

睿 读

# 悦

# 读

主管：中州大学图书馆

主办：信息咨询部

刊期：2013 年第 4 期

(总第 8 期)

## 目录

### 成功导行

成功需要多少年

几种坏习惯阻碍成功

人生的路上奔跑，寻找适合自己的速度

### 成功之路

做事先做人 拥有好人品

改不了的事情 可以改变心态

容言 容事 容忍

欣赏生命中的每一处风景

### 心灵驿站

生气不如争气

把人生拉长

有梦就有明天

心灵的憩息之地

### 感悟

人生像风筝

简单才能不累，适度才能不悔

尊重了别人，也就尊重了自己

怎样拥有人生的光彩

### 成长

人生的十个不要等

根的意义

## 成功需要多少年



有个少年想成为少林寺最出色的弟子。他问大师：“我要多少年才能那么出色？”

大师回答说：“至少十年。”

少年说：“十年时间太长了。如果我付出双倍的努力，需要多长时间呢？”

大师回答说：“20年。”

少年又问：“如果我夜以继日地练习呢？”

大师回答说：“30年。”

少年灰心了，他不解地问大师：“为什么我每次说更加努力，你反而告诉我需要更长的时间呢？”

大师说：“当你一只眼睛只顾盯着目标时，那么就只剩下一只眼睛去寻找道路了。”

心理学上有个著名的“瓦伦达效应”，是说美国一个叫瓦伦达的高空走钢索的表演者，在一次重大表演之前，不停地向他妻子说：“这次太重要了，千万不能失败。”结果，瓦伦达在那次重大表演中失足身亡。只顾着朝目标奔去，反而会减缓成功的步伐，甚至离成功越来越远。

在工作当中，每个人都有自己的行为习惯，但有些坏习惯会成为你实现目标的障碍。下面是八种职场常见的坏习惯，虽然它们不象酗酒和吸毒具有那么明显的破坏性，但绝对会阻碍你取得事业的成功。

## 人生的路上奔跑寻

## 找适合自己的速度



人生的路上,我们都在奔跑,为家庭的幸福,为事业的成功,为生活的甜美,为老人的健康,为心贴心的浪漫……我们总在赶超一些人,也总在被一些人超越.我也一直在人生路上奔跑着,虽然有时候也会停下来欣赏下美丽的风光,体会对人生的感悟,但始终还是继续自己的旅程,奔跑着,有时候感觉自己就像是浮萍。

漂浮在茫茫大海上,没有根迷惘的望着四周。在停歇的时候,静静地一个人愣愣的呆着,这时候,一瓶清凉的水都能给我带来幸福的享受。在路上奔跑多了,有时会麻木,有时会缺氧,有时会筋疲力尽,有时会寂寞孤独。有时,因为没有仔细欣赏,竟忘却了路的两侧那美丽的风景.有时,因为选择的道路铺满荆棘,竟弄得自己遍体鳞伤。

无论那些熟悉的或不熟悉的人,都有自己的目标,有自己的方向。或许在寻找儿时的某种缺失,或是寻找未来的某种希望,一些人乐此不疲的奔跑着,还有一些人找个机会就休息

一下再次踏上奔跑的征途.还有的人

会停下来,面对一切的陌生。在路上奔跑多了,会追上一些人,会超过一些人,还有一些人和自己同奔跑,有时也会自己在奔跑。

我想我会继续奔跑下去,为了自己心中的目标,也为了那曾经的儿时的梦想。人生的意义,一是欣赏沿途的风景,二是抵达遥远的终点;我觉得我们的人生,需要寻找一种最适合自己的速度,莫因疾进而不堪重荷,莫因迟缓而空耗生命;人生最大的快乐,走自己的路,看自己的景,超越他人不得意,他人超越不失志。

文/佚名

## 做事先做人，拥有好



人品

做事先做人，这是自古不变的道理。如何做人，不仅体现了一个人的智慧，也体现了一个人的修养。一个人不管多聪明，多能干，背景条件有多好，如果不懂得做人，人品很差，那么，他的事业将会大受影响。

只有先做人才能做大事，这是古训，先人早就强调了“做人先”的重要性。我们的先人——孔子，其思想可以说是中国几千年文化底蕴的沉淀，他告诉我们“子欲为事，先为圣”“德才兼备，以德为首”“德若水之源，才若水之波”。因此的可见，中华民族历史来讲究做人的道貌岸然理。

我们从小到大，有关做人的道理耳熟能详。然而，品性优劣却人各有异，做事的结果也大相径庭。任何失败者都不是偶然的，同样，任何成功者的成功都是其必然性，其中最重要的一个因素就在于怎样做人。

美国加州数码影像有限公司需要招聘一名技术工程师，有一个叫史密斯的年轻人去面试，他在一间空旷的会议室里忐忑不安地等待着，不一会儿，有一个相貌平平、衣着朴素的老者进来了，史密斯站了起来。那位老者盯史密斯看了半天，眼睛一眨也不眨。正在史密斯不知所措的时候，这位老人一把抓住史密斯的手说：“我可找到你了，太感谢你了！上次要不是你，我可能再也看不到我的女儿了。”“对不起，我不明白你的意思。”史密斯一脸迷惑地说道。

“上次，在中央公园，就是你，就是你把我失足落水的女儿从湖里救上来的！”老人肯定地说道。史密斯明白了事情的原委，原来老人把自己当成他女儿的救命恩人了。“先

生，你肯定认错了！不是我救了你的女儿！”史密斯诚恳地说道。“是你，就是你，不会错的！”老人又一次肯定地说。史密斯面对这个对他感激不已的老人只能作些无谓的解释：“先生，真的不是我！你说的那个公园我至今还没有去过呢！”听了这句话，老人松开了手，失望地望着史密斯说：“难道我认错了？”史密斯安慰老人说：“先生，别着急，慢慢找，一定可以找到救世主你女儿的恩人的！”

后来，史密斯接到了录取通知书。有一天，他又遇到了那个老人。史密斯关切地与他打招呼，并询问道：“你的女儿的救命恩人找到了吗？”“没有，我一直没有找到他！”老人默默地走开了。

