



# 人生 | RENSHENGSHIYIZHONGGANWU 是一种感悟

何均梅◎编著

生命如花，不同的花有着不同的内涵，  
不同的生命有着不同的生命轨迹。

人生是一种感悟，

而生命是一次伟大的经历。

慢慢品味生活，体验其中的酸甜苦辣，  
享受精彩的生命之旅吧。

谁也不能主宰命运的安排

一切顺其自然就好



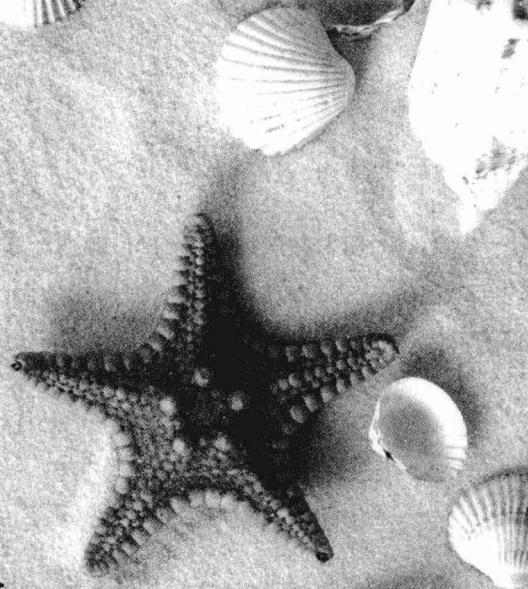
手机阅读



编辑短信“8080”发送至10086  
中国移动手机阅读·享受随身阅读的乐趣



地震出版社



# 人生 是一种感悟

RENSHENGSHIYIZHONGGANWU



何均梅◎编著

生命如花，不同的花有着不同的内涵，  
不同的生命有着不同的生命轨迹。

人生是一种感悟，  
而生命是一次伟大的经历。

慢慢品味生活，体验其中的酸甜  
苦辣，享受精彩的生命之旅吧。

谁也不能主宰命运的安排

一切顺其自然尤子

武科大图书馆



A1091233



地震出版社

**图书在版编目 (CIP) 数据**

人生是一种感悟 / 何均梅编著. —北京: 地震出版社, 2011. 8

ISBN 978 - 7 - 5028 - 3423 - 4

I. ①人… II. ①何… 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 (2011) 第 135853 号

地震版 XM 2311

**人生是一种感悟**

何均梅 编著

责任编辑: 范静泊

责任校对: 孔景宽 凌 樱

---

**出版发行: 地震出版社**

北京民族学院南路 9 号

邮编: 100081

发行部: 68423031 68467993

传真: 88421706

门市部: 68467991

传真: 68467991

总编室: 68462709 68721982

传真: 68455221

网址: <http://www.dzpress.com.cn>

E-mail: [seis@mailbox.rol.cn.net](mailto:seis@mailbox.rol.cn.net)

经销: 全国各地新华书店

印刷: 九洲财鑫印刷有限公司

---

版 (印) 次: 2011 年 11 月第一版 2011 年 11 月第一次印刷

开本: 787 × 1092 1/16

字数: 226 千字

印张: 18

书号: ISBN 978 - 7 - 5028 - 3423 - 4 / B (4559)

定价: 28.00 元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

# 前言



花市上，姹紫嫣红，芬芳袭人。

花贩甲说：“几乎是所有的白花都很香，愈是颜色艳丽的花愈是缺乏芬芳。人也一样，愈朴素单纯的人，愈有内在的芳香。”

花贩乙说：“夜来香其实白天也很香，但是很少闻得到。因为白天人的心太浮了，闻不到夜来香的香气。如果一个人白天的心也很沉静，就会发现夜来香、桂花、七里香连在酷热的中午也是香的。”

花贩丙说：“清晨买莲花一定要挑那些盛开的。因为早上是莲花开放最好的时间，如果一朵莲花早上不开放，可能中午和晚上都不会再开放。人也是一样，一个人在年轻的时候没有志气，中年或晚年就更难有志气。”

花贩丁说：“愈是昂贵的花愈容易凋谢，那是为了要向买花的人说明：要珍惜青春呀，因为青春是最名贵之花，最容易凋谢。”

