



心灵咖啡系列丛书

品味心灵咖啡
感悟人生真谛

寻找你的

幸运星

Xingyunxing

华君编著



Xinling Kafei
Xilie Congshu



华文出版社
Sinoculture Press

心灵咖啡系列丛书



寻找你的

幸运星

Xingyunxing

华君编著



Xinling Kafei

Xilie Congshu



华文出版社
Sinoculture Press

图书在版编目 (CIP) 数据

寻找你的幸运星 / 华君编著. — 北京: 华文出版社,
2005. 4

ISBN 7 - 5075 - 1816 - 7

I. 寻 ... II. 华 ... 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 (2005) 第 035128 号

华 文 出 版 社 出 版

(邮 编 100055 北京市宣武区广安门外大街 305 号 8 区 5 号楼)

网址: <http://www.hwbs.com.cn>

网络实名名称: 华文出版社

电子信箱: hwbs@263.net

电话: 010 - 63370164 63370169

新 华 书 店 经 销

河北冀峰印刷股份有限公司印刷

880 × 1230 1/32 开本 10.125 印张 220 千字

2005 年 5 月第 1 版 2005 年 5 月第 1 次印刷

*

印数: 0001 - 8000 册

定价: 18.00 元



序 言

生命是一座重门深锁的城堡，它犹如心灵的迷宫，使我们身处其中却无法找到出口。当我们不小心步入了心灵的误区，痛苦不堪时，命运会给你以七色的阳光，让你坦然地面对生活和社会，走出困境、走出迷茫……

人生的最美，就是一边行走，一边欣赏路边美丽的花朵；或是坐在咖啡馆的落地玻璃窗前享受惬意的阳光。让我们珍视生命、战胜苦难、休憩心灵、呵护真爱、调整心态、享受人生，同时学会从全新的视角去看待生活，对待生命。

把杂草从花园中移开，留下的即是美丽。你不需要再种什么了，只需要带走那些破坏美丽的东西，为心灵除除草，留下的即是快乐。你不需要改变现状，只需要剪掉那些抑郁和焦虑的牵绊。悲观者从来不会发现星星的奥秘，不会航行到地图上没有的小岛，不会为人类灵魂开启新的天堂。而生活，存在于此时此地，而非彼时彼地。幸福之于我们不是遭遇它、经历它，就是失去它。生命于人，无论富有还是贫穷，都只有一次。这一次可能是悠长的，也可能是短暂的，无论是怎样的一次生命，我们都要善待这一次，美丽这一次，灿烂这一次。

总有一种力量将我们支撑，总有一种情怀令我们感动。没有被感动过的心灵是苦涩的。也许你已拥有了许多心灵故事，但你一定会再次被感动。

这是一个充满不确定的时代，也是一个无比渴望成功的时代。正是如此，良莠不齐的成功励志书抓住了大众对成功



寻找你的幸运星

的渴望心理,不断制造出泛滥的励志故事。倘若这些成功秘诀真的神奇,那我们中的每个人岂不都成功了?

我们并不是反对总结成功规律。万事万物都存在着一定的规律,但是不能机械地理解。有位著名的企业家说:“市场永远不变的法则就是永远在变。”有位著名的哲学家说:“估量命运的秘诀就是不可估量。”因为,我们总在被迫地或者自愿地在不断地改变自己。如果真能准确地预测未来,未来还有什么价值呢?

每个人都有自己的成功方式,关键是“认识你自己”。希腊先哲苏格拉底在两千多年前就说出了这句箴言,我们却自以为是,没有放在心上。现在,越来越多的人走进了成功的误区,怀抱着所谓的成功法则,踩着成功人士的脚步,小心翼翼地向前迈进。结果不仅没有靠近自己的理想,反而越走越远。

成功是不可复制的,人的性格、环境、智商、情商、机遇、身份都不一样,你怎能拷贝他人的成功?如果说成功有规律可循,那么便是认识你自己、创造你自己、成为你自己。

让我们一同走进心灵的世界,领悟咖啡的香浓!咖啡代表一种心境,也代表一种灵性的人生感知。这样一部永恒的心灵圣经,将会明示人生的大智慧,并最终告诉你关于爱、幸福、勇气和激情的真谛。

