

经典
品读

感悟生活 读懂人生



王军云◎编著

读懂人生 的 118 个忠告



生活小智慧 人生大道理

中国华侨出版社



118

感悟生活 读懂人生

读懂人生 的 118 个忠告

生活小智慧 人生大道理

王军云◎编著



中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

读懂人生的 118 个忠告/王军云编著. —北京: 中国华侨出版社, 2007.1

ISBN 978-7-80222-259-5

I. 读... II. 王... III. 人生哲学—通俗读物

IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 160432 号

● 读懂人生的 118 个忠告

编 著 / 王军云

责任编辑 / 文 喆

责任校对 / 志 刚

版式设计 / 王军云

经 销 / 新华书店

开 本 / 700×960 毫米 1/16 开 印张/18 字数/200 千

印 刷 / 北京市银祥福利印刷厂

版 次 / 2007 年 4 月第 1 版 2007 年 4 月第 1 次印刷

印 数 / 5000 册

书 号 / ISBN 978-7-80222-259-5 / G·213

定 价 / 26.00 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 305 室 邮编: 100029

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

e-mail: oveaschin@sina.com

读懂人生的
118 个忠告

DU DONG REN SHENG DE 118 GE ZHONG GAO

读懂人生，升华生命

人生是一首永远闪耀着智慧和哲理的诗，是人类灵魂对生命充满激情的探索。尽管不同的人描绘着不同的人生，但许多人仍在探索着生活的清泉和灵光，渴盼用她洗濯过于忙碌的心，让生命得以升华。其实，清泉和灵光就在我们自己的心中。只要我們用心去感悟，就能在精神的田园里找到生命的绿洲。

有一位哲人说过：“生活在这个世界上，你必须不断地从别人身上学习、感悟一些经验、哲理以及智慧。只有如此，你的人生才会不断地丰富起来，才能在生活中少走弯路，才能使自己轻松地走向成功。”

每个人都要成为生活的主宰，都要学会经营自己。大凡那些成功人士并不是因为他们比常人聪明，而是他们选择了对大脑最佳的投资，即善于从别人身上学习、借鉴一些经验、哲理，运用别人的智慧帮助自己成长。如果我们时时撷取生活的智慧充实和丰润自己，就能清醒地认识自己，就能缩短实现成功的距离。

《读懂人生的 118 个忠告》就是人们生活智慧和哲理的折射。它主要从自信、选择、快乐、幸福、爱心、方圆处世等几方面，反映了人们心态的调整、生存的智慧、处世的观念等，其中精

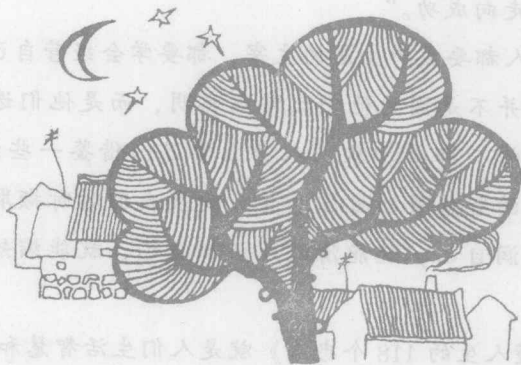
前言

读懂人生的 118个忠告

DU DONG REN SHENG DE 118 GE ZHONG GAO

心编选了118个有趣的和发人深省的故事，每个故事后都有精炼的议论。这些忠告或明白晓畅，或含蓄委婉，或尖锐深刻，或轻松幽默，激情中不乏平静，平淡中寓有神奇，力求帮助人们在有限的时间内，借鉴书中无限的经验和智慧来滋养心灵。感悟这些平实而又深邃的人生睿智，令你在大彻大悟后增长见识，开启生命的灵感之门。

本书是在绚丽缤纷的生活花园中流淌的一道清泉，愿它能温润每一个人的心灵，帮我们边读边悟；读别人也读自己，在读中不断理解人生，让生命在不断感悟和体会中升华，使我们拥有一个蔚郁的精神家园，看清自己的道路，以更纯美的心灵对待生活。



第一章

生命之舟载不动太多的物欲和虚荣

在人生的长河里，每个人都在不停地跋涉，若想到达目的地，就不能携带太多的行李。生命之舟载不动太多的物欲和虚荣，任何多余的都是负担。

其实，生命本身才是我们最大的财富，任何土地或钱财都不能与这个无价之宝相比。如果丢掉过多的物欲和虚荣，只带最需要的启航，你会发现，心情越来越轻松，一个个目的地也就是最短、最快乐的旅程。

1. 生命之舟需要轻载	3
2. 人生就是不断地得到和失去	5
3. 太多的欲望是人生的锁链	7
4. 把心从钱眼儿里放出来	10
5. 不必追求完美人生	12
6. 人生不必总是奔跑	14

目 录

读懂人生的 118 个忠告

DU DONG REN SHENG DE 118 GE ZHONG GAO

7. 人生待足何时足，见好就要收	17
8. 放弃不属于自己的就不会被跌伤	19
9. 心里放下就是真正放下	21
10. 拥有一颗平常心	23
11. 放慢脚步，享受身边美景	25
12. 只带最需要的启航	27
13. 享受“此刻”	29
14. 错过春天却能收获秋天	31
15. 心灵的富有就是一生最大的财富	33