生命如花，发挥内在的气质才能展现出自己的内涵，愿每个人的生命都像鲜艳的花朵一样，缤纷多彩，绚丽宜人。

生命如花，不同的花有着不同的内涵，不同的生命有着不同的生命轨迹，所以无论是名贵之花，还是无名小花都要把自己内在的





气质淋漓尽致地发挥出来。

人生也是如此，不管别人怎样，活出自己的精彩，这才是真正的人生。谁也不能主宰命运的安排，顺其自然就好，然而又有几人能做到这“自然”二字？

想必很多人都曾为自己的人生道路而懊悔——失去的，错过的，有太多遗憾与辛酸。其实，仔细想想，人生之路无所谓对错，走的路不同，就有不同的收获和体验。无论选择如何，走过的道路都是一种经历，都是属于自己的人生体验。

人生是一种感悟，而生命是一次伟大的经历：在生活中感受世界，感受存在。生命有如一条长河，我们在其中畅游：有欢笑，有悲伤，有快乐，有痛苦……各种体验汇聚在一起，成为生活。热爱生命吧，不管要经历什么，都是自己的体验。每个生命都是独一无二的，每个生命都因此而散发出光辉。

慢慢品味生活，体验其中的酸甜苦辣，享受精彩的生命之旅吧。

# 目 录



## 第一章 生活中的智慧

生活是一本书，里面蕴藏着丰富的智慧。要想智慧地生活，既不能看不透，又不能看得太透，也就是说既不能太聪明，也不能太呆板，介于“聪明”与“呆板”之间的状态，就叫做生活的智慧。

生活在微笑中改变 / 2

长途车上的友谊 / 3

倾听，使你更受欢迎 / 4

表达意见要婉转 / 5

给对方一个痛哭的机会 / 6

不要忘记自己的身份 / 8

冲动的下场 / 10

用孔雀翎决斗维护尊严 / 11

咖啡馆的伙计 / 12

董事长的智慧 / 13

## 第二章 成功的秘密

很多人总是问成功的秘密是什么，其实答案永远只有一个：努力。爱因斯坦有一个公式： $A = x + y + z$ ，其中A代表成功，x代表艰苦的努力，y代表正确的方法，z代表少说废话。由此可见，成功是需要艰苦努力的。



爱默生与青年诗人 / 18  
努力追寻真正的荣耀 / 20  
果断抉择 / 22  
百发百中的秘密 / 23  
去创造条件 / 25  
奈哈松的炼金术 / 26  
流浪的艺人 / 27

一跃而入 / 29  
只会幻想的人没有真正的机会 / 30  
黄油狮子 / 31  
不浪费闲暇时光 / 33  
“运气不好”的尼尔 / 34  
发掘时间 / 35

### 第三章 不放弃希望

任何时候，都不要放弃希望，只要坚持，梦想就会一直延续下去，再大的风雨都会过去，彩虹总是出现在风雨之后，因此，相信自己，永不放弃希望。

|                       |                |
|-----------------------|----------------|
| 急性子 / 38              | 坚强的麦吉 / 48     |
| 受电击的狗 / 38            | 不放弃针尖般的希望 / 52 |
| 只要有一柄斧头 / 40          | 熨衣工人的写作之路 / 54 |
| 不起眼的污迹 / 41           | 林肯的磨难 / 55     |
| 遗失的金表 / 43            | 永不绝望的艾柯卡 / 57  |
| 把 60 条横马路口当成 5 个 / 44 | 黑色波浪中的歌声 / 59  |
| 咖啡的香醇与苦涩 / 46         | 挺得住的考克斯 / 60   |

### 第四章 思考有方法

思考要讲究方法，否则将事倍功半，既无法达到目的，又浪费了很多宝贵的时间。找到适合自己的思考方法，让自己高效运转起来吧。

- |                |                         |
|----------------|-------------------------|
| 紧锁的大门 / 66     | 提出一个问题往往比解决一个问题更重要 / 77 |
| 杰里米的彩蛋 / 67    | 突破常规 / 79               |
| 万花筒里的世界 / 69   | 把梳子卖给和尚 / 80            |
| 大海为什么是蓝色的 / 71 | 铅笔的用途 / 81              |
| 天马行空的想象力 / 72  | 公司的面试题 / 83             |
| 不停地追问 / 74     | 思路灵活的售货员 / 84           |
| 用尽全力的小男孩 / 75  | 眼光独到 / 85               |
| 商人的妻子 / 76     |                         |

