

完美人生的心灵之旅

相约成功的244个哲理感悟

万蓉 编著

体验前所未有的心灵盛宴
获得终身享用的人生智慧

Spirit Journey for Perfect Life

贵州大学出版社

完美人生的心灵之旅

相约成功的244个哲理感悟

万蓉 编著



贵州大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

相约成功的244个哲理感悟 / 万蓉编著. —贵阳: 贵州大学出版社, 2008. 12
(完美人生的心灵之旅)

ISBN 978-7-81126-079-3

I. 相… II. 万… III. 成功心理学—通俗读物 IV. B818.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第192030号

完美人生的心灵之旅：相约成功的244个哲理感悟

责任编辑：邹光武

特约编辑：杨森

监 制：曾强

策 划：海润源文化

出版发行：贵州大学出版社

(贵阳市花溪区贵州大学北区，邮政编码550025)

印 刷：北京九天志诚印刷有限公司

经 销：新华书店

开 本：787mm × 1092mm 1/16

字 数：235千字

印 张：16.5

版 次：2008年12月第1版

印 次：2009年2月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-81126-079-3

定 价：38.00元

如有印、装质量问题，请与印刷厂联系，本社负责调换

目录

第一章 做最醒目的那一棵树

做最醒目的那一棵树 / 3

知止 / 3

人生曲线 / 4

砍我一刀 / 5

别过打了折的生活 / 6

把每一天当作生命的终点 / 7

守住一颗心 / 8

怀有一颗平常心 / 9

生气前先问自己 12 个问题 / 9

盲人开灯 / 10

严于律已 / 11

给人仰视的理由 / 11

让别人保住面子 / 12

宽恕之心 / 13

天平 / 14

忍耐的误会 / 14

认清自己的底线 / 16

我已经给了你最好的 / 17

错了就承认 / 17

想在交往时受人欢迎就要学会倾听 / 19

忠言不必逆耳，良药不必苦口 / 20

爱要通过给予而获得 / 20

成为有魅力的人 / 21

心力放到恰当处 / 22

诚信的力量 / 23

不要不明不白地处理事情 / 24

最好的传球手 / 25

平等的人格 / 25

一盒订书钉 / 26

捡起地上的鸡毛 / 27

第二章 放大你承受痛苦的心胸

放大你承受痛苦的心胸 / 31

最后一条西裤 / 31

5 元钱的尊重 / 32

为自己买份“失败保险” / 33

你会打篮球吗 / 34

做你想做的事情 / 35

谦逊的贝罗尼 / 36

作家与禅师 / 36

放低你的姿态 / 37

真诚的价值 / 38

最大的赚头是快乐 / 39

一定要活得漂亮 / 40

别盯着杯子 / 41

别摔在熟悉的路上 / 41

放弃的成功 / 42
人生如作画 / 43
有时候，失去比拥有更轻松 / 43
学会欣赏别人 / 44
非必需的尽量不要 / 45
活着，就十分美好 / 46
若有所思 松一下心弦 / 46
小猫逃开影子的招数 / 47
千元大钞的诱惑 / 47
把自己年龄说大 / 48
不可删掉的人 / 48
那也是礼物的一部分 / 49
人生美在于相处 / 49
哥哥为妹妹创造的机会 / 50
和解的智慧 / 51

第三章 学会自嘲益身心

学会自嘲益身心 / 55

学会如何放弃 / 55

城市老鼠与乡下老鼠 / 56

该忘记的和不该忘记的 / 57

你是否开错了窗户 / 57

硬币的两面 / 58

最重要的人和最重要的时光 / 58

慢慢生活，给匆匆生命刹刹车 / 59

您生命里的四位妻子 / 60

两根绳子的不同用途 / 61

为生命画一片树叶 / 62

被人相信是一种幸福 / 62

要为自己加油 / 63

心疼别人就是心疼自己 / 63

不能以自我为中心 / 64

心无杂音 / 64

将快乐定位得低一点 / 66

让心灵象电脑一样清仓 / 67

事情并不是你看上去的那样 / 67

忙里偷闲，生活更加有滋味 / 68

大家好才是真的好 / 69

有一种美丽叫做“退” / 70

别给自己喝“咸水” / 70

盲人的光明 / 71

心理健康与人生智慧 / 72

停止抱怨是种人生境界 / 73

道歉伴你快乐人生 / 74

只要我们拿起电话 / 74

是非终日有，不听自然无 / 75

第四章 只有“付出”，才能“杰出”

