



少·生

人生

李华民◎著

生活观：羡慕别人的生活，是对别人无知；热爱自己的生活，会使自己神秘。

爱情观：爱情，是双方情感的俘虏，要想长久存在，就不能让任何一方成为胜者。

行为观：层层利人，最高层也有自己；处处利己，最低处全是别人。

交往观：处事谦和，容易成就大业；待人孤傲，只能独此一家。

事业观：理要硬，话要软。理不硬，行为就没有根基；话不软，做事就会增加阻力。

70岁睿智老人，



历经10年反复

修改成此书。**微**语言，**冰**思考，**真**内涵，
浓缩人生精华，增长读者见识。

西藏人民出版社

空

人生

主人公

李华民◎著

西藏人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

空：人生 / 李华民著. — 拉萨：西藏人民出版社，2013.1

ISBN 978-7-223-03753-2

I. ①空… II. ①李… III. ①箴言—汇编—中国—现代
IV. ①H136.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 290227 号

空·人生

作 者 李华民

责任编辑 杨永坤 袁勇芳

选题策划 天利文化

装帧设计 罗程露

出 版 西藏人民出版社

社 址 拉萨市林廓北路 20 号 邮政编码 850000

北京发行部：北京市东土城路 8 号林达大厦 A 座 13 层

电 话：010-64466526

打击盗版：0891-6930339 13801174584

印 刷 北京彩虹伟业印刷有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 16 开 (710×1000)

字 数 340 千

印 张 22.5

版 次 2013 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-223-03753-2

定 价 58.00 元

版权所有 侵权必究

【前言】



什么是人生？人生就是人这一辈子。就是人的生理、生命，就是人的生长、生成，就是人的生计、生路，就是人的生涯、生平，就是人的生机、生气，就是人的生死、生生。

人这一辈子应该怎样活着？一个人一个活法。你就是你，我就是我，他就是他。你是后一代人，他是前一代人；你是外国人，我是中国人；他是伟人，我是常人，不同的人怎么可能度过完全相同的人生？

人这一辈子怎样才算活得好？活得乐观。不论你是什么人，只要有一个乐观人生，就会比不乐观的人活得好。

人这一辈子怎样才能活得乐观？无限热爱。热爱个体，热爱家庭，热爱群体，热爱社会。个体、家庭、群体、社会构成了四重人生，四重人生就是人生的四道围城。

人这一辈子怎样才算活得有意义？实现自我。全力地找到自我的最大优势、最大兴趣之所在，并把它发挥到极致，身前就是你的理想，身后就是用你的言行铺就的路。

人这一辈子怎样才能实现自我？不懈追求。追求自在，追求和谐，追求成功，追求超然。自在、和谐、成功、超然构成了四层人生，四层人生就是人生的四级高峰。

为什么要写这本书？同仁者交流。在人生旅途中，每个人都会有自己的人生感悟，通过交流会使之成为人们的共同财富。

这本书的内容缘于何处？同智者对话。撞击产生火花，只要你愿意同古今中外有思想的人切磋，就会产生属于自己的思想。

写这本书的指导思想？精益求精。经过锲而不舍的努力，不断推敲，力争做到书中的每一段都不会浪费读者的时间。

还要对读者说点什么？敬请斧正。由于本书属于看人看事、做人做事的人生哲理，故采用手册形式，便于读者翻阅相关内容；由于本书采用语录文体，故难免有失偏颇，望不吝赐教，以求日臻完善。