史密斯心里很沉重，对旁边的一位司机师傅说起了这件事。不料那司机哈哈大笑：“他可怜吗？他是我们公司的总裁，他女儿落水的故事讲了好多遍了，事实上他根本就没有女儿！”

“噢”史密斯大惑不解。那位司机接着说：“我们总裁就是通过这件事来选拔人才的。他说过有德之人才是可塑之才！”

史密斯兢兢业业地工作，不久就脱颖而出，成为公司市场开发部总经理，一年为公司赢得了3500美元的利润。当总裁退体的时候，史密斯继承了总裁的位置，成为美国的财富巨人，家喻户晓。后来，他谈到自己的成功经验说：“一个一辈子做有德之人的人，绝对会赢得别人永久的信任！”

由此可见，在追求成功的道路上，做人的重要性、道德和重要性、人品的重要性有多大。如果当初史密斯昧着良心将美益安到自己身上，也就不可能跨进那家数码影像有限公司了，更不可能成为公司的最高领导了。

好人品是人生的桂冠和荣耀。它是一个最宝贵的财产，它构成了人的地位和身份，它是一个人的信誉方面

的全部财产。好人品，使社会中的每个职业都很荣耀，使社会中的每一个岗位都受到鼓舞。它比财富、能力更具威力，它使所有的荣誉都无偏见地得到保障。

人生道路，不管你是用人还是为人做事，都要牢记“做事先做人，拥有好人品”这句箴言，好的人品将有助于你走上成功之路。

## 改变不了的事情，可以改变心态



人与人之间

本身并无太大的区别，真正的区别在于心态，“要么你去驾驭生命，要么生命驾驭你。你的心态决定谁是坐骑，谁是骑师。”

喜怒哀乐是人之常情，生活总是由悲欢离合组成，我们不能控制自己的遭遇，但我们可以控制自己的心态。心态控制了每一个人的行动和思想，同时，也决定了一个人的视野、事业和成就。

人活在世，谁都会遭遇心理上的低谷和经历人生的低潮，谁都曾一度消沉、萎靡不振。无论把人生作何比喻，从规律上讲，任何事物都是呈螺旋形曲线向前发展的。若把人生比花园，也不可能每天美丽，有春的众花夺艳，也有秋的萧条凄清；有夏的艳阳照热土，也有冬的雪花结花枝。把人生比明月，可月也有阴晴圆缺。

所以，面对人生的喜怒哀乐，遭遇情绪和心理上的困扰，我们都该视之为正常现象，泰然处之，从容面对。

在面对心理低谷之时，有的人向现实妥协，放弃了自己的理想和追求；有的人没有低头认输，他们不停审视自己的人生，分析自己的错误勇

于面对，从而走出困境，继续追求自己的梦想……

命运对任何人都是公平的，谁都不可能真的一帆风顺，都会碰到各种难题，经历种种坎坷，有些人倒下了，可有些人仍坚定地站着，这就是成功者和失败者的区别。

不论遇到什么样的困境，成功者始终坚持用积极的态度支配自己的心态和行动；而失败者则相反。

其实，如何看待人生，把握人生是由我们自己决定的。只有时时保持乐观、积极的思维方式和人生态度，才能获取成功的果实。

我们不能控制自己的遭遇，但我们可以控制自己的心态。就如改变不了别人，我们可以改变自己；改变不了事情，但是我们可以调节态度。

有心无难事，有诚路定通，正确的心态能让你的人生更坦然舒心，当然，心态是依靠你自己调适的，只要

你愿意，你就可以给自己的一个正确的心态……

## 容言 容事 容人



容言：

好话、坏话、刺耳话，啥话都能听得进。虚心听取意见和建议，是风度，是胸怀坦荡。

让人把话讲完，是大度是谦恭，是强而不锐，也是有力量的体现。容言要有勇气，没有勇气则听不得谗言；容言要有耐心。

没有耐心则听不到真言。容言不是是非不辨，良莠不分，容言要有智慧，分得清哪是良言哪是谰言；还要有气量，听得进甜言蜜语，也容得下直言不讳，“兼听则明，偏信则暗。”容言，才能广开言路，集思广益。

容事：

易事、苦事、难事、好事、窝囊事，凡事皆能装心中，一丝不苟地去办。易事认真办，苦事用力办，难事用心办，好事朝更好的方向去办，窝囊事要理智地去办。

认认真真，踏踏实实，勤勤恳恳地做好每一件事，不因其易而轻视，不因其苦而放弃，不因其难而退缩，不因有功而自傲，也不因无过而自喜。

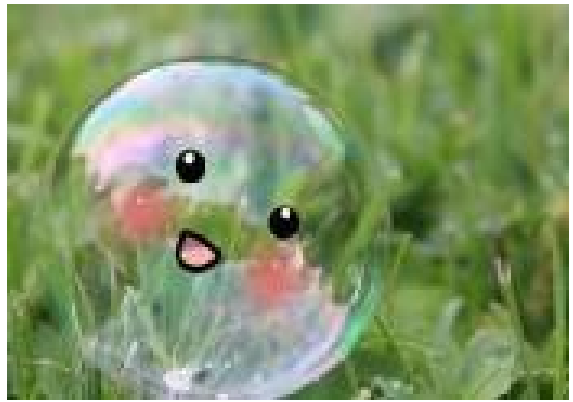
容人：

常人、能人、有功过之人，均应一视同仁，以诚相待。无论是常人、能人，还是有功之人，只是相互的能

力有大小，职务有高低，功过有区别，彼此的人格是平等的。

## 欣赏生命中的每一处风景

欣赏生命，需要一份平和的心态，需要淡雅的清丽，需要



一份轻松的愉悦，需要快乐的心情。欣赏生命，需要一种坦荡，需要一种从容，一种不为外物的打扰。欣赏生命，是对生命的一种珍惜，一种尊重，真正领悟到生命真谛的人，会怀着一颗单纯而睿智的心，抚慰心灵，欣赏生命。