## 第五章 心态很重要

世间万事万物，都可用两种观念去看它：一种是正面的、积极的；另一种是负面的，消极的。如何去看待它们，就在于你的心态。因此，调整心态，你将事事顺利。

- |                  |                   |
|------------------|-------------------|
| 调整心态，心无厌倦 / 88   | 充沛的活力取决于你的思想 / 98 |
| 工作需要认真细心的态度 / 89 | 看风景的小矿工 / 99      |
| 卖鱼也是艺术 / 90      | 转行的法兰克 / 100      |
| 为自己骄傲 / 91       | 两个和尚 / 102        |
| 是金子总会发光的 / 93    | 两个机会 / 103        |
| 寻找金戒指 / 95       | 集中营的烛光 / 105      |
| 工作就是娱乐 / 96      |                   |





## 第六章 简单生活

简单生活，随心，随性。世间一切原本简单，只因有了人，才变得复杂，有些时候，我们不妨将事情变得简单，你会发现简单生活，舒适自在。

助听器改变人生 / 110

人生就像吃饭 / 111

生活其实很简单 / 112

没有一个国王的妻子是

快乐的 / 114

到底该把谁扔下去 / 116

烦恼的银行家 / 117

旅行见闻 / 118

危情时刻 / 119

## 第七章 勇敢地面对生活

生活是美好的，却也充满艰辛。正如在海里行驶的船舶一样，没有不带伤的。生活也是如此，没有一帆风顺的人生，随时可能遇到风浪。此时，只有拿出勇气，勇敢地面对它，才能最终战胜困难。

贝利的心态 / 122

花花公子格林尼亚 / 123

金牌推销员 / 124

哈利的怯懦 / 126

用四种感觉代替五种感觉 / 127

艺术家斯帕克 / 129

恐怖角之旅 / 131

抬起头来很美 / 132

真正的男子气概 / 135

失去勇气 / 136

麦兜这样说 / 136

## 第八章 宽容他人，幸福人生

对别人宽容，就是对自己宽容。学会原谅，远离烦恼，当你将一切看开的时候，就不会在意别人对你的伤害；而当你原谅别人的时候，他们也会给予你真诚的回报。

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 魔术师的报复 / 140    | 胡佛的疏忽 / 152     |
| 草会再长出来的 / 142   | 旅馆里的老鼠 / 153    |
| 让世界多一点人情味 / 144 | 心灵的阴晴自己掌握 / 155 |
| 牧民丹尼 / 145      | 我已经没事了 / 156    |
| 不速之客 / 147      | 特里莎嬷嬷 / 157     |
| 商人卡尔 / 149      | 忘记怨恨的曼德拉 / 158  |
| 以己久心对待他人 / 151  |                 |

## 第九章 待人接物的学问

待人接物是一种礼仪，更是一门很深的学问，它标志着一个人的心智成熟度。要想更好地学会待人接物，最好的办法就是自身的实践和感悟，因此，在平时的生活中多加留心，完善自己待人接物的能力，提高修养。

- |                |              |
|----------------|--------------|
| 请把牛仔褲卖给我 / 162 | 给别人留面子 / 170 |
| 茶水钱 / 163      | 瑞尔丁的旅行 / 172 |
| 都是咖啡惹的祸 / 165  | 理解你的父母 / 174 |
| 当地习俗 / 166     | 谈论纽约 / 176   |
| 不要轻易下定论 / 168  | 不要对别人产生不妙的   |
| 言外之意 / 169     | 想象 / 177     |





邮差 / 178

哀伤的妇人 / 180

车锁和厕所 / 179

## 第十章 寻找精神寄托

没有信念，无法完成艰难的工作。在实现目标的过程中，每个人都需要强大的精神支撑，它是人们不断攀登的基础。为自己寻找精神支柱，让它点燃生活的动力。

不公面前只有加倍努力 / 184

赌注 / 191

坚忍的奥纳西斯 / 184

为自己准备一根“精神手杖”  
/ 192

活的轻松一些 / 186

斯泰里的志气 / 187

独腿登山者 / 193

布朗小姐的吻 / 188

坎贝尔教授的评分 / 194

给自己施压 / 190

管理顾问约翰 / 195

## 第十一章 正确看待财富

生活离不开金钱，每个人都想拥有更多的财富。但是财富的本义绝不应当是骄奢淫逸和过分的奢靡。澳大利亚理财教育家汉斯·雅格比就认为，财富是一种财务控制观念，不用为钱操心只是有钱的一个重要表现。

