



比原著更简洁、更贴近中国青少年的**《经典处世哲学读本》**

比**《君王录》**更亲民，比**《孙子兵法》**更实用

比**《厚黑学》**更积极，比**《沉思录》**更直白

智慧书


青少版

The art of worldly wisdom

高度提纯、精彩演绎《智慧书》的智慧

巴尔塔沙·葛拉西安 / 原著

秋之 / 编译

 新世界出版社
NEW WORLD PRESS

智慧书

牧之

新世界出版社

目 录

前言.....	5
卷一 为道德上的完人，乃万物之极致.....	6
成为一个真正的道德上的完人.....	6
至善至美的境界.....	7
性格与才智兼而有之.....	8
情愿做光明磊落的刚正不阿者，而不愿做所谓的聪明人.....	9
征服了自己也就征服了世界.....	11
品位当然不可落俗.....	12
不要失去自尊心，也不要对自己过于随便.....	13
自然离不开人工，加工得有素材.....	14
卷二 没有什么比战胜自己及自己的冲动情绪更伟大.....	16
以思考与反省来控制突发难测的激情.....	17
审慎的人总是试图永远保持自我控制能力.....	18
伟人不会稍有什么念头就立刻为之动心.....	19
感性做人，理性做事.....	21
控制你的想象力.....	22
遇事斟酌，遇要事则更要斟酌.....	23
令人一时痛快，往往并无益处.....	24
卷三 能否博得他人的好感，还得看其德行.....	26
与众人为善.....	27
人们通常按本性行事：与他们的心胸和能力有关.....	28
才大之身，其身体的每一个部分也都很大.....	29
耐心能带来无可估量的内心平静.....	31
以宽宏气度来应对来自他人的嫉妒与恶意.....	31
卷四 勤奋可以征服不可能性.....	34
合理分配你的生活.....	35
不要把还未做完的事给别人看.....	37
并非一切都靠思想，你还必须行动.....	38
有些人在最初什么也不干，然后再努力.....	39
任何时候都不能马虎.....	40
蠢人迟做的事，聪明人先做.....	42
善于创造，但要切合实际.....	43
让你的性格优于你的工作要求.....	44
少夸海口，多做实事.....	45
卷五 夏天时就储备过冬的物资是明智之举.....	47

要突飞猛进，更要稳扎稳打.....	48
工欲善其事，必先利其器.....	50
任何时候，都不要自鸣得意.....	51
稳妥在于反复检验.....	52
善用你身边的各种资源.....	53
在困境中，勇敢的心是最好的伴侣.....	55
行事绝不要过分仓促.....	56
完美的一击常常来自良好的蓄势待发.....	57
卷六 宁与人共醉，而非一人独醒.....	59
把恰当的人聚集在你身边.....	60
朋友是你的另一个生命.....	61
一个人总能在某一处上胜过别人.....	63
不要对每个人都显露同样的才智.....	63
缺乏自知之明者的恶习之一就是使人难以接近.....	65
不要太关注他人的不足之处.....	66
卷七 不仅能干，而且知道怎样展示自己的专长.....	68
要充分了解自己的特长和天赋.....	69
对自己的时运有所把握.....	70
生活中大多数的事情都取决于你有没有选择能力.....	71
凡事要多思量，把握事情的关键问题.....	73
学会工作，学会自食其力.....	75
学富志诚定会使你马到成功.....	76
完美靠的是质量而非数量.....	77
勤奋能加快实现才智犹豫不前之事.....	78
卷八 知识与勇气是不朽的.....	81
有胆有识方可成大业.....	81
就是兔子也敢捋死狮的胡须.....	82
执法出错带来的危害还不如行事犹豫不决带来的危害大.....	83
推陈出新，与日俱进.....	86
避免冒无谓的风险是小心谨慎的精华所在.....	88
卷九 谈话的艺术，是衡量人真实品性的尺度.....	90
善听弦外之音，并巧加利用.....	91
言行反映人的内在.....	92
倾听比诉说更重要.....	93
勿令人厌烦.....	95
有的人因风趣而得名声，却又最后因此失掉了风趣.....	96
人生最大的教训之一是要懂得如何拒绝.....	97
给予和拒绝是同等重要的.....	99
卷十 尽力远离烦恼祸患，既明智又有益.....	100
所有的事情都可以是坏的或是好的.....	101
在事物抛弃你之前先抛弃它们.....	102
心平气和者不仅活得长而且是真正的主宰.....	104
蠢人都很固执，固执的人都是蠢人.....	105
轻松快活的性格是一种人生的优点.....	106

卷十一 谨防聪明反被聪明误.....	108
要明察自己的性格、智慧、判断和情感.....	109
智者将智慧的真谛概括为中庸之道.....	110
凡事都唱反调是一种愚蠢的行径.....	112
选择一个英雄作为你的榜样.....	114
与贤者为师.....	115
嘴快的人很容易失败.....	116
卷十二 好名声助好运气.....	119
举止得体，风度翩翩.....	119
善始更要善终.....	121
流言蜚语止于智者.....	123
美玉微瑕，遮掩有术.....	124

前言

欧洲有许多学者相信，千百年来，人类思想史上具有永恒价值的处世智慧包含于三大奇书之中：一是《君王论》，二是《孙子兵法》，三就是《智慧书》。

著名翻译家、北京大学英语系教授辜正坤先生在中译本序言中说：“《智慧书》是三本奇书中最微妙、最具实用价值者。《君王论》主要是针对那些处心积虑希望取得或葆有王权的帝王而写；《孙子兵法》则主要针对那些运筹帷幄的将帅而写；而《智慧书》却是为每一个人写的书。它以一种令人感到惊异的冷峻客观态度极深刻地描述了人生处世经验，为读者提供了战胜生活中的尴尬、困顿与邪恶的种种妙策。通过这些多姿多彩的人生格言，人们不仅获得克服生活中可能出现的逆境的良方，更重要的是增强了对生活的理解和洞察力。

《智慧书》问世后，受到各方好评，德国大哲学家叔本华曾将《智慧书》译成德文，并盛赞此书“绝对的独一无二”。尼采也赞扬此书在论述道德的奥妙方面，整个欧洲没有一本书更精微、更曲折多姿。在 1873 年的一则札记里，尼采写道：“葛拉西安的人生经验显示出今日无人能比的智慧与颖悟。”

.....