只有“付出”，才能“杰出” / 79

与挫折握手言和 / 80

如何用好心头这把刀 / 81

学会赞美别人 / 83

学会批评别人 / 83

“帮助”别人做决定 / 84

如何说服别人 / 85

君子坦荡荡，小人常戚戚 / 86

不要给自己挖陷阱 / 87

拿破仑与水手 87

用幽默塑造智慧 / 87

和你知道的最优秀的人为伍 / 89

模仿是最有力量的方法 / 90

低调处理背后议论 / 92

如何圆场子不伤人 / 93
设置情景劝告 / 93
装可怜的要求方法 / 94
学会妥协 / 94
失策的“处世绝学” / 95
用你的真心换取友情 / 96
为人处世孝顺为本 / 97
低头亦是一种能力 / 98
做一个真正成熟的人 / 99
给人良好的第一印象 / 100
面对不拘小节的人 / 102
李嘉诚的为人处世之道 / 104
困惑中寻找真实的自我 / 105
心虚才能容道 / 106
一点集中法 / 107
为对方留一条退路 / 107

第五章 做时间的主人

做时间的主人 / 111

带着感激之心生活 / 111

为什么人们不喜欢你 / 112

积极处世走出孤独 / 114

笑看天下几多愁 / 116

精明人、聪明人与明白人 / 116

成为重磅人才，你行 / 118

获得友谊的秘密 / 119

需要的不多，想要的太多 / 119

诚实何止百万 / 120

成功的关键离不开修养 / 121

第一次摔倒就放弃，永远学不会走路 / 122

优秀是一种习惯 / 122

两点之间最短的距离并不一定是直线 / 123

只有知道如何停止的人才知道如何加快速度 / 123

缺点是一种恩惠 / 124

问题出在自己身上 / 124

学会和不同的人相处 / 125

克制自己 / 126

培养好四大素质 / 127

做情绪的主人 / 128

远离压抑有办法 / 129

孤独并不可怕 / 130

淡化你身边的妒嫉 / 130

嫉妒心理的化解 / 133

孤独的美 / 134

控制愤怒 / 135

让你理智 / 136

追求完整，而不是完美 / 136

提高自我修养 / 138

学会宽怒与解脱 / 139

吸引人的三大秘诀 / 140

第六章 不要拒绝改变

- 不要拒绝改变 / 147
- 个性的形成和发展 / 147
- 把握好自尊的弹性 / 148
- 发脾气守则 / 149
- 读书——创造财富的秘密 / 150
- 成熟男人的标准 / 151
- 生活是自己的 / 154
- 爱情、事业与完整的人生 / 154
- 对待强者世界很吝啬 / 156
- 只要愿意学，机会总是有的 / 157
- 热心成就事业 / 158
- 麦当劳为什么不养牛 / 159
- 在苦闷中学会愉快 / 160
- 诚信与生命的抉择 / 161
- 领导者的谈话艺术 / 162
- 选择朋友很重要 / 165

输一时，赢一生 / 165
乞丐也需要努力 / 166
自律 / 167
球场上的无私者 / 167
比较，让我们遗失了自我 / 167
锁不住灵魂 / 169
痛苦会过去，美会留下 / 170
背着萨克斯走天涯 / 170
人生的第二幕 / 172
改变心境，你就能融入这个世界 / 173
紧握木棒的黑孩子 / 174
别成为破窗户 / 176
放平心态 / 177
一块有了愿望的石头 / 178
机不可失，失不再来 / 179
限制法则 / 182

第七章 没有机会时，自己创造

没有机会时，自己创造 / 185

演出就要开始 / 185

哦，原来你不是卓别林 / 186

钟点工 / 187

简单的方法 / 188

每个人都有两张照片 / 189

快门的速度 / 190

成功者的袜子 / 191

敲打果树 / 191

梦想的翅膀 / 192

难能未必可贵 / 194

谢天 / 195

我是谁 / 196

与比尔·盖茨拥有同等的机会 / 197

微笑的魔力 / 199

共振 / 200

扳倒总统尼克松的女人 / 201

人生也应策划 / 202

态度与能力 / 204

只要努力了就没有失败可言 / 205

我们所能改变的，只有自己 / 206

成功，仅有聪明是不够的 / 207

成功需要磨炼 / 208

成功、目标与快乐 / 209

视网膜效应 / 210

真正的勇者 / 211

批评的力量 / 212

专心做一件事也能成功 / 212

考验自己 / 213

人生三道题 / 214