

一生的感悟

Yisheng De Gannu

章 恺 / 编著

全集

让你受益终生的**183**个大智慧



中国市场出版社
China Market Press

一生的感谢

全集

Yisheng De Gannu

让你受益终生的**183**个大智慧



中国市场出版社
China Market Press

图书在版编目(CIP)数据

一生的感悟/章恺编著. —北京:中国市场出版社,
2006.2

ISBN 7-80155-991-6

I. 一... II. 章... III. 个人—修养—通俗读物
IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 007489 号

书 名:一生的感悟

编 著:章 恺

责任编辑:宋 涛

出版发行:中国市场出版社

地 址:北京市西城区月坛北小街 2 号院 3 号楼(100837)

电 话:编辑部(010)68034118 读者服务部(010)68022950

发行部(010)68021338 68020340

68024335 68033577

经 销:新华书店

印 刷:北京市昌平北七家印刷厂

开 本:787mm×1092mm 1/16 18.5 印张 300 千字

版 本:2006 年 3 月第 1 版

印 次:2006 年 3 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 7-80155-991-6 /B·16

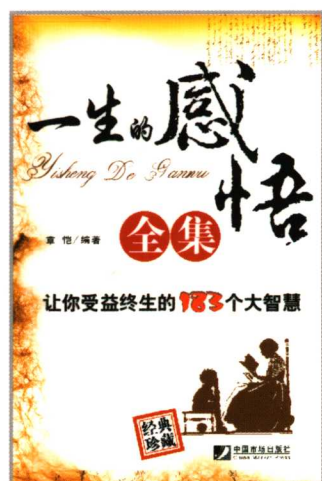
定 价:29.80 元

Yisheng
De Gannu



让你受益终生的**183**个大智慧

Yisheng De Gannu



责任编辑 宋 涛

封面设计





序 言

人生是充满不定性的,你无法预知明天会发生什么事情,可是一旦事情发生了,你不都得面对吗?你能跑吗?躲开行吗?人为什么而活着?为自己?为父母?为心爱的人?不论为什么,你总得面对人生,虽然人生有时很残酷,没错,这就是一个残酷的世界,可你总不想,也总不能活得窝窝囊囊、毫无建树吧?虽然有时结果并不好,可活着得有目标,得有个活着的理由,是不是?抱着乐观的态度去感悟人生、面对现实、面对一切,会让你快乐、幸福。

我们在现实生活中难免遭遇逆境与顺境。既然不可避免,就不如以泰然的心境、坦荡的襟怀从容应对,不怕他人的嘲讽。这样不但可以快乐地生活,还可以从中领悟到一些哲理。有直面现实的勇气,有日新月异的精神,是年轻有朝气的象征。抱残守缺、故步自封是衰退的表现。所以,遇到失败和困境,一定要坦然面对。如果希望过健康快乐的生活,使我们的精神成长,事业成功,我们必须实践一个原则:睿智地感悟人生,勇敢地面对现实。

人的一生,无非是在不断地成功与失败,在危机与契机中学习和奉献。人生每一阶段的职业,都是学习和奉献的过程。学习与奉献,若能与兴趣结合最好。但其实兴趣是培养出来的,是自己机智地选择出来的!若原来对自己所学的专业或所从事的行业兴趣不大,通过努力地学习和奉献,深入体会它的意味,也可以把兴趣培养出来。

在人生路途中,若碰到一些意外的转折,要认清目标,作适当的调整,切勿迷失方向与目标。找到了自己的志趣,结合自己的长处,将会把危机化为转机。面对生活,有时候你别无选择,而此时假如你的能力足够强,意志足够坚强,你就不会感觉到太大压力。成功就是站起来比倒下去多一次!有人在生活中沉沦,有人却在生活中奋起,这一切取决于你自己!未经历现实生活磨砺的所谓“成功”是不堪一击的,真正的无畏是直面生活、直面现实地挑战、感悟人生。

本书是许多智者思考和勇者行动的结晶,我们将从中知道:应当怎样思考人生,面对现实,走向成功!

