

送给年轻人梦想成真的珍贵礼物！

人生就像一杯浓酒，
不经细细品尝，
难以体会到其中带来的特有甘醇！

人生感悟

朱复融 编著

广东旅游出版社



感悟

朱复融 编著

广东旅游出版社

图书在版编目(CIP)数据

人生感悟/朱复融编著.—广州:广东旅游出版社,2010.4

ISBN 978-7-80766-213-6

I. ①人… II. ①朱… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 056403 号

责任编辑:王春艳、袁静琴
装帧设计:后浪文化

广东旅游出版社出版发行

(广州市中山一路 30 号之一 邮编:510600)

广东昊盛彩印有限公司 邮编:510545

地址:广州市白云区良沙路台头街 6 号

电话:020-37409175

广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

邮购地址:广州市中山一路 30 号之一

联系电话 020-87347994 邮编:510600

开本:850 毫米×1160 毫米 1/32 印张:12 字数:310 千字

2010 年第 1 版第 1 次印刷

定价:28.00 元

[版权所有 侵权必究]

本书如有错页倒装等质量问题,请直接与印刷厂联系换书。



第一章 感悟生命

- 印制一份人生的定律/14
- 自我确定价值观/16
- 正确地进行观念转移/17
- 琢磨人生因与果/19
- 吃苦是人生的一种资本/21
- 只有面壁,才能去破壁/22
- 要明白名利是过眼云烟/24
- 失去并不都意味着缺憾/26
- 拥有“适度”的人生态度/28
- 生活在只有今天的密封舱里/30
- 用时间的银行贮存生命/32
- 使用加减乘除的人生运算方式/35
- 警惕人生的每一次耗竭/37
- 分段实现大目标/39
- 坦然面对一切,就能超越生死/40
- 自我策划生命的脚本/42
- 有节制的人生最幸福/44

第二章 感悟人性

- 让年轻拥有善美的人格/48
- 让年轻拥有心灵的健康/50

人生感悟

目 录

- 让“血液”告别奴性/52
- 当心自己成了吝啬的奴仆/53
- 谦和是一种看得见的美德/55
- 感恩之心不可丢弃/58
- 包容也是一种资源利用/61
- 学会倾听是一种美德/63
- 确立属于你的自我形象/66

第三章 感悟梦想

- 让梦想与信仰同行/69
- 做个务实的梦想者/70
- 逼近梦想的每一步/72
- 不要让梦的篮子空着/73
- 让幻想回到现实生活/75

第四章 感悟立志

- 志向是对未来现实的预见/78
- 最初的激励来自于志向/79
- 志向是生活的最大资本/82
- 把自己放在更高的层次/83
- 抛开身边的拐杖/84

第五章 感悟处世

- 放弃才会拥有选择/88
- 不要让人知道你比别人聪明/90
- 示弱是一种生存之智/92
- 进在退中求/93



- 对小人,该黑心时就黑心/95
适可而止,见好就收/96
防人之心不要疏忽/99
把握好糊涂的分寸/101
凡事不能太计较/103
低一下头,路会越走越宽/105
面子不要也罢/107
适时放弃小的利益/109
敢于吃亏才是真正的赢家/110
让人一步,天地自宽/112
该“小人”的时候绝对不能“君子”/114
适时地“贬低”自己/116
让别人去证明你的出众/117
学会“推”的处世技巧/119

第六章 感悟智慧

- 问题是成功的启明星/122
找到怀疑的妙处/124
给智慧找几把钥匙/125
借用一下别人的智慧/129
组建自己的私人智囊/131
留意豁然开朗的那一刻/133
善于利用零散的时间/134
把创意装进档案中/136
寻找免费的午餐/137
要有归零的想法/139
站在成功者的肩上/141
学会游动“精英文化”的鼠标/143
给自己的财商注入活力/144



第七章 感悟潜能

- 找到进入潜意识的路径/148
- 在内心竞赛中夺标/149
- 用思考来拯救自己/151
- 找出自己强项的隐处/153
- 不要让自己成为数理文盲/155
- 开发好自己的语言潜能/157
- 具备全局的分析能力/158
- 根据自己的特长设计自己/160
- 用好自己的身体节奏/162
- 打破常规的是创新启示/164
- 开发自己的能量/165
- 抓住自己的灵感和直觉/167

