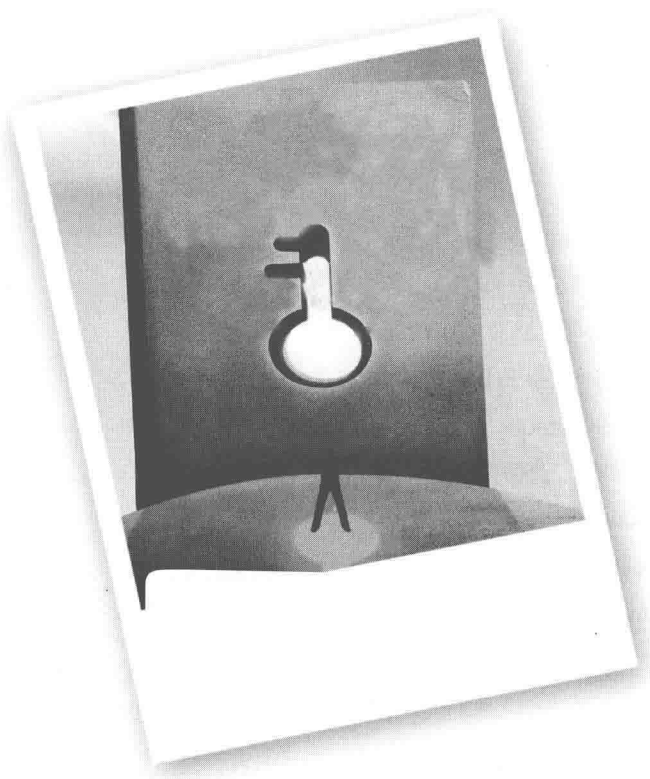


吉林出版集团有限责任公司



人生哲理 枕边书

胡洁萍◎编著



吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目(CIP)数据

人生哲理枕边书 / 胡洁萍编著. —长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2014.7

(读书会)

ISBN 978-7-5534-5249-4

I. ①人… II. ①胡… III. ①人生哲学—通俗读物

IV. ① B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 170520 号

读书会

人生哲理枕边书

Rensheng Zheli Zhenbianshu

出 版 吉林出版集团有限责任公司 (www.jlpg.cn/yiwen)

(长春市人民大街4646号, 邮政编码130021)

发 行 吉林出版集团译文图书经营有限公司

(http://shop34896900.taobao.com)

电 话 总编办0431-85656961 营销部0431-85671728

制 作  (www.rzbook.com)

印 刷 北京天宇万达印刷有限公司

开 本 889mm × 1194mm 1/16

印 张 20

字 数 440千字

版 次 2014年9月第1版

印 次 2014年9月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5534-5249-4

定 价 39.90元



前言

人生是一个追寻的过程，我们追求事业、追求成功、追求温情、追求幸福。时光在指尖流转，生活在光阴中继续。每个人都希望自己的人生是完美的，虽然这一点很难做到，但是我们却可以让自己的人生少留遗憾，这样的一生同样是完满的。

我们这一生，希望做一个自己满意的人。我们希望自己优秀出色、获得成功、赢得精彩，于是我们努力拼搏着。

我们这一生，希望做一个别人满意的人。我们希望获得更多的支持与帮助，获得更多的爱和关怀，于是我们努力经营着。

我们这一生，希望获得更多的财富和成就。我们希望自己的人生是富足而顺畅的，于是我们努力耕耘着。

我们这一生，希望得到最多的快乐和幸福。我们希望自己的每一天都过得愉悦和惬意，希望身边的每个人也能跟自己一样，于是我们努力付出着。

.....

虽然我们这一生有蹉跎，有悔恨，有懊恼，有不快，但当走完它时，我们总希望自己留下的是欢乐，是美好，是牵挂，是无悔。可是在这个过程当中，我们免不了迷茫，避不开彷徨，我们需要不时地慰藉心灵才能继续前行，所以需要时时翻开一本心灵的大书来给我们温暖与抚慰，无论是有所感还是有所得，都算是一种收获。

苏格拉底曾说，人生就是一次无法重复的选择。每个人都会时常面临来自生活、工作和社会的各种各样的压力与问题。当难题迎面而来的时候，充分汲取、掌握并运用睿智的哲理来指明人生的方向，领悟人生的意义，就能加速我们成功的进程。凝聚前人智慧和经验的哲理会让我们一辈子受益，只要你悟透其中的道理，娴熟地掌握、运用其中的方法、策略和技巧，一定能深刻地理解和把握人生，明智而从容地面对人生道路上的各种问题，少走一些弯路，少受一些挫折，顺利、快速地走向成功和幸福。