人生需要感悟,有感悟的人生才能变得坦然、快乐,才能变得回味无穷。

作 者



第一章 从自我完善开始

- 不管事情怎么样,总要保持本色 // 3
- 多花些时间反思自己,别让自己的生活变得盲目 // 4
- 全身心地投入人生,活在当下 // 5
- 除了自己,没有人能让我们贬值 // 6
- 不断完善自己,得到属于自己的肯定 // 7
- 人贵有自知之明 // 8
- 你就是百万富翁:好好珍惜你所有 // 9
- 成功者找方法,失败者找借口 // 10
- 欣赏自己本身的价值,努力干好自己的事业 // 11
- 树立好的名声:诚实是你的潜在力量 // 12
- 敞开胸怀,才能虚心接纳他人的意见 // 13
- 生活需要一对幻想的翅膀,更需要一双踏踏实实的脚 // 14
- 肯定过去,就是肯定了现在的自己 // 15
- 在自由的环境下,我们才能最大限度地释放自己 // 16
- 认识你自己:潜能冲破难关 // 18
- 从自己身上才能找到问题的症结所在 // 19
- 真正的魅力来自内心,而不仅仅是外表 // 19
- 对别人诚实是你最大的利益和财富 // 21

第二章 为了目标而执著

- 只要看准了,就要坚持走自己的路 // 25



- 凡事要尽力而为,也要量力而行 // 26
- 成功不仅在于理想,更在于方向 // 27
- 自己圆梦:命运掌握在自己手中 // 29
- 跌倒不要紧,只要信心不被打碎 // 30
- 正确的选择加上不懈的努力,就会创造出奇迹 // 31
- 发现自我:了解自己到底想要干什么 // 33
- 一面镜子照亮前进路上的所有荆棘 // 34
- 目标使我们能把握住现在 // 34
- 只有那些认准方向、积极行动的人,才能改变自己的命运 // 36
- 上帝可以辜负生命,却绝不会辜负信念 // 37
- 别让遥远的未来使你烦闷,执著是成大事者必备的品质 // 38
- 没有了自信心,就等于自己给自己判了死刑 // 39
- 只会幻想的人没有真正的机会 // 41

第三章 勇敢一点,别让机遇逃脱

- 化不利为有利,把绊脚石变成垫脚石 // 45
- 用勇气铺路,“不可能”就会变成“可能” // 47
- 肯定自己,不要因失败而退缩 // 48
- 迎接挑战,跨越阻碍你前进的“栏杆” // 49
- 在时运不济时也永不绝望 // 50
- 路是铺出来的,机会是创造出来的 // 51
- 勇敢地与风雨搏击,阳光总在风雨后 // 52
- 创造条件,接近美好的目标 // 53
- 成功需要一股韧劲 // 54
- 抓住关键时刻,展现自我的才能 // 55
- 不能因害怕而停止脚步 // 57
- 拥有突破极限的力量 // 58
- 全力以赴地挑战命运 // 59
- 历尽磨难,仍要坚持挑战挫折 // 62



充满挑战的地方才能充满机遇 // 63

第四章 从诚信与宽容中收获美满

- 宽恕他人等于让自己获得快乐 // 67
- 生命中不能没有宽容 // 68
- 宽容、诚信是心与心的体谅 // 70
- 宽容是一种无声的教育 // 71
- 宽容别人,为自己留一份发展的空间 // 72
- 真诚和爱心最终会得到善意的回报 // 73
- 心有定见,善于宽容 // 74
- 只有勇敢者才懂得怎样宽容 // 75
- 多一个朋友不如少一个敌人 // 76
- 率先迈出化敌为友的一步 // 77
- 永远不能轻易放弃诚实 // 79
- 解除痛苦的紧箍咒 // 80
- 宽容待人,他人思报 // 81
- 做个好人,不要计较眼前的得失 // 83
- 学做一个诚实的人,我们将获益终身 // 84
- 在轻信与多疑之间摇摆,终将一事无成 // 86

