

新感悟系列丛书

Xin Ganwu
Xilie Congshu

李新纯◎主编



感悟 生活

平淡是真

Ganwu Shenghuo
Pingdan Shizhen

催人泪下的故事 感动一生的真情

生活不能没有激情，激情是生活的动力，平淡更是一种生活的组合。漫漫人生路上，每个人都曾或深或浅地留下自己求索的脚印。不以物喜，不以己悲，处事不乱，荣辱不惊。文种豁达的胸襟定能让平淡的生活彰显出更迷人的



李新纯◎主编

延边人民出版社

新感悟系列丛书

Xin Ganwu
Xilie Congshu

李新纯◎主编



感悟 生活

平淡是真

Ganwu Shenghuo
Pingdan Shizhen

催人泪下的故事 感动一生的真情

生活不能没有激情，激情是生活的动力，平淡更是一种生活的组合。漫漫人生路上，每个人都曾或深或浅地留下自己求索的脚印。不以物喜，不以己悲，处事不乱，荣辱不惊。这种豁达的胸襟定能让平淡的生活彰显出更迷人的风采。



李新纯◎主编

延边人民出版社

责任编辑:申明仙

图书在版编目(CIP)数据

感悟生活 平淡是真/李新纯主编. —延吉:延边人民出版社,
2009.6

(新感悟系列丛书)

ISBN 978 - 7 - 5449 - 0632 - 6

I. 感… II. 李… III. 散文—作品集—中国—当代
IV. I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 091779 号

新感悟系列丛书 李新纯 主编

图书策划:  腾飞工作室
☎15611907758

出版:延边人民出版社

(吉林省延吉市友谊路 363 号, <http://www.ybcb.com>)

印刷:北京业和印务有限公司

发行:延边人民出版社

开本:710 × 960 1/16 印张:308 字数:3500 千字

标准书号:ISBN 978 - 7 - 5449 - 0633 - 3

版次:2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月第 1 次印刷

印数:1 - 10000 套 全套定价:589.60 元(全二十二册)

如出现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

前言

每一分感悟都震撼着我们的心灵，每一次感悟都充盈着我们的内心。感悟让情感倍加细腻，感悟让心灵得以休憩，感悟让激情适时迸发，感悟让收获更加丰富。人生需要感悟：感悟生活里的每一份喜悦、愤怒、悲伤和快乐……

有一位哲学家曾说：“只要生活在这个世界上，我们就要不断地向别人学习。”我们需要从他人身上感悟一些经验、哲理以及智慧，只有如此，我们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。

生活周而复始，面对周围的人和事，难免会心理疲劳，进而也疏于去感知世界，感知生活。而只有不断地去感知世界与生活，才能使我们独立思考的能力得以提升，才能使我们的思想与智慧得到进一步升华。从而抓住进步的机会、提高积累的速度、实现突破的愿望。

本套丛书从人生的各个方面出发，站在哲学的角度，以优美的文字，记录人生，述说人生，从文字中抒发心事，从心事中触摸心灵，从心灵中找回历程，从历程中感悟生活，从生活中感受快乐，从快乐中享受人生。希望本套丛书能够帮助你洗去心灵的浮躁和疲惫，让心灵得到呵护和润泽，让生命的追求和心灵的感悟升华到一个新的境界，让你以一颗健康和积极向上的心态去创造幸福美好的人生。



这套丛书收录了许多经典的哲理故事，这些故事虽小事却能小中见大，将人生的哲理、感悟与生动的小故事融为一体，蕴含着隽永的哲理，洗练睿智的感悟，传达着人生智慧。故事后的人生感悟更是点睛之笔，它们或睿智凝练，让心灵为之震撼；或灵气十足，恍如一丝清泉渗入心田；让人在紧张繁忙之余可以关爱的自己。让我们轻松地在阅读中，渐渐重新开启感悟的心灵，让思想的慢慢复苏，静下心来感悟自己的生活，会发现原来自己的生活在生活是美丽的，是精彩的！