哲人说：“一粒沙里看出一个世界，一朵野花里有一座天堂，把无限放在你的手掌

上，永恒在一刹那收藏。”生活中一些平凡的小事里往往包含着最深刻的人生道理，它比起抽象的理论，能以更简单、更直接、更迅捷的方式把这些道理揭示出来，拨动我们的心灵，让我们瞬间豁然开朗。

每个人都希望拥有一个完满的人生，并为此付出努力。虽然生活当中总有一些不如意，但是我们追求完美的脚步却从不停歇。因为我们知道，生活总要继续，还有许多美好的人和事在未知的前方等待着我们。为了能够见到他们和它们，我们不能停下来，当然我们也停不下来。因为我们已经在生活中了，所以请跟着它快乐地走下去吧！



Part
01

洒满阳光的心灵 / 9

- 除掉心田上不快的草 / 10
- 积极地收集生活中的快乐 / 12
- 停止无谓的忧虑 / 13
- 不做坏情绪的奴隶 / 15
- 幽默是一朵美丽的花 / 17
- 每个缺口都有一个故事 / 19
- 不开心的事也可以变成好事 / 22
- 打好自己人生这副牌 / 23
- 做自己想做的事 / 25
- 永远不要抱怨生活对自己不公 / 27
- 挖出挡在路上的石头 / 29
- 挣脱束缚自己的心网 / 31
- 今天就去做 / 33
- 所有的都会过去 / 35
- 和负面情绪说再见 / 38
- 高兴就要及时表达 / 40
- 逃避是种怯懦 / 41
- 别为现在的贫困而苦闷 / 43
- 修剪你的欲望 / 45
- 坚韧是一种力量 / 47
- 宽容是淡泊的人情味 / 49
- 抱怨要适度 / 52
- 不公平是你奋发的契机 / 54
- 感谢折磨你的人和事 / 56

从想不开到想得开 / 58

你能退而求其次吗 / 60

把坏事当好事办 / 62

担心是最差的祈祷 / 64

接受生活的不完美 / 67

回馈是下一个幸福的前奏 / 69

Part
02

不生气的智慧 / 71

- 忍耐是暴躁的天敌 / 72
- 没有小和气，哪有大和谐 / 73
- 你敬我一尺，我敬你一丈 / 75
- 不计得失才能一身轻 / 77
- 给别人后路就是给自己退路 / 79
- 小怒数到十，大怒数到千 / 81
- 迁怒于人并非智者之举 / 83
- 冲动是魔鬼 / 85
- 愚者斗气，智者斗志 / 86
- 你无法做一只人人都喜欢的橘子 / 88
- 保持我那份知足常乐的傻劲儿 / 89
- 抱怨世界不如改变自己 / 91
- 放过你的“过去” / 93
- 人生在世，难得糊涂 / 95
- 微笑是最好的名片 / 97
- 生活有裂缝，阳光才能照进来 / 99
- 你永远不是点最背的那一个 / 101
- 原创的快乐无法复制 / 103