生命本身就是奇迹，大自然的奇迹，宇宙间存在的奇迹。每一个人从诞生到成长，整个过程，生命的本身就值得我们去欣赏。也许，每一个人个体，就是一处风景，不同的风景。



夏天，去沙滩看看，来海边坐坐。平静的海水，那么辽阔，那么宽广。沙滩平整而柔软；春天，看绿芽冒出的惊喜，听春风的音符；秋天，硕果枝头，丰收景象；冬天，白雪的大地，深沉的土地。

欣赏生命，欣赏大自然，树林、草地、山川、湖水，一草一木、一花一草、每一株小草都是一个生命，每一朵小花都是一道风景。沁人心脾的芳香，没有娇艳的美丽，像是生命中的朋友，真实而温暖。

生命是宇宙中最值得赞赏的组成元素之一，生命本身代表了希望，生命中的成功或失败、快乐与苦恼、忙乱与纯真，所有的感情，所有的感动，都是一个不同的故事，都是一本不同的书，是一幅美丽的画卷。

生命的美丽与物质无关，与名利无关。所有的人都热爱生命，生命就是诗歌，生命就是歌曲，生命就是一本读不完的书，生命就是一杯清茶，生命就是一处风景。学会欣赏生命中的每一处风景，无论是雨季、还是艳阳天。

有人说，生命是一个过程，我们要珍惜过程。也有人说，生命就是一个结果，奔着目标一往直前。有人看重过程，有人想着结果。无论如何，生命的每一处都是风景。带着安静，带着好奇，用眼看，用耳朵听，用心去感悟。生命过程中，有人得到了这个，有人得到了那个，谁都不可能全部拥有，谁也不可能什么都没有。每一个人的生命都不同，但每一个人的生命都是风景。

正如四季，春天有春天的美丽，夏天有夏天的热情，秋天有秋天的收获，冬天有冬天的深沉。生命需要我们有善于发现的眼睛，生命需要我们静静聆听，生命需要我们有一颗安静纯净的心情，去欣赏。学会欣赏生命吧，学会欣赏生命，也就是学会了欣赏周围每一个人，学会欣赏了自己。

生命值得我们欣赏，热爱生命的人才会欣赏，欣赏大自然中的生命，欣赏天空下的生命，学会欣赏大地上的生命，学会欣赏人类，学会欣赏生命中的每一处风景。

## 怀着感恩的心生活



学会感恩生活，也就是学会感激在生活中面对的林林总总，感激一切令您成长的人。

面对别人浅浅的微笑，那就感激对方的那份真诚的善意，在这善意里让快乐渲染自己，沉浸自己，鼓励自己，也美好自己。

面对别人特别是来自爱人和朋友给你深深的伤害，不要恨，不要怨，不要痛，不要伤，此时的你应该感激他们给了你意志的磨练，令你在痛苦中坚强起来，微笑着给他们一份真诚的祝福吧。

面对来自别人的责怪，不论是工作上还是生活中的，不要沮丧，此时

### 睿读

的你应该感激他们给了你一个反省的机会，重新认识自己，提高自己。

面对在人生这风雨上绊倒了你的人，不要去责怪绊倒你的人，此时的你应该感激他们给了你一个提示，你的这个站立不稳，是因为你需强化双腿的训练。

面对一份欺骗，不要愤怒，不要痛恨，更不要不相信世上没有真诚，此时的你应该感激他们增强了你的智慧，令你在今后的岁月里减少伤痛，同时也增强了对自己付出真诚和自豪，不是吗？

面对蔑视你的人，那么就感激他们让你觉醒，让你觉醒了自尊，也让你真正的面对自己，面对自己所有的一切，找回一个真正的自己。

面对遗弃你的人，那么就感激给了你享受孤寂，品味孤寂，玩味孤寂的同时也教会了你独立。

有了成功，固然可喜，可是也别忘记了成功路上给了你帮助的人们；那么面对失败，我们就感激上苍又给了我们一次尝试的机会。



有了喜欢的人，有爱着的人那是一种幸福，是一种无悔的幸福，被人爱着是一种快乐，一种无言的快乐，一种用心体会的快乐。

笑过，哭过，痛过，伤过，体验过，感受过。珍惜生命中所有的历程，不管它代表的是快乐还是泪水，我们都应该带着一颗感恩的心面对，去珍惜，乐观的生活下去，为爱过的伤过的人们。

学会了感恩，学会了感激，也就拥有了全部的自我，拥有了一个全新的世界，拥有了真诚的朋友，没有了悲苦，没有了伤痛，生活就会精彩纷呈……

## 放大你的优点

一个穷困潦倒的青年，流浪到巴黎，期望父亲的朋友能帮助自己找到一份谋生的差事。

“数学精通吗”父亲的朋友问他。青年摇摇头。“历史，地理怎样？”青年还是摇摇头。“那法律呢？”青年窘迫地垂下头。父亲的朋友接连发问，青年只能摇头告诉对方-----自己连丝毫的优点也找不出来。“那你先把住址写下来吧。”青年写下了自己的住址，转身要走，却被父亲的朋友一把拉住了：“你的名字写的很漂亮嘛，这就是你的优点啊，你不该只满足找一份糊口的工作。”数年后，青年果然写出享誉世界的经典作品。他就是家喻户晓的法国 18 世纪著名作家大仲马。

世间许多平凡之辈，都要一些小优点，但由于自卑常被忽略了。其实，每个平淡的生命中，都蕴涵着一座丰

富金矿，只要肯挖掘，就会挖出令自己都惊讶不已的宝藏……

## 生命的空隙



很多时候，我们需要给自己的生命留下一点空隙，就像两车之间的安全距离——一点缓冲的余地，可以随时调整自己。生活的空间，需借清理挪减而留出；心灵的空间，则经思考开悟而扩展。

打桥牌时，我们手中的牌不论好坏，都要把它打到淋漓尽致；人生亦然，重要的不是发生了什么事，而是我们处理它的方法和态度。假如我们转身面向阳光，就不可能陷身在阴影里。拿花送给别人时，首先闻到花香的是我们自己；抓起泥巴想抛向别人时，首先弄脏的也是我们自己的手。

