



面对这个需要我们千锤百炼之后方能见真功的复杂世界和商场，
我们只能做到不断的去充实自己，
磨砺自己，勇气自己，正所谓“仁者不忧，智者不惑，勇者不惧”。
我们只有好好学习，天天向上。
才能智者长存，勇者长胜。

◎给学生的 100 条建议◎

智者不惑

勇者不惧

『智者不惑，勇者不惧，智者长存，勇者长胜』

汪洪◎主编



大智若愚，大巧若拙，看透而说不透，知根而不亮底。
 这是一种很高的境界。
 聪明的人自知之明，所以特别在意自己的不足；
 聪明的人树大招风，所以要表现得更加低调一些。
 大智若愚不仅仅要表现得低调，而且要做
 既不刺激别人，又不让别人有装傻之嫌。



医药学院 610 2 07030473



◎给学生的 100 条建议◎

大智若愚

藏巧于拙

『大智若愚 大巧若拙』

汪洪◎主编



中国戏剧出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

给学生的 100 条建议/汪洪主编. —北京: 中国戏剧出版社, 2007. 6

ISBN 978 - 7 - 104 - 02624 - 2

I. 给… II. 汪… III. 成功心理学 - 青少年读物 IV. B848.4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 035987 号

智者不惑, 勇者不惧

责任编辑: 万晓咏

责任出版: 冯志强

出版发行: 中国戏剧出版社

社 址: 北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码: 100097

电 话: 010 - 58930221 58930237 58930238
58930239 58930240 58930241 (发行部)

传 真: 010 - 58930242 (发行部)

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京海德伟业印务有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/32

印 张: 90

字 数: 1520 千字

版 次: 2007 年 6 月北京第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 104 - 02624 - 2

定 价: 439.00 元 (全 18 册)

版权所有 违者必究



编者絮语

人的一生是神奇的，每个人的一生也是不同的。有的人成功，有的人失败；有的人是生活的佼佼者，有的人终生碌碌无为……成功者之所以成功，往往得益于别人的一句话、一个建议、一本好书，失败者之所以失败，往往是因为一个不良的学习或生活习惯、缺乏智者的教诲。

学生还未走入社会的大门，等待他的是多叉路，而且学生正处在人生观、世界观、价值观形成的可塑时期，人生的画卷该如何描绘，面对多叉路口又该如何选择，这些都需要家长、学校和社会正确的引导和智慧的教导。所以，给学生一些良好的建议，帮助学生快乐生活并走向成功，是每一个人的责任。

本套《丛书》是一套为学生量身定做的励志读物。它提供了100条能让学生终生受益的建议，将学生立志、奋斗、忍耐、宽容、乐观、谦逊、求知、自信、诚信、思考、创



新、探索、惜时、交友、博爱等人生成功路上必不可少的品行娓娓道来，通过引导学生养成良好习惯，不断修炼自己的品行，领悟人生处世哲理，最终以积极向上的人生态度快乐地面对生活，并实现自己的人生目标与人生价值。每条建议都采用充满智慧和生动的故事加以说明，毫无刻板、说教之感，读起来就像看故事，倍感亲切，符合学生的阅读心理。学生在紧张的学习之余，轻松地阅读此套丛书，犹如聆听智者的教诲，从中感受智慧的力量，必定受益匪浅。

《丛书》信息丰富，内容科学，风格活泼，可操作性强，方便实用。

编者

2007年6月



目 录

磨难是对意志的考验	(1)
把困难当作磨炼毅力的磨刀石	(1)
磨难使人成长	(4)
苦难是走向成功的磨炼	(7)
学会苦中求乐	(10)
永不屈服，生命不止	(13)
吃得苦中苦，方为人上人	(17)
挫折，是你的人生经验	(21)
挫折只是小坎	(22)
挫折是一种磨炼	(25)
面对挫折，迎难而上	(28)
挫折孕育辉煌	(33)
从跌倒中学会走路	(34)
挫折是向自己挑战	(36)
锻炼应对挫折的能力	(39)



失败是另一个角度的胜利 (43)

 失败只是一次经历，而绝不是人生 (44)

 积极思考失败的原因 (46)

 从失败中吸取智慧 (48)

 失败是给成功创造机会 (52)

 不以失败者自居 (56)

 坦然面对失败 (59)

 失败了也要昂首挺胸 (62)

