

赋予生活意义和价值的
288 条
建议、经验和启示

子 夜 编著

新疆人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

赋予生活意义和价值的 288 条建议、经验和启示 / 子夜
编著. —乌鲁木齐：新疆人民出版社，2002

ISBN 7-228-07766-0

I.赋... II.子... III.人生哲学 IV.B821

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 100405 号

责任编辑：丁璇 张海珊

封面设计：冰凌

出版：新疆人民出版社

地址：乌鲁木齐市解放南路 348 号

邮编：830001

发行：新疆人民出版社

印刷：山东阳谷印刷厂有限公司

开本：850×1168 1/32

印张：12

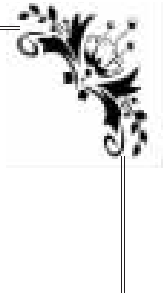
字数：230 千字

版次：2003 年 1 月第 1 版

印次：2003 年 1 月第 1 次印刷

印数：1~8000

书号：ISBN 7-288-07766-0/B·283 定价：23.00 元



目 录

序 / 1

1 不要盲目巴结别人 / 001

2 不因执著而迷惑 / 002

3 假终不能乱真 / 003

4 激情融化冰雪 / 004

5 保持清醒的头脑 / 006

6 打发糊弄吃大亏 / 007

7 学会肯定自己 / 008

8 耻笑讥讽来不得 / 009

9 说话切忌“一根肠子通到底” / 011

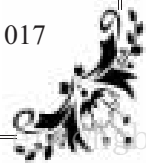
10 唠叨害处多 / 012

11 闲谈“走不回来的人” / 014

12 自卑是心灵的钉子 / 015

13 放飞思想的风筝 / 016

14 低头走路会撞墙 / 017





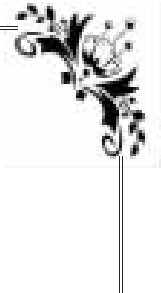
- 15 吃一堑，长一智 / 018
- 16 承诺是金 / 019
- 17 不要开错“窗户” / 021
- 18 知识与经验的力量 / 023
- 19 把“失去”当做“被遗弃” / 025
- 20 有时偶然也是一种必然 / 026
- 21 沉默是金 / 027
- 22 巧用心理，事半功倍 / 029
- 23 幸福的含义 / 030
- 24 无“礼”则无“理” / 032
- 25 别“吃”老本 / 033
- 26 慢戴高帽 / 034
- 27 幸福是理解和感觉赋予的 / 035
- 28 放下架子，真诚恳切 / 036
- 29 见奶便吮非好汉 / 038
- 30 不要成为生活中的电阻 / 039
- 31 悲从心生，厌由悲起 / 040
- 32 跌倒了却爬不起来 / 041
- 33 苛求总会迷失自我 / 042
- 34 失望即是失败 / 044
- 35 给自己增增重 / 045
- 36 谁都需要对手 / 046





- 37 超越自我，快乐常在 / 048
 - 38 体验才有乐趣 / 049
 - 39 要有自己的追求 / 050
 - 40 发现生活的真谛 / 052
 - 41 适可而止莫贪图 / 053
 - 42 做好冲刺准备 / 055
 - 43 爱的力量 / 056
- 44 不要忽视每一个细节 / 057
- 45 掌握自己的命运 / 059
- 46 始终充满希望 / 060
- 47 水滴石穿，绳锯木断 / 062
- 48 境由心造 / 063
- 49 做自己情绪的主人 / 064
- 50 恶行有恶报 / 066
- 51 不要过分地追求完美 / 067
- 52 心底无私天地宽 / 068
- 53 “给自己留条后路” / 070
 - 54 保持一颗平常心 / 071
 - 55 学会容忍 / 072
 - 56 善待他人的过失 / 073
 - 57 真爱无敌 / 075
 - 58 广播情种终有获 / 077





