

微笑系列丛书

梦工场

用 微笑 过生 活

*Smile to
Your life*

忙碌扰攘的生活，
是否让你迷失自我，
对人生目标怅然若失？

试着放慢脚步，
沉淀自我心灵，
细细品味生活，
你将会发现，
生命何其丰富！



陈鸿滨 著

现代出版社

用微笑过生活

现代出版社

图字：01-2003-4201

图书在版编目 (CIP) 数据

用微笑过生活/陈鸿滨著. —北京：现代出版社，2003
(梦工场·微笑系列)
ISBN 7-80028-982-6

I. 用… II. 陈… III. 个人—修养 IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 057931 号

作 者：陈鸿滨

总 策 划：吴江江

责任编辑：吴庆庆

出版发行：现代出版社

地 址：北京市安定门外安华里 504 号

邮政编码：100011

电 话：010-64267325 64240483 (传真)

电子邮箱：xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷：固安博通印务有限公司

开 本：880×1230 1/32

印 张：6.75

印 数：0001~6000 册

版 次：2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 7-80028-982-6

定 价：18.00 元

本书由台湾广厦出版集团授权独家出版发行、翻版、盗印必究。



作者简介

陈鸿滨

- 台湾彰化县芳苑乡人，双鱼座，AB型
- 兴趣：学道、爬山、唱歌、写作、旅游、开车兜风
- 专长：二胡、龙须糖
- 梦想：环游世界，广结善缘
- 最难忘的一件事：荣获《非常男女》第127集“人气最旺”男主角

总策划 / 吴江江

责任编辑 / 吴庆庆

美术编辑 / 程阳阳

用微笑过生活

Smile to
Your life

忙碌犹豫的生活，
是否让你迷失自我，
对人生目标怅然若失？

试着放慢脚步，
沉淀自我心灵，
细细品味生活，
你会发现，
生命何其丰富！

（我是书签，请取我吧）



服务小康社会
引领休闲时尚

现代出版社

Chief of Knowledge

知识才能谋生
阅读打开视界

未来

若我们有一点点的成长
因为你的支持
若我们有一点点的成就
因为你的鼓励

特·别·感·谢·你·购·买·本·书



第一章 成功，操之在我



永不放弃	3
改造命运	7
心动不如行动	13
天助自助者	16
迈向成功之路	20
走过崎岖，迈向成功	26
成功的定位	31
勇往直前	34
战胜自己	37

第二章 掌握自信人生



相信自己	43
凡事自己来	48
发挥自我潜能	51
善用智慧	56
何不换个想法	60

CONTENTS

快乐地学习	64
学以致用	68
为人群服务	72
真实的自我	75
外貌的迷思	79
重视内在美	82
自我肯定	88
严于律己	91
从自身做起	94
挑战自己	97

第三章 生命的乐章



永恒的生命	101
珍惜生命	104
生命的乐章	107
坦然面对人生	110
保有平常心	113
把握生命	117



活在当下	120
------------	-----

第四章 做自己的主人



谦虚的哲学	127
把握当下	130
随遇而安	133
知足最乐	136
尽心就好	139
往好处想	142
够用就好	144
做自己的主人	146
单纯过生活	148
宽容的心	150

第五章 温情满人间



让感恩的心动起来	155
找回心中的温情	157
常怀感恩的心	160

CONTENTS

珍惜缘分	162
心灵的回响	165
打开心灵之窗	168
包容的爱	170
为善最乐	173

第六章 自在过生活



少说一句话	179
善用语言文字	181
自寻烦恼	185
不要生气	188
疑心很苦	191
自在快乐	194
人生的真正财富	198
乐在运动	203
走向大自然	206



成功，操之在我





永不放弃

► 坚韧不拔乃成功之本 ◀

俗话说：“要立常志，不要常立志。”即在告诉有了志向、目标，就要坚持实行，直到成功为止。有些人稍遇挫折就放弃、投降或换跑道。试想，世上有哪一个行业或哪一条路是永远平坦顺畅无阻碍的呢？

禅宗六祖惠能大师从五祖黄梅弘忍禅师身边获得衣钵心法后，立刻听从五祖的吩咐逃向远方，怕的是有人因忌妒而加以陷害。

但消息仍然走漏，惠能大师被一位叫陈慧明的禅者沿途追赶，最后终于被追到。陈慧明说：



“此次前来不是为了抢夺衣钵，而是为了求法而来，恳请六祖接引。”

惠能大师便说：“既然是为了求法而来，那么何不先抛弃一切外缘，断绝一切杂念，我就立刻为你说法？”

人的心中若是执著很多、成见很深，就是再好的妙法也装不进心田里。

过了一会儿，惠能大师说：

“你不要想善，也不要想恶，就让一切保持虚空状态。请问，什么是你慧明本来的面目呢？”

陈慧明听了这话，立刻大彻大悟。接着，他又要求惠能大师再传授一些秘密。

惠能大师说：“若能告诉你就不是秘密。如果你能反照自己，反观自己，那么所谓的秘密就在你心中。”

陈慧明非常感激地说：“我在弘忍大师门下很久，都不知道自己的本来面目，您的指点却使



我感悟到了，真是‘如人饮水，冷暖自知’，我现在明白自己了。”

陈慧明在六祖惠能大师的指示下终于觉悟，如果一直在弘忍五祖门下，可能无法如此“顿悟”吧！

这就像以前乡下用“炉灶”烧开水一样，虽然是利用最后一把草将水煮开的，但是没有前面的几把草，这水也不会开。

佛家“因缘成熟”即此意，当下的一刻本是从以前的历史中得来的。因此，凡事不要只求速成，慢慢来，不断改进，总有一天一定会成功。记住：万里长城也是由第一块小砖开始建成的！



成功,操之在我



智慧心语

① 上士闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之。

② “大人者，不失其赤子之心。”纵然有成就，也不要忘本。

③ 信心是成功之种子，更是成功之根本。



改造命运

► 命由己造，相由心生 ◀

很多人从来没有想过“改造命运”这件事。

至于一般人对于命运的看法则多半是偏差的，大部分都只是在“宿命论”与“自由论”这两个圈子里打转。

首先，赞成宿命论的人认为一切事情都是上天安排好的，不管多努力也只是白费心机，万事只要听天由命就好了。他们抱持着“得过且过”“船到桥头自然直”的心态过日子，生活毫无目标。

我们不妨试想一下宿命论的矛盾：既然一切