第五章 尽职尽责,为自己工作

- 用从内心深处涌出的激情从事工作 // 91
- 将良好品质贯彻到工作中 // 92
- 天下没有不劳而获的东西 // 93
- 生活需要效率,更需要休息 // 94
- 不要让你的“热情”成为别人的负担 // 96
- 在其位,谋其职 // 97
- 名人照样可以接近 // 98



学会忍耐:享受挑战过程中的“无法承受” // 100

用勤奋与认真去弥补自己的不足 // 101

发掘覆土下的金矿 // 102

面对拒绝要多动脑筋 // 104

控制情绪,因势利导 // 105

对待别人不要在心中形成定势 // 106

整洁的形象:从外表认真开始 // 108

第六章 相信自己:态度决定一切

心里的障碍远比事实的障碍来得强大 // 113

从容的心态、机敏的智慧才是取胜之道 // 114

适应不可避免的事实 // 115

不要吝啬你的表扬 // 116

换个角度去看,烦恼的事情也变得满足 // 117

忘却忧虑,让自己一直忙着 // 118

有了积极的心态,新的机会才会随之而来 // 119

留住美丽:给自己做道加法 // 121

快乐生活,与未来相约 // 122

能接受既成事实,是克服任何不幸的第一步 // 124

影响我们命运的不是环境而是态度 // 125

用心地体验人生,生命必得丰收 // 126

完美只能无限接近,而无法达到 // 127

渴望超越别人,证明自己的价值 // 128

爱让我们充满勇气 // 129

希望来源于心底的乐观,唯有相信才有可能 // 131

第七章 说话办事恰到好处

用幽默点亮办公室生活 // 135



- “语言暴力”最伤夫妻感情 // 136
- 最好少说“不知道” // 137
- 一切从“不”开始 // 139
- 说话之前先学会倾听 // 140
- 跳出固执的框子，“缠”出你的希望 // 141
- 勿以事小而不为 // 143
- 虚张声势，瞒天过海 // 144
- 摆脱对朋友的依赖 // 145
- 以君子之心度小人之腹 // 147
- 想成功，不能缺少朋友的帮助 // 148
- 要劝阻一件事，永远都要躲开正面的批评 // 150

第八章 学会放弃才会美丽

- 人生就是选择和放弃 // 155
- 今天的放弃也许是明天的快乐和幸福的基石 // 156
- 学会选择、懂得放弃是人生的必修课 // 157
- 凡事皆有两面，关键在于学会抉择 // 158
- 头脑清醒，坚持正确的选择 // 159
- 安然一份放弃，固守一份拥有 // 160
- 欲速则不达，成功有时候靠等待 // 162
- 放弃并非是对追求的背叛，有时倒更能执著其间 // 164
- 放弃和收获并不矛盾，在适当时候要适当放弃 // 165
- 生命的旅途中，只取自己需要的东西 // 166
- 如果你想快乐一生，就必须改变对苦难的消极态度 // 168
- 不要成为物质的附属品，快乐生活最重要 // 169
- 盲目的努力，得到的只能是苦果 // 170

第九章 智慧与勤劳是成功的孪生兄弟

- 用智慧开拓你的想象人生 // 175



- 专注平凡,发现伟大 // 176
- 抱有成功的准备,用踏实与奋斗铺路 // 177
- 伺机而动,大器晚成 // 178
- 我们需要的是有思想、有主见的人 // 179
- 知之为知之,不知为不知 // 180
- 行动与思想结合,才能发挥思想真正的威力 // 181
- 学习知识就像在画圈 // 182
- 只要工夫用到了,努力是不会白费的, // 183
- 创造力是上天赐予我们的最珍贵的礼物 // 185
- 恰当地放弃也是一种生存的智慧 // 186
- 运用你的智慧,知识就是力量 // 187
- 拥有智慧的前提是做个勤劳的人 // 188
- 珍惜时间,分秒必争 // 189
- 用智慧与勤奋战胜现实 // 191
- 要比别人聪明,但不要告诉人家你比他更聪明 // 192

