



Qiaokai  
XinlingZhimen

# 敲开心灵之门



青春无意设防，心灵之门需要经常开启，所以别忘了，必要的时候，给别人一把开启心门的钥匙。本书是一首能读懂我们心灵的歌，而这首歌早已让我们泪流满面，让你在心灵的对接中创造一个美妙的神话。

Zuixin  
ZhencangDuben

最新珍藏  
读本

轻轻叩开心灵之门，让你看到另一个美丽的世界

内蒙古人民出版社

张娟◎主编



Qiaokai  
XinlingZhimen

# 敲开心灵之门



青春无意设防，心灵之门需要经常开启，所以别忘了，必要的时候，给别人一把开启心门的钥匙。本书是一首能读懂我们心灵的歌，而这首歌早已让我们泪流满面，让你在心灵的对接中创造一个美妙的神话。

Zuixin  
ZhencangDuben

最新珍藏  
读本

轻轻叩开心灵之门，让你看到另一个美丽的世界

内蒙古人民出版社

张娟◎主编

图书在版编目 (CIP) 数据

敞开心灵之门/张娟主编. - 呼和浩特: 内蒙古人民出版社, 2008. 4

(心灵感悟 美丽人生)

ISBN 978 - 7 - 204 - 09544 - 5

I. 敞… II. 张… III. 人生哲学 - 通俗读物 IV. B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 053162 号

## 心灵感悟美丽人生

---

主 编 张 娟

责任编辑 咏 梅

封面设计 大 章

出版发行 内蒙古人民出版社

地 址 呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦

印 刷 北京世纪雨田印刷有限公司

开 本 710mm × 1000mm 1/16

印 张 230

字 数 1500 千字

版 次 2008 年 4 月第 1 版

印 次 2008 年 6 月第 1 次印刷

印 数 1 - 10000 套

书 号 ISBN 978 - 7 - 204 - 09544 - 5/I · 2009

定 价 298.00 元 (全十册)

---

如发现印装质量问题, 请与我社联系 联系电话: (0471) 4971562 4971659

## 前言

人生都在寻找快乐，享受快乐，快乐就会逐渐的成为我们美丽心灵的一部分。

要让自己的幸福生活比别人更绚丽，更美好，更辉煌。使自己人生价值生活比别人更有价值，我们就要学会改造自己，塑造自己，用心灵感悟，充实自己，主宰自己的命运。我们的生命就会释放出耀眼的光芒。

人生一世，草生一秋，短暂的人生，如过眼的烟云。如果能够幸福快乐的生活每一天，是我们每一个人心中都在寻求的一个梦想。

给自己的心灵敞开一扇窗，让阳光洒进来，当明媚的阳光抚摸你的心灵时，你就会有一种异样的感觉，嗅到阳光的味道。你就会有阳光一般的笑容。在自己的心灵感悟中，就会感觉到生活就宛如大海，宛如春暖花开。