钻桌子的麦卡锡 / 198

可怜的老太 / 202

咖啡馆里的教训 / 199

节俭的女王 / 204

迷路的野狗 / 201

何必太计较 / 205

|                  |               |
|------------------|---------------|
| 钱攥得太紧反而会失去 / 206 | 节俭的世界首富 / 210 |
| 没有人应该因为钱致富 / 207 | 金钱的阴影 / 215   |
| 金钱不认人 / 209      | 一枚硬币 / 216    |

## 第十二章 人生的智慧

人的智慧无穷无尽，在短暂而又漫长的一生中，当才识丰富，自己的智慧最大化，水平达到某种高度之时，你看待世界的角度、观点都会发生变化，形成真正成熟的人生观。

|                  |                 |
|------------------|-----------------|
| 戴维森与乞丐 / 218     | 缝纫鸟的草窝 / 226    |
| 最不精确的标签 / 219    | 不吉利的数字 / 227    |
| 走出“一般化” / 220    | 青少年的楷模汤姆森 / 229 |
| 话剧演员帕特 / 221     | 罗丹和塑像 / 230     |
| 行家也有错的时候 / 222   | 成功者重细节 / 231    |
| 一粒花生值一美元 / 224   | 做事有方法 / 233     |
| 过程要比目标重要得多 / 225 | 数百级的台阶 / 234    |

## 第十三章 信念的力量

伟大的信念引领人类前行，它具有无穷大的力量，主宰一切，克服一切困难，战胜一切磨难。因为只有在信念的支撑下，人类才能走得更远。

|               |                |
|---------------|----------------|
| 勇敢地伸出双手 / 238 | 双目失明的科学家 / 241 |
| 你能行的 / 239    | 梦想成真 / 243     |





退稿 / 246

不要让别人偷走你的梦 / 248

哈维·麦凯的马拉松 / 250

王子探路 / 251

寻找真爱 / 253

阿迈尔的演讲比赛 / 255

青苹果 / 256

心中有光 / 257

无畏 / 258

不要给生命设限 / 259

信念成就传奇 / 261

## 第十四章 避开人生陷阱

每个人在一生当中都会走许多弯路，其中会遇到很多陷阱，这是不可避免的人生经历，如果及早认清，就可以避开。因此，巧妙地避开人生陷阱，对于每个人都十分重要。

错误的转弯 / 264

皮尔的建议 / 265

钓鱼 / 267

苏格拉底的教诲 / 269

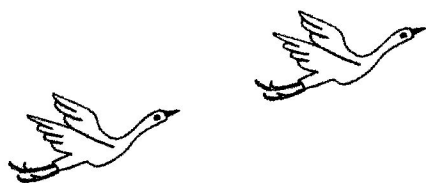
汽车维修工 / 270

信守原则 / 271

避免陷入人生的陷阱 / 272

自杀的记者 / 275

# 第一章



## 生活中的智慧

生活是一本书，里面蕴藏着丰富的智慧。要想智慧地生活，既不能看不透，又不能看得太透，也就是说既不能太聪明，也不能太呆板，介于“聪明”与“呆板”之间的状态，就叫做生活的智慧。





## 生活在微笑中改变

威廉·史坦哈已经结婚 18 年多了，在这段时间里，从早上起来，到他要上班的时候，他很少对自己的太太微笑，或对她说出几句话。史坦哈觉得自己是百老汇最闷闷不乐的人。

后来，在史坦哈参加的继续教育培训班中，他被要求准备以微笑的经验发表一段谈话，他就决定亲自试一个星期看看。

现在，史坦哈要去上班的时候，就会对大楼的电梯管理员微笑着，说一声“早安”；他以微笑跟大楼门口的警卫打招呼；他对地铁的检票小姐微笑；当他站在交易所时，他对那些以前从没见过自己微笑的人微笑。