目录

CONTENTS





今天，你感恩了吗 / 105

只要活着，就没有什么大不了 / 107

管不住自己的嘴无异于自掘坟墓 / 108

培养“生气抗体” / 110

Part
03

圈子对了，事就成了 / 113

发现身边的贵人 / 114

贵人离你并不远 / 115

耐心积累你的人脉 / 117

人脉是成功的增速器 / 119

自信方能获得赏识 / 121

不惧吃亏结人缘 / 122

将自己放低 / 124

爱惜自己的信誉 / 126

学会幽默地表达 / 127

不要让人脉闲置 / 129

不容忽视的礼仪 / 131

让自己变成潜力股 / 133

主动出击发掘人脉 / 134

真诚就是最佳妙法 / 136

向前一步就是成功 / 138

与你的圈子共成长 / 139

做一个不可取代的人 / 141

通讯录就是最大的财富 / 143

抓住你的上升期 / 145

Part
04

再忙也要歇一歇 / 147

贪欲是痛苦的根源 / 148

别让虚名浮利累了自己 / 150

工作只是生活的一部分 / 152

金钱不是最重要的 / 153

别对生活苛求太多 / 154

做人做事都要量力而行 / 156

一部分人满意就够了 / 157

累是因为总盯着成功不放 / 159

学会欣赏自己的美好 / 161

挫折中也能看到希望 / 162

不要为缺憾而忧虑 / 164

漂亮是一个陷阱 / 165

人生在于怎么活 / 168

平凡的日子也能品出生活的滋味 / 169

转到另一面去看世界 / 171

生活是慢节奏的乐章 / 173

工作业绩关键在效果怎么样 / 175

学会忘记，不要沉浸在过去中 / 176

工作是为了更好地生活 / 178

忘记身外之物，让身心得到放松 / 179

Part
05

身体有活力，人生有动力 / 181

钱逼人，人迫健康 / 182

身体无论何时都是革命的本钱 / 183

谁“亚”了你的健康 / 184

用命换钱还是用钱换命 / 185

累了的时候不妨休息一下 / 186

放纵自我最不明智，透支哪有不还的道理 / 188

身、心、灵平衡，生命才能平衡 / 189

“生命在于运动”永远都不过时 / 190

给健康的保险才是真正的财富 / 191

防微杜渐，把小病扼杀在摇篮里 / 192

心情可以慵懒，身体不能偷懒 / 193

讳疾忌医耽误的是你自己 / 194

压力让你的身体不堪重负 / 196

好心态才有好身材 / 197

为生活做减法就是为健康做加法 / 199

给心灵松松绑 / 201

爱惜血肉之躯，不要让身心过于劳累 / 203

Part
06

每天读点儿幸福禅 / 205

如意只有一二，何不随遇而安 / 206

不要让人生留有遗憾 / 208

珍惜现在就是最大的幸福 / 209

幸福就在这一刻 / 210

不要让幸福和你擦肩而过 / 212

珍惜你所拥有的一切 / 214

停下脚步等快乐来敲门 / 215

对生活不满是不开心的根源 / 216

自私是快乐的极大阻碍 / 217

爱一定要学会分担 / 219

你会计算你的幸福吗 / 220

再苦也要笑，笑是走向快乐的门 / 221

别洒落那滴幸福的“甘露” / 223

春有百花秋有月：日日是好日 / 224

心中有爱，生活就充满快乐 / 226

应该让对方清楚你的爱 / 227

爱是幸福的回音壁 / 228

爱别人，才有人爱自己 / 229

有爱你的内心就不会太苦 / 231

爱，就是按对方所需要的付出 / 232

珍惜爸爸妈妈给予的幸福 / 233

目录

CONTENTS





Part
07

让宽容开出世间最美的花 / 235

对别人宽大就是对自己宽大 / 236

隐忍是一种魅力 / 238

英雄不问出身 / 240

付出的幸福 / 242

降低预期的效果 / 244

人生的重量 / 246

爱是包容 / 249

张开想象的翅膀 / 251

让别人喜欢你 / 253

在看到真相之前 / 255

伸出一只援手 / 257

每一个孩子都是好孩子 / 259

搭起一座理解的桥 / 261

只有包容，才能拥有 / 263

