

广东人民出版社

# 好心情带来

好运气

BEST LUCK  
BEST EMOTION

林敏玉 著

[illegible]

好心情带来

好运气

BEST LUCK  
BEST EMOTION



1200321199

2.00

广东人民出版社



1200321199

# 好心情带来 好运气

BEST LUCK  
BEST EMOTION

林敏玉 著

B821  
349

13015/06

---

### 图书在版编目 (CIP) 数据

好心情带来好运气/林敏玉著. 广州: 广东人民出版社, 2003. 1

(快乐人生 DIY 系列丛书)

ISBN 7-218-04101-9

I. 好… II. 林… III. 人生哲学 个人修养 IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 027752 号

---

本书中文简体字版由台湾汉湘文化事业股份有限公司

独家授权

版权所有 翻印必究

|      |                          |
|------|--------------------------|
| 选题策划 | 董 真                      |
| 责任编辑 | 董 真                      |
| 装帧设计 | 雨田创意                     |
| 责任技编 | 黎碧霞                      |
| 出版发行 | 广东人民出版社                  |
| 印 刷  | 广东省肇庆新华印刷有限公司            |
| 开 本  | 787 毫米×1092 毫米 1/32 开本   |
| 印 张  | 6.125 印张                 |
| 插 页  | 2 插页                     |
| 字 数  | 180 千字                   |
| 版 次  | 2003 年 1 月第 1 版第 1 次印刷   |
| 书 号  | ISBN 7-218-04101-9/B·130 |
| 定 价  | 15.00 元                  |

如发现印装质量问题,影响阅读,请与承印厂联系调换。

好心情带来

# 好运气

## 自序

每个月，我都会尽可能地给生活加入一点新的尝试与改变。

好比，改变生活的作息時間，调整一下工作的方式，到不同的地方走走，以及寻找对人、对事的不同观点与想法。

小小的更动与实验，往往会给平淡无奇的生活带来一些惊奇与新鲜感，并且，借着种种新鲜的尝试，做一些原本以为自己无法办到的事，不管成败如何，总能够拓展自己的认知与极限，一次次地发现不同的自己。

常觉得，生活也是哲学的一派。

善于生活的人，可以把每天的生活当做一种实验。在实际生活的种种体验中，借着尝试与探索的方法，加上前人引标的种种参考，我们发现什么是自己所喜欢的，什么是不适合自己的，渐渐地，我们不仅不再人云亦云，并且，也找到更合适于自己的生活方式。

越来越觉得，我们在生活里所真正需要的，不仅只是知识而已，更需要敏锐的感觉与旺盛的精力。然而，如果要让知识活起来，就需要正确与果敢的行动。

多思考、多阅读、多学习、多行动、多尝试，在日复一日的生活里，尽可能地张开你的触角，放宽你的胸怀和视界。每个人这样做人，都能够日新又新地发现属于他的那份喜悦，即使身处在音声杂沓的现下社会里，仍能够以自己独特的步调和风格，一步一个脚印地营造、构筑出自己风味独特的人生。

坚持好心情，创造新生活。

BEST LUCK BEST EMOTION

好心情带来

好运气

# 目 录

## 生活的艺术

- 3 最温柔的艺术
- 7 爱的教育
- 12 享受孤独
- 16 独一无二的你
- 20 冒险的乐趣
- 23 化被动为主动
- 27 宿命与责任
- 31 如果生命从来

BEST LUCK  
BEST EMOTION

- 35 人生的牌
- 40 伴读
- 43 自己的判断
- 47 多付出一点

**心灵的沟通**

- 53 说还是不说
- 57 爱的沟通
- 61 化敌为友
- 64 道歉
- 67 距离创造美感
- 70 吉人辞寡
- 74 表情的修炼
- 78 你我本不同
- 82 舍弃惯性
- 86 倾听的艺术
- 90 关于诚信
- 94 承诺就是合约



## 生活的品质

- 101 一无所有
- 105 简朴与富足
- 109 最简单的健康法
- 112 青春长驻的秘诀
- 116 改换心情的魔术
- 120 清醒过生活
- 124 保持心灵的平静
- 128 不再行色匆匆
- 132 觉醒的历程
- 136 读书的艺术
- 140 旅程中的每一天