《智慧书》作为一部“永恒的人生处世经典”，汇集了葛拉西安对世人生活、处世、修炼、友爱及成功的淳淳教诲。书中主要讲述了知人、观事、判断、行动的策略——使人在这个世界上功成名就且臻于完美的策略。全书由箴言、警句构成，笔法独特、文风简洁，正反相对与是非互诡，常用省略法，喜欢以双关语与其他巧妙措辞浓缩意义。这些特征不是作者的写作特癖，而是出于他对人性的慧见。字里行间反映出来的风格与价值观实际是明智生活的要则。

《智慧书》的句子并不长，像是一个人的喃喃自语，又像是一个人的智慧感悟。读《智慧书》，就像是在听一位三百多年前的智者在你面授机宜，他时时坐在我们身边，淳淳劝导我们控制自己的希望与恐惧，克服饰伪的表面功夫与虚妄的期求，并弃绝多伪的世俗价值；告诫我们欲臻于完美，必须识时务而与时俱进，要拥有智慧与明慎，必须拥有道德上的完美；嘱咐我们要说真话，但必须说之有术，得其巧妙，必须与学者相交，与圣人相交……

作为青少年，我们正处于生活观、价值观逐渐成型的阶段。有一腔热血，却缺乏生活的历练。所以，需要《智慧书》这样一本充满理性而又能提供策略的处世经典，来帮我们把握激情、树立方向，学会如何为人处世、结交朋友，从而领略人生的意义，实现自我的价值。

基于此，我们编著了《智慧书》青少版，本着尊重原著并取其精华的原则，本书总结了葛拉西安的智慧精华，以故事和理论相结合的方式将适合于现代环境下的处世智慧阐述出来。

本书在原著的基础上进行了十二卷的分类，在每一节中呈现原著的精华，并结合实际进行了论述，再以故事的形式增强趣味性和哲理性，最后在原著的基础上为青少年朋友们总结出了实用的处世策略和方法。本书旨在帮助青少年朋友们培养积极向上的品质，树立正确的生活观与价值观，并提供有效的处世策略与方法，为以后完善自我、融入社会、实现自我价值奠定坚实的思想基础。

卷一 为道德上的完人，乃万物 之极致

成为一个真正的道德上的完人

当今世界，要造就一个圣贤比古希腊时期造就希腊七贤还要费劲；对付某一个人所花的精力物力要比过去对付整整一个民族所花的资源还要多。世间万象都已尽善尽美，而成为一个真正的道德上的完人，则是宇宙万物完美的顶峰。

人人都想做一个有道德的人，渴望成为道德上的完人。然而，看似波澜不惊的水面，深处却是暗流涌动，或是急流向前，或是暗藏旋涡，究竟是怎样的一个世界？无从知晓！一个人的内心世界，又何尝不是这样？

道德是一种文明的体现。一个有道德的人，必定是一个有文化的人，是一个有着完整人格的人。其实，只有人们的道德水准提高了，才能让社会变得更美好更和谐。古往今来，“德”是一个永远不变的品质，任何时代，只要具备了高尚的道德，就会得到别人的尊重，就会使人产生无尽的力量，能够创造无尽的财富！

也许，成为道德上的完人不易，而严格遵守一些道德准则则会简单一些。那些有作为的修身养性者，都有着丰富的内心世界，他们往往能在喜悦中沉静思考，在失败中从容面对，一句“不以物喜，不以己悲”把这种思想推到了至高的境界。

一个人在精神上或生活上，都可以成为一个富有的人，虽然他可能不是一个有钱人，但他可以是诚实正直的、彬彬有礼的、温文尔雅的、自尊自爱的、自立自强的，这才是真正的绅士品质，才是真正富有的人。

智慧故事苑

一位哲学家带着他的一群学生去漫游世界，十年间，他们游历了所有的国家，拜访了所有有学问的人，现在他们回来了，个个满腹经纶。在进城之前，哲学家在郊外的一片草地上坐下来，对他的学生说：“十年游历，你们都已是饱学之士，现在学业就要结束了，我们上最后一课吧！”

弟子们围着哲学家坐了下来，哲学家问：“现在我们坐在什么地方？”弟子们答：“现在我们坐在旷野里。”哲学家又问：“旷野里长着什么？”弟子们说：“旷野里长满杂草。”

哲学家说：“对，旷野里长满杂草，现在我想知道的是如何除掉这些杂草。”弟子们非常惊愕，他们都没有想到，一直在探讨人生奥妙的哲学家，最后一课问的竟是这么简单的问题。

一个弟子首先开口说：“老师，只要有铲子就够了。”哲学家点点头。

另一个弟子接着说：“用火烧也是很好的一种办法。”哲学家微笑了一下，示意下一位。

第三个弟子说：“撒上石灰就会除掉所有的杂草。”

接着第四个弟子说：“斩草除根，只要把根挖出来就行了。”

等弟子们都讲完了，哲学家站了起来，说：“课就上到这里了，你们回去后，按照各自的方法除去一片杂草，一年后再来相聚。”

一年后，他们都来了，不过原来相聚的地方已不再是杂草丛生，它变成了一片长满谷子的庄稼地。

哲学家告诉他的弟子一个深刻的道理：除掉杂草最好的方法是用优质的麦田替代它，而如果一个人想要改掉坏的品质，唯一的方法就是用美德去占据它。

苏东坡说：“吾上可陪玉皇大帝，下可陪路边乞儿。眼前见得天下无一个不是好人！”

美德是心灵的健康剂，它让人有一颗平常心，有一颗爱心。拥有了美德，我们便不会与人争名夺利，凭空与人起纷争，便不会为一丝小利而烦恼。美德本身就是报酬，它能给人们带来最高尚而真实的快乐，在美德的磨刀石上，我们爱心的刀刃会更加锋利。