因此，要时时心存好意，脚走好路，身行好事。

光明使我们看见许多东西，也使我们看不见许多东西。假如没有黑夜，我们便看不到闪亮的星辰。因此，即使我们曾经一度难以承受的痛苦磨难，也不会完全没有价值。它可使我们的意志更坚定，思想、人格更成熟。

不要在人我是非中彼此摩擦。有些话语称起来不重，但稍有不慎，便会重重地压到别人心上；当然，也要训练自己，不要轻易被别人的话扎伤。不能决定生命的长度，但你可以扩展它的宽度；不能改变天生的容貌，但你可以时时展现笑容；不能企望控制他人，但你可以好好把握自己；不能全然预知明天，但你可以充分利用今天；不能要求事事顺利，但你可以做到事事尽心。

一个人的快乐，不是因为他拥有的多，而是因为他计较的少。多是负担，是另一种失去；少非不足，是另

一种有余；舍弃也不一定是失去，而是另一种更宽阔的拥有。

美好的生活应该是时时拥有一颗轻松自在的心，不管外界如何变化，自己都能有一片清静的天地。清静不在热闹繁杂中，更不在一颗所求太多的心中，放下挂碍，开阔心胸，心里自然清静无忧。

喜悦能让心灵保持明亮，并且拥有永恒的一种永恒的宁静。心念意境如能清明开朗，则展现于周遭的环境，都是美好而善良的。

## 成功与心态

雨后，一只蜘蛛艰难地向墙上已经支离破碎的网爬去，由于墙壁潮湿，它爬到一定的高度，就会掉下来，它一次次地向上爬，一次次地又掉下来……

第一个人看到了，他叹了一口气，自言自语：“我的一生不正如这只蜘蛛吗？生活忙忙碌碌而无所得。”于是，他日渐消沉。

第二个人看到了，他说：这只蜘蛛真愚蠢，为什么不从旁边干燥的地方绕一下爬上去？我以后可不能像它那样愚蠢。于是，他变得聪明起来。

第三个人看到了，他立刻被蜘蛛屡败屡战的精神感动了。于是，他变得坚强起来。

秘诀：有成功心态者处处都能发觉成功的力量。

哲学家康德说：生气，是拿别人的错误惩罚自己。

### 心灵驿站

## 生气不如争气

生活是自己创造的，心情是自己营造的。

世界上的许多事你都无法改变！能够改变的只有你自己！

当你不能改变外部世界和现状时，唯一能改变的是你自己。

改变你的心态也就改变了你看世界的角度，而当你改变看问题的角度时，即使遇到世界上最倒霉、最不幸的事，也不会成为世界上最倒霉、最不幸的人。

乐观的人总是看到生活中好的一面，从不消极埋怨。他们拥有“大难不死，必有后福”的心态，从容面对一切问题。

人生是短暂的。生活中不要因一些鸡毛蒜皮、微不足道的小事而耿耿于怀，为这些小事而浪费你的时间、耗费你的精力是不值得的。

和气的人也会有脾气，所不同的是人具有控制脾气，抑制怒火的能力。不要因为一点小事而丢掉了愉悦的心情，不要因为一点小事扰乱了自己生活的步调，更不要因为一点小事损害了健康。

为什么要生气呢？气是别人吐出而你却接到口里的那种东西，你吞下便会反胃。夕阳如金，皎月如银，

人生的幸福和快乐尚且享受不尽，哪里还有时间去生气啊？

发怒会使人远离真理。常常因为愤怒把事情搞僵，搞糟。愤怒时，极而言之，极而行之，没了后路，没了回旋余地。本来有理，反而变成了没理，本来小事，结果闹成了大事，甚至不可收拾，过后，悔之晚矣。

美国研究应激反应的专家理查德-卡乐森说：“我们的恼怒有80%是自己造成的。”他把防止激动的方法归结为这样的话：“请冷静下来！要承认生活是不公平的。任何人不是完美的，任何事情都是不会按计划进行的。”

俗话说：快乐有人分享是更大的快乐，痛苦有人分担就可以减轻痛苦。因此，当你为小事火上心头时，不妨多向身边的朋友倾诉一下，相信他们能帮助你，开导你的。

## 把人生拉长

20世纪80年代初期，两位同村的青年被同一列列车拉进同一所军营。新兵训练结束后，他们一起被分到连队当卫生员，又一起考上军医大学。大学期间，他们在同一个班，学习成绩不分伯仲。然而，大学毕业后，他们此前雷同的人生轨迹戛然而止，两人命运出现了巨大反差。



青年甲被分配至边防哨所，当了一名军医。那里人迹罕至，想买一本书，要翻山越岭几十公里才能到达最近的一家书店。与此同时，青年乙正如鱼得水地漫步在大城市的大医院里，身边医学名家云集，随时都可以接触到最前沿的专业理论。

两位原本处于同一起跑线的青年，彼此的境遇不经意间判若云泥。

两年中，他们彼此偶有通信。突然有一天，青年甲写信说：“我接到命令，要奔赴老山前线。”青年乙回信：“我接到录取通知书，要到北京读研了。”

在炮声隆隆的前线，青年甲在野战医院负责救治伤员，在一次次血与火、生与死的考验中，他的应急救治能力得到快速提升，他也懂得了珍惜，练就了坚韧。而忙于花前月下的青年乙，此刻却经历了人生的第一次挫折——他考试多科没过。谁也想不到，两人各自命运的转变，在这一刻埋下了伏笔。

从前线归来，青年甲被分配至一所小医院工作，虽然条件简陋，但他非常知足。他开始如饥似渴地“充电”，拼命想补回曾经耽搁的时光。他的勤奋与踏实得到院领导的认可，一步步走上科室领导的岗位。之后，他决定考研。虽然曾两次名落孙山，但是一想到那些牺牲的战友，他便咬着牙坚持了下来。