著者

1999年4月13日起稿于长春

2006年12月8日初稿于北京

2010年10月5日复稿于北京

2012年11月15日定稿于长春

目录

【上部·四重人生】

壹·个体人生

第1章 生命观

生命与人生 /2

生命与意义 /2

生命与属性 /3

生命与质量 /3

生命与数量 /3

生命与时间 /4

生命与珍惜 /4

生命与态度 /4

生命与追求 /5

生命与认知 /5

生命与情感 /5

生命与存在 /6

存在与特征 /6

生命与生死 /6

生死与特征 /7

生死与认知 /7

生死与牺牲 /7

生死与遗憾 /7

生命与结束 /8

结束与纪念 /8

结束与延续 /9

结束与转化 /9

结束与永恒 /9

第2章 生活观

生活与人生 /10

生活与生命 /10

生活与意义 /11

生活与属性 /11

生活与特征 /11

生活与平安 /12

生活与现实 /12

现实与坎坷 /12

现实与驾驭 /13

现实与心境 /13

现实与态度 /13

生活与认识 /14

认识与环境 /14

认识与期盼 /14

生活与感情 /15

感情与趣味 /15

第3章 生理观

生理与人生 /16

生理与认知 /16

生理与情感 /17

生理与年龄 /17

生理与健康 /17

健康与身心 /18

健康与眼睛 /18

健康与疾病 /18

健康与医疗 /18

健康与运动 /19

生理与童年 /19

童年与心态 /19

童年与成年 /20

生理与青年 /20

青年与青春 /20

青年与年轻 /21

青年与成熟 /21

青年与老年 /21

生理与老年 /22

老年与环境 /22

老年与怀旧 /22

第4章 心理观

心理与人生 /23

心理与认识 /23

认识与情境 /23

认识与理智 /24

认识与隐私 /24

心理与感情 /24

感情与孤独 /25

感情与孤寂 /25

心理与修为 /25

修为与心性 /26

修为与心胸 /26

修为与心境 /26

修为与伤害 /27

修为与历练 /27

修为与解脱 /27

贰·家庭人生

第5章 爱情观

爱情与人生 /28

爱情与内涵 /28

爱情与环境 /29

爱情与基础 /29

爱情与事业 /29

爱情与品质 /30

爱情与属性 /30

爱情与特征 /30

爱情与功能 /31

爱情与感情 /31

感情与激情 /31

感情与痴情 /32

感情与友情 /32

爱情与追求 /32

追求与目的 /33

追求与理智 /33

追求与态度 /33

第6章 恋爱观

恋爱与人生 /34

恋爱与特征 /34

恋爱与理智 /35

理智与条件 /35

理智与选择 /35

恋爱与方式 /36

方式与初恋 /36

方式与热恋 /36

方式与失恋 /37

恋爱与异性 /37

异性与男人 /37

异性与女人 /38

异性与差异 /38

差异与品质 /38

差异与心理 /39

差异与情感 /39

差异与行为 /39

异性与同一 /40

同一与品质 /40

同一与心理 /41

同一与情感 /41

同一与行为 /41

第7章 婚姻观

婚姻与人生 /42

婚姻与品质 /42

婚姻与恋爱 /43

婚恋与品质 /43

婚恋与属性 /43

婚恋与特征 /44

婚恋与基础 /44

婚恋与条件 /44

婚恋与态度 /45

婚姻与状况 /45

状况与维系 /45

状况与危机 /46

婚姻与变化 /46

变化与外恋 /46

变化与离婚 /47

变化与再婚 /47

婚姻与夫妻 /47

夫妻与融合 /48

融合与磨合 /48

夫妻与生计 /49

生计与互助 /49

生计与互谅 /49

第8章 家庭观

家庭与人生 /50

家庭与婚恋 /50

家庭与内涵 /51

家庭与属性 /51

家庭与事业 /51

家庭与观念 /51

观念与道德 /52

观念与和谐 /52

家庭与感情 /53

感情与父母 /53

感情与子女 /53

家庭与家教 /54

家教与方法 /54

家教与父母 /54

父母与责任 /55

父母与影响 /55

父母与态度 /55

利益与认识 /57

认识与目的 /57

认识与心理 /58

认识与理性 /58

利益与追求 /58

追求与态度 /59

追求与方式 /59

追求与竞争 /59

追求与获取 /60

利益与满足 /60

满足与属性 /61

满足与态度 /61

利益与名利 /61

名利与名声 /62

名利与追求 /62

名利与态度 /62

利益与公私 /63

公私与性质 /63

利益与得失 /63

得失与心境 /64

得失与原因 /64

得失与结果 /64

利益与贫富 /65

贫富与属性 /65

贫富与有无 /65

利益与祸福 /66