在这个追求效率、看似注重功利的时代，我们应该在自己的心中为美德留下一片空间，让美德帮我们清除心灵的垃圾。不能让物质生活丰富了，而心灵却贫乏了。

道德是社会自然而然形成的一个行为规范，也是获得别人信任的一个标准。有些人以为做一个有道德的人很难，其实只要你去做了，就会发现其实也很简单，道德就是诚实守信，不贪图不属于自己的东西；道德就是在别人遇到困难时，伸出你的援助之手，帮助他渡过难关……道德其实离我们很近很近，近得触手可得。

至善至美的境界

人非生而完美。因此需要每日德业兼修，不断进取，最终成为一个尽善尽美之人，使你秉性圆满无缺，声名显赫。凡完美之人均有如下特征：品位高雅，才智精纯，意志明晰，判断成熟。大多数人永远难以臻于完美，多少有些缺陷。而有些人则需要经久历时，修养才能初见成效。凡臻善臻美者，他们的表现总是言语明智、行为谨慎、小心翼翼的，慎思明辨之人总是愿与之结交，乐与之为伍。

的确，人并非生而完美，但是，完美一直以来都是人们所追求并向往的。要想成为一个完美之人，需要我们从各个方面不断地完善自我。而一个完美之人，他首先应该是一个品德高尚之人。

一个人即使没有文化，能力平平，且一贫如洗，但只要品格高尚，他总会产生一定的影响，不管他是在车间、在账房、在商场。

坎宁在 1801 年这样写到：“我的道路一定是通过品格获得权力，我不会选择其他的途径。我坚信这条道路的正确，它虽然不是最快的，但却是最有把握的。”你可能羡慕有学识的人，但相信他们之前还是有很多需要了解的东西。

因此，约翰·罗素爵士有句话道出了这个真理：“英国的党派有个特点，请求天才人物的帮助，但遵从高尚者的道路。”

智慧故事苑

英国《泰晤士报》的总编西蒙·福格每年五六月份都要接到一堆大学的请帖，要他去做择业就业方面的演讲，因为他曾在寻找职业方面创造过神话。

那是他刚从伯明翰大学毕业的第二天，他为了寻找职业南下伦敦，走进《泰晤士报》总经理办公室，他问：“你们需要编辑吗？”“不需要。”“记者呢？”“那么排字工、校对员？”“不，都不。”“我们现在什么空缺都没有。”“那么，你们一定需要这个了。”福格从包里掏出一块精致的牌子，上面写着：“额满，暂不雇用”。

结果，福格被留了下来，做报社的宣传工作。25年后，他已升至总编的位置。

这一经历见报后，福格就成了各大学的座上宾，每年在学生毕业前给学生们做择业方面的报告。

但每次演讲，他总是避而不谈他的求职经历。他讲得最多的是一位护士的故事。

这位护士刚从学校毕业，在一家医院做实习生，实习期为一个月，在这一个月里，如果

能让院方满意，她就可以正式获得这份工作，否则，就得离开。

一天，交通部门送来一位因遭遇车祸而生命垂危的人，实习护士被安排做外科手术专家——该院院长亨利教授的助手。复杂艰苦的手术从清晨进行到黄昏，眼看患者的伤口即将缝合，这位实习护士突然严肃地盯着院长说：“亨利教授，我们用的是 12 块纱布，可是你只取出了 11 块。”

“我已经全部取出来了，一切顺利，立即缝合。”院长头也不抬，不屑一顾地回答。“不，不行。”这位实习护士高声抗议道：“我记得清清楚楚，手术中我们用了 12 块纱布。”院长没有理睬她，命令道：“听我的，准备缝合。”这位实习护士毫不示弱，她几乎大声叫起来：“你是医生，你不能这样做。”

直到这时，院长冷漠的脸上才露出欣慰的笑容。他举起左手里握着的第 12 块纱布，向所有的人宣布：“她是我最合格的助手。”

这位实习护士理所当然地获得了这份工作。

西蒙真是聪明而又用心良苦，他之所以不讲自己的经历，而说那位实习护士，是因为他非常明白，在寻找工作方面，仅有敏锐的头脑是不够的，更重要的是还要有正直的品质。小到一个单位，大到一个国家，它们真正需要的往往是后者。

诚实、正直和善良，虽然不是命运攸关的东西，却是一个人品格的本质所在。具有这种品质的人，一旦和坚定的目标结合起来，他就有了无比强大的力量。他就有力量做善事，有力量抵制邪恶，有力量战胜各种困难和不幸。当史蒂芬落入敌人手中的时候，他们冷嘲热讽地问他：“现在你的堡垒在哪里？”“在这里。”史蒂芬把手放在胸前勇敢地说。正是在逆境中，他的品格闪烁出了最耀眼的光芒。当所有人都倒下的时候，他凭着自己的正直和勇气巍然挺立。

厄斯金爵士坚持真理，一丝不苟，是值得每一个年轻人铭刻在心的榜样。他说：“我青少年时代就坚持一条准则，做我的良心让我做的事情，上帝会有公论。我会一直坚持这条原则，直到走进坟墓。我严格地遵循它，从不抱怨那是一种牺牲。相反，我却从此找到了发财致富的道路。我还会把这条道路指引给我的孩子们。”

性格与才智兼而有之

想要让你的天赋得到自然发挥，必须依托性格与才智两个方面。二者不可或缺，只依靠其中一个，则只能获得一半的成功。光靠才智不足以成大事，你还得有一个适合你才智的性格才成。愚人之所以失败，就在于他们做事不顾及自身的具体条件、地位、出身及朋友关系。

毫无疑问，在这个激烈竞争的社会中，你的聪明才智占据着你生活和工作必不可少的重要地位。甚至有人会认为：只要有能力自然就会被赏识，就能很好地工作与生活，个性根本无所谓有无所谓无。其实不然，在残酷的竞争面前，如何吸引别人的目光是获取竞争优势的关键，没有个性通常也就意味着没有成功的机会。