人生的幸福，是一种心情，要感受人生的幸福与快乐，就要学会放飞你自己的心灵，去寻找属于自己的幸福与快乐。

人生路上所有的艰难险阻都是上天对我们别一种形式的馈赠，所有的坎坷也是对我们意志的磨炼和考验。

落英在晚春中凋零，来年又灿烂一片，落叶在秋风中飞舞飘荡，春天又焕发出勃勃生机。这何尝不是一种达观，一种洒脱，一份人生的成熟，一份人情的达炼。

心灵最柔弱最细腻。如果你不懂得感悟自己的心灵，你就不可能求得幸福与快乐。如果你一旦得到心灵的关爱，你就会获得无比的幸福和快乐。

我们生活在一个竞争的时代，在竞争激烈的角逐中，每个人都走着不同的人生之路。

品味着人生不同的酸、甜、苦、辣、咸。品尝着人生不同的人生果。成

功在每个人生活的道路上，都充满着荆棘，努力坚持住，你就会获得更大的成功。

有竞争就会有成功与失意。当我们处在失意的状态时，最重要的就是要保持我们心灵中的微笑，保持乐观的心态，人生得以更完美！

《心灵感悟美丽人生》这套丛书，正是为了启迪人们开阔眼，感悟人生，从改变观念到改变人生，让自己活得更轻松，更美好，更洒脱。让我们共同寻找创造美好幸福的生活。

因编辑水平有限，文字量较大，在编辑编纂过程中难免出现错误，请广大读者谅解。谢谢广大读者。

编 者

2008年4月

## 目 录

## 一 心灵钟声

|                  |    |
|------------------|----|
| 希望是我们的心灯 .....   | 3  |
| 成功以失败为起点 .....   | 4  |
| 举大事者不忍则溃 .....   | 5  |
| 梦想皆有神助 .....     | 7  |
| 乐于接受改变 .....     | 8  |
| 必须懂得适时抽手 .....   | 10 |
| 不要太在乎别人的看法 ..... | 11 |
| 不要轻言放弃 .....     | 13 |
| 失意别失态 .....      | 16 |
| 别把自己太当回事儿 .....  | 17 |
| 学会单刀直入 .....     | 19 |
| 命运掌握在自己手里 .....  | 20 |
| 轻松地背负沉重 .....    | 22 |
| 欣赏是另一种阳光 .....   | 23 |
| 人生一课 .....       | 24 |
| 勇敢是一种双重的爱 .....  | 26 |
| 拒绝贪婪 .....       | 27 |
| 良心有价 .....       | 28 |
| 盲人和跛子 .....      | 29 |
| 给高尚以尊贵的位置 .....  | 30 |
| 诚是生命之火 .....     | 31 |



# 敲开心灵之门

|                   |    |
|-------------------|----|
| 信任的最高境界 .....     | 32 |
| 让心灵站立 .....       | 33 |
| 学会尊重 .....        | 34 |
| 平和才是高贵 .....      | 35 |
| 学会自尊 .....        | 36 |
| 给人方便是一条最好的路 ..... | 37 |
| 提前播下收获的种子 .....   | 40 |
| 关心别人就是给自己机会 ..... | 42 |
| 帮助别人要懂得技巧 .....   | 43 |
| 等到下雪再送炭 .....     | 45 |
| 患难见真情 .....       | 47 |
| 授之以桃,还之以李 .....   | 49 |
| 双赢才是赢 .....       | 50 |
| 有人缘才有事业 .....     | 54 |
| 诚信放在第一位 .....     | 59 |

## 二 勇敢的敲开走进

|                   |    |
|-------------------|----|
| 不让一袋棉花丢失 .....    | 61 |
| 当火车开走之后 .....     | 62 |
| 穷人最缺什么 .....      | 64 |
| 永不放弃理想和信念 .....   | 65 |
| 做一个世界化的人才 .....   | 68 |
| 千万别上小事的当 .....    | 70 |
| 学会欣赏别人 .....      | 73 |
| 把别人放在心上 .....     | 75 |
| 修炼宽恕他人的能力 .....   | 78 |
| 为他人着想 .....       | 81 |
| 成功始于一个伟大的想法 ..... | 84 |
| 提升自己的胆量 .....     | 85 |



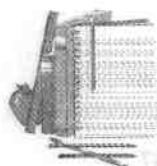
|                    |     |
|--------------------|-----|
| 有了想法就行动 .....      | 87  |
| 勇敢地敲门走进去 .....     | 90  |
| 成功在于比别人走更多的路 ..... | 92  |
| 机会青睐有准备的人 .....    | 94  |
| 品德比能力更重要 .....     | 96  |
| 有耕耘才会有收获 .....     | 100 |
| 过一种淡泊宁静的生活 .....   | 101 |
| 活要活得有意义 .....      | 104 |
| 希望是坚持下去的信念 .....   | 105 |
| 别被欲望所俘虏 .....      | 107 |
| 学会宽恕自己 .....       | 109 |
| 适当改变自己的心情 .....    | 112 |
| 坚定是个性中最重要的成分 ..... | 115 |
| 在万籁俱寂中静心观察自己 ..... | 117 |

### 三 常怀感恩之心

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 和谐的家庭源于相互尊重 .....  | 123 |
| 赞赏是增进感情的良方 .....   | 125 |
| 幸福是一种来自内心的感觉 ..... | 127 |
| 给生命一个灿烂的微笑 .....   | 130 |
| 让幽默如影相随 .....      | 133 |
| 独乐乐不如众乐乐 .....     | 134 |
| 笑对生活,笑看人生 .....    | 137 |

### 四 放下心灵的包袱

|                  |     |
|------------------|-----|
| 给心灵放个假 .....     | 141 |
| 培养乐观精神 .....     | 142 |
| 用积极的心态笑对人生 ..... | 144 |
| 心态决定一切 .....     | 146 |



# 敲开心灵之门

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 学会对自己说“没关系” ..... | 148 |
| 放下心灵的包袱 .....     | 150 |
| 懂得感激 .....        | 151 |
| 走出虚荣的死胡同 .....    | 152 |
| 懂得放弃 .....        | 154 |
| 放 下 .....         | 156 |