从 35 岁那年起，青年甲的命运迎来了柳暗花明。考研通过，科研成果丰硕，免试直读博士。博士论文答辩会上，他清晰的思路与前瞻的眼光，赢得了一名评委的青睐。这名评委，正是青年乙的科主任。

也正是 35 岁那年，青年乙的好运似乎走到了头。考博失败，科研成绩垫底，手术不慎引起医疗纠纷，此前风顺顺水的他再也经不住这一连串的打击，自暴自弃起来。有一天，科主任当着全科同事的面隆重介绍一位新成员——青年甲，青年乙目瞪口呆。

青年甲如今已人到中年，成了著名的心胸外科专家，并接任了科主任一职。他就是我的伯父。

在我失落迷茫、抱怨时运不济的日子里，他这样对我说：“人生好比一条长长的路，命运之神会为每条路都设置一些障碍，只不过有的设在路前端，有的设在路后端，没有必要羡慕那些开局一帆风顺的人。”我眼前

一亮，伯父又说：“把人生拉长看，就会发现命运总体是公平的，所以不要在逆境的时候悲观绝望，前面也许就是一马平川；也不要再在顺境的时候得意忘形，前面也许暗礁密布。”

把人生拉长看，这是伯父的人生智慧，也指引着我走出了心灵困境。

## 有梦就有明天



有一对兄弟，他们的家住在 80 层楼上。有一天他们外出旅行回家，发现大楼停电了！虽然他们背着大包的行李，但看来没有什么别的选择，于是哥哥对弟弟说，我们就爬楼梯上去！于是，他们背着两大包行李开始爬楼梯。爬到 20 楼的时候他们开始累了，哥哥说“包包太重了，不如这样吧，我们把包包放在这里，等来电



后坐电梯来拿。”于是，他们把行李放在了20楼，轻松多了，继续向上爬。

他们有说有笑地往上爬，但是好景不长，到了40楼，两人实在累了。想到还只爬了一半，两人开始互相埋怨，指责对方不注意大楼的停电公告，才会落得如此下场。他们边吵边爬，就这样一路爬到了60楼。到了60楼，他们累得连吵架的力气也没有了。弟弟对哥哥说，“我们不要吵了，爬完它吧。”于是他们默默地继续爬楼，终于80楼到了！兴奋地来到家门口兄弟俩才发现他们的钥匙留在了20楼的包包里了。有人说，这个故事其实就是反映了我们的人生：20岁之前，我们活在家人、老师的期望之下，背负着很多的压力、包袱，自己也不够成熟、能力不足，因此步履难免不稳。20岁之后，离开了众人的压力，卸下了包袱，开始全力以赴地追求自己的梦想，就这样愉快地过了20年。可是到了40岁，发现青春已逝，不免产生许多的遗憾和追悔，于

是开始遗憾这个、惋惜那个、抱怨这个、嫉恨那个，就这样在抱怨中度过了20年。到了60岁，发现人生已所剩不多，于是告诉自己不要在抱怨了，就珍惜剩下的日子吧！于是默默地走完了自己的余年。到了生命的尽头，才想起自己好象有什么事情没有完成，原来，我们所有的梦想都留在了20岁的青春岁月。

## 心灵的憩息之地



在烟波浩渺中，在浮华喧嚣里，给自己一处净土，给自己方寸空间，这里，就是我们纯净心灵的憩息之地……

累了，就停歇一下；想了，就思念一下；烦了，就放松一下。谁也无法去替代你的忧虑正如无法分享你的幸福，谁也无法取舍你的选择正如无法左右你的脚步。一切随意就好，

刻意了会失意，希望了会失望。生活有时如幻影幻景，虚虚实实无法分的清楚，纷纷扰扰无法想的明白。简单些淡然些，倾听世界，感受生命！我们都是生命的追寻者，灵魂的追寻者，在步履匆匆中，在岁月悄然滑落时，在空寂无奈与苍凉无助时，追寻心灵的一处静谧，追寻沧海的一处栖居，追寻远去的一份记忆，追寻未知的一点祈及，又或者只有那么一刻，我们什么都无需追寻，只融入音乐所带来的震撼，冥想与感悟，把自己放逐在充满灵性的音乐里……喜欢动感时尚的音乐，让欢快的音符在思绪里飞扬；喜欢沉稳深情的音乐，会与心灵文字静静相吸交融；喜欢感人的吟唱音乐，如幽蓝星空，做心之交流；喜欢俄罗斯风情音乐，喜欢自然冥想的纯音乐，喜欢无意间流入耳畔的天籁之音。音乐并非只是欣赏，而源于内心的感受！没有音乐的心灵犹如没有了繁星的夜空。它，与我们前行，伴我们左右，因它，我们的黑夜不再孤寂……

淡淡的来，淡淡的去，淡淡的相处，给人以宁静，予己以清幽；静静的来，静静的去，静静的守望，给人以宽松，予己以从容。若不能扫去别人身上的尘埃，那就让自己出淤泥而不染；若不能阻止别人营设的虚假与荒诞，那就让自己化作一缕孤烟轻袅于凡间。虚虚实实间，回眸来路，一抹云雾，几许感叹……一个人的身上能看到多人集中的影子，唯独没有自己，那是一个人的悲哀！即使包装得如何华丽，也只是一具空壳而已。若不能精彩的活着，宁愿潇洒的死去。我们来到这个世界，不是获得，而是绽放，生命消失的一刻，什么也带不去。享受生命的过程，吸取天地精华增长睿智与勇气，让生命散发独特的个性魅力！

之所以不甘人后，并非争强好胜，是对自身价值存在的一种表现；之所以不想屈服，并非生性倔犟，是对于所选择的路须勇往直前；之所以坚持自我，并非目空一切，是觉得浩荡的人海中，应该有一个独一无二的