放下是最好的宽恕 / 264

开给别人的花 / 266

08

成功是可以被创造的 / 269

找到成功的指针 / 270

何为“明确”的目标 / 271

完善行动过程 / 272

挑战与超越 / 273

大理想，小目标 / 275

养成精益求精的习惯 / 276

成功要步步为营 / 277

成功要激发个人潜能 / 279

成功要远离借口和假设 / 280

成功是熬出来的 / 281

内心的渴望是成功的动力 / 283

成功就是不抛弃，不放弃 / 284

成功的方式无穷多 / 287

成功就是不逃避竞争 / 289

成功源于改变 / 290

1万小时的重复等于成功 / 293

成功要善于打破常规 / 295

成功要无视别人的无视 / 298

为成功“画皮” / 299

成功，源自过程 / 301

别把成功等同于财富 / 303

正确看待贫穷 / 305

急于求成最可怕 / 307

端正自己的财富观 / 308

成功是有“兴趣”的 / 310

自强宣言 / 312

未雨绸缪才能有备无患 / 314

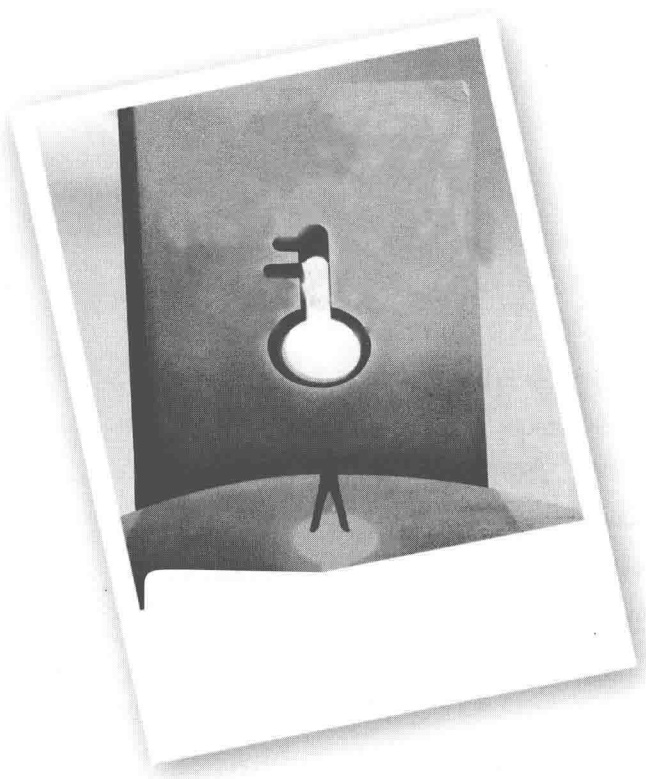
保持旺盛的热情 / 315

爬起的次数要比跌倒多一次 / 317



人生哲理 枕边书

胡洁萍◎编著



吉林出版集团有限责任公司

图书在版编目(CIP)数据

人生哲理枕边书 / 胡洁萍编著. —长春: 吉林出版集团有限责任公司, 2014.7

(读书会)

ISBN 978-7-5534-5249-4

I. ①人… II. ①胡… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 170520 号

读书会

人生哲理枕边书

Rensheng Zheli Zhenbianshu

出版 吉林出版集团有限责任公司 (www.jlpg.cn/yiwen)

(长春市人民大街4646号, 邮政编码130021)

发行 吉林出版集团译文图书经营有限公司

(http://shop34896900.taobao.com)

电话 总编办0431-85656961 营销部0431-85671728

制作  (www.rzbook.com)

印刷 北京天宇万达印刷有限公司

开本 889mm×1194mm 1/16

印张 20

字数 440千字

版次 2014年9月第1版

印次 2014年9月第1次印刷

书号 ISBN 978-7-5534-5249-4

定价 39.90元



前言

人生是一个追寻的过程，我们追求事业、追求成功、追求温情、追求幸福。时光在指尖流转，生活在光阴中继续。每个人都希望自己的人生是完美的，虽然这一点很难做到，但是我们却可以让自己的人生少留遗憾，这样的一生同样是完满的。

我们这一生，希望做一个自己满意的人。我们希望自己优秀出色、获得成功、赢得精彩，于是我们努力拼搏着。

我们这一生，希望做一个别人满意的人。我们希望获得更多的支持与帮助，获得更多的爱和关怀，于是我们努力经营着。

我们这一生，希望获得更多的财富和成就。我们希望自己的人生是富足而顺畅的，于是我们努力耕耘着。

我们这一生，希望得到最多的快乐和幸福。我们希望自己的每一天都过得愉悦和惬意，希望身边的每个人也能跟自己一样，于是我们努力付出着。

.....

虽然我们这一生有蹉跎，有悔恨，有懊恼，有不快，但当走完它时，我们总希望自己留下的是欢乐，是美好，是牵挂，是无悔。可是在这个过程当中，我们免不了迷茫，避不开彷徨，我们需要不时地慰藉心灵才能继续前行，所以需要时时翻开一本心灵的大书来给我们温暖与抚慰，无论是有所感还是有所得，都算是一种收获。

苏格拉底曾说，人生就是一次无法重复的选择。每个人都会时常面临来自生活、工作和社会的各种各样的压力与问题。当难题迎面而来的时候，充分汲取、掌握并运用睿智的哲理来指明人生的方向，领悟人生的意义，就能加速我们成功的进程。凝聚前人智慧和经验的哲理会让我们一辈子受益，只要你悟透其中的道理，娴熟地掌握、运用其中的方法、策略和技巧，一定能深刻地理解和把握人生，明智而从容地面对人生道路上的各种问题，少走一些弯路，少受一些挫折，顺利、快速地走向成功和幸福。