《心灵咖啡系列丛书》以其深入浅出,直指心灵的内容,梳理过去,指导现在,昭示未来。我们愿与大家共同分享这其中的甘苦,犹如在沙漠的烈日中共饮一捧清凉的泉水,漫漫征途中同乘一辆疾驰远方的马车。

一杯咖啡,一缕阳光,一本好书,一份闲情。淡淡清香,柔柔音乐,轻轻抚慰,心灵地带,放牧灵魂,耕耘智慧。幸福、安宁、快乐、愉悦,用心去慢慢品味……一种阅读生命的享受,在

序 言



书香里跳跃。智慧,从这里升起,犹如一盏航灯,帮助你了解心灵万象,引领你绕开重重暗礁,也为你梳理放飞心灵后疲惫的翅膀!

华 君

E-mail:changhual2@sina.com

2005 年 4 月

于京北博雅堂

心灵咖啡系列丛书



目 录

第一篇 自己就是宝藏 /1

何必四处探寻宝藏,你自己就是一座宝藏。每个人都是一座成功的宝藏,只要你坚持不懈地努力,幸运之神就会向你招手!

不要抱怨命运 /1

关注优点 /2

发掘自己的好运 /3

凡是存在的必有价值 /5

插上想像的翅膀 /7

你是天生的胜利者 /8

自己种的西瓜比蜜甜 /10

学会冒险 /12

发现自己的天赋 /13

做自己命运的主人 /15

运用潜意识创造奇迹 /16

敢于向他人示弱 /18

有一颗健全的心 /20

抱怨总是无济于事 /21

发动你内在的发动机 /22

人生是由自己塑造的 /23

不要说你一无所有 /25

找到真实的自我 /27



寻找你的幸运星

- 信念塑造美好人生 /29
- 找到通往自己成功的门 /31
- 闯出一条新路 /33
- 财富要靠自己去挖掘 /35
- 每人都有选择的权力 /38
- 寻找海水下面的冰山 /40
- 用好上天赐予你的神奇礼物 /43
- 让别人相信你能行 /45
- 只有你才能改变自己 /47

第二篇 找准人生的北极星 /51

按正确的方向前进,你将能到达想去的任何地方;相反,找不到正确的方向,你就会在人生的旅途中迷失自我。找准人生的北极星,为自己设定清晰的目标,就能实现自己的梦想,期待良久的至善结果就会出现。

- 定位你的人生 /51
- 确定人生的坐标 /53
- 远大的目标成就伟大的事业 /54
- 符合实际的目标才有价值 /56
- 把眼光放得长远些 /59
- 规划你的“事业图” /62
- 敢于杜撰自己的梦想 /65
- 尽量伸展自己的空间 /67
- 世上最难认识的是自己 /69
- 做人生最快乐的事 /71
- 做一个最好的“我” /73
- 根据你的特长设计自己 /75



- 培养追求成功的欲望 /78
梦想是一切成功的起源 /80
构筑美好的心愿 /82
从事自己天性擅长的职业 /84
过一种创造性的生活 /86

第三篇 心动不如行动 /89

心有所想,身有所动,想与做统一起来,才会将所
想变为现实。心动不如行动,构思怎样好,计划怎样
周全,不去行动,只是空想与幻想。只有在所想的支
配下积极行动,才能使空想、幻想成为理想,成为可以
看得到的未来。

- 为行动指明方向 /89
把最重要的放在第一位 /90
好猎人眼里只有猎物 /93
别让机会从身边溜走 /95
抓住机遇需要智慧 /96
积极行动才能成功 /98
每天进步一点点 /100
天上不会掉下运气来 /101
用行动创造成功 /102
行动赋予你力量 /104
行动是成功的前提 /105
信心支撑行动 /106
机会只能由自己努力创造 /109
想好了就要行动 /112
摆脱习惯的束缚 /113
闯出一条新路 /115



寻找你的幸运星

- 简单生活最快乐 /118
- 抓住每一次机会 /120
- 唤醒你心中的力量 /122
- 持续创新是成功的根本 /125
- 大胆提出你的要求 /127
- 跌倒了就想办法抓一把沙 /129
- 为自己准备更多的资本 /130
- 成功需要付出代价 /132