- 59 爱是最丰厚的遗产 / 078
- 60 不要放弃坚持 / 079
- 61 别让自己浮躁 / 081
- 62 诚信待人 / 082
- 63 在察人中有所得 / 084
- 64 乐与不乐 / 085
- 65 美，要美得自然 / 086
- 66 不要随意模仿人家 / 087
- 67 不以物喜，不以己悲 / 089
- 68 体味爱的真谛 / 090
- 69 让快乐伴随左右 / 091
- 70 坦言失败才能成竹在胸 / 093
- 71 多一手就多一条路 / 094
- 72 工作也须量本裁衣 / 095
- 73 不积跬步无以至千里 / 096
- 74 成功就是一叠厚名片 / 097
- 75 火把需要自己点亮 / 098
- 76 拨开心头的云翳 / 100
- 77 适时放弃才有突破 / 101
- 78 用行动把握良机 / 102
- 79 将压力变为动力 / 103
- 80 成功需要坚强的意志 / 104





- 81 忧从“悲”起 / 105
- 82 杯弓蛇影皆入画 / 107
- 83 人不能孤独地活着 / 108
- 84 “忧忧”岁月好困惑 / 109
- 85 避免心灵的伤害 / 111
- 86 不要跟自己过不去 / 112
- 87 关爱之时应更懂得回报 / 113
-
- 88 关爱是一种无形的力量 / 114
- 89 忍让是一种美德 / 115
- 90 感悟这个世界 / 116
- 91 金钱至上，多多益善 / 118
- 92 贪得一时，却失一世 / 119
- 93 摆平困难和冒险 / 120
- 94 不要闭着眼睛说话 / 122
- 95 贪婪之人易迷惑 / 123
-
- 96 生命不可贪 / 124
- 97 先学，才能适应 / 125
- 98 学如逆水行舟，不进则退 / 126
- 99 留下财富不如留下知识 / 127
- 100 认识才能改造 / 128
- 101 有为先有识 / 129
- 102 时间就是宝藏 / 130





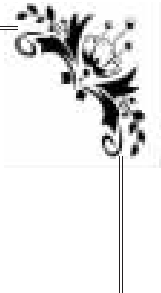
- 103 开拓才有逾越 / 131
- 104 良好的品格最重要 / 132
- 105 品格优秀是一生的宝库 / 134
- 106 幸福源于身心的开放 / 135
- 107 正视自身的缺陷 / 136
- 108 一秒值万金 / 137
- 109 信誉是成功的基石 / 138
- 110 做个守信人 / 139
- 111 守时，也守住生命 / 140
- 112 坚持到底就是胜利 / 141
- 113 有信，方可先言 / 142
- 114 别漠视业余时间 / 144
- 115 多替他人着想 / 145
- 116 不因失败而放弃 / 145
- 117 梦想永远为时不晚 / 147
- 118 拯救自己的方法——自立 / 148
- 119 抛开依赖作主人 / 149
- 120 信念坚定，断然前行 / 150
- 121 独品人生百态 / 150
- 122 我们不仅有脚，还有双肩 / 152
- 123 人生没有第二次选择 / 154
- 124 自强不息显神通 / 155





- 125 不向困难屈服 / 156
- 126 发掘自身的内在潜力 / 158
- 127 敞开你的心扉 / 159
- 128 自信——任你东南西北风 / 161
- 129 忌讳多疑 / 162
- 130 千锤百炼出深山 / 163
- 131 瞄着前方的星星 / 164
-
- 132 最大化是从最小化开始的 / 165
- 133 成功的源动力 / 167
- 134 不要被权威左右 / 169
- 135 新在旧中 / 170
- 136 成功需要独辟蹊径 / 170
- 137 正直是尺子 / 172
- 138 不经历风雨，怎能见彩虹 / 173
- 139 天生我材必有用 / 174
-
- 140 敢于实话实说 / 176
- 141 理智地面对现实与理想 / 177
- 142 是真理就要坚持 / 178
- 143 慎思明辨才能断是非 / 179
- 144 打破旧的思维模式 / 181
- 145 忍得了“辱”才能“负重” / 182
- 146 留得青山在，不怕没柴烧 / 183