塑造自己独特的个性，从众人中脱颖而出，显现非凡的气质与魅力，这是通向成功的重要一步。不论对于择业还是生存，个性都起着重要作用。个性生存正在逐渐成为一种时代主流。

世界上没有完全相同的两片树叶，更没有完全相同的两个人，人的指纹、声音和 DNA 也是如此。因此，可以肯定，我们每一个人都是独一无二的，历史上从来没有完全像我们一样的人存在过，正如卢梭所说：大自然塑造了我，然后把模子打碎了。这种独特性体现在我们的个性上。然而遗憾的是，大多数人个性并不鲜明，因而大多数人往往庸庸碌碌，平平凡凡。从这个意义上说，人们的性格是千差万别的，每个人都有自己独特的性格，每个人都有与众不同之处，哪怕很小很小。

每个人都有自己独特的性格，可以说性格是人与人差异的重要标志。心理学家认为，性格会影响人的一生。只有培养优良的性格，才能成就自己，因为没有人能在孤芳自赏的性格中获得成功。

智慧故事苑

大学里，有一堂哲学课给学生们留下了深刻的印象，至今他们都记忆犹新。

那是期中考试后的一天，班里的一个同学因为各门功课都考得一塌糊涂，所以忧心忡忡，在哲学课上无精打采。他的异常引起了哲学教授的注意，教授把他从座位上叫了起来，请他回答问题。教授拿起一张纸扔到地上，请他回答：这张纸有几种命运？

也许是惊慌，也许是心不在焉，那位同学一时愣住，好一会儿，他才回答：“扔到地上就变成了一张废纸，这就是它的命运。”教授显然并不满意他的回答。教授又当着大家的面在那张纸上踩了几脚，纸上印上了教授沾满灰尘和污垢的脚印，然后，教授又请这位同学回答这张纸有几种命运。

“这下这张纸真的变成废纸了，还有什么用呢？”那个同学垂头丧气地说。

教授没有说话，捡起那张纸，把它撕成两半扔在地上，然后，心平气和地请那位同学再一次回答同样的问题。

学生们被教授的举动弄糊涂了，不知道他到底要说什么。

那位同学也被弄糊涂了，他红着脸回答：“这下纯粹变成了一张废纸。”

教授不动声色地捡起撕成两半的纸，很快，就在上面画了一匹奔腾的骏马，而刚才踩下的脚印恰到好处地变成了骏马蹄下的原野。骏马充满了刚毅、坚定和张力，让人充满遐想。最后，教授举起画问那位同学：“现在请你回答，这张纸的命运是什么？”

那位同学的脸色明朗起来，干脆利落地回答：“您给一张废纸赋予希望，使它有了价值。”教授脸上露出一丝笑容。很快，他又掏出打火机，点燃了那张画，一眨眼的工夫，这张纸变成了灰烬。

最后教授说：“大家都看见了吧，起初并不起眼的一张纸片，我们以消极的态度去看待，就会使它变得一文不值。我们再使纸片遭受更多的厄运，它的价值就会更小。如果我们放弃希望使它彻底毁灭，很显然，它就根本不可能有什么美感和价值了，但如果我们以积极的心态对待它，给它一些希望和力量，纸片就会起死回生。一张纸片是这样，一个人也一样啊。”

人生在世，不免遇到些挫折与麻烦，如何解决或者用什么样的风格去对待，都取决于每一个人的性格。常见许多人遇到些许麻烦就怨天尤人，总是寄希望于外界的改变来使事情顺利，殊不知，只有从自己开始做出变化，才能使人生变得顺利！

这就如同一张纸，它可以变成废纸扔在地上，被我们踩来踩去，也可以作画写字，更可以折成纸飞机，飞得很高很高，让我们仰望。一张纸片尚且有多种命运，更何况我们呢？命运如同掌纹，弯弯曲曲，然而无论它怎样变化，永远都掌握在我们自己的手中。

人的“性格”与“命运”就如同一对孪生姐妹，她们总是形影相随。正如西班牙文豪塞万提斯所说：“每个人的命运就是由自己的性格决定的。”

情愿做光明磊落的刚正不阿者，而不 愿做所谓的聪明人

要坚定不移地与理智为伍，绝不要因为意气用事或慑于淫威而误入歧途，偏离正道。可如此刚正不阿的凤凰式的人物，我们到哪里去找呢？毫不苟且的正直之士寥寥无几。大家都在赞扬这种品德，却很少有人能切实奉行。即使有人欲有所追求，但一有危即便知难而退。在危难中，这些虚伪者抛弃它，政客们则狡猾地将其改头换面。正直这种品德往往会置友谊、

权力甚至自己的利益于不顾，因此，往往被众人抛弃。一些所谓的聪明人振振有词、巧言惑众，大谈所谓“要为大局着想”、“要为安全着想”等等，而真正的诚实无欺者则会视欺骗为一种背信弃义，情愿做光明磊落的刚正不阿者，而不愿做所谓的聪明人，所以他们总是和真理站在一起。如果他和别人有意见分歧，这不是因为他变化无常，而是因为别人抛弃了真理。

人人都渴望成功，确实，这真正是一个机会迭出的时代。但是，透过历史的折光镜，成功者或许也有很多是病态的：或是言语上的巨人而为实践上的矮子，或曾泡沫般地崛起却在瞬间蒸发；或为财富上的富翁却是精神上的乞儿；或为偶然中一跃龙门，却在必然中销声匿迹……

成功的标志是什么？财富、地位、声望、名誉、权力……这一切的一切，也许是人们期盼拥有的，但世界上却有如此多的为权力而勾心斗角、为地位而委曲求全、为财富而不择手段，这是真实意义的成功吗？其实，在这些病态地追求成功的过程中，失去的往往更多。没有了健康，没有了幸福，没有了快乐，没有了内心的平静，没有了周围的和谐。

也许，坚持着自己想要的，始终本着自己的原则，一如既往地挺起做人的脊梁，在某种意义上来说，这是更大的成功。

社会是一个复杂的机器，它很容易让人失去本色，容易磨光一个人的棱角，只有站直了，虽外圆而还能内方，才不至于成为见利忘义的庸人。因此，我们无论在任何时候都应该挺起做人的脊梁。