本书在编辑过程中得到了众多同仁及学者的帮助与指导，在此深表谢意。同时，囿于时间的紧迫、水平有限，难免有疏漏之处，涵请赐教。另外，因本套丛书很多来稿来自作者自荐或者推荐，由于来稿广泛且多，个别稿件因没有作者的联系方式，我们又不忍割爱而编入书中，敬请作者见书后及时与我们联系，以便我们按照国家相关法律和政策安排处理，联系方式：tengfeiwenhua@sina.com同时，我们也向各位暂未联系上的作者深表歉意！并由衷地感谢你们的支持与谅解！

编者
2009年6月





目录



第一篇 感悟生活,美好人生

领悟生活	3
学会感动	5
常怀一颗善心	7
不要太多欲望	9
把恐惧画下来	10
正视自己的恐惧	12
将心比心	14
积极面对人生	15
从沙粒到珍珠	17
改变人生的一次经历	19
不放弃任何希望	21
生活就是一面镜子	23
富有不等于快乐	25
适当改变生活方式	27
让心灵先到达那个地方	29
最人性的,就是最好的	31
生活的勇气	33
掌控人生灿烂的时光	35



新感悟系列丛书

xin gan wu xi lie cong shu



第二篇 做自己生活的主人

做真正的自我	39
信心创造奇迹	40
坚持自己的选择	41
自信的门	42
看重自己	44
满怀信心很简单	46
每个人都是自己最好的建筑师	47
靠自信来成功	49
最出色的地方	51
秉持自己的本色	53
本色最美丽	55
人活的就是自我	57
有个性才能有成就	59
做自己的主人	61

2



第三篇 生活因智慧而美丽

跳出框框	65
坠毁之谜	67
引人向上的力量	69
风险的馈赠	70
“怕”让你成功	72
生活要主动	73
用心良苦	75
偏执的成功者	76
永争第一	78
珍惜的变数	80



智慧之花	82
做一只自由的鸡	84
败给悲观	85
衣袖上的疤	86
成熟的谷穗懂得弯腰	87
令人惊叹的洞察力	89
聪明人和雏鸟	91
上了弦的弓	93
像野兔一样奔跑	95



第四篇 清点生活,体味幸福

好日子怎么过	99
别让眼睛老去	101
穿着袜子上路	102
闭上眼睛	104
你的脚边有钻石	106
怠 慢	108
面对生活	110
路的旁边还是路	112
做人与凿井	114
给自己一双慧眼	116
用心生活	118
糊涂是一种境界	120
试着回头看看	121
没有痛苦哪来自由	122
开错的“心窗”	124
善待失败	125
不要被欲望的阴霾笼罩	127
幸福的感觉	129
点亮心中自信的明灯	131



新感悟系列丛书

xin gan wu xi lie cong shu

生活会重复的	133
--------------	-----



第五篇 笑对人生,欣赏生活

微笑面对人生	137
学会给自己一面心情的旗帜	139
在何处都要学会微笑	141
坦然面对自己的人生境遇	143
乐观面对自己的前途	145
接受最真实的自己	147
快乐其实是如此简单	149
让心灵过一种简单的生活	152
笑看人生的输赢	154
予人快乐就是予己快乐	156
不要抱怨生活	158
我的处境并不算最糟糕的	159
坦然面对	161
欣赏苦难	162
欣赏生活	164
活着其实很简单	166
人生和信念	168
希望的播种	169
活在希望中	171

4



第六篇 享受美好生活

你是快乐的主人	175
送上门的好事	177
可能和不可能	179
在困境中依然微笑	181

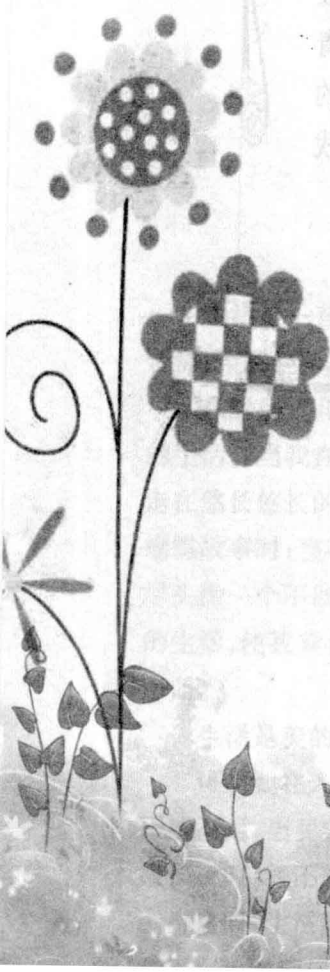
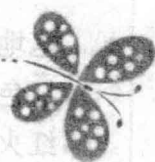