第 二 章

自信是人生的另一轮太阳

在生活中，许多人因为自己的平凡，不敢立下宏伟大志；或因先天的不足，不敢去追求美好的生活……因为缺乏足够的信心和勇气，常常与姗姗来临的机遇擦肩而过，无法领略成功人生的瑰丽风景。

其实，只要你拥有自信这一轮人生的太阳，就能用自己的双手去创造命运的奇迹。相信自己是最好的，就能主动打破生命的格局，活出一个精神振奋的你，你的人生也会因此而改变。

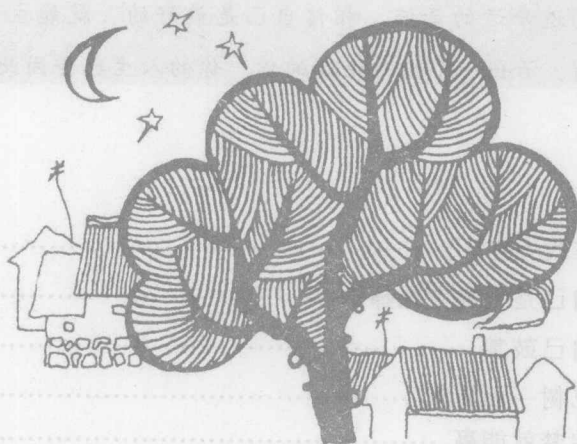
1. 命运在我不在天	37
2. 相信自己是世界上最棒的	39
3. 敢为自己鼓掌	41
4. 给自己树一面旗帜	43
5. 敢于追梦就能赢	45
6. 用积极的心态，开创人生新格局	47

目 录

读 懂 人 生 的 118 个 忠 告

DU DONG REN SHENG DE 118 GE ZHONG GAO

7. 跨越生命的冰河	49
8. 做自己命运的舵手	51
9. 相信自己能从跌倒的地方爬起	53
10. 敢和强者竞争，成为强中强	55
11. 相信脚比路长	57
12. 打破思维的瓶颈，敢把石头变金子	59
13. 走出自卑的阴影	61
14. 把握机会，让命运的奇迹从这里诞生	63
15. 敢于坚持，不活在别人的眼光里	65



第三章

快乐是一生的追求

在世上没有不肯快乐的人，只有不肯快乐的心。虽然每个人的一生注定要跋涉坎坷，但千万不能失去对快乐的追求。

其实快乐并不是只在成功的日子才能享有，只要你一生都追求快乐，就会发现生活中微不足道的故事和细节里都有快乐。及时享受今天的快乐、身边的快乐，就能笑傲人生，把生活过得有滋有味。

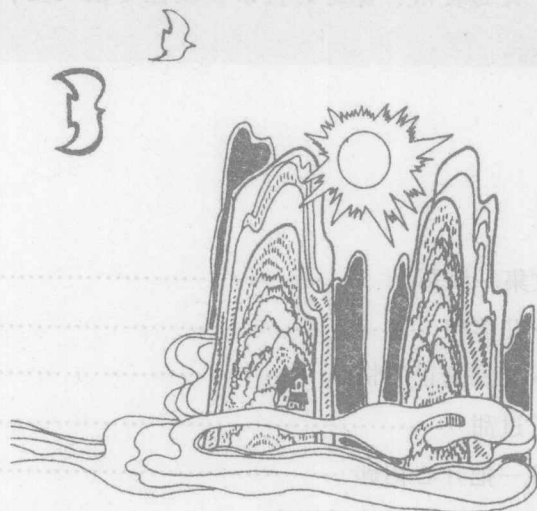
1. 为冬季收集一缕阳光	69
2. 笑看天下几多愁	71
3. 心中快乐就是真正的快乐	73
4. 把苦日子过甜	75
5. 为自己打一把开心钥匙	77
6. 把烦恼关在门外，带快乐回家	79

目 录

读懂人生的 118 个忠告

DU DONG REN SHENG DE 118 GE ZHONG GAO

7. 在困境中体会快乐	81
8. 知足常乐	83
9. 让心永远活在春天里	85
10. 愉快接纳自己	87
11. 简单生活就是快乐	89
12. 予人快乐，自己就能快乐	91
13. 朋友是一生快乐的甘饴	92
14. 超物乐天，给心灵一条自由通道	94
15. 享受瞬间的快乐	96



第四章

心安即是幸福

在生命的旅程中，有一份弥足珍贵的礼物期待着每一个人拥有，这就是幸福。尽管每个人对幸福的理解不尽相同，幸福的形式也多种多样，但幸福并非高不可攀。

幸福是一种感觉，你感觉到了，便能拥有；幸福就是每天都向前看，好好活着；幸福就是把握现在，就是心安。只要心无外物、心如止水，平和宁静地去发现、体验和感受，就会对生命有深刻感悟，从内心感觉到生活中的一次拥抱、一次微笑……这点点滴滴都是幸福。

