

伴你天天的生活香檳

DUZHIFENZENCANG BEN

读者珍藏本



感悟人生

GANWURENSHENG

《作家之路》编

内蒙古人民出版社

• 读者珍藏本 •

感悟人生

《作家之路》 编

内蒙古人民出版社

感悟人生
《作家之路》 编

*

内蒙古人民出版社出版发行

(呼和浩特市新城西街20号)

吉林东北亚文化发展公司印刷

开本：850×1168 1/32 印张：15.25 字数：310千

1997年9月第一版 1997年9月第1次印刷

印数：1—10000册

ISBN 7-204-03369-8/I·602 定价：20.00元

卷首语

对生命的热爱是无价之宝，
能够悟出活着的真谛似
甘泉雨露。本书荟萃
了伟人、哲学家、
富商和普通人的
真实故事与切
肤感受，深
得全世界青
年及女性读者
的厚爱。它将告
诉每一个旅途中人：
什么叫饱经磨砺什么
叫迎接挑战，那真情与
欢乐、那宁静和崇高来自何方！

目 录

第一部 生活是件激动人心的事

享受生命的乐趣	3
每天抽出一小时	7
何必追赶时代	11
思考的艺术	14
书 友	17
孤独也是一种生活方式	19
讲笑话的艺术	24
同“变化”变朋友	27
生活是件激动人心的事	31
充实你的感知丰富你的生活	34
内心游戏	38
如何提高你的智力	44
如何激发你的艺术创造力	48

学会善于聆听	51
改变你的情绪	55
加深友谊的秘诀	60
怎样应付尴尬处境	65
重新找回失去的童年	69
要想活得好多笑少忧愁	72
天天都过好日子	77
怎样对付遇到的不幸	81
你无须得到他人赞许	84
老师所能给予的	87
每天读书 15 分钟	89
金钱与快乐	92
美 女	97
何必都去健身房	99
追求幸福	102
当你受到伤害时	105
放轻松点!	108

第二部 情感智慧

做一个正直的人	115
培养人格的独立性	120

冒险精神	122
论热情	126
说不行的人永远不行	128
我没有鞋他却脚没有	130
假如给我三天光明	132
人人都有天赋	134
对别人真诚地感兴趣	138
赞扬自有无穷魅力	141
友 谊	147
友 情	149
面向未来的人生忠告	151
生命是一种回声	154
如	
果……	159
永恒的变化	161
什么是值得追求的	163
成功操纵在你手里	167
创造力助你成功	171
听机会的敲门声	175
愿望是成功的一半	176
跌倒了再站起来	180
选择全在你：凡事多往好里想	184
给自己一个机会	189
树立成功的自我形象	193
情感智慧	198

克服怯懦的法则	203
乐观——成功的关键	205

第三部 出乎意料的结局

如何获得好主意	211
成功者多达观	214
让你受益的十条建议	218
人生之路的八个路标	220
三个星期改变自己	223
5分10分地利用空闲时间	226
拖延恶习	228
获取最高成就的七条秘诀	230
失败好处多	235
我的婚姻观	239
面对裁员求职有道	241
深深的爱	244
用生命创造生命	248
教师的感觉	253
抢救孩子我替你开路	255
谁敢说“我比这个人好!”	258
充分利用现在尽情生活	263

不做软弱可欺的人	266
爱的力量	269
孩子从船上掉进大海	272
帽子	276
画中人	279
没说出来的话	281
出乎意料的结局	283
爱心唤醒丈夫	286
爱情真义	289
爱是由心灵形成的	294
感悟爱情	298

第四部 亲情档案

如何寻找真正的爱情	305
总象初恋时那样	309
你了解女人吗?	313
男子汉如何塑造你自己	316
依然甜蜜	321
丈夫的朋友	325
今天吵吵架好吗?	328
使丈夫开口说话	330

你了解自己的丈夫吗?	334
向异性朋友倾吐	336
帮助配偶变得更美好	338
表达爱情的最好方式	343
不能说的真话	346
女性的力量	350
家庭才是永久的	355
家人间相互交流的奥秘	357
家人沟通的条子	363
一位父亲对儿子的忠告	366
无赖就是这样造就的	369
最让父母懊悔的错误	371
父母也有权利	374
丈夫·妻子·孩子	377
母亲不该说什么话?	380
父母欠不欠子女的?	383
训练孩子自动自觉	386
献给孩子们的六件礼物	390
教子女做到五点	395
走向社会	400
妈妈告诉我	405
要你的孩子说“行”	410
孩子为什么说谎	414
应该避免的 10 句话	417
养儿切戒七句话	422
我要我的孩子明白……	427

知子莫若母	430
阿什“临别”给女儿的赠言	433
孩子要从小认“钱”	437
青年权利法案	440

第一部

生活是件激动人心的事



许南泉译

享受生命的乐趣

有人说：“心灵往往在头发灰白之前就已死去。”失去生命的乐趣，是人生最悲哀的一件事。你的心灵苍老了吗？年轻的心容易兴奋，对各种事物都兴致勃勃，随时准备迎接新鲜事。而苍老的心灵是停滞、封闭的，对它来说，太阳底下根本没有新鲜事。