智慧故事苑

晋代陶渊明从小就喜欢读书，不想求官。家里十分贫困，常常揭不开锅，但他还是照样读书作诗，自得其乐。后来陶渊明家境更为贫寒，靠自己耕种田地根本无法养活一家老小。亲戚朋友于是劝他出去谋一官半职，他无可奈何只好答应了。当地官府听说陶渊明是名将陶侃的后代，又有文才，就推荐他在大将刘裕手下做个参军。但是没过多少时日，陶渊明就看出当时的官员、将领互相勾心斗角，心里十分烦恼，提出到地方上去做官，上司就把他派到彭泽当县令。

当时做个县令，官俸并不高，加上陶渊明既不搜刮百姓，又不贪污受贿，因此日子过得还是不太富裕，但是比起他在乡里的穷日子，当然要好得多。他觉得留在一个小县城里，没有什么官场应酬，也还比较自在。

有一天，郡里派了一名督邮到彭泽视察。县里的小吏听到这个消息，连忙跑来向陶渊明报告。当时陶渊明正在他的内室里捻着胡子吟诗，一听到来了督邮，万分扫兴，但是又没办法，只好勉强放下诗卷，准备跟小吏一起去见督邮。小吏一看他身上穿的还是便服，吃了一惊说：“督邮来了，您该换上官服，束上带子去拜见才好，怎么能随随便便穿着便服去呢！”

陶渊明本来就看不惯那些依官仗势作威作福的督邮，一听小吏说还要穿起官服行拜见礼，更不愿受这种屈辱。他叹了口气说：“我可不愿为了这五斗米官俸，去向那督邮打躬作揖。”说着，他也懒得见督邮，索性把身上的印绶解下来交给小吏，辞职不干了。陶渊明回到老家以后，觉得整个社会乱糟糟的局势跟自己的志趣、理想相差太远了。从那以后，他就隐居起来，过着逍遥自在的日子，闲着就写诗歌、文章，来寄托自己的心情。

一股正气，可贯长虹，不虚饰，不苟且，不贪恋荣华富贵，不惧怕权势强力，不以全身而偷生，不为五斗米而折腰，这就是气节。知正道而持行不怠，守本性而遗世独立，行仁仗义，依理遵道，这就是操守。

挺起做人的脊梁，即使贫穷、孤独，但仍然有内心的一份追求与和谐！

征服了自己也就征服了世界

对偶然事件要有高度的警惕性。激情奔放的突发性动作会使谨慎失去平衡，而这正是你有可能栽筋斗的地方。人在狂怒或满足的一瞬间比在心平气和的状态下产生更多的想法。一秒中的狂暴会使你终生悔恨。工于心计的人为谨慎的人们设下这些陷阱，就是为了摸清底细并试探对手的思想。为了侦察到秘密，他们必须深入到最伟大的灵魂的深处。那么你的对策呢？控制自己，特别是控制自己突发的冲动。控制自己的冲动同驾驭烈马类似，如果你在马背上表现得睿智的话，那么你就会事事聪明。能够预见危险的人会摸索着找到自己的道路。冲动之下的言语对脱口而出的人也许微不足道，但听话者会衡量它的份量。

“一个人，征服了自己，也就征服了世界”，“没有人能打败你，除了你自己”。

一位社会心理学家做过这么一个有趣的试验：

让十几位素不相识的人，围坐到一张圆桌边，给他们几个很普通的问题，不限时间地讨论。不久以后，他们中间已经自然而然地形成了一个“头”，其他人已有意无意地认同他的权威并且接受他的建议，这个人以无形的力量影响着他人并让别人不知不觉服从了他自己。这种力量是一种只可意会不可言传，但却又极其清晰、真实、可感的存在。这并不仅仅源于对方的权力地位，更源于一种强有力的个性中弥漫出来的氛围。

优秀的人士，比如说有的企业家、艺术家、学者、政府官员，他们品性各异，气质不同，但他们身上有一种共同的东西，那就是一种能够使周围的气氛环境被他的言行举止控制住、吸引住的感染力、影响力、威慑力。而这种控制与吸引，并不缘于某种夸张激烈的表演性的情绪，而是基于一种明确的自控能力。就像在一个缤纷的晚会上，一个一身黑色礼服的女子，很静默地便把大家的视线吸引到她身上。而另外一些人，也许他们更博学、更富有、更显赫，但他们就是没有那种力量感。前者即使衣着简朴、言语不多，但你马上能在一大群人中强烈地觉察到她磁性般的存在；而后者，即便衣着醒目、派头十足，那种深刻的无力感，还是使他们难免黯淡。

智慧故事苑

比尔·盖茨创建并壮大了微软王国，曾被评为世界首富，他的顶级成就，就是源于他的高度自律。

比尔·盖茨只是哈佛大学的一个二年级的肄业生，他不仅没有计算机专业的博士学位，甚至连本科文凭也没有获得。但是，他却成了“计算机革命的点火人，软件的天才”，他是第一个靠观念、智慧、思维致富的人。比尔·盖茨的成功与他超强的自律能力是分不开的。正如他本人所说：“我个人以为，既然想要做出一番事业，我们就不能太善待自己，只有自律的人，才能够最后取得事业的成功。”他几乎所有的时间都花在工作学习上，从不轻易放松自己。在中学的时候，他就靠自学、靠自己的钻研，掌握了高深的计算机技术。

比尔·盖茨的成功，再一次验证了西方的那句谚语：成功需要1分天才加上99分汗水。比尔·盖茨是科学研究者，也是企业家，令人欣赏的是两个角色他都扮演得极其成功。

比尔·盖茨的人生哲学是：我要赢，赢就是我的哲学，赢的本身就是目的；他的目标是：向前，向前，充满活力；他的风格是：永远先人一步；他的胆识是：向万有引力挑战。这些是他取得成功的重要原因。而这些所有的要素，全都靠严格的自律支撑着。

其实，在通往微软帝国辉煌的道路上，盖茨经历过无数次极端痛苦和无奈的选择，每当他的价值观与事实发生冲突的时候，他的自律精神就会立即发挥作用，帮助他维护好自己的事业。