## 五 清除心灵的污垢

|                |     |
|----------------|-----|
| 成败只在一念间 .....  | 159 |
| 诚实无价 .....     | 161 |
| 微笑的涵义 .....    | 162 |
| 超高难度的乐谱 .....  | 163 |
| 揣在兜里的剪子 .....  | 165 |
| 永不停息地奔放 .....  | 166 |
| 一路欢歌笑语 .....   | 170 |
| 回 报 .....      | 173 |
| 爱心是盏灯 .....    | 174 |
| 有爱的人生最丰盈 ..... | 175 |
| 真善无需表白 .....   | 176 |
| 温 暖 .....      | 177 |
| 微 笑 .....      | 178 |
| 真正的爱在心间 .....  | 179 |
| 永远有利息在人间 ..... | 181 |
| 快乐总是放弃之后 ..... | 181 |
| 清扫心灵的垃圾 .....  | 183 |
| 守住生活的阳光 .....  | 184 |
| 自我心灵的解脱 .....  | 185 |
| 使别人觉得温暖 .....  | 187 |
| 给人以爱 .....     | 187 |



|                  |     |
|------------------|-----|
| 摆正目光的焦点 .....    | 188 |
| 乐观的接受别人的批评 ..... | 190 |
| 打破消极的念头 .....    | 192 |
| 培养乐观向上的性格 .....  | 194 |

## 六 点亮一盏心灯

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 希望是我们的心灯 .....      | 199 |
| 保持生命的韧性与弹性 .....    | 200 |
| 瞧得起自己才能看到整个世界 ..... | 201 |
| 命从心生,运由心转 .....     | 203 |
| 感谢折磨过你的人 .....      | 204 |
| 别捻灭了心灵的灯盏 .....     | 207 |
| 忍耐狂妄之心方能受人瞩目 .....  | 208 |
| 选择决定命运 .....        | 210 |
| 进取心激励你前进 .....      | 211 |
| 将心比心 .....          | 213 |
| 伞外看人 .....          | 214 |
| 上天的礼物 .....         | 215 |
| 梦,就应是梦 .....        | 217 |
| 青春橄榄 .....          | 218 |
| 叫妈妈听电话 .....        | 221 |
| 每天让爱情睡一会儿 .....     | 222 |
| 银戒指 .....           | 224 |
| 生死托付谁掌中 .....       | 225 |
| 遍地黄金 .....          | 227 |
| 握紧孩子的小手 .....       | 228 |
| 浪漫没有后来 .....        | 229 |
| 爱情偏方 .....          | 231 |
| 怀抱的形状 .....         | 232 |



# 敲开心灵之门

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 让别人分享你的收获 .....   | 233 |
| 点亮一盏心灯 .....      | 235 |
| 神情的表露是内心的反映 ..... | 236 |
| 言谈中体现人的性格 .....   | 238 |

## 七 标新立异的人

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 掌握言行之间的联系 .....     | 241 |
| 贤能与不肖的辨别 .....      | 242 |
| 以容养量,以恕养性 .....     | 243 |
| 有忍才能成事 .....        | 244 |
| 心中无我而能客人 .....      | 246 |
| 大丈夫应当客人 .....       | 248 |
| 宽容者心量大 .....        | 249 |
| 气度宽宏,品德深厚 .....     | 251 |
| 克制邪念,善于正心 .....     | 252 |
| 关爱他人者如磁石般吸引朋友 ..... | 253 |
| 与他人的沟通交流效益巨大 .....  | 255 |
| 话家常中敞开心扉 .....      | 257 |
| 真诚地向人们微笑 .....      | 259 |
| 攀亲拉故缩短心理距离 .....    | 261 |
| 社交场合中讲究说话的艺术 .....  | 262 |
| 慎言免灾,妄语招祸 .....     | 264 |
| 为朋友的隐私守口如瓶 .....    | 266 |
| 善言不如善听 .....        | 267 |
| 把说的机会留给他人 .....     | 268 |
| 时机未至时不妨沉默 .....     | 270 |
| 批评声中透出人情味 .....     | 272 |
| 真诚的赞美,人人都喜欢 .....   | 274 |
| 反击他人时点到即止 .....     | 276 |

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 劝人改过要巧言攻心 .....     | 277 |
| 交往以礼为先 .....        | 279 |
| 自尊是一种美德 .....       | 280 |
| 送上得体的见面礼 .....      | 282 |
| 顾及别人的面子 .....       | 283 |
| 善于倾听他人 .....        | 286 |
| 保持你的微笑 .....        | 288 |
| 欣赏和赞美他人的妙处 .....    | 290 |
| 懂得取舍的艺术 .....       | 292 |
| 低调做人,踏实做事 .....     | 294 |
| 换位思考,让你更成熟 .....    | 296 |
| 以感恩之心面对生活 .....     | 299 |
| 理解与宽容不可缺 .....      | 300 |
| 懂得分享快乐 .....        | 302 |
| 目标是提供快乐的基础 .....    | 304 |
| 希望就是生命的全部 .....     | 308 |
| 只要心存希望就能走出黑暗 .....  | 309 |
| 动机有多强烈潜力就有多大 .....  | 311 |
| 信念让人常胜不败 .....      | 312 |
| 不要被遥远的目标吓住 .....    | 315 |
| 梦想只有坚持才能实现 .....    | 317 |
| 光给别人梦想还不够 .....     | 320 |
| 不要让别人偷走了你的梦想 .....  | 321 |
| 有渴望才有希望 .....       | 324 |
| 梦想皆有神助 .....        | 326 |
| 善良比聪明更重要 .....      | 328 |
| 良好的品行是人生最大的财富 ..... | 329 |
| 美德胜于一切 .....        | 331 |
| 信赖他人是高尚的表现 .....    | 333 |