第四篇 带着微笑上路 /135

当你准备向成功进发时,不要忘记带上你的微笑。微笑是这个世界的通行证,带着微笑,在成功的道路上,你就会畅通无阻,就会顺利到达你想要去的任何一个地方。

- 以乐观的态度面对一切 /135
- 以真挚的笑容博得好人缘 /136
- 微笑的力量 /138
- 热忱使你成为世界主宰 /140
- 认真地煎好每一只汉堡 /142
- 态度改变生活 /143
- 笑是保持生命健康的良药 /145
- 保持一份平静的心境 /146
- 不要吝啬你的微笑 /149
- 幸福无需他人认可 /152
- 学会为失去的感恩 /155
- 保持永久的进取心 /157
- 立即用手触摸快乐 /159
- 清除心灵的蛛网 /161



保持一种乐观的心态 /162

用微笑面对人生 /164

第五篇 跨越生命中的栅栏 /167

跨越生命中的栅栏,需要速度、技巧、耐力。面对一个个失败、挫折、痛苦……生命中的栅栏,需要具备能够经受住各种打击坚强毅力,并保持一种乐观的心态,用最快的速度从困境中走出来,继续生命的美好旅程。

挫折是人生的原色 /167

把缺憾当成奋斗的动力 /170

经受逆境是一种幸运 /172

等待也是一种享受 /174

不要祈求别人的怜悯 /175

实现自我突破 /178

培养战胜逆境的意志 /180

勇敢面对无数次的拒绝 /181

跌倒了,坚强地爬起来 /184

勇敢地面对现实 /186

面对挫折,不要放弃希望 /187

把弱势转化为优势 /189

控制你的弱点 /190

挫折是一种催人奋进的动力 /192

不敢挑战就无法生存 /194

风雨后的阳光更加美丽 /195

第六篇 活着就有希望 /197

遇到困难,人们最常说的一句话是:没希望了。为什么没有希望?只要活着就有希望,只有死了的人



寻找你的幸运星

才没有希望,留得生命在就不怕没希望。一年不行,两年、十年或者一生,即使一生都没有实现梦想,也没有什么可后悔的。因为努力过,奋斗过,生命就会无怨无悔。

过去不等于未来 /197

活出生命的热情 /199

没有人注定要失败 /201

点燃希望的火把 /203

让希望之火熊熊燃烧 /204

生命因为有希望才不会枯竭 /206

让生命充满热情 /208

永远不要放弃希望 /210

寻找希望的种子 /211

永不放弃心中不灭的信念 /213

坚持认真地对待生活 /215

选择自己的生活方式 /218

从事自己喜欢的工作 /220

带点儿傻劲才会成功 /222

每天给自己一个希望 /223

保持全身心投入的热情 /225

第七篇 好运气不如好习惯 /229

命好不如习惯好,运气也许会一时眷顾你,但却不会总是照顾你。一个好习惯却总是与你如影相随,使你终生受益。运气也不是一个人所能掌握的,但习惯却是可以控制的;好运不能带来好习惯,但好习惯却会给你带来好运气。



- 把你的幸福给别人 /229
- 时刻保持旺盛的生活动力 /232
- 把工作中的无聊培养成兴趣 /234
- 不断积累拥有“机会”的资本 /236
- 练就一身过硬的本领 /237
- 做个富有人情味的人 /241
- 胜利永远属于谦虚谨慎的人 /243
- 细节决定命运 /245
- 为自己工作 /247
- 避免养成拖延的恶习 /249
- 在“内心竞赛”中获胜 /251
- 要有容纳他人的雅量 /253
- 不要通过改变别人使自己快乐 /256
- 学会宽恕他人 /257
- 心中常怀梦想 /258
- 进入天堂还是地狱取决于你自己 /261
- 敬业是一种习惯 /262
- 容许自我欣赏 /265

第八篇 好汉也要帮 /269

现在是讲究合作的年代,单打独斗的年代已成为历史。这是一个好汉也要三个帮的时代,任何人都需要别人的帮助。俗话说:在家靠父母,出门靠朋友。能力再强的人也有缺陷,众人拾柴火焰才会更高。一个人做起来困难的事,两个人可能会更轻松,三个、四个会更容易,而且一起走过苦难,学到经验的同时,也会收获真诚的友谊。