第八章 感悟心态

- 细看人生如股市/171
- 人生就是快乐控股/172
- 为自己找出一条快乐公式/174
- 做痛苦并快乐着的汲取者/176
- 愉快地接纳自己/178
- 要学会放下心情/181
- 别让憎恨耗尽你的精力/182
- 理疗一下贫穷这种思想病/185
- 站上历史的高度微笑/186
- 充实心灵像一个动词/187
- 去感知灵魂的声音/189
- 懂得物多乱其心/191



必要时就装一下糊涂/194
做驾驭情绪的主人/196
打肿脸的虚荣/199

第九章 感悟职场

警惕职场角色越位/202
人在哪里站眼就往哪里看/203
不轻视自己的工作/205
常为利益计算一下概率/208
掌握不战而胜的艺术/211
对待攻击的“林肯方式”/212
像鹰一样把爪露在外面/213
存手段不如存模式/216
跳出现代“文盲”的暗角/218
拼集兴趣金字塔/220
学会从跳槽中增值/221
给轻松加薪找个理由/223
掌握争利的尺度/225
第二次与奋斗握手/228
学着给自己当老板/231

第十章 感悟逆境

没有人会是永远的赢家/235
善用“拟态”和“保护色”/237
给生存找一双适应的跑鞋/238
忍辱方能负重/240
不悲观绝望,要审时度势/242
做智慧型的模仿者/245



你是老虎而非山羊/247
抓住万分之一的机会/248

第十一章 感悟竞争

人生善意“角斗”的伦巴舞/252
自筹进攻与防御的战术/253
玩好竞争游戏/255
竞争不以手段论是非/257
为知识经济充一下电/260
每天淘汰自己一回/262
舍得花钱买信息/263
在最前沿厮杀创机遇/266
强者没有时间嘲弄自己/268
轻松地对失败微笑/269

第十二章 感悟合作

用合作来弥补能力不足/272
合作应该求同存异/273
守信是合作的基础/275
想要“鱼”，就要找给你“鱼”的人/277
荣誉来自“共生”/278
链接“友谊宽带网”/280

第十三章 感悟人脉

在陌生场合留下微笑/284
多交友，少树敌/285
用诚恳打动不喜欢你的人/287



学会赞与讥/289

第十四章 感悟细节

- 心细如发成大事/293
- 适时地张扬一下自己的“卖点”/295
- 破译做事习惯的密码/296
- 把自己真正的意图隐藏起来/299
- 在公众场合拥抱对手/300
- 轻诺会使自己的路越走越窄/302

第十五章 感悟口才

- 撕掉自己语笨的标签/306
- 他人错误不可直说/308
- “共鸣”能产生亲切感/311
- 十分道理只说三分/312
- 玩笑开得要有分寸/314
- 说服他人先攻心/315
- 机智地进行语言自卫/317
- 用幽默拉近你和他人之间的距离/320
- 用“流行语”为你添姿着色/323
- 不可滥用恭维的话/325
- 要留心忌讳话/327
- 场面话说说也无妨/328

第十六章 感悟情感

- 注意自己的“情感肖像”/332
- 付之以爱,报之以信/333



懂一点儿送礼心理学/335
常在精神花园漫步/337

第十七章 感悟爱情

莫把爱情理解得太狭隘/341
爱需要一种能力/342
画好一条爱情的成熟线/344
致心智于死亡的五种爱/347
不在情绪上被女人左右/349

第十八章 感悟生活

宠爱一下自己/353
做一个魅力十足的生活玩家/354
“狂”到适度是潇洒/356
让滑稽与高雅结缘/358
善与不满足的人为友/360
对现代化工具的投资/362
不触及朋友的自控力层次/364
玩不误工是一种境界/365
工作着是美丽的/367
搭乘好消费电梯/369
多大的房子适合自己/371
别总跟自己长相较劲/373
穿衣是美丽的哲学/375
在“瘦身”中突围/377
舍得对自己的健康投资/379
找回童年岁月/382



感悟

朱复融 编著

广东旅游出版社

图书在版编目(CIP)数据

人生感悟/朱复融编著.—广州:广东旅游出版社,2010.4

ISBN 978-7-80766-213-6

I. ①人… II. ①朱… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 056403 号

责任编辑:王春艳、袁静琴
装帧设计:后浪文化

广东旅游出版社出版发行

(广州市中山一路 30 号之一 邮编:510600)