祸福与利害 /66

叁·群体人生

第9章 利益观

利益与人生 /56

利益与属性 /56

利益与特征 /57

第 10 章 行为观

行为与人生 /67

行为与性质 /67

行为与品质 /68

行为与属性 /68

行为与功用 /68

行为与情境 /69

情境与适应 /69

行为与需要 /69

需要与属性 /70

需要与特征 /70

行为与动机 /70

动机与性质 /71

动机与选择 /71

动机与追求 /71

行为与认识 /72

认识与属性 /72

认识与特性 /72

认识与目的 /73

行为与理智 /73

理智与属性 /73

理智与特征 /74

理智与认知 /74

理智与后悔 /74

行为与性格 /75

性格与风格 /75

行为与态度 /75

态度与风度 /76

态度与责任 /76

行为与方式 /76

方式与方法 /77

方式与借口 /77

行为与规范 /77

规范与风俗 /78

行为与习惯 /78

习惯与特征 /78

习惯与形成 /78

习惯与改变 /79

行为与结果 /79

第 11 章 交往观

交往与人生 /80

交往与属性 /80

交往与作用 /80

交往与环境 /81

交往与目的 /81

交往与方式 /81

交往与尊重 /82

尊重与属性 /82

尊重与礼貌 /82

交往与友谊 /83

友谊与属性 /83

友谊与基础 /83

交往与交友 /84

交友与基础 /84

交友与条件 /84

交友与目的 /85
交友与选择 /85
交友与来往 /85
交往与交流 /86
交流与手段 /86
交流与沟通 /86
交流与交谈 /87
交谈与属性 /87
交谈与方式 /87
交谈与辩论 /88
交往与自我 /88
自我与利益 /88
自我与需求 /89
自我与待人 /89
自我与为人 /89
交往与他人 /89
他人与特点 /90
他人与利益 /90
他人与需求 /90
他人与相处 /91
他人与自我 /91
交往与众人 /91
众人与相处 /92
众人与自我 /92
交往与敌人 /92
敌人与产生 /93
敌人与朋友 /93
敌人与自我 /93

第 12 章 品德观

品德与人生 /94
品德与属性 /94
品德与特征 /95
品德与道德 /95
道德与美德 /95
道德与高尚 /96
道德与良知 /96
道德与才能 /96
品德与爱国 /96
爱国与行为 /97
品德与廉洁腐败 /97
品德与廉洁 /97
品德与腐败 /98
腐败与交易 /98
腐败与贪婪 /98
品德与诚实欺骗 /99
品德与诚实 /99
诚实与行为 /99
诚实与守信 /100
品德与欺骗 /100
欺骗与目的 /100
欺骗与谎言 /101
欺骗与手段 /101
欺骗与结果 /101

肆·社会人生

第13章 社会观

社会与人生 /102

社会与存在 /102

存在与国家 /103

存在与民族 /103

社会与发展 /103

发展与方向 /103

社会与沉积 /104

沉积与文明 /104

社会与历史 /105

历史与属性 /105

历史与演变 /105

历史与创造 /106

历史与未来 /106

社会与现实 /106

现实与属性 /107

现实与历史 /107

社会与民主 /107

民主与政权 /108

民主与自由 /108

社会与自由 /108

自由与性质 /109

自由与本质 /109

自由与属性 /109

自由与追求 /110

社会与公平 /110

公平与属性 /110

社会与正义 /111

正义与属性 /111

第14章 经济观

经济与人生 /112

经济与政治 /112

经济与资源 /113

资源与信息 /113

经济与财富 /113

财富与性质 /114

性质与品质 /114

性质与属性 /114

财富与态度 /115

财富与追求 /115

财富与手段 /115

经济与经营 /116

经营与方式 /116

经营与生产 /116

生产与劳动 /117

经营与交换 /117

经济与管理 /117

管理与目的 /118

管理与机制 /118

管理与秩序 /118

管理与决策 /119

决策与要求 /119

决策与原则 /119
决策与预见 /120
决策与主见 /120
管理与用人 /120
用人与目的 /121
用人与选择 /121
管理与方法 /121
处事方法 /122
待人方法 /122
说服方法 /122
激励方法 /123
批评方法 /123
自我批评方法 /123

第 15 章 政治观

政治与人生 /124
政治与特征 /124
政治与天下 /125
政治与方式 /125
政治与权力 /125
权力与属性 /125
权力与特征 /126
权力与目的 /126
权力与权威 /126
政治与官吏 /127
官吏与官德 /127
官吏与官能 /127