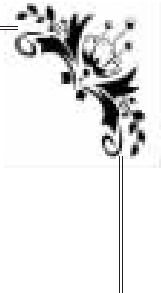
- 147 宰相肚里能撑船 / 184
- 148 车到山前必有路 / 185
- 149 凡事率性而为 / 187
- 150 让生命之花开得更鲜艳 / 188
- 151 且谈生命的价值 / 189
- 152 一句好话三冬暖 / 190
- 153 流勤劳的汗，吃勤劳的饭 / 192
- 154 勤劳造就富人 / 193
- 155 勤奋不怠是一大法宝 / 194
- 156 耕耘收获全在勤 / 195
- 157 勤于行动，胜于勤说 / 196
- 158 乐于助人 / 197
- 159 对手不仅仅是敌人 / 198
- 160 适可而止方有度 / 200
- 161 团结就是力量 / 201
- 162 合群的砝码 / 203
- 163 生命原是一张空白画 / 203
- 164 甜中苦，苦中甜 / 204
- 165 双手摊平，以诚会友 / 205
- 166 忠言逆耳利于行 / 207
- 167 学会真诚的微笑 / 208
- 168 有困扰还需广纳谏 / 209





- 169 让自己的内心更完美 / 210
- 170 有“思”才有“谋” / 212
- 171 人生需要思想 / 213
- 172 要为自己设防 / 214
- 173 思想带给你魔力 / 215
- 174 心宁智生，智生事成 / 216
- 175 一加一大于二 / 217
- 176 扬长避短 / 219
- 177 学会用脑子思考 / 220
- 178 学会给自己让路 / 222
- 179 注重分析，积极引导 / 224
- 180 人生路上看开点 / 225
- 181 创新是一种力量 / 226
- 182 敞开心灵 / 227
- 183 善于发现才能创新 / 229
- 184 变革是成功的源泉 / 230
- 185 勇于探索求实 / 231
- 186 机会在于创造 / 232
- 187 要有博爱之心 / 233
- 188 遵守自然界的法则 / 234
- 189 巧言一生受用不尽 / 236
- 190 慢说“你错了” / 237





- 191 小不忍则乱大谋 / 239
- 192 敬而远之对小人 / 240
- 193 认识与创造自己的人生 / 241
- 194 珍惜别人的面子 / 243
- 195 活着，真好 / 244
- 196 别给自己树敌太多 / 245
- 197 抛弃人生的不如意 / 247
- 198 摒除体内的消极信念 / 248
- 199 千万别抱侥幸心 / 250
- 200 失败了再爬起来 / 251
- 201 放下心灵的包袱 / 252
- 202 时刻高喊“我很重要” / 253
- 203 教你使用“歪点子” / 254
- 204 心态演绎出的故事 / 255
- 205 帮助他人，受益自己 / 256
- 206 量力而行 / 257
- 207 与众不同创造奇迹 / 258
- 208 让他自讨没趣 / 260
- 209 自我控制心理 / 261
- 210 悲哉，优柔寡断 / 262
- 211 “礼”、“教”受用不尽的财富 / 264
- 212 好运青睐有“缘”人 / 265





- 213 狭路相逢勇者胜 / 267
- 214 温和带来好运气 / 268
- 215 镇定自若，反败为胜 / 269
- 216 相信自己是最棒的 / 270
- 217 勇气来自于正气 / 272
- 218 用行动磨蚀你的懦弱 / 273
- 219 冬天到了，春天还会远吗 / 274
-
- 220 幸福靠自己找 / 275
- 221 读懂他人的感觉真好！ / 276
- 222 被人容纳是一种幸福 / 277
- 223 拓展见识，纠正偏见 / 278
- 224 莫让自己打败自己 / 279
- 225 成功“三部曲” / 281
- 226 找到自己的音符 / 282
- 227 走自己的路，让别人说去 / 284
-
- 228 矢志不移 / 285
- 229 不入虎穴，焉得虎子 / 286
- 230 事事以大局为重 / 288
- 231 时刻把握自己的命运 / 289
- 232 摆脱莫名其妙的忧愁 / 290
- 233 满腹牢骚必自毙 / 291
- 234 趟过忧虑的沼泽 / 292