史坦哈很快就发现，每一个人也对他报以微笑。他以一种愉悦的态度，来对待那些满肚子牢骚的人。他一面听着他们的牢骚，一面微笑着，于是问题就容易解决了。史坦哈发现微笑带给了自己更多的收入，每天都带来更多的钞票。

史坦哈跟另一位经纪人合用一间办公室，对方的职员之一是个很讨人喜欢的年轻人。史坦哈告诉那位年轻人自己最近在微笑方面的体会和收获，并声称自己很为所得到的结果而高兴。那位年轻人承认说：“当我最初跟您共用办公室的时候，我认为您是一个非常闷闷不乐的人。直到最近，我才改变看法：当您微笑的时候，充满了慈祥。”

### 人生感悟

你的笑容就是你好意的信使。你的笑容能照亮所有看到它的人。对那些整天都皱眉头、愁容满面的人来说，你的笑容就

像穿过乌云的太阳；尤其对那些受到上司、客户、老师、父母压力的人，一个笑容能帮助他们点燃希望的。

世界上的每一个人，都在追求幸福。有一个可以得到幸福的可靠方法，就是通过控制你的思想来得到：幸福并不是依靠外在的情况，而是取决于你的内心。记住：微笑能改变你的生活。如果你不喜欢微笑，那怎么办呢？那就强迫你自己微笑，久而久之，就会形成习惯。

## 长途车上的友谊

妻子和我以前一直认为，互不相熟的人根本不可能建立彼此间的友谊。可是我们错了。许多年来，每个星期日早晨和一伙“不知姓甚名谁”的人搭乘长途车去城里，彻底改变了我们的想法。

开往城里的长途车，总是在人们睡意一朦胧时就该出发了，无论是阴雨绵绵、大雪纷飞的冬季还是闷热潮湿的夏季。我们总想快点到达目的地，这比互相了解不相识的人更重要。

可有一位中年妇女，她却不这样认为。从她的穿戴上来看，这是一个家境贫寒、生活拮据的女人。而每一次，她都不忘给司机带来一杯热咖啡。

还有一位矮胖个子的先生，每次去城里就为买份当期日报，在咖啡馆里泡上一会儿，然后腋下夹着报纸回到车上。有一天他刚想上车就在路边滑倒了，车上的人们立即围了上去，七手八脚地抬起他。有人叫来救护车，救护车刚启动，就有人发现掉在路沟边的那份报纸。司机心领神会地开车紧紧追赶启动不久的救护车，让人们把报纸从救护车的窗子里塞了进去。

有好几个月，我们为一直为没有和坐在前排那位默不作声的老





年妇女建立联系而感到失望。有天傍晚，我们走进一家小餐厅，发现了那位夫人，那张饱经风霜的脸。我们仍像以往那样朝她点头，然而，这次，似乎冰封的河水在春日阳光的照射下融解了——她的脸上出现了只有遇到熟人才会有的表情，语句一字一顿从她口中蹦出。直到那时，我们才明白，她口吃。她有一个低能的儿子，如今送进了特别护理院。坐车去城里看儿子是她每星期最重要的一件事。在餐厅的偶然相遇，她感到我们分享了她的友谊。

### 人生感悟

许多人和陌生人相处时总是感到发怵。其实，只要你敢于大方地伸出你的双手，对方一定会给你热情的回报的。

## 倾听，使你更受欢迎

韦恩是罗宾见到的最受欢迎的人士之一。他总能受到邀请。经常有人请他参加聚会、共进午餐、打高尔夫球或网球。

一天晚上，罗宾碰巧到一个朋友家参加一次小型社交活动。他发现韦恩和一个漂亮女孩坐在一个角落里。出于好奇，罗宾远远地注意了一段时间。罗宾发现那位年轻女士一直在说，而韦恩好像一句话也没说。他只是有时笑一笑，点一点头，仅此而已。几小时后，他们起身，谢过男女主人，走了。

第2天，罗宾见到韦恩时禁不住问道：

“昨天晚上我在斯旺森家看见你和最迷人的女孩在一起。她好像完全被你吸引住了。你怎么抓住她的注意力的？”

“很简单。”韦恩说，“斯旺森太太把乔安介绍给我，我只对她说：‘你的皮肤晒得真漂亮，在冬季也这么漂亮，是怎么做到的？你