幸福无处不在，那无时无刻不在淡淡地、静静地流淌着的都是幸福。它润物无声、朴实无华……请自在地领悟和享受这种幸福吧！

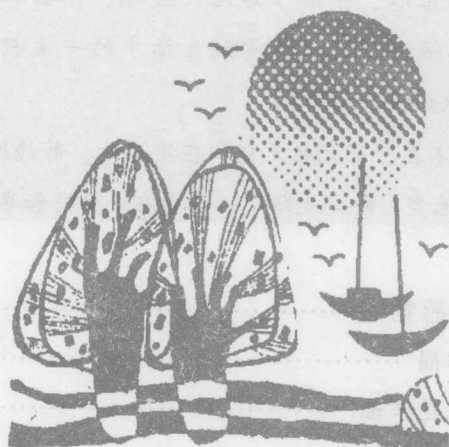
1. 幸福是一种感觉	99
2. 生存就是幸福	101
3. 把握现在就是幸福	103
4. 内心平静就是幸福	105
5. 在需要时得到就是幸福	107
6. 合理控制欲望就能幸福	109

目 录

读懂人生 的 118 个忠告

DU DONG REN SHENG DE 118 GE ZHONG GAO

7. 家庭是幸福的摇篮	111
8. 一分醒悟，十分幸福	113
9. 熄灭心头火，幸福自然来	115
10. 不攀不比，珍惜拥有的就能幸福	117
11. 将美好的与人分享就能幸福	119
12. 让一分为高，宽一分为福	121
13. 福来不张狂，祸来莫乱套	123
14. 心安即是幸福	125



第 五 章

心中能忍，眼前就无是非

在生活中，每个人都希望日日是好日，处处是好时，但并非天遂人愿，日日都能心情开朗，也会有是非的阴云笼罩、让自己坐卧不宁的日子。

不管那些是非是别人强加给自己的，还是命运故意捉弄人，你都要牢记：是非由心生。心中能忍才是安身立命的法宝，才是成就大业的利器。只要在心中培植一棵忍耐之树，就能结出甘甜的果实。

心中能忍，心灵就会慢慢地平静，就会看清事情的本来面目，一切所谓的是非也就烟消云散了。

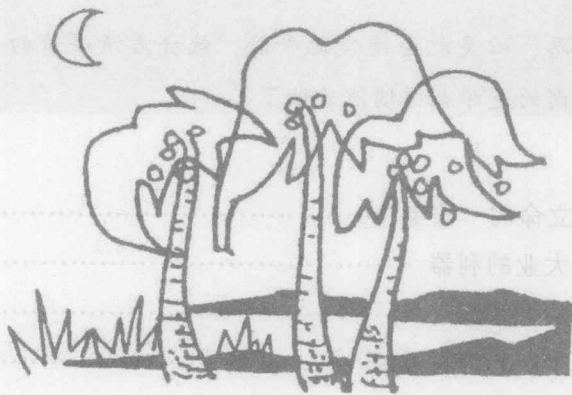
- 1. 忍是安身立命的“法宝” 129
- 2. 忍是成就大业的利器 131
- 3. 忍是处世的大智慧 133
- 4. 是非由心生，心静自然凉 135
- 5. 是非终日有，不听自然无 137
- 6. 祸从口出 139

目 录

读 懂 人 生 的 118 个 忠 告

DU DONG REN SHENG DE 118 GE ZHONG GAO

7 沉默是金	141
8 有容乃大，眼里也要揉沙子	143
9 宰相肚里能撑船	145
10 宽恕别人才能使自己轻松	147
11 多看、多听，少开口	149
12 学会不念旧恶	151
13 为自己开一扇心窗，让阳光扫去是非	153
14 化敌为友，多为自己开条路	155
15 心中能忍，生活无是非	157



第 六 章

学会选择 学会放弃

人生就是选择和放弃的过程，每个人不仅要学会选择而且还要学会放弃。

选择自己应该拥有的，放弃那些不属于自己或不必要的东西；选择自己喜欢并擅长做的事，放弃那些不适合自己或不想做的事。这样，才能得到自己真正想要的。

懂得正确地选择和放弃的人，就拥有了一分成熟，就能在人生道路上，找到适合自己的坐标，充分发挥自己的聪明才智，改变自己的命运，从而到达成功的彼岸。

1. 人生就是选择和放弃的过程	161
2. 人生没有回头路，珍惜生命中的每一次选择	163
3. 正确选择，驾驭人生不沉船	165
4. 学会选择和放弃，才能拥有一分成熟	167
5. 选择恶性竞争，不如选择互补合作	169
6. 一生只吃最好的那颗葡萄	171

目 录

读 懂 人 生 的 118 个 忠 告

DU DONG REN SHENG DE 118 GE ZHONG GAO

7. 尽力而为更要量力而行	173
8. 人生要进取，也要恰到好处地放弃	175
9. 放弃是一种明智的选择	177
10. 放弃就是给自己的心灵自由	179
11. 人生有舍才有得	181
12. 小舍小得，大舍大得	183
13. 不争而无所不争，无为而无所不为	185
14. 顺势而为，放弃跟强手硬拼	187
15. 拿得起，放得下	189