对生命的热爱是无价宝藏，丧失这种热情，即使拥有名声、权力与财富，仍然不能享受生命的乐趣。

记得孩提时，我常听着远方火车传来的呜呜声入睡，直到今天，一听到火车的呜呜声，总会唤醒我童年的记忆，我很高兴这些事情依然能感动我。许多人太轻易抛开生命的乐趣，爱情不再甜美、工作不再有趣、生活不再新鲜，人生愈过愈乏味，再也没有什么东西可以感动他。

很多人以为只要有钱、有房子、有各种昂贵的东西，快乐就会随之而来。还有人试着在声色刺激中找寻生命的乐趣，却不明白这是缘木求鱼。

有勇气的人能够接受生命的磨难，同时又能敏锐地体会生命中的种种乐趣。

每个人都希望拥有成功、快乐的人生，秘密就在于你有没有给自己时间品味生活。我们常说生活是一门艺术，每一种艺术都讲究创造与品质，都需要作者花时间和心思在其中，生活正是如此。

匆匆忙忙过日子，永远没有喘息的时候，这样的生活实在太粗糙了。真正的生活应该是精致而美丽的，而且充满快乐和美好的经验。

讲求速度的现代社会里，每个人都忙得团团转，下回过马路时，不妨留意一下等红灯的行人神情有多么焦躁。紧张的生活带来高血压、头痛等生理问题，更对我们的心理产生巨大的影响。

现代人被时间的巨轮追得喘不过气来，但同时又相信忙碌才能带来充实的人生，因此我们不敢怠慢地填满每一分每一秒，忙进修、忙休闲，连度假都分秒必争，生命乐趣就在一连串的赶、赶、赶中被剥夺了。

给自己品味生活的时间，在音乐、艺术、文学和大自然的世界里纾解紧张情绪，让自己做一个真正的人，而不是赚钱的机器。

不要成为生活的奴隶，填饱肚子之余，别忘了心灵也需要喂养，耶稣说：“人不能只靠面包过活，你的心灵需要比面包更有营养的东西。你有多久没唱歌、没到大自然中走一走、

没有读诗？”

给自己一点时间，一个周末、一个下午，或者只是一个小时都行，让自己“无所事事”一下吧。

友情必须通过时间有了互相了解以后，才能慢慢培养出来。以忙碌为借口而疏远朋友，或不结交新朋友，便丧失了人生一乐。我曾在出国度假时，拜访一位朋友的朋友，他热心地带我观赏那个城市的风光，我为自己的冒昧打扰道歉，这位先生却回答：“别这么说，我一向喜欢结交新朋友，何况，是我在经营这家店铺，可不是店铺在经营我。”

朋友象扇窗，能拓展我们的视野，没有时间交朋友，就少了了解不同世界的机会。我们每天与千百人擦肩而过，人人各怀心事，谁也不理睬谁，这是现代都市典型的生活方式。

下回你不妨多看一眼周围的人，每个人都有点有趣的地方，哪怕寻常的普通人，都有他自己的故事，可以让你从中了解人生。只要你用心，处处都有新鲜事。

意大利名画家拉斐尔有一回经过市场，看到一个衣着褴褛的人，怀抱一个婴儿，她的表情那么慈祥平静，拉斐尔如获至宝，这不正是他心目中的圣母玛丽亚的形象吗？拉斐尔顺手找来一个木桶，坐在上面素描起来。这件作品至今还保存在佛罗伦斯的博物馆内。

人间至美的形象，竟然出现在市场里一名穷苦妇人的身上，我们还怎么能抱怨生活无趣呢？只要你暂抛心中烦恼，看看身边的人与事，关怀别人的喜乐与烦忧，你会发现人生处处有风景。

有一名外科医生，不仅医术高明，还十分热心公益。这位医生每天都到同一个报摊买报纸，那名残疾的报童渐渐引

起他的注意。终于有一天，这位医生问报童：“你愿不愿意让我医好你的脚，好让你和其他孩子一样能跑能跳？”孩子热切地答应了。

医生为他做了多次检查，然后安排好手术时间。他告诉孩子，他要让一群医学院的学生来见习这次手术，好让他们学会如何对待小病患。孩子同意了，手术进行得相当顺利，实习医生也目睹了整个过程。

手术即将开始时，报童抬起尚未被麻醉的头，用极明朗的声音对医生说：“上帝祝福你，医生，你对我这么好。”事后这位医生说，他曾为无数人开过刀，也得到过很多医疗费，但这个男孩却让他获益最多。

你想这样的医生会觉得人生无趣吗？能爱别人、帮助别人的人，永远不会对生命感到厌倦。

能被身边事物感动的人，永远不会丧失生命的乐趣。

不以金钱和物质衡量一切的人，才能明白生命的真谛。

保持一颗鲜活的心，别拿忙碌做借口，多听、多看、多关怀生命，只要懂得排解，即使阴霾的下雨天，也会出现欢乐的歌声。