一个人，倘若能够真正地控制自己，他也就能够控制外界。绝大部分的人都会有共同的人性弱点：怯弱、犹豫、敏感、冲动、懈怠、易变……面对复杂的身外世界，他们往往难以把

握自己，人们经常并不是缺乏知识与才能，而是缺乏选择的自信。而一个拥有这种自信、自制力量而不受制于任何外界影响的人，也就自然地成为人们的心灵可以依赖的“领袖”。这就是两句古老的格言所说的：“一个人，征服了自己，也就征服了世界”，“没有人能打败你，除了你自己”。

品位当然不可落俗

品位当然不可落俗。不愿媚俗的人可谓明智极了。审慎之人从来不会为世俗的人们的掌声所动。有的人好虚荣就如仰人鼻息的变色龙一样，情愿吞食众人吐出的浊气，却不愿意呼吸阿波罗的和煦轻风。在理解力与见识上，也不可庸俗。庸俗的大众所崇拜的东西多半是些流行的愚蠢事物，而对于高妙的真知灼见，反倒会视而不见。

我们也许从来不在生活中一本正经地讨论什么是真正的品位，以及品位的真正含义。但我们每个人都可以描述出一些有品位的形态和没品位的形态，并且有意无意地避免不够品位的做法，以免成为别人嘴里的话柄，成为别人茶余饭后的笑料。

什么样的人才算真正有品位？

我们说余秋雨有品位，很大程度上，并不是他的文章写得多好，或者他有多么深厚的学问、渊博的知识，而是他所表现出来的一种对于文化的忧虑和关于历史与人生的深入思考。他懂得欣赏，也懂得批评；他的演讲大气磅礴，快意人生；他的文章引经据典，纵横捭阖；他的思考深入浅出，哲理性强……

我们说张艺谋有品位，那是因为他总能于细微之处发现我们民族深处的东西，并以影像的方式表达出来。对于镜头的美感的追求，对于导演技术上的精益求精，对于故事细节的雕琢，自然使他区别于一切没有根基和品位的导演。

我们说杨澜有品位，首先也许她天生丽质可以让我们对她多出一些好感。但除此之外，谁又会否认她打扮得体，笑容优雅，采访深入，享受生活呢？她的每一个动作，每一个姿势，让人看了都感觉舒服。

有一个爱吃面条的作家写了这样一篇文章，他由面条的品位想及做人。他说，面条有三种品位：

上品——色味俱佳，让人吃得酣畅淋漓、荡气回肠；中品——家常面，或缺色或缺味，虽然不完美，但亲切实在；下品——颜色炫目，乍看之下很是诱人，但吃了却大倒胃口。

而形形色色的人也可分为上、中、下三种品位：品性高洁、为人高尚正直的，与之相处，就如吃色味俱佳的面条，不仅充了精神之饥，而且深深倾倒于其人格魅力；另一种人实实在在、诚恳真挚，就像家常面，不管你喜不喜欢吃，但肯定能充饥；第三种人，总是夸夸其谈地卖弄其学识见闻，初接触易被其貌似丰富的外表所蒙蔽，但搁到实处，却百拙无一能，立即显示出愚蠢和无知来，相处一久，便令人心生厌烦。

人的品位对于个人的前途、事业、工作、交往有着重要的影响。每个人都希望与有品位的人士交往而拒绝一个没有品位的庸俗之辈，并借此完善自己。

面之中下品常有，上品难得一尝；人之中下品易遇，上品难逢。

其实我们每个人都有提升自己的机会，只不过，我们过于麻木，放走了属于我们的那些机会，任凭自己仍然日复一日地过着重复的生活，而没有试图改变它的倾向。就这样，我们在世俗的生活里越陷越深，品位一如既往。我们仍然保持着自己的晚睡晚起的坏习性，保持着房间里杂乱无章的状况而懒得打扫；我们仍然不去扩展自己的交往范围，生活永远是一个小小的圈子；我们仍然因为自己太忙的理由而拒绝充电，主动放弃了改变自己的可能性……这样慢慢下去，积习难改，我们这辈子永远都过着没有品位的生活！

智慧故事苑

有一个叫阿瑜的人，他一直追求品位，做梦都希望自己是一个有品位的人，一天，他遇到一个智者，便向智者讨教，如何才能让自己成为一个有品位的人。

智者对阿瑜说：“热爱旅游，四海为家，放逐于世界各地，过一种吉卜赛式的流浪生活，叫做品位吗？”阿瑜想了想，摇摇头，因为他觉得并不希望自己成为这样的人。

智者又说：“那么，喜欢美食，大吃大喝，业余写写美食评论，长个胖胖圆圆的肚子，过这种生活的人叫做有品位吗？”阿瑜又摇了摇头。

“那熟知天文地理，涉猎广泛，热爱读书，最喜欢三毛和琼瑶，这样的人有品位吗？”

“风趣幽默，谈吐雅致，满腹经纶，常常能把人逗笑，这样的人算是有品位吗？”

“穿衣得体，整体装扮和谐自然，每天身着名牌服装出入于高档写字楼之间，这样的人可以称得上有品位吗？”

“喜欢喝咖啡，喜欢玩情调，喜欢在自然中感受生活的乐趣，叫做品位吗？”

阿瑜有些迷惑了，他说：“好像都不是。”但是，自己追求的品位到底是什么呢？

最后，智者对阿瑜说：“品位并不是可以向别人学到的，品位就是你自己生活中所有的细节，当你不再羡慕别人的生活，让自己的生活不落俗套，那么，你就拥有了品位。”

其实，品位是所有生活的细节，是综合了所有方面的综述。故事中列举的方方面面都只是片面的解读，而非全方位的把握。一个有品位的人，绝不仅仅是某一方面表现得优秀，而是在大多数层面以内，他的生活细节符合主流的审美倾向。当然，这种审美倾向有时也是靠不住的。但在这个世界上，有哪些东西完全靠得住呢？某些时候，总得有些标准出来，这样才能使社会本身更趋向于相对较为完美的状态。