第十章 在欲求与真我之间抉择

- 尊严就是人心中那条最神圣的底线 // 197
- 人生第一桶金子使我受用终生 // 198
- 金钱有时没有任何价值 // 200
- 放下沉重的包袱,不为贪婪所诱惑 // 201
- 朋友不以贫穷自卑 // 202
- 贪欲越多,往往生活得越痛苦 // 203
- 搞到资金,才能赚到自己的金钱 // 205
- 避免毫无意义的争论 // 206
- 抵住贪婪的诱惑,才有可能找到我们真正需要的 // 208
- 才气是阅历的儿女,经历是人生的宝贵财富 // 209
- 除了财产和权势,还有别的东西值得追求 // 210
- 满足的心态、快乐悠闲的生活才能使你快乐 // 211



金钱的价值并不能用来衡量生命的价值 // 213

第十一章 良好的修养成就美好的人生

从自己做起,让自己成为一个有修养的人 // 217

只要做一个诚实的人,你的命运就会出现转机 // 218

确立适合自己的目标,一步一步迈进就好 // 219

美好的生活需要我们过好每一天 // 220

把自己当成别人,把别人当成自己 // 221

生命太短促了,不该再顾及那些小事 // 223

坚持让不可能的事情变成可能 // 224

半途而废,你将一事无成 // 225

人生永远都有转折,不存在所谓的绝境 // 226

在挫折中学习,在苦难中成长 // 228

懒惰使人一事无成,培养勤勉是生存的关键 // 229

很难想象一个小事都处理不好的人会有什么大作为 // 230

与其浪费时间,不如马上去尝试 // 231

莫忘致谢:感恩是我们应该保持的一种心态 // 232

承认错误才能获得好感 // 234

不要丢掉追逐梦想的热情,更不要丢掉那颗向上的心 // 235

宽宏大量,以德报怨 // 236

第十二章 在亲情、爱情、友情中体会幸福

在失意时打开回家的门 // 241

珍惜你所拥有的:爱需要相互付出 // 242

朋友间无私的协作,可以产生最强大的合力 // 243

唯有相信,才有可能 // 244

有你相伴,任何高山我都有勇气去征服 // 245

值得信赖是幸福,信赖他人是高尚 // 247



随时随地地把对方放在心上,摆在首位 // 248

无言的关心需要用心感应 // 249

友谊与爱情,没有谁优谁劣的区分 // 250

真爱的选择不能没有宽容 // 251

珍惜情感,懂得回报 // 253

经过时间的考验,才能得到真正的爱情 // 254

在作决定时,给自己一段考虑的时间 // 255

爱需要甜言蜜语,更需要坚定守候 // 256

爱情的常青树需要我们真心呵护 // 257

为了避免遗憾,请重新检视自己 // 258

爱情字典里不能有“自私”这个字眼 // 260

体会深沉的父爱 // 261

对父母的爱,我们都应该心存感激 // 262

第十三章 让心灵去旅行:书写我的生活哲学

生活中充满快乐的音符,只要你用心去倾听 // 267

从珍惜身边的美好开始,踏上幸福之旅 // 268

做一个幸福的人,做一个传递幸福的人 // 269

活着,就是幸福 // 270

拥有一份属于自己的理所当然 // 271

用心感受每个瞬间,挖掘隐藏在平淡背后的真意 // 272

选对人生奋斗的方向,你的才华就会得到更好的发挥 // 273

不要被生活的假象迷惑 // 275

从内到外释放的美才是真正健康恒久的美 // 276

别让任何人偷走你的梦 // 278

“不犹豫”与“不后悔”的人生哲学 // 279

看得惯残破,也是一种人生的境界 // 280

自由生活在自己选择的天地中 // 281

给自己一个悬崖,其实就是给自己一片蔚蓝的天空 // 282



一生的感悟

YISHENGDEGANWU

第一章

从自我完善开始