哲人说：“一粒沙里看出一个世界，一朵野花里有一座天堂，把无限放在你的手掌

上，永恒在一刹那收藏。”生活中一些平凡的小事里往往包含着最深刻的人生道理，它比起抽象的理论，能以更简单、更直接、更迅捷的方式把这些道理揭示出来，拨动我们的心灵，让我们瞬间豁然开朗。

每个人都希望拥有一个完满的人生，并为此付出努力。虽然生活当中总有一些不如意，但是我们追求完美的脚步却从不停歇。因为我们知道，生活总要继续，还有许多美好的人和事在未知的前方等待着我们。为了能够见到他们和它们，我们不能停下来，当然我们也停不下来。因为我们已经在生活中了，所以请跟着它快乐地走下去吧！



Part
01

洒满阳光的心灵 / 9

- 除掉心田上不快的草 / 10
- 积极地收集生活中的快乐 / 12
- 停止无谓的忧虑 / 13
- 不做坏情绪的奴隶 / 15
- 幽默是一朵美丽的花 / 17
- 每个缺口都有一个故事 / 19
- 不开心的事也可以变成好事 / 22
- 打好自己人生这副牌 / 23
- 做自己想做的事 / 25
- 永远不要抱怨生活对自己不公 / 27
- 挖出挡在路上的石头 / 29
- 挣脱束缚自己的心网 / 31
- 今天就去做 / 33
- 所有的都会过去 / 35
- 和负面情绪说再见 / 38
- 高兴就要及时表达 / 40
- 逃避是种怯懦 / 41
- 别为现在的贫困而苦闷 / 43
- 修剪你的欲望 / 45
- 坚韧是一种力量 / 47
- 宽容是淡泊的人情味 / 49
- 抱怨要适度 / 52
- 不公平是你奋发的契机 / 54
- 感谢折磨你的人和事 / 56

- 从想不开到想得开 / 58
- 你能退而求其次吗 / 60
- 把坏事当好事办 / 62
- 担心是最差的祈祷 / 64
- 接受生活的不完美 / 67
- 回馈是下一个幸福的前奏 / 69

Part
02

不生气的智慧 / 71

- 忍耐是暴躁的天敌 / 72
- 没有小和气，哪有大和谐 / 73
- 你敬我一尺，我敬你一丈 / 75
- 不计得失才能一身轻 / 77
- 给别人后路就是给自己退路 / 79
- 小怒数到十，大怒数到千 / 81
- 迁怒于人并非智者之举 / 83
- 冲动是魔鬼 / 85
- 愚者斗气，智者斗志 / 86
- 你无法做一只人人都喜欢的橘子 / 88
- 保持我那份知足常乐的傻劲儿 / 89
- 抱怨世界不如改变自己 / 91
- 放过你的“过去” / 93
- 人生在世，难得糊涂 / 95
- 微笑是最好的名片 / 97
- 生活有裂缝，阳光才能照进来 / 99
- 你永远不是点最背的那一个 / 101
- 原创的快乐无法复制 / 103