我。虽是繁星一点，总要为夜空增添光热；虽是流星陨落，也要为孤夜留些下什么，释放潜能，演绎华彩！走的路多了，却依然不想走捷径；看的事多了，却依然不想去说穿。眼前晃动着无数炫目但永远辨不清真伪的光团，霓散开来，横扫天际，蔓延穹宇，模糊视野。静夜孤灯，消散掉无意间侵入内心的无奈与悲凉，敲击出串串文字的欢舞，质感着无染纯净的音符，顷刻间，素然于心，淡然于怀，静然于世，飘然于风，把一缕幽静，一份闲适，一抹深思撒在这淡淡的空间里……

落日黄昏，一种凝重的美丽，美得有些沧桑，静得有些凄凉。不在震撼中迸发，只在悄然中隐去。消褪一日的繁华，将最后一点余热，灿烂在落日的余辉里，明媚回眸的瞬间，留下最美的容颜。畅游天地间，不觉黄昏后，看潮涨潮落，观沧海桑田，万事万物繁衍生息，没有永恒的美丽！能留下的只有此时，此心！又会迎来一个清新舒适的晨！心境在如水般流

泻的阳光和音乐里，远离浮躁与喧嚣，呼吸着静静的味道，有点醉，有点恬。时间不是冲淡了伤痛，而是尘封了记忆。光阴易逝，韶华不再。源于春景，旋于夏花，浸于秋霜，漫于冬雪；容之娇艳，眸之凝望，馨梦柔肠，铭于心房；流转文采，温婉词阙，飞扬豪情，抒怀坦荡……

当我们的生活累时，迷茫时，请停留在我们各自的心灵憩息之所，浮华便已成云烟，喧嚣也已不再，只和心静静的对白，只将心轻轻的靠岸……

## 人生像风筝



人生像风筝

而牵线的人是一却是一份责任

我们在这头

儿时我们是父母手中的的风筝

爱我们的人在那头

他们手中的线是一份父母对子女最无私的爱

## 简单才能不累,适度

上学后我们成了老师手中风筝

## 才能不悔

他们手中的线是一份老师对学生最深切的关爱

工作后我们是领导手中的风筝他们手中的线是领导对部属的关怀

有一种境界叫超然，有一种达观叫了然，有一种天真叫自然，有一种态度叫悠然，有一种成就叫斐然，有一种繁盛叫蔚然，有一种愉悦叫欣然，有一种释怀叫惠然，而我要的那种幸福，是淡然。

成家后我们成了妻子手中的风筝

她手中的线是一份妻子对丈夫最深情的爱

老了后我们是子女手中的风筝

他们手中的线是一份子女对父母孝敬的爱

人生

总有根线牵着我们

或长

或短



人，大事难事，看担当，逆境顺境，看胸襟。是喜是怒，看涵养，有舍有得，看智慧，是成是败，看坚持。走正确的路，放无心的手，结有道之朋，断无义之友，饮清静之茶，戒色花之酒，开方便之门，闭是非之口

凡事顺其自然，遇事处之泰然；得意之时淡然，失意之时坦然；艰辛曲折必然，历尽沧桑悟然。遵循简单才不会累，秉承宽容才不会气；学会忘记才不会愁，知道惧怕才不会危；甘于示弱才不会伤，保持低调才不会亏；

愿意放弃才不会苦，适度知足才不会悔；记住感恩才不会怨，懂得珍惜才不会愧。人生，在心淡中求满足，在尽责中求心安，在奉献中求快乐，在忠诚中求幸福。

一生中，只要心淡如菊，声名显著，就会守之以敛藏；人生，顺其自然，淡然处之，你的生活就会充满阳光，人生就会幸福快乐，生命就会精彩灿烂。

简单的快乐有两种人：一种是孩子，一种是彻悟人生的智者。物质可以买到快乐，但持续的快乐来自于内心深处的精神快乐。之所以生活得比较愉快，是因为你学会了放大美好。

人生的快乐在于自己对生活的态度，快乐是自己的事情，只要愿意，你可以随时调换手中的遥控器，将心灵的视窗调整到快乐频道。学会快乐，即使难过，也要微笑着面对。

学会孤独，没有谁会把你当宝护着。学会独立，不能再一味的麻烦别人，自己的事自己做。学会绝情，该

滚的就滚，该留的就留。学会长大，不能再那么任性。学会忘记，不能活在过去时光中。

心情，是一种感情状态，拥有了好心情，也就拥有了自信，继而拥有了年轻和健康。就拥有了对未来生活的向往，充满期待，让我们拥有一份好心情吧，因为生活着就是幸运和快乐。

给自己一份好心情，让世界对着你微笑；给别人一份好心情，让生活对我们微笑，好心情是人生的财富，让好心情与我们时时相伴。

人就这么一辈子，开心也是一天，不开心也是一天，所以你一定要给力开心。人就这么一辈子，做错事不可以重来，碎了的心难以再愈合，所以你一定不能后悔。人就这么一辈子，过了今天就不会再有另一个今天，一分一秒都不会再回头，所以你一定要珍惜每分每秒。

请你记得时刻都要快乐着，幸福着。有一种追求，明明是失望，却不

愿回头。有一种努力，明明是失败，却不愿停止。有一种喜欢，明明是错误，却不愿松手；有一种美好，明明是幻想，却不愿醒悟。

生命中，好多的事是这样，生活中，好多的情是这样，没有理由，也无需理由，爱就是爱，喜欢就是喜欢，没有结果，也无须结果，心甘情愿，无怨无悔。

生活没有真正的完美，只有不完美才是最真实的美；生活没有一帆风顺的，只有披荆斩棘才能路路顺；生活没有永远的成功，只有在挫折中站起才是真正的成功，只有闪光的人生才算是生命的永恒。