知道自己真正需要什么	183
不要忘了提醒和指责自己	185
自己有自己价值	187
幸运只会青睐乐观者	189
处世要恩怨分明	191
心和心的距离	193
清贫就是富裕	194
热爱平凡的生活	195
理解别人的处境	197
帮助别人是一种收获	199
沉默是一种力量	201
生活不要太安逸	203
牵 手	205
爱只需要实际行动	207
朋友,有时就是你自己	209
触动心灵的谎言	212



第一篇

感悟生活， 美好人生





新感悟系列丛书

xin gan wu xi lie cong shu

生活像是一支五颜六色的画笔,一笔一笔地描绘出我们美好的七彩人生。生活是红色的,它表达了我们每一天的生活都会红红火火;生活是绿色的,它代表着我们的青春与活力;生活是蓝色的,它表现了我们的天真与纯洁;生活是紫色的,它表明的是我们生活中浪漫的那一面。



领悟生活

刘文杰

生活是一首不落的歌,有高音也有低音;生活是一杯浓烈的酒,有芳醇也有苦涩;生活是一首含蓄的诗,有柔情脉脉也有沸腾如火。

在经历了几番潮起潮落,几番云卷云舒后,我领悟了这如诗如画、如痴如醉的生活。当我在广袤无垠的原野上纵横驰骋时;当我在微雨的黄昏,撑着雨伞,走在悠长悠长的雨巷找那丁香一样的姑娘时;当我在晨风的柔膝上听那凄美的蝴蝶故事时;当我在淡蓝深邃的星空思接千载、神驰万里时;当我在长江黄河的尽头做一个不回首、豪壮的天涯客时,我不禁大声赞叹:生活真美!这如歌如梦的生活,使我紫色的希冀安上了振飞的翅膀,使我生命的史诗每天都有新的序曲。

生活是美的,不是吗?

可当我在人生的小径上留下一串串烦恼的脚印时,当我在尘封的日记里无限感慨时,当我在萧瑟的秋风中听那落叶纷披时,当我在孤独的泪水中度过漫漫长夜时,我不禁喃喃自语:谁说生活是美的,它又苦又涩。

这时,生活戴着黑色的面纱向我走来,无情地把我推向深深的海洋深处,让我孤独地在漆黑一片中静静等待。

在听过我的赞与怨,爱与恨后,生活托风捎来一句话:我不是福,也不是祸,我是福祸的容器,包容一切。我的改变需要你的智慧与激情,发现与创造,付出与索取。

这风之语使我感慨丛生,震撼万千。是啊!生活应是一张洁白的纸,等待我们去着色添彩;应是一抹无痕的云,等待我们去挥霍潇洒。生活是一张扬起的帆,生活是一支离弦的箭。生活吸引我们追逐希望,破浪前行。生活需要我



新感悟系列丛书

xin gan wu xi lie cong shu

们指引航向,充当向导。

生活静美如画,生活澎湃如潮。生活使我们融入画中,生活使我们涌入潮中。它上面的每一笔,每一次流动,都是我们在生活的乐谱上跳跃的痕迹。

我试图去解读生活,而生活告诉我要先读懂自己。

行走在生活的长河中,啞哑着青春的沼泽,生活使我的心渐渐平静。在那伤痕累累的六弦琴下,我告别了那来不及安睡的摇篮,告别了童年的芳草地,不再唱那流水的调子,不再听那小提琴的忧郁了,我畅饮着浓如酒、总是诗的生命色彩,开始了新的征程。

在柔和的阳光下晾晒潮湿的心情,在温馨的友情中嫁接破碎的感情,在泼墨挥毫时点燃生命的旋律。试着把烦恼锁进日记,把沸腾注入现在,把梦幻移植到明天,你会对生活有新的领悟。

细细品味生活吧。

烦懣时,唱一首“我欲乘风归去,又恐琼楼玉宇”;欢愉时,哼一曲“白日放歌须纵酒,青春作伴好还乡”;忧郁时,吟一首“冷冷清清,凄凄惨惨戚戚”;激昂时,歌一曲“大江东去,浪淘尽,千古风流人物”……这样,生活便会多姿多彩,便会着色开花。