 成功出现在九十九次失败之后 (64)

 在失败中崛起 (67)

悟是一个过程

直面错误，积极改正 (74)

 错误伴随成长 (74)

 正视错误 (77)

 勇敢地承认错误 (81)

 错而不知错才是真错 (87)

 有过则改就是进步 (88)

 在错误中学习 (92)

 让错误成为过去；相信未来能做得更好 (95)

 坦诚接受批评 (98)

 让自省成为一种习惯 (99)



永不满足于现状	(103)
安于现状并不安全	(103)
安于现状等于固步自封	(106)
“适可而止”是懒人的借口	(108)
永不知足唤起蓬勃人生	(111)
吃着碗里的，也要看着锅里的	(114)
永于进取，发展自我	(117)
他山之石，可以攻玉	(120)
善于借鉴他人成功经验	(120)
变成富人的第一条途径是向富人学习	(123)
不尊重经验会多走弯路	(125)
学习经验但不盲目照搬	(127)
借鉴要结合自己的实际情况	(129)
做事不能全凭经验	(132)



磨难是对意志的考验

人的一生就是一连串的成长与考验，并在每一次挑战自我的经验中积累智慧。

苦难可以磨炼人的意志，可以锤炼出人类最深邃和最崇高的理想。每个人都应该勇敢地面对每一次磨难，坚定地走好生命中的每一步。

把困难当作磨炼毅力的磨刀石

人之所以会变得坚强，是因为在人生的奋斗之旅中充满着困难。那些最坚强的人，从来是战略上藐视困难、战术上重视困难的人，是在与艰难困苦的较量中，磨炼出坚强性格的人。

个人要想干成一番事业，需要迎接一系列的挑战，这就难免会遭遇挫折，而且还会遭逢困难和艰辛。

困难只能吓住那些性格软弱的人。对于真正坚强的人来说，任何困难都难以迫使他就范。相反，困难越多，对



手越强，他们就越感到拼搏和挑战有味道。黑格尔说：“人格的伟大和刚强只有借矛盾对立的伟大和刚强才能衡量出来。”

有的人在一般情况下，也是不怕困难的。但若碰到太多的困难，感到“对手”太强大了，则往往被慑服。其实，在自然界和社会历史的限定下，人生的主宰就是人自己。失足者也好，残疾者也好；失恋者也好，落榜者也好，只要自强不息，均可挖掘出生活的甘泉。多少人硬是过不了困难关，因为他们首先过不了自己这一关。他们怕自己，怕病、怕死、怕舆论、怕苦、怕累、怕吃亏，加上懒惰、急躁、拖拉、推诿等等内在的弱点和外在的困境相呼应，内外夹攻，毅力岂能有不瓦解之理。要想过好困难关，首先要过好自己这一关。拿出你的勇气来，不怕天，不怕地，不管什么困难，“来吧，咱们较量一番！”有了这种不怕困难的挑战勇气，就有了征服困难的精神力量。

在困难面前能否有挑战的勇气有赖于和困难拼搏的心理准备，也有赖于依靠自己的力量克服困难的坚强决心。许多人在困境中之所以变得沮丧，是因为他们原先并没有与困难作战的心理准备，当进展受挫、陷入困境时便张皇失措，或怨天尤人，或到处求援，或借酒消愁。这些做法只能徒然瓦解自己的意志和毅力，客观上是帮助困难打倒自己。他们既然不打算依靠自己的力量去克服困难，结



果，一切可以征服困难的可行计划便都被停止执行，本来能够克服的困难也变得不可克服了。还有的人，面对很强的困难不愿竭尽自己的全力，当攻不动困难时，便心安理得地寻找理由：“不是我不努力，而是困难太大了”。这种“天亡我，非战之罪也”的归因所保护下来的不是征服困难的勇气和决心，而是怯弱和灰心。不言而喻，这种人永远也找不到克服困难的方法。

真正坚强的人，不但在碰到困难时不害怕困难，而且在没有碰到困难时，还积极主动地寻找困难进行挑战，这是具有更强的成就欲的人，是希望冒险的开拓者，他们更有希望获得成功。

阿拉伯民间故事集《一千零一夜》里，有一个勇敢的航海家辛伯达，他每次总是去寻求那种与大自然抗争、与海盗搏斗的惊险航行，而恰恰是这些经历使他应付危机的能力大大增强，使他一次次大难不死，安抵目的地。