不要悲观地认为自己很不幸，其实比你更不幸的人还很多；不要乐观地认为自己很伟大，其实你只是沧海之一粟。

学会适应，让你的环境变的明亮；学会调节，让你的心情不再忧伤；学会宽容，让你的生活没有烦恼；学会奉献，让你的生活充满阳光。

其实天很蓝，阴云总要散；其实海不宽，彼岸连此岸；其实泪也甜，当你心如愿。用情感看世界是一场悲剧，用理智看才是一场喜剧。

有时候不是不懂，只是不想懂，有时候不是不知道，只是不想说出来。有时候不是不明白，而是明白了也无能为力，于是就保持了沉默。

有些话，适合藏在心里，有些痛苦，适合无声无息的忘记，有些回忆，只适合偶尔拿出来回味。

很多事情，当经历过，自己知道就好，很多改变，不需要说出来的，自己明白就好。所有的日子，都会到来，所有的日子，又都会过去，一切仿佛发生了，又仿佛一切没有发生。

所谓的回头已是百年身，所谓的沧海桑田，所谓的海枯石烂，所谓的洞中才数日，世上已千年。那一切的一切，都会过去，那些可以让我们珍贵的东西，原本不多

因此，活得糊涂的人，容易幸福，活得太清醒的人，容易烦恼。清醒的人看得太真切，凡事太过较真，烦恼无处不在。糊涂的人，不知如何计较，虽然简单粗糙，却因此觅得人生的大境界。

你喜欢仰慕着别人的幸福，却发现自己也被别人仰望着、羡慕着。你的幸福常在别人眼里，却不在自己心里，学会珍惜。很多事情，是需要亲身体验才有切肤之感的，伤过才知疼痛的滋味，哭过才知无助的绝望，傻过才知付出的不易，错过才知拥有的可爱。有些故事，不一定要讲给所有人听，有些悲伤，不一定谁都会懂。有些伤口，时间久了就会慢慢长好，有些委屈，受过了想通了也就释然了。有些伤痛，忍过了疼久了也成习惯了，有些藏在心底的话，不想说也就没必要说了。

其实，并不是所有的痛，都可以呐喊，不是所有的爱，都可以表白。体验了失误，才会更好的选择，体验了失败，才会更好的把握。体验了失



去，才会更好的珍惜，只有体验过了，你才真正懂得，没有什么不可以割舍，不可以放下。

人生就是这样，遵循简单就不累，适度知足才不悔！

## 尊重了别人，也是尊重了自己！



生活中，我们每个人都渴望得到别人的尊重，即使是一个微不足道的处于社会最低层的小人物。

记得多年前，我去一个商场买东西，路过一条马路时，迎面飞来一顶帽子，就落在我的脚边。那帽子看上去旧旧的，脏兮兮的，我看到对面一个拾荒老者正颤巍巍的试图穿过马路来拾他的帽子。我迟疑了一下，还是捡起那顶脏得要命的帽子，向对面晃了晃，示意我会拿给他。当我穿过马路，把帽子交到那个老者手上的时候，我清楚地看到了他眼中的感激，也听到他一连声地对我说：“谢谢你，姑娘，你长命百岁！”。“姑娘，你长命百岁”，这在一个拾荒者缺少词汇的嘴里，可能是最真挚的感激和尊重了吧？

我不知道“尊重”一词，究竟深藏了多少深情厚谊，但我由此知道了，一个人、一个生活在凡尘大千世界中的人，不论你地位多么高或多么卑微，只要你尊重了别人，别人就一定会以百倍的尊重来回报你。这，就是以心换心，这，就是做人该具备的最起码的品德吧？



世界是庞大的，相似的人很多，但是完全相同的人是没有的，社会各层次的人，因为各自的经历不同，性格不同，价值取向不同，受社会影响不同，接触的人群不同，因此，对尊重的理解也会各不相同。

很多时候，我们在生活、学习和工作中，只顾了尊重比自己地位高的人，而忽略了细枝末节，忽略了小的方面，殊不知，世间的万物都是流动的，都不会一成不变，也许某一天，那个拾荒者变成了你的上司，也许某一天，你的上司变成了拾荒者……

三人行，必有我师”，一个真正懂得尊重别人的人，不仅仅会尊重自己的上司和父母，更会懂得尊重自己的下属和身边每一个地位卑微的人，因为每一个人都有他的优点，从别人的优点中吸取精华，从别人的缺点中找出自身的不足，何尝不是一种领悟和提高的过程？

尊重别人不仅仅体现在语言上，更要体现在行动中。尊重别人需要真

心实意，不是虚情假意。尊重别人，需要用一颗真心去感染对方，带给对方快乐。那么，从中获得快乐的又何尝不是自己呢？

让我们用原本清纯的本质，去对待身边的每一个人吧，学会尊重别人，为自己的生命增加弹性和厚度，别人，也才会更尊重你。

尊重了别人，也是尊重了自己！

## 怎样拥有人生的光彩



人生的光彩在哪里？说起来其实很简单。

有一个人去应聘工作时，随手将走廊上的纸屑捡起来，放进了垃圾桶。他的举动恰好被路过的面试官看到了，因此他得到了这份工作。

原来获得赏识很简单，养成好习惯就可以了。

有个小弟在脚踏车店当学徒，有人送来一部有故障的脚踏车，小弟除了将车修好，还把车子擦拭得干干净净。其他学徒笑他多此一举，后来雇主将脚踏车领回去的第二天，小弟就被挖到那位雇主的公司上班。

原来出人头地很简单，多干点就可以了。

有个小孩对母亲说：“妈妈你今天好漂亮。”母亲回答：“为什么。”小孩说：“因为妈妈一天都没有生气。”

原来要拥有漂亮很简单，只要不生气就可以了。

有个牧场主人，叫孩子每天在牧场上辛勤地工作，朋友对他说：“你

不需要让孩子如此辛苦，农作物一样会长得很好的。”牧场主人回答说：“我不是在培养农作物，我是在培养我的孩子。”

原来培养孩子很简单，让他吃点苦头就可以了。

有一家商店经常灯火通明，有人问：“你们店里到底是用什么牌子的灯管？那么耐用。”店家回答说：“我们的灯管也常常坏，只是我们坏了就换而已。”

原来保持明亮的方法很简单，只要常常更换就可以了。

住在田边的青蛙对住在路边的青蛙说：“你这里太危险，搬来跟我住吧！”路边的青蛙说：“我已经习惯了，懒得搬了。”几天后，田边的青蛙去探望路边的青蛙，却发现它已被车子压死，暴尸在马路上。