政治与军事 /128

军事与战争 /128
战争与性质 /128

政治与法治 /128

法治与法律 /129
法治与执法 /129
法治与犯罪 /129
法治与良知 /129
法治与情理 /130

政治与德治 /130

德治与法治 /130

第 16 章 文化观

文化与人生 /131

文化与传播 /131

文化与精神 /132

精神与物质 /132

文化与思想 /132

思想与属性 /133
思想与功能 /133
思想与作用 /133
思想与思维 /134

文化与科教 /134

科教与科技 /134
科教与教育 /135
教育与学校 /135
教育与教师 /135
教育与学生 /136

壹·自在人生

第1章 认知观

认知与人生 /138

认知与属性 /138

认知与特征 /139

认知与功用 /139

认知与灵感 /139

认知与想象 /139

认知与见识 /140

认知与记忆 /140

记忆与形式 /140

认知与学习 /141

学习与目的 /141

学习与态度 /141

学习与方法 /142

认知与读书 /142

读书与目的 /142

读书与方法 /143

读书与兴趣 /143

读书与选择 /143

读书与书籍 /144

书籍与功用 /144

书籍与著作 /144

认知与知识 /145

知识与属性 /145

知识与获取 /145

知识与广博 /146

知识与精深 /146

知识与应用 /146

认知与真理 /147

真理与品质 /147

真理与属性 /147

真理与特征 /147

真理与权威 /148

真理与事理 /148

真理与谬误 /148

真理与态度 /149

真理与追求 /149

真理与探索 /149

认知与实践 /150

实践与活动 /150

实践与感性 /151

实践与理性 /151

实践与检验 /151

第2章 情感观

情感与人生 /152

情感与品质 /152

情感与属性 /153

情感与特征 /153

情感与特性 /153

情感与特点 /153

情感与功能 /154

情感与功用 /154

情感与方式 /154

情感与理智 /155

理智与特征 /155

理智与认知 /155

理智与激情 /156

理智与心情 /156

理智与真情 /156

理智与态度 /157

态度与适度 /157

情感与悲喜 /157

悲喜与哭笑 /158

哭笑与属性 /158

哭笑与特征 /158

情感与幸福 /158

幸福与品质 /159

幸福与属性 /159

幸福与特征 /159

幸福与快乐 /160

幸福与痛苦 /160

幸福与不幸 /160

情感与快乐 /161

快乐与品质 /161

快乐与属性 /161

快乐与追求 /161

快乐与痛苦 /162

情感与痛苦 /162

痛苦与根源 /162

痛苦与属性 /163

痛苦与心境 /163

情感与恼怒 /163

恼怒与属性 /164

恼怒与理智 /164

恼怒与烦恼 /164

情感与忧虑 /165

情感与哀思 /165

思念与心理 /165

思念与记忆 /166

思念与情感 /166

情感与惊惧 /166

惊惧与心理 /167

惊惧与成因 /167

情感与爱恶 /167

爱恶与内涵 /168

爱恶与属性 /168

爱恶与心理 /168

爱恶与行为 /169

爱恶与转化 /169

情感与欲望 /169

欲望与属性 /170

欲望与放纵 /170

欲望与节制 /170

第3章 意志观

意志与人生 /171

意志与自立自强 /171

意志与自立 /172

意志与自强 /172

意志与自信自卑 /172

意志与自信 /172

意志与自卑 /173

意志与自尊自爱 /173

意志与自尊 /173

意志与自爱 /174

意志与自律自重 /174

意志与自律 /174

意志与自重 /174

意志与坚强坚韧 /175

意志与坚强 /175

意志与坚韧 /175

意志与刚毅软弱 /176

意志与刚毅 /176

意志与软弱 /176

意志与勇敢怯懦 /177

意志与勇敢 /177

意志与怯懦 /177

意志与志气骨气 /178

意志与志气 /178

意志与骨气 /178

第4章 成才观

成才与人生 /179

成才与人才 /179

人才与类型 /180

人才与天才 /180

人才与基础 /180

人才与环境 /180

人才与途径 /181

成才与智慧 /181

智慧与属性 /181

智慧与特征 /182

智慧与功用 /182

智慧与聪明 /182

聪明与愚昧 /183

聪明与愚蠢 /183

聪明与糊涂 /183

聪明与呆傻 /183

成才与能力 /184

能力与属性 /184

能力与特征 /184

能力与功用 /185

能力与态度 /185

能力与力量 /185

贰·和谐人生

第5章 是非观

是非与人生 /186

是非与黑白 /186

黑白与行为 /187

是非与明暗 /187

明暗与认知 /187

明暗与行为 /188

是非与对错 /188

对错与行为 /188

对错与态度 /189

对错与改错 /189

对错与自我 /189

是非与真伪 /190

真伪与认知 /190

真伪与行为 /190

真伪与态度 /191

真伪与误会 /191

真伪与乔装 /191

真伪与扮装 /192

真伪与假装 /192

真伪与伪装 /192

真伪与善装 /193

真伪与恶装 /193

是非与正邪 /193

正邪与行为 /194

是非与好坏 /194

好坏与认知 /194

好坏与做人 /195

好坏与做事 /195

好坏与行为 /195

好坏与结果 /196

是非与优劣 /196

优劣与行为 /196

是非与荣辱 /197

荣辱与荣誉 /197

荣誉与属性 /197

荣誉与名誉 /198

荣辱与虚荣 /198

荣辱与羞耻 /198

荣辱与面子 /199

面子与做人 /199

第6章 善恶观

善恶与人生 /200

善恶与性质 /200

善恶与本质 /201

善恶与品质 /201

善恶与属性 /201

善恶与特征 /202

善恶与特性 /202