生活就是这样,昂首是曲,俯首是歌。它期盼着你的改变,渴求着你的挥霍。生活需要你我纵情抒怀,使它更加绚烂,更加壮美,更加轰轰烈烈。

生活是一支浓情的笔,是一首温馨的诗,是一场芬芳的雨,是一个需要你去领悟的童话,是流传千古不变的传奇……



生活是诗

生活是一首不落的歌,有高音也有低音;生活是一杯浓烈的酒,有芳醇也有苦涩;生活是一首含蓄的诗,有柔情脉脉也有沸腾如火。



学会感动

丁 锋

在人生的栈道上，我们都是赶路人。

这是一个有情的世界，我们每一个人都活在别人的善意里。于是，我们常常感动，常常流泪，为那一份徐徐升腾的爱意。

假期旅行，上了火车才发现要与独夫同行两天三夜。

听说过许多关于他的传闻，尽是一些冷漠怪癖事，也许就是因为太落落寡合，他才得了“独夫”的绰号。

我坐着打了两宿的牌没合眼，到了第三个晚上终于挺不住了，蜷缩在座位上，不多时就什么都不管不问了。

沉沉一觉，隐隐觉出有东西在眼前晃，才睁眼，却见独夫正伸着手在我的头前护防着过道上人来人往的磕碰。

见他站着，才骤然发觉自己早已横倒着占了他的座位。难道他竟是这么站了一宿？而他却一直是发着烧的呀！

慌忙起身致歉，却见他安然的笑容：“我下了车到家就能睡，你这可是才开始。”

哪里有一点的冷漠？顿时心中涌上缕缕的温柔，纵是他真的如传闻中那般不可理喻，而我也宁愿更长久地沉浸在这一刻的感动里。感动真好！

既然能有这样一种感动，又何苦让种种块垒梗在心头？

有一次邀朋友小聚，没想到还来了一位素有嫌隙的，怯怯地跟进来，在我的惊怔下掩不住局促。来的都是客，自然不能拒之门外。

努力地不要冷落他，却克服不了不联络的生疏，自然话不太多，只能在饭桌上劝他多吃多喝些。



新感悟系列丛书

xin gan wu xi lie cong shu

相隔着给他夹菜的时候,瞥见了他眼中的感动,竟蓦地被感动,满怀里也尽是感动了。

也许感动还是一种宽容,怡人清香又沁己心脾。也许我们难免会为一次愚蠢的感动而追悔,但是在每一回真正的感动中我们得到的更多。



生活慧语

也许我们难免会为一次愚蠢的感动而追悔,但是在每一回真正的感动中我们得到的更多。





常怀一颗善心

梁瑞峰

7

我蹑手蹑脚地走到门前，敲了敲门。

我有些恐惧——只有一点儿——但由于太兴奋了，而无暇去顾及害怕。

门内传来一个生硬的声音（这也是例行公事的一部分）：“谁呀？”

我平静地轻声说道：“我是南茜，霍格先生。”

“你想做什么？”他大声喊道，就好像他真的不知道一样。

在我的印象中，走进那个后门，几乎是一件带有传奇色彩的事。他的声音低沉而粗暴，但脸上的笑容却十分亲切。

我正需要这样的笑容！我立刻就安下心来，知道自己是受欢迎的了。

大约几秒钟之后，我领着邻居的四五个小孩儿和我的两个弟弟穿过房子，来到了起居室。

那里已经全部准备好了。

在铁制楼面通风板的两边，面对面放着两把椅子。通风板的中间放着一个黄色的大搪瓷盆，里面装满了新鲜的、热气腾腾的爆米花。

霍格先生知道，我的鼻子是与心灵相通的！

在所有住在山上的孩子中，毫无疑问，我是最喜欢爆米花的一个。空气中充满了极为诱人的香气……孩子和零食，这是一种天然的结合。

这世上没有任何东西的味道能比得上霍格先生自己做的蓬松、洁白的爆米花。

在一个小木凳上，放着一堆白色的纸袋。

我们一个接一个地轮流坐到这个高大的人对面的椅子上，在他给我们往纸袋中装爆米花的时候，和他聊着天。