在生活 and 事业中，千千万万的强者，不正是从克服他们自己找来的困难中，取得了一个又一个引人注目的成就吗？

坚强地对待失败和鲁莽地对待失败是有区别的。坚强的人一方面不怕困难，另一方面他们又高度重视困难，冷静地、深刻地研究和解剖困难，分析它的原因，理智地寻找征服它的途径。这种明智的态度可以大大地提高克服困难的能力。有一种人面对困难，虽然具有勇气，但只是莽



撞行事，横冲直撞，看起来很坚强，实际上不但无济于事，有时还会导致进一步失败，最终造成无可挽回的局面，这是不可取的。

只要我们不怕困难，困难就会成为磨炼我们坚强性格的一块磨刀石。中国有句老话：“艰难困苦，玉汝于成。”困难的环境，最能磨炼人的素质，增强人的才干，对人的性格有着特殊的锻炼价值。对于困难我们不必害怕也不必回避，而应以积极的态度迎难而上，在征服困难的过程中，把我们锻炼得更加坚强。

磨难使人成长

很久很久以前，有一个养蚌人，他想培养一颗世上最大最美的珍珠。

他去海边沙滩上挑选沙粒，并且一颗一颗地问那些沙粒，愿不愿意变成珍珠。那些沙粒一颗一颗都摇头说不愿意。养蚌人从清晨问到黄昏，他都快要绝望了。

就在这时，有一颗沙粒答应了他。

旁边的沙粒都嘲笑起那颗沙粒，说它太傻，去蚌壳里住，远离亲人朋友，见不到阳光、雨露、明月、清风，甚至还缺少空气，只能与黑暗、潮湿、寒冷、孤寂为伍，不值得。

可那颗沙粒还是无怨无悔地随着养蚌人去了。



斗转星移，几年过去了，那颗沙粒已长成了一颗晶莹剔透、价值连城的珍珠，而曾经嘲笑它傻的那些伙伴们，却依然只是一堆沙粒，有的已风化成土。

大自然让人们在奋斗的过程中不断成长、壮大与进步。未经磨难，是不可能成功的。

一个人从生到死，就是一连串的成长与考验，并从每一次面对挑战的经验中累积智慧。

是什么锤炼出人类最深邃和最高尚的思想呢？不是人类的学识，不是商业行为，更不是感情的冲动，而是苦难，是磨难。

苦难可以磨炼我们的意志，每个人都应勇敢地、坚定地走好生命中每一步路。

困难可以将你击垮，也可以使你重新振作。这取决于你如何去看待和处理困难。美国名作家罗威尔曾说：“人世中不幸的事如同一把刀，它可以为我们所用，也可以把我们割伤。那要看你握住的是刀刃还是刀柄。”

遇到困难时，如果握着“刀刃”，就会割到手；但是如果握住“刀柄”，就可以用来切东西。要准确握住刀柄，可能不容易，但还是可以做得到的，但要讲究方法和技巧。

在我们讨论处理困难之前，我必须告诉你，人生中能够遇到这些困难，是值得你高兴的事情。若没有了这些，人生就不成其为人生。虽然困境有其令人难以接受的一



面，但人生中的成长却又不可缺少困难的磨炼。

在处理难题时，首先你必须冷静，尽量沉着应对。如果你的内心无法保持冷静，就无法有效处理它。通常我们遇到难题时总是急躁不安。我们总是想着这些问题必须立刻解决，必须采取某些行动。

当你心慌意乱时，想要找出理性的答案是不太可能的。惟有你平静下来，才能真正地面对难题，这才是理性的思考。

获得胜利的另一个因素是信心。信心是解决问题的最有效的利器。当你相信难题可以克服时，你已经离胜利不远了。

通常人们被困难击败的主要原因之一就是他们自认为可以被打败。而克服困难的一个最大的诀窍，如同我们所说的，也就是要学会相信自己可以击败困难。为了做到这一点，你的心理及精神就要不断地成长。你可以在心灵方面茁壮成长，战胜任何难题。换句话说，你必须比所遇到的困难更高更壮才行。