- 235 希望——成功的秘密 / 293
- 236 放飞心灵 / 295
- 237 微笑的生活没有难题 / 297
- 238 迷茫中的选择 / 298
- 239 要有不屈的斗志 / 299
- 240 有困境才有希望 / 300
- 241 不要徘徊不前 / 300
- 242 谈谈首次印象效应 / 301
- 243 付出，你将回收更多 / 302
- 244 打破世俗的框框 / 303
- 245 主宰你的人生 / 304
- 246 澄清你的价值观 / 305
- 247 把握心灵的方向 / 307
- 248 信念是取之不尽的力量源泉 / 308
- 249 修身养性是前提 / 310
- 250 放开飞的翅膀 / 312
- 251 坏牌不一定输 / 313
- 252 塑造一个完美的自我 / 314
- 253 赚钱不是人生目标 / 316
- 254 打造自己的标签 / 317
- 255 毁灭理想就是毁灭自己 / 318
- 256 不要不堪一击 / 319





- 257 创新才能攀上高峰 / 321
- 258 坚持到底才有希望 / 322
- 259 钻石就在你身边 / 323
- 260 审时度势方能赢 / 324
- 261 培养多元思维 / 326
- 262 把握说话分寸 / 327
- 263 不要一辈子都沉没 / 328
-
- 264 缺陷不是错 / 329
- 265 自雄者胜，自制者强 / 330
- 266 牢牢抓住，轻轻放弃 / 332
- 267 要有愈战愈勇的气概 / 333
- 268 有自信才能创造奇迹 / 334
- 269 差别仅在一个点 / 335
- 270 善于应变 / 336
- 271 机智方可显能 / 337
-
- 272 让你的脸上挂满笑容 / 338
- 273 扫净心地心自净 / 339
- 274 拥有自己就是财富 / 340
- 275 绵里藏针 / 341
- 276 投石问路话谈判 / 343
- 277 寻找内心的感觉 / 344
- 278 失其实就是一种得 / 346





- 279 虚度光阴是一种过错 / 346
- 280 奋斗给人以激情 / 347
- 281 莫等闲，白了少年头 / 348
- 282 成功的人总是先例的破坏者 / 349
- 283 “锥刺股”之精神尤可追 / 350
- 284 让灵魂的花朵盛开 / 351
- 285 理智地拼搏 / 353
- 286 善于开启别人的心 / 354
- 287 少说多做 / 356
- 288 功夫不负苦心人 / 356



序

朋友，如果你想找到开启“天堂”之门的钥匙，请别忘了告诉我，因为我知道它身处何方。

相信我，只要得到它就能帮你逃离命运的坎坷，帮你从充满挫折的窘境中脱离出来。

亲爱的朋友们，你们知道吗？

只要我们能够保持乐观积极的心态，形成一种正确的认知以及树立极其建设性的人生态度来加以面对的话，那么我们就排除人生旅途中的各种艰难困苦。我们的生活将会充满七彩阳光，生活的意义和价值也就在我们微笑的眉宇间得到了诠释！

只要我们在复杂的社会网络中保持自身独立，不断反思自己的不足，纠正自己生活轨道中出现的偏差，发现并逐个解决生活中出现的新问题、新情况。并且善于利用人生的各个契机，精心设计、反复实践、探讨、运用，不断提高，才有可能达到理想的、辉煌的人生彼岸。

只要我们撑起人生的“自我之舵”，吸取那些有益的经验，摒弃糟粕，超脱固定程式，站在“事在人为、事在我