## 敲开心灵之门

Diao Kai Xin Ling Zhi Men

|                   |     |
|-------------------|-----|
| 做一个爱心的传递者 .....   | 334 |
| 真情关怀能拉回罪恶之手 ..... | 337 |
| 爱胜过物质财富 .....     | 339 |
| 诚实重于亲情 .....      | 341 |
| 诚实才能坦然 .....      | 344 |
| 不要把撒谎视为聪明 .....   | 346 |
| 谎言迟早会被揭穿 .....    | 347 |
| 正人先正己 .....       | 350 |
| 救别人等于救自己 .....    | 352 |
| 幸运源于爱心的馈赠 .....   | 354 |

◎心灵感悟 美丽人生◎



## 心灵钟声



心灵感悟  
美丽人生





## 希望是我们的心灯

每个人在生活中都希望改变自己，但是，只有极少数人能够抓住这渺茫的希望，实现自己的梦想。而大多数人都与希望擦肩而过，留下终身的遗憾。

有这样一个故事：一日，天使与上帝一同出行。路过一条河时，天使看到水里有一个人在挣扎，天使指着那个人问：“上帝，为什么你不去救那个人，难道他没有向你祈祷吗？”上帝回答：“不，他向我祈祷了两次，但我也救了他两次——第一次我让一根圆木从他身边漂过，他没有去抓。第二次我让一个人划着竹筏从他身边经过，他又不肯去抓那个人向他伸出的手。你让我怎样去救他，难道非得我亲手去把他拉上来？”天使顿时哑口无言。

由此看来，我们的生活中并不缺少希望，关键是大多数人即使在条件允许的情况下也没有去追求这种希望，更不用说在绝境中了。这就为生活增添了许多波折，让自己的人生多了许多具有刺痛般感觉的教训。

有位年老的盲人琴师，技艺高超，远近闻名。他带着一个盲童，以弹唱为生，四处漂泊。老琴师每弹断一根琴弦，就在琴体上认真地刻下一道。有一天，老琴师终于弹断了第一百根琴弦，他泪流满面地刻下了第一百道。因为老琴师的师傅在临终前曾叮嘱过他：当他弹断第一百根琴弦、刻到第一百道的时候，便可以打开遗嘱，按照遗嘱中的药方到药店去买药，用药后定能双目复明。

他带着盲童迫不及待地找到了药店。出乎意料的是，药店的伙计大惑不解地说：“遗嘱中一个字也没有，只是一张白纸。”老琴师惊呆了，简直不敢相信自己的耳朵。尽管他明白了自己师傅的一片苦心，可是那支撑着生命的精神支柱却彻底崩溃了。不久，老琴师便去世了。



## 敲开心灵之门

Qiao Kai Xin Ling Zhi Men

老琴师在去世前，用盲文在那张原来无字的遗嘱上给盲童写下了自己的遗嘱：“我的生命可以告诉你：要战胜客观环境，首先要战胜自己。人代表作是《挺起你的胸膛》。



针锋相对地反抗是我们的本能，但往往会让那些缺知少德者更加暴虐。我们不如理智地应对，以一种宽容的心态去展示并维护我们的尊严。那时你会发现，任何邪恶在正义面前都无法站稳脚跟。



### 成功以失败为起点

在一次人才招聘会上，最后剩下甲乙俩人在竞争一个职位。甲以绝对的实力闯过了五关，不知最后一关会是什么，甲在揣摩着。乙是某名牌大学毕业，有两关是勉强通过的。此时，他们都在等待着那第六关考题的公布。

甲入选是似乎无疑的了，大家都向他投去赞赏的目光。丰持者在片刻的有些令人窒息的“冷场”之后开始宣布：甲被录取，乙请另谋高就。

宣布完后，甲兴奋地站起来，抑制不住心中的激动之情带头为自己鼓掌。

这时，乙不卑不亢地起身微笑着说：“哦，正可谓人各有志不可强求，选择人才是择优录取，更何况每个单位都有它用人的标准和尺度，每个人也会有自己适合的位置。好了，再见。”

“乙先生请留步！”主持者面带欣喜起身走向乙说，“你被录取了。”

接着，主持者向大会郑重宣布：成功与失败本是两个相互依存的概念，是相对而存在的，应该是平等的，如果把任何一方看得过重，这个天平就要失衡，在这个世上生存或是发展，我们不只羡慕成功者的辉煌，而更看重能