积极心态伟大的功效之一是，它教导人们停止与自己对抗。事实上，很多人必须练习如何打败自己。因为他们坚信自己无法处理自己的困境，他们已经被自己的心灵击败了。

如果你可以因为成长而克服困难，则困难就是激励你成长的要素。俄罗斯有一句谚语：“铁锤能打破玻璃，更



能铸造精钢。”如果你像钢一样，有足够的坚强作为打造的品质，去克服人生中的困难，那么这些困难正好可以磨炼你的意志和力量。

苦难是走向成功的磨炼

大部分的人都会在漫长的人生道路中，遭受到很多次身心的痛苦；这时，不要感叹为什么自己会有这么多的困难来临，而应认为“这个苦难可能就是大任将来临的前兆”，这样的决心是很重要的。

美国历史上最有名的人物之一——富兰克林，是一位政治、科学方面的巨人，并且是很活跃的伟人。但他不是走平坦的路而成功的人，反而是在长时间里过着失意落魄的日子。

起初，他在波士顿城一家小报馆当一名印刷工，因为他的哥哥是那家报馆的经营者。但是有一天，他和哥哥为了一点小事闹意见，并打了一场激烈的架，因而不得不离开那家报社。

兄弟之间的关系原本很密切，但是一旦发生冲突，也比别人更会产生浓厚的仇恨念头，相信这种经验很多人有过，富兰克林的情形也是一样。离开哥哥的报社的富兰克林，想到其他的印刷厂去工作，可是，气急败坏的哥哥却通知波士顿的所有印刷工厂，拜托他们不要雇用自己的弟



弟。一般的同业者，不想卷入这场兄弟之间的纷争，于是就答应他哥哥的请托，富兰克林也想不出好的办法来，因而一时陷入困境。

但是当一个人走投无路时，智慧和胆量反而都会涌现出来，这种情形不论古今中外都是一样的道理。富兰克林于是认为：“我不一定必须在波士顿挣扎。”他就这样下定决心一个人跑到纽约去了。当然，到了纽约之后也无法立刻找到工作，好不容易在费城找到印刷工的职位，那时的富兰克林只有 17 岁而已。

在费城，富兰克林成为普通的印刷工人，继续每天的生活。当然因为他是新来了，所以有很多的苦差要他去做；同时也有出门在外人的苦恼，对哥哥的怨恨有时也会充满全身，思乡之愁也常常涌上心头。但是富兰克林淡然漠视一切，开始产生出一套新的人生哲学来，那就是：“我今天会遭到这种待遇，是以前我对哥哥太撒娇的关系。”

其实富兰克林的哥哥并没有特别疼爱过他——哥哥为了避免让人家说他们是亲戚的关系，对他反而比别的印刷工还要苛刻要求。但是，毕竟还是兄弟，他也不像别的少年工一样，是端人家的饭碗。因此，他一旦丧失了保护者，就不得不到纽约或费城去过流浪的生活。

但是富兰克林心想，现在的苦劳如果是过去的安乐所造成的结果的话，相反地，也会促进将来的成长吧！在波



士顿，因为生活很安定，才不知道世界之广大，现在因为
是过流浪的生活，而能体会到。同时，他也不气馁地继续
读书和工作，因此被认为是一个用功的青年。

直到有一天，宾夕法尼亚州州长因为知道他有这种好
的口碑而来拜访他，同时向他建议从英国买进机器，自己
开一家大的印刷工厂。州长说：“我已经把钱交给开往伦
敦那条船的船长，你就利用那些钱去买机器回来，好好干
一番事业吧”。

富兰克林听了很高兴，他觉得和州长一起工作一定有
着光明的远景，于是他立刻搭上那条船前往伦敦。

但是当快到伦敦的时候，他向船长要买印刷机器的
钱，可船长却说：“我并没有接到这笔钱呀！”看起来不像
是船长在耍赖，而是上了州长的当。当富兰克林正歪着脑
袋在思考时，船长苦笑地说：“那个州长只会说大话，常
常忽略了细小而重要的关键。”

可是，富兰克林连苦笑也笑不出来。如果是现在，还
可以打电报或电话回去询问，可是在当时并没有这些设
施，想要回费城和那位州长谈判也没有船资；换句话说，
富兰克林犹如一个人被放逐了一般，不得不到处找印刷工
厂谋份差事。

之后的两年，他一直认为那是由于自己的疏忽大意，
把谎言当成良机，以致于流落异国。好在是到了伦敦，正
好借机学习英国最新的印刷技术，同时也想顺便了解一下