原来掌握命运的方法很简单，远离懒惰就可以了。

有一只小鸡破壳而出的时候，刚好有只蜗牛经过，从此以后小鸡就背着蛋壳过了一生。

原来脱离沉重的负荷很简单，放弃固执成见就可以了。

有几个小孩很想当天使，上帝给他们一人一个烛台，要他们每天把烛台擦亮，结果一天两天过去了，上帝都没来，于是有些小孩就不再擦拭那烛台。有一天上帝突然造访，只有一个烛台是干干净净明明亮亮的，那是被大家叫做笨小孩的烛台，因为上帝没来，他也每天都擦拭，结果这个笨小孩成了天使。

原来当天使很简单，只要实实在在去做就可以了。

有只小猪，向神请求做他的门徒，神欣然答应。刚好有一头小牛由泥沼里爬出来，浑身都是泥泞，神对小猪说：“去帮他洗洗身子吧！”小猪讶异的答道：“我是神的门徒，怎么能去侍候那脏兮兮的小牛呢！”神

说：“你不去侍候别人，别人怎会知道，你是我的门徒呢！”

原来要得到别人尊敬很简单，只要真心付出就可以了。

有一支淘金队伍在沙漠中行走，大家都步伐沉重，痛苦不堪，只有一人快乐地走着，别人问：“你为何如此惬意？”他笑着：“因为我带的东西最少。”

原来快乐很简单，拥有少一点就可以了。

人生的光彩在哪里？早上醒来，光彩在脸上，充满笑容地迎接未来。到了中午，光彩在腰上，挺直腰杆地活在当下。到了晚上，光彩在脚上，脚踏实地地做好自己。

人生箴言：

原来人生也很简单，只要能懂得“珍惜、知足、感恩”你就拥有了生命的光彩。

成长

## 人生的十



个不

要等

一、不要等到想要得到爱时才学会付出

人生就像一场戏，在等待中错过了美丽。正如歌中所唱：该出手时就出手。因为幸福就在你身边。当你付出时，爱以从你身边轻轻划过，留下的是悔恨、遗憾。

二、不要等到孤单时才想念起你的朋友

什么是朋友？真正的朋友永远不会离弃你。人生得一知己足矣，孤独时、彷徨时，朋友是你最忠实的听众，他们没有怨言，他们有的只是一颗包容的心。

三、不要等到有了职位时才去努力工作

有的人一生都在等自己如意的工作，戴到白发之时方悔自己执著地等待。因为世界真的很精彩，只要你肯努力，处处都有你满意的工作。

四、不要等到失败时才记起他人的忠告

忠言逆耳利于行，良药苦口利于病。世人往往善于听信谗言，因为谗言总是美丽的，而忘了这句古话。待到自己失败时，一切如过眼云烟，烟消云散。

#### 五、不要等到生病时才意识到生命脆弱

生命真的很脆弱，一只蚂蚁可能死在你的脚下，只不过你没有觉察。可能你在生命的边缘徘徊，为什么不珍惜自己的生命？

#### 六、不要等到分离时后悔没有珍惜感情

为什么总是离别之后才懂得珍惜，因为人无完人，金无足赤。拥有一颗宽容的心，善待别人就等于善待自己。

#### 七、不要等到有人赞赏你时才相信自己

每个人都有自己的优点和长处，自信有时也是成功的钥匙。要等到别人的赞赏，恐怕已经太迟了，因为生

命属于你只有一次，没有循环，没有往复。

#### 八、不要等到别人指出才知道自己错了

其实，勇于承认错误并没有人嘲笑你，反而得到别人的尊重。因为每个人都有错误，只不过有的人善于掩饰自己的错误，有的人勇于承认罢了。

#### 九、不要等到腰缠万贯才准备帮助穷人

助人为乐永远是一种美德，待到腰缠万贯之时，你不一定会快乐，因为你的施舍别人不一定接受。

#### 十、不要等到临死时才发现要热爱生活

生活真的很精彩，为什么要游戏人生。人生就像一条长河，永远没有尽头，没有止境。并不因为你的生老病死而改变。热爱生活就等于热爱自己。因为生命总要划上一个圆满的句号。

## 根的意义



“总想着这参天大树的根，他是如何可以支撑高大繁茂的大树，总想解析这大树根部的形状，总想探讨它的结构”。

大树的根须很长，延伸着周围的地皮，牢牢地抓在地下的土层里，吸收着土壤的水分，吸收着下雨时的滋润，传输到树的【茎】，【枝】，【叶】，让大树可以得到充足的光照，享受雨水的滋润，茁壮繁盛的成长。

生活就像打地基，你打得越深，根就扎的越深，风吹雨打，也经得住考验，也就越稳固。

家是温馨的港湾。家是不可分割的，不可侵犯的，神圣的地方，需要你去好好照料，好好施肥。每个家庭的人都扮演者不可或缺的角色。

“你是我的爱，只想把你呵护疼爱；你是我的根，离开你我的心总飘移不定，失魂落魄的感觉；你是我们的宝贝，只想让你快快乐乐得度童年，健健康康的长大成人；你是我们的希望，也是我们爱的延续”。

总是辛勤的去工作，可以让你们生活的更好；总精心研究者，可以做不同种类的，不同花样的可口饭菜，可以让你们吃的更好更健康；总想着身上的责任，总想着一个男人的担当，总喜欢看熟睡的面孔，可以静静的用手轻抚你的面容，看在眼里，总有幸福的感觉；看看可爱的孩子，总觉得有使不完的劲。“家是我的一切”。家就像树的根，它需要你我共同的配合，来给与，来付出，就像呵护小树苗一样可以让它的根越长越粗，树越长越高，枝叶越长越繁盛。

家就像一个遮风挡雨的大树，为我们撑起爱的雨伞，给予你乘凉，给予你爱的包围，给予你绿色的希望，给予你想探望未来，憧憬未来的美好，珍惜眼前的生活，打好家的地基，打好家的根，让每个家庭都更稳固，更幸福，不容外人的侵犯……