品位不单是外在的东西，是个体在成长的过程中随着审美观念的建立而逐步形成的个人生活习性，有精神气质的因素在起作用，也有物质层面所产生的“包装”的力量。

尘世中人谁又能“跳出三界外，不在五行中”呢？品位是培养出来的，人生一世不过短短几十年光景，既然处世不易，那么就培养我们的品位！

不要失去自尊心，也不要对自己过于随便

不要失去自尊心，也不要对自己过于随便。要让你自身的正直品德来使你自己总是正直。你应该尽可能严格地要求自己，而不要依靠外部的清规戒律。避免不得体的言行，这倒不是因为怕别人的苛评，而是因为你自身就有诚惶诚恐的谨慎心理。如果你能恐惧自我，那么就无须塞内加的所谓虚拟证人（良心，典出塞内加的《道德书简》一书）了。

在这个越来越强调自由的社会中，我们一直都在希望得到别人的重视，得到别人的尊重，但是，我们是否想过只有懂得尊重自己，拥有独立人格的人，才会懂得尊重别人，也才能真正地得到他人的尊重。

因此，做人不能没有尊严，犹如太阳不能没有炽热的光芒，江河不能没有豪迈的奔涌。一个人的尊严，除了需要别人的维护和捍卫外，更需要的是自己以信念以风骨甚至以生命来维护和捍卫。

尊严实实在在地重过了生命！记得一位作家说过：人的尊严是一种高度和一种质量，再不起眼的人有了这种高度这种质量，就能面对权贵不卑不亢；面对不义之财不馋不贪；面对不公之事不忍不避。一个人如果有了尊严，也就有了支撑生命的灵魂的骨架。换言之，如果一个人丧失了尊严，那么这个人虽空有一副人的躯壳，其实活得与猪狗没有多大的差异。

你把自己最好的东西给别人，就会从别人那里获得最好的。你帮助别人的越多，你得到的也会越多：你愈吝啬，愈会一无所有。

智慧故事苑

1914年冬天，美国加州沃尔逊小镇来了一群逃难的流亡者。好心的人们给这些流亡者送去饭食，他们个个狼吞虎咽，连一句感谢的话都来不及说。只有一个年轻人除外，当镇长杰克逊大叔把食物送到他面前时，这个骨瘦如柴、饥肠辘辘的逃难者问：“吃您这么多东西，您有什么活儿需要我干吗？”

杰克逊说：“不，我没有什么活儿需要你来做。”

这个年轻人的目光立刻暗淡下来，说：“那我不能没有经过劳动便平白吃您的东西。”

杰克逊想了想说：“我想起来了，我家确实有一些活儿需要你帮忙。不过，要等你吃过饭，我才给你派活儿。”“不，等做完了您的活儿，我再吃这些东西。”杰克逊只好说道：“小伙子，你愿意为我捶背吗？”

于是，这个年轻人迅速弯下腰，十分认真地给杰克逊捶背。

后来，这个年轻人就留下来在杰克逊的庄园里干活，并成为一把好手。两年后，杰克逊又把女儿玛格珍妮许配给他，且对女儿说：“别看他现在一无所有，可他百分之百是个富翁，因为他有尊严。”

果然不出所料，20年后，这个年轻人真的成了亿万富翁，他就是美国赫赫有名的石油大王哈默。

懂得尊重自己，是一种清醒，更是一种智慧。这个敢于走出去的小伙子捍卫了自己的尊严，因为他知道，尊严是无价的。尊严是一个人生存的基础，到任何时候，都不能失守，不能放弃。只有尊重自己的人，才会得到别人的尊重。

我们应该赞赏杰克逊的慧眼。一个人在穷困潦倒、逃难流亡之际，仍坚守着自己的原则，捍卫着个人的尊严，还有比这更贵重的吗？实践证明，他没有看错，给小伙子一个机会，小伙子便回报他一个惊喜。

我们更应该钦佩这个小伙子的志气。自尊是人生的底价，自立的基础，到任何时候，都不能失守，不能放弃。他尊重自己，所以也得到了别人的尊重；他相信自己，所以最终才超越了自己。

自尊是一种广告。走到哪儿，就会带到哪儿。其实，人的一生都是在推销自己，所说的每一句话，做的每一件事，都是自己的广告语。

自尊也是一种力量。如今，许多人都苦于碰不到伯乐，找不到机遇，长叹无人识，空有回天力。但他们却忘了，手中还有自尊这件武器。

自尊更是一种高尚。因为自尊总是建立在平等之上，要求别人尊重自己的人格，就必须首先尊重别人的人格；要求别人尊重自己的劳动，就必须首先尊重别人的劳动。尊重必然换来尊重，尊重也必然带来温暖。只要人人都献出一点爱，世界才能变成美好的人间。

和哈默一样，世界上的许多成功者，都是从自尊开始。自尊者自成，自尊者自立。如果你正站在人生的十字路口，那也不妨从自尊走起。

自然离不开人工，加工得有素材

一切美都需要陪衬。完美若没有人为修养加以提升，也会变得野蛮。人为修养使恶者获救，使善者益善。自然天工常常在我们最需要它时令我们扫兴，我们不妨退而求人工。若无人为修养，最佳气质也显得粗俗。缺乏文化熏陶的完美只是半成品的完美。若不假人工修饰，人就会显得过分粗野鲁莽。因此，尽善尽美需要人为雕饰，如不加洗练和雕饰，则无以成完美。

慎独是一种思想，也是自我修养的重要手段。在古代的典籍中，人们一般把慎独理解为“在独处无人注意时，自己的行为也要谨慎不苟”（《辞海》），或“在独处时能谨慎不苟”（《辞

源)。

其实，慎独，关键是一个“独”字。“独”是什么？独是别人看不见听不见的地方，它不仅是指外在的空间，更重要的是指人的心灵，朱熹就说过：“独者，人所不知而已所独知之地也。”只要心中有道德，脑海有纪律，手脚有约束，把独处也当作光天化日，就能做到慎独。朱子讲过：“非特显明之处是如此，虽至微至隐，人所不知之地，亦常慎之。小处如此，大处亦如此。显明处如此，隐微处亦如此。表里内外，精粗隐显，无不慎之”。