## 成功的定义

- 147 信念与行动
- 151 先思考，再行动
- 154 你所想要的成功



**BEST LUCK**  
**BEST EMOTION**

- 157** 前人的脚印
- 161** 借重他人的意见
- 165** 做自己生命的建筑师
- 169** 接受改变的挑战
- 173** 用心过生活
- 177** 重新定义成功
- 181** 内在的神力
- 184** 单骑走天涯

# 生活的艺术



## 最温柔的艺术

西方人常称写信是“最温柔的艺术”。不管是近几年脍炙人口的电影《瓶中信》、《情书》，或是茨威格的名著《一封陌生女子的来信》，都是由一封既细腻又婉约绵长的情书开始的。

电话的发明以及方便迅捷，大大地把现代人写信，特别是写情书的需要及习惯消灭了。有事联络，拿起电话三两句就可交待清楚，何劳提笔为文？更何况一封文情并茂的书信必得慎重构思、斟酌再三，讲究章法、词汇及起承转合，不习惯写文章的人，必得花费不少时间与心力。而讲电话时，即使天马行空、语无伦

次也可以达意传情，这也是为什么尽管许多人都喜欢收信，但却懒得提笔、不愿动笔的原因。

一直到现在，与朋友往来联络，如果没有时间上的紧迫，我还是钟情于写个便笺，而非打电话。拜科技之便，电子邮件虽然比一般传统投邮便捷许多，但收信人必须也是懂得使用电脑的亲长、朋友才行，再怎么说明，还是传统的提笔为文比较具方便性与普遍性。

写信的好处之一，就是它并不像打电话那样直接、具有侵略性，不管对方方便与否、愿意与否，都得直接在电话里立即回答反应。碎信则不然，收信的人如果有事正忙，可以把信放到从容、悠闲的时候再拆阅。至于要不要回复？想不想回复？也能够仔细思考再说。更何况一封写得好的信，具有保存的价值，也相当于一种生活的记录。

之所以对写信存着这样的好感，缘自于学生时代。以往寒暑假的时候，好友间就常借着书信的往来，填补不能天天见面的空白。特别是考上不同高中、大学的早昔同窗伙伴们，借



着定期的书信往返，往往还能长久地维系彼此的情谊。

读大二的那一年，我认识了当时就读不同城市学校的另一半，我们的友谊也发始于一封他的邀请函。也因为他勤于写信，尽管我们两地相隔，差不多要两三个星期才能会上一面，各自有着不同的生活圈子和社交，然而，从相识到我们结婚的八年间，我每天都会收到一封来自他的限时信与电话。如“交换日记”般地写信收信，就此成了我每日生活中不可或缺的一部分。

长途电话因为价昂，所以不能久谈，有时候也常会因为对方外出或事忙而无法接听，但信件则不然。记得那时每天外出返家，信箱里定有一封等着我拆读的信静躺着。另一半虽然学的是理工，但因为他从小嗜读《水浒传》、《三国演义》、《西游记》等古典章回小说，因此笔下文字颇有韵味。闲来喜欢涂鸦的他，也常会在信里夹附着令人眼睛一亮的趣味漫画或粉彩素描。



由八年间“每日一信”的通信过程中，两个生长环境南辕北辙的人渐由陌生而了解，不仅对事物的看法与人生观都能因为不间断地在信里交换每天各自的所闻、所读、所遇、所感而渐趋一致，同时，距离制造美感，书信往返所营造、酝酿的想像空间与美感，也使得长期以来，两个都是不喜欢受拘束个性的人，能够一直维系着“有点黏又不会太黏”的谐调状态。

一直到多年后的今天，另一半还一直是我无话不谈的好朋友，这或许也是早年“每日一信”打下的基础。婚后有一次他到德国出差半个月，在台湾的我，好不容易收到了他来自西半球、睽违已久的“每日一信”。只是不知怎的，婚前信中那种趣味盎然、洒泼畅流的美感消失了，字里行间尽是平淡家常的流水账。这或许也是婚前、婚后心境明显不同的自然呈现。读着这样的信，我虽感到心安、亲切，但也有些微微的怅然。



## 爱的教育

我们的命运就是学习，然后被抛进不可思议的新世界里。

——卡洛斯·卡斯坦达

对于怀孕的母亲说来，最令其忧心、关切的，莫过于在漫长的等待之后，能否生出身脑健全的宝宝。

许多新生婴儿的疾病，并非遗传而来。好比唐氏症，它并不是遗传疾病，而是在健全的双亲中以六百分之一的比例，突然出现染色体异常。有些孩子，尽管双亲都是智能表现相当