寻找你的幸运星

心灵咖啡系列丛书

广结善缘铺就成功之路 /269

真诚地关心他人 /271

多个朋友,多条路 /272

乐与陌生人交往 /274

真诚地关心他人 /277

记住别人的名字 /278

增加你的感情资本 /281

为自己开个情感账户 /282

打造你的关系网 /284

接纳不同的声音 /287

重视你周围的每一个人 /288

用真心赞美他人 /291

保有一份糊涂 /292

尊重他人就是尊重自己 /294

不要轻易制造敌人 /297

让他人感到自己很重要 /298

有朋友的人生是幸福的 /301

借风扬帆济沧海 /303

帮助别人就是帮助自己 /306

助小鱼的鸟儿 /306

不要苛求回报 /308



第一篇 自己就是宝藏

何必四处探寻宝藏，你自己就是一座宝藏。
每个人都是一座成功的宝藏，只要你坚持不懈地
努力，幸运之神就会向你招手！

不要抱怨命运

每件事情都有它的优点和缺点，当你为事情带来的弊端而苦恼时，先学会思考，如何在生活中不断地学习和成长才是重要的。

一个自以为很有才华的年轻人，在工作中一直得不到重用。为此，他愁肠百结，异常苦闷。有一天，他去求教智慧老人：命运为什么对我如此不公？智慧老人听了沉默不语，只是捡起了一颗不起眼的小石子，并把它扔到乱石堆中，并对年轻人说：“你去找回我刚才扔掉的那个石子。”结果，年轻人翻遍了乱石堆，最终也没有找到那个石子。这时候，智慧老人又取



寻找你的幸运星

下了自己手上的那枚金戒指,把它扔到了乱石堆中。这一次,年轻人很快便找到了那枚金光闪闪的金戒指。智慧老人虽然没有再说什么,但是年轻人却一下子醒悟了:当自己还仅仅是一颗石子,而不是一块金光闪闪的金子时,就永远不要抱怨命运对自己不公平。

事实上,每个人的幸运都不会太多,面对不佳的际遇,一时的坎坷,大多数人都抱怨命运的不公、上帝的捉弄,却很少有人能正视自己,冷静地剖析自我,问一问是否已经将自己磨炼成一块金子,一块熠熠生辉的足以让人一目了然的金子。

的确,每个人的生活中总难免遭遇凄厉的狂风、淋漓的冷雨,但是,这并不是苦难,而是恩赐,正是上天对我们生命的打磨与雕琢。因为生命的初始就像一块璞玉,质朴而粗糙,没有光泽,需要我们细细地打磨,耐心地锻炼。这样才能去粗存精,精益求精,显示出生命的厚重与光华。

生命是美丽的,而且异常精彩。面对不幸,面对潦倒,我们所要做的不是怨天尤人、自暴自弃,而应该是不断捕捉生存智慧,承受苦难,直面打击,最终将自己打磨成一块闪闪发光的金子。要知道,上帝永远是公平的。等到有一天,你真正将自己打磨成一块熠熠生辉的金子时,任何人都掩盖不住你灿烂夺目的光辉。

关注优点

有一天,年轻的神父去拜访一位久未到教会做礼拜的教友。



教友说：“教会的是非问题太多了，一堆人扯在一起，就喜欢说人的是非，我感觉非常累了，我不喜欢这样的教会。但是，如果教会是个单纯的地方，我就会去。”

年轻的神父没有办法，因为他自己也觉得教会的是非问题很多，而这问题也持续了很久。因此，他沮丧地回来请教有经验的老神父。

老神父去找教友，教友又把他的话重复一遍：“如果教会是个单纯的地方，我就会去。”

老神父听完一笑，问：“你以前看过这样的教会吗？”

教友想了想，摇头说：“没有看过。”

老神父说：“如果有的话，我劝你也不要去了。”

教友疑惑地问：“为什么？”

老神父回答：“你去也只是污染教会而已。”

对于生活中的许多不顺遂的事，人们第一个反应往往是抱怨。抱怨容易令人陷在负面里。

教友抱怨教会人事是非多，他的抱怨有一定的道理，但教会也一定会有一些优点，如果你的目光仅仅关注它的缺点，就容易因此将缺点放大，而忽略了它的优点。

发掘自己的好运

试着去看事物当中能够令自我学习成长的那些因素，而不要专注于令自我负成长的部分。

有些志同道合的人自己组织起来一起搞写作。他们一起出钱，不定期地出版他们所写的小说，偶尔也会聚在一起交换