智慧故事苑

子夏是孔子的著名弟子。

有一天，子夏去拜见曾参，曾参也是孔子的得意弟子，一向严于律己，以孝行著称。曾参看了看子夏，打趣地说：“怎么一阵子不见，你就如此发福啊？”子夏不以为意，反而乐呵呵地回答说：“我打了一个大胜仗，心情舒畅无忧，所以身体就胖起来了。”曾参有些摸不着头脑了，疑惑地问：“这话是什么意思？”子夏说：“我终日在家读书，学习先王（泛指贤帝尧舜等）之道，觉得他们的仁义道德和高尚的德行，实在是高山仰止，令我心生敬佩仰慕之情，觉得能效仿他们一定很快乐。可是出门之后，当我看见富贵人家身穿绫罗绸缎，享受豪宅美食，夜夜笙歌曼舞，逍遥自在。我又不由得心生向往之情，觉得能像那样生活一定很幸福。两个念头不断出现在我的脑海中，激烈争斗，难分胜负，我寝食难安，心中不宁，所以身体日益消瘦。现在先王之道终于在心中占上风，取得了绝对胜利，我的心情又恢复了安宁祥和，所以身体自然发胖了。”

曾参听了，连连称赞子夏，对他更为敬重。

古圣今贤们所说的“人恒过”、“不犯错误的人没有”，并不是说人们可以不自律、不严于律己、不加强道德修养、不追求高尚品格的遁词。孔子认为，人们如果要不断提高自己的道德品质，就必须“躬自厚”、“求诸己”、“内自讼”。他的门生子夏无疑是遵照其教导，严格要求自己的典型。如果一个人通过反身自省，感到自己是忠诚踏实的，那便是最大的快乐。正因为这样，子夏才由瘦而胖，并因此而欢欣愉悦。

慎独是一种人生境界。慎独是一种修养，慎独是一种自律，慎独是一种自我的挑战与监督。

慎独的最高境界是孔子所说的“随心所欲”。这里讲的随心所欲不是我们日常所说的想干什么就干什么，而是指道德修养到一定程度后所达到的一种道德境界。慎独虽然是古人提出来的，但并没有因时代的更迭变迁而失去现实意义，是因为它是悬挂在你心头的警钟，是阻止你陷进深渊的一道屏障，是提升你自身修养走向完美的一座殿堂。

慎独和良心是一个人主要的品格，也是人格高尚的具体体现。它们对生活的影响不是消极的，而是积极的。这种约束时时刻刻都在塑造着人的品格，时时刻刻都在发挥它的作用。没有这种影响，品格就失去了自己的保护，容易在诱惑面前投降，而且每一种诱惑都可能使人做出卑鄙或不诚实的事情，即使事情很小，也会导致自我的堕落。问题的关键不在于你的行动成功与否，以及是否被人发现，而在于你不再是从前的你，而成了另外的人。你会感到隐隐的不安，你会时时自责，或者说你会受到良心的谴责，这是一个做了亏心事的人不可避免的命运。

卷二 没有什么比战胜自己及 自己的冲动情绪更伟大

人的最高精神素质是不受一时冲动的情绪所摆布。要保持这种精神素质，使你免受庸俗、转瞬即逝的印象左右。没有什么比战胜自己及自己的冲动情绪更伟大，因为这是一种意志的胜利。即使当激情影响你的时候，也不要让它影响你的地位，特别是当你的地位对你很重要时。这是避免麻烦的明智之举，也是获得他人尊重的捷径。

理性是知识、智慧的独到涵养，更是理智、大度的深刻感悟。

青少年朋友们，也许，你们的人生经验不够丰富，社会阅历也略显不足，所以，难免在工作、学习或生活中，表现得有些冲动，不够理性，不够成熟。

冲动主要有两个危害：第一，与易冲动的人打交道，说话做事得非常小心，说不定你的某一个词语或一个手势就会触犯他的忌讳，造成沟通障碍；第二，易冲动对于冲动者本人也没有好处。很多人事前反复告诫自己，哪些话不要说，哪些事不要做，可是一到节骨眼上，还是忍不住说了不该说的话或做了不该做的事，事后又懊悔不已。

愤怒也是一种常见的消极情绪，它是一个人对于客观现实某些方面不满，或者个人的意愿一再受到阻碍时产生的一种身心紧张状态。在人的需要得不到满足，遭到失败、遇到不平、个人自由受限制、言论遭人反对、无端受人侮辱、隐私被人揭穿、上当受骗等多种情形下都会产生愤怒情绪，愤怒的程度会因诱发原因和个人气质不同而有不满、生气、愤恨、恼怒、大怒、暴怒等不同层次。发怒是一种短暂的情绪紧张状态，往往像暴风骤雨一样来得猛，去得快，但在短时间里会有较强的紧张情绪和行为反应。

那么，什么是成熟？成熟意味着由复杂走向简单。就像一位少女不必像所有的少女的婚期一样，举行那种繁琐的仪式，而是选择简单的方式，用一个电话就把所有的繁文缛礼都省略了，然后轻松地上路，把真正属于自身的快乐独自享受，而蜜月的路途便会变得很长。

成熟意味着一种从容。就像去超市购物，你可以让成熟的购物成为一种好心情。不必再把任何一项购买的意象构思得如此缜密才去实施，而几乎是在游览般的欣赏中，就完成了过去要有不少的心智才能作出的决定。

成熟者有许多不同于常人的心理特征，如能主动、直接地将自己推延到自身以外的兴趣和活动中；具有对别人表示同情、亲切或爱的能力；能够接纳自己的一切，好坏优劣都如此；能够准确、客观地知觉现实和接受现实；知道自己的现状和特点；能着眼未来，行为的动力来自长期的目标和计划。然而，有一点我们绝对不可以忘记——那就是冷静。

是的，冷静是成熟者应有的特质。冷静不只在能够控制自己的情绪，它更在于一个人如何给自己准确定位，如何面对各种复杂的局势，如何处理生活中、事业上突如其来的变化。

每个人都渴望走向成熟，那么，让我们先保持冷静。

智慧故事苑

有个脾气暴躁的年轻人，来到大德寺找一休和尚请教。

当一休和尚一踏进门，这个年轻人便急着对大师说：“禅师，我已经下定决心，从今天起绝对不与任何人吵架或打架了，就算有人对我吐痰，我也会默默地将它擦掉，绝对不会和那个人争吵。”