目录

CONTENTS





今天，你感恩了吗 / 105

只要活着，就没有什么大不了 / 107

管不住自己的嘴无异于自掘坟墓 / 108

培养“生气抗体” / 110

Part
03

圈子对了，事就成了 / 113

发现身边的贵人 / 114

贵人离你并不远 / 115

耐心积累你的人脉 / 117

人脉是成功的增速器 / 119

自信方能获得赏识 / 121

不惧吃亏结人缘 / 122

将自己放低 / 124

爱惜自己的信誉 / 126

学会幽默地表达 / 127

不要让人脉闲置 / 129

不容忽视的礼仪 / 131

让自己变成潜力股 / 133

主动出击发掘人脉 / 134

真诚就是最佳妙法 / 136

向前一步就是成功 / 138

与你的圈子共成长 / 139

做一个不可取代的人 / 141

通讯录就是最大的财富 / 143

抓住你的上升期 / 145

Part
04

再忙也要歇一歇 / 147

贪欲是痛苦的根源 / 148

别让虚名浮利累了自己 / 150

工作只是生活的一部分 / 152

金钱不是最重要的 / 153

别对生活苛求太多 / 154

做人做事都要量力而行 / 156

一部分人满意就够了 / 157

累是因为总盯着成功不放 / 159

学会欣赏自己的美好 / 161

挫折中也能看到希望 / 162

不要为缺憾而忧虑 / 164

漂亮是一个陷阱 / 165

人生在于怎么活 / 168

平凡的日子也能品出生活的滋味 / 169

转到另一面去看世界 / 171

生活是慢节奏的乐章 / 173

工作业绩关键在效果怎么样 / 175

学会忘记，不要沉浸在过去中 / 176

工作是为了更好地生活 / 178

忘记身外之物，让身心得到放松 / 179

Part
05

身体有活力，人生有动力 / 181

钱逼人，人迫健康 / 182

身体无论何时都是革命的本钱 / 183

谁“亚”了你的健康 / 184

用命换钱还是用钱换命 / 185

累了的时候不妨休息一下 / 186

放纵自我最不明智，透支哪有不还的道理 / 188

身、心、灵平衡，生命才能平衡 / 189

“生命在于运动”永远都只不过时 / 190

给健康的保险才是真正的财富 / 191

防微杜渐，把小病扼杀在摇篮里 / 192

心情可以慵懒，身体不能偷懒 / 193

讳疾忌医耽误的是你自己 / 194

压力让你的身体不堪重负 / 196

好心态才有好身材 / 197

为生活做减法就是为健康做加法 / 199

给心灵松松绑 / 201

爱惜血肉之躯，不要让身心过于劳累 / 203

Part
06

每天读点儿幸福禅 / 205

如意只有一二，何不随遇而安 / 206

不要让人生留有遗憾 / 208

珍惜现在就是最大的幸福 / 209

幸福就在这一刻 / 210

不要让幸福和你擦肩而过 / 212

珍惜你所拥有的一切 / 214

停下脚步等快乐来敲门 / 215

对生活不满是不开心的根源 / 216

自私是快乐的极大阻碍 / 217

爱一定要学会分担 / 219

你会计算你的幸福吗 / 220

再苦也要笑，笑是走向快乐的门 / 221

别洒落那滴幸福的“甘露” / 223

春有百花秋有月：日日是好日 / 224

心中有爱，生活就充满快乐 / 226

应该让对方清楚你的爱 / 227

爱是幸福的回音壁 / 228

爱别人，才有人爱自己 / 229

有爱你的内心就不会太苦 / 231

爱，就是按对方所需要的付出 / 232

珍惜爸爸妈妈给予的幸福 / 233

目录

CONTENTS





Part
07

让宽容开出世间最美的花 / 235

对别人宽大就是对自己宽大 / 236

隐忍是一种魅力 / 238

英雄不问出身 / 240

付出的幸福 / 242

降低预期的效果 / 244

人生的重量 / 246

爱是包容 / 249

张开想象的翅膀 / 251

让别人喜欢你 / 253

在看到真相之前 / 255

伸出一只援手 / 257

每一个孩子都是好孩子 / 259

搭起一座理解的桥 / 261

只有包容，才能拥有 / 263

放下是最好的宽恕 / 264

开给别人的花 / 266

08

成功是可以被创造的 / 269

找到成功的指针 / 270

何为“明确”的目标 / 271

完善行动过程 / 272

挑战与超越 / 273

大理想，小目标 / 275

养成精益求精的习惯 / 276

成功要步步为营 / 277

成功要激发个人潜能 / 279

成功要远离借口和假设 / 280

成功是熬出来的 / 281

内心的渴望是成功的动力 / 283

成功就是不抛弃，不放弃 / 284

成功的方式无穷多 / 287

成功就是不逃避竞争 / 289

成功源于改变 / 290

1万小时的重复等于成功 / 293

成功要善于打破常规 / 295

成功要无视别人的无视 / 298

为成功“画皮” / 299

成功，源自过程 / 301

别把成功等同于财富 / 303

正确看待贫穷 / 305

急于求成最可怕 / 307

端正自己的财富观 / 308

成功是有“兴趣”的 / 310

自强宣言 / 312

未雨绸缪才能有备无患 / 314

保持旺盛的热情 / 315

爬起的次数要比跌倒多一次 / 317