广东昊盛彩印有限公司 邮编:510545

地址:广州市白云区良沙路台头街 6 号

电话:020-37409175

广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

邮购地址:广州市中山一路 30 号之一

联系电话 020-87347994 邮编:510600

开本:850 毫米×1160 毫米 1/32 印张:12 字数:310 千字

2010 年第 1 版第 1 次印刷

定价:28.00 元

[版权所有 侵权必究]

本书如有错页倒装等质量问题,请直接与印刷厂联系换书。



前言

体验自己的生活，记下人生的感悟。

感悟人生，就需要思考。在人生历程中，生命之于你，到底有着什么样的意义呢？你一直在追寻什么？你又得到了什么？又在失去了什么呢？

有时候，你会感觉活在这个世界上，就像走在大沙漠中迷失方向一样迷茫，孤单无助。又觉得人生如棋局，一子错了而满盘皆输。但更多的还应该是自己于万千红尘中，不停地奔波着，劳碌着，疲惫着，为的是一种理想的生活，一种活着的生命质量。真是快乐而痛苦着。

可以说，每个人的人生都不相同，他们的感悟也各不相同。但人的经历就是人生的矿石，生命的活力在提炼中释放；经历就



是体验,没有体验就没有生存的质量;经历就是积淀,没有积淀,就没有生存的智慧。所以。人生的真谛在经历中探寻,人生的价值在经历中实现。

我们不是哲学家,能从一滴水中看世界;也不是一位禅者,从一朵花中就参悟人生。但短暂的生命历程中,处处留心皆学问,点点滴滴见真知。一个真正向往的自由美好生活,并不是因为你多么的富有,而是因为你有一颗比珍宝还宝贵、还有价值的心灵。

一滴水珠,蕴藏着浩瀚的大海;一个故事,孕育着博大的智慧!生活中,许多事就像一张窗户纸,在没有捅破之前,每个人犹如被蒙上双眼,使自己瞬间进入了一个无知而迷茫的世界,你心中唯一渴望和能感觉到的,是想有一双能够紧紧握住的手。当有人轻轻地告诉你方向时,你又会若有所悟,不再担忧。

本书是专门为广大读者精心选编的一道美味的心灵鸡汤,更是思想迷茫者的一盏夜行的明灯。

本书精心选取了18个人生重大课题,内容涉及人性、信仰、志向、处世、智慧、潜能、心态、职场、逆境、竞争、合作、人脉、细节、口才、情感、生活等方面,结合鲜活的古今中外的经典事例,用故事中的智慧对人生进行了全面解读,启发读者对人生的思考、理解和感悟,使人生道路上的许多心结,在阅读时被一个又一个地解开。这份精美的“精神大餐”,让你通畅自如地穿行在人生的广阔天地中,采撷芬芳,咀嚼英华,影响和改变你的观念,洗涤和陶冶你的心灵,以乐观向上的态度面对人生,以积极进取的姿态,成就幸福的人生。

编 者



第一章 感悟生命

- 印制一份人生的定律/14
- 自我确定价值观/16
- 正确地进行观念转移/17
- 琢磨人生因与果/19
- 吃苦是人生的一种资本/21
- 只有面壁,才能去破壁/22
- 要明白名利是过眼云烟/24
- 失去并不都意味着缺憾/26
- 拥有“适度”的人生态度/28
- 生活在只有今天的密封舱里/30
- 用时间的银行贮存生命/32
- 使用加减乘除的人生运算方式/35
- 警惕人生的每一次耗竭/37
- 分段实现大目标/39
- 坦然面对一切,就能超越生死/40
- 自我策划生命的脚本/42
- 有节制的人生最幸福/44

第二章 感悟人性

- 让年轻拥有善美的人格/48
- 让年轻拥有心灵的健康/50

人生感悟

目 录

- 让“血液”告别奴性/52
当心自己成了吝啬的奴仆/53
谦和是一种看得见的美德/55
感恩之心不可丢弃/58
包容也是一种资源利用/61
学会倾听是一种美德/63
确立属于你的自我形象/66

第三章 感悟梦想

- 让梦想与信仰同行/69
做个务实的梦想者/70
逼近梦想的每一步/72
不要让梦的篮子空着/73
让幻想回到现实生活/75

第四章 感悟立志

- 志向是对未来现实的预见/78
最初的激励来自于志向/79
志向是生活的最大资本/82
把自己放在更高的层次/83
抛开身边的拐杖/84

第五章 感悟处世

- 放弃才会拥有选择/88
不要让人知道你比别人聪明/90
示弱是一种生存之智/92
进在退中求/93