

人生修养感悟
下册

霍宪章
HuoXianzhang 著

人生修养感悟 下册



图书在版编目 (CIP) 数据

人生修养感悟 / 霍宪章著. — 郑州 : 中州古籍出版社, 2014. 4

ISBN 978-7-5348-4712-7

I. ①人… II. ①霍… III. ①人生哲学—通俗读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第045364号

责任编辑: 王小方 周 媛

责任校对: 周 媛

出版社: 中州古籍出版社

(地址: 郑州市经五路66号 邮编: 450002)

发行单位: 新华书店

承印单位: 郑州新海岸电脑彩色制印有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 38.25

字 数: 540千字

印 数: 1—2000册

版 次: 2014年4月第1版

印 次: 2014年4月第1次印刷

定 价: 96.00元 (全两册)

本书如有印装质量问题, 由承印厂负责调换。

目 录

299

四 社交篇

- (一) 处世 - 300 -
- (二) 交往 - 315 -
- (三) 友谊 - 323 -
- (四) 礼仪 - 344 -
- (五) 宽容 - 358 -
- (六) 和谐 - 367 -

375

五 理想篇

- (一) 志向 - 376 -
- (二) 信念 - 389 -
- (三) 信仰 - 407 -
- (四) 工作 - 416 -
- (五) 践行 - 438 -
- (六) 奋斗 - 446 -

457

六 价值篇

- (一) 奉献 - 458 -
- (二) 助人 - 471 -
- (三) 敬业 - 475 -
- (四) 爱国 - 480 -
- (五) 荣誉 - 490 -
- (六) 财富 - 504 -

513

七 守纪篇

- (一) 自由 - 514 -
- (二) 纪律 - 524 -
- (三) 守法 - 530 -
- (四) 廉洁 - 535 -
- (五) 自律 - 537 -
- (六) 慎独 - 541 -

545

八 幸福篇

- (一) 健康 - 546 -
- (二) 乐观 - 552 -
- (三) 慈善 - 559 -
- (四) 孝廉 - 564 -
- (五) 进取 - 572 -
- (六) 知福 - 579 -

人生修养感悟

第四篇·

社交篇



（一）处世

个人感悟

处世就是待人接物、应付世情、与人交往的态度和方法，也叫作处世之道或者处世哲学。

一般而言，我们认为所谓处世就是以一定的道德观念和规范，指导人们认识和处理社会活动中人与人之间的关系。如封建社会的“三纲五常”，资本主义社会信奉金钱就是一切，等等，这都是一种处世方式。在社会主义社会，正确的处世哲学应该是以马克思主义的世界观为指导，以社会主义道德和规范作为行为的准则，并以此处理人与人之间的关系。

处世是一种艺术，一种哲学，也是一种技巧。学会了正确的处世方法，就可以更好地处理和家庭、朋友、同事和社会的关系，协调人与人之间的关系，在任何环境下，都能做到逍遥自在，怡然自得，澹然自安，欣欣自乐。

那么，到底该如何处世呢？第一要正确地认识自己，促进自己最突出的天赋，并培养其他方面。只有认清了自己，了解自己的优点和缺点，才能更好地与别人相处。第二要学会保留意见，过分争执无益且自己又有失涵养。通常，在事情真想不是很清楚时，要保持理性，不可急于表明自己的态度或发表意见。第三，要学会适应环境，一味地抱怨环境是没有任何意义的，只有改变自己才能改变环境。第四，要学会取长补短，学习别人的长处，弥补自己的不足。人无完人，金无赤足，三人行，必有我师，在同朋友的交流中，要用谦虚、友好的态度对待每一个人。第五，不要抱怨，抱怨会使你丧失信誉。自己做的事没成功时，不要总把责任推给别人或者给自己寻找各种借口，要勇于承认自己的不足，并努力使事情做圆满。适度地检讨自己，并不会使人看轻你，反而会赢得别人的尊重。最后，要目光远大，不能只看到眼前利益，聪明人为冬天准备。身处逆境之时，要保持坚定的信念；置身顺境之时，也要居安思危。

处世是人们生活中客观存在，处世需要一定的艺术修养，处世是为了改变更新

生活，处世是为促进社会进步。

经典事例

在林中小道上走着两个人——爷爷和小男孩。天很热，他们多么想喝口水呀。旅行者走到一条小河旁。清凉的河水缓缓地流动，发出轻轻的潺潺声。他们弯下身子，喝了起来。

“谢谢你，小河。”爷爷说。男孩笑了起来。“您为什么要对小河说‘谢谢’？”他问爷爷，“要知道，小河不是活人，它听不到您的话，也不会接受您的感谢。”“是这样吗？”爷爷说，“孩子，如果狼喝了小河的水，它是不会说‘谢谢’的。而我们不是狼，我们是人。你知道吗，为什么人要说‘谢谢’？好好想一想，谁需要这个词？”小男孩沉思起来了。他还有的是时间。他的路还很长很长……

太阳和风争论谁更有力量。风说：“当然是我。你看下面那穿着外套的老人，我打赌可以比你更快地把他的外套吹掉。”说完，风使劲地对着老人吹，恨不得一下子把外套扯下来。但它越吹，老人把外套裹得越紧。风吹累了，太阳从云层钻出来，暖洋洋地照在老人身上。没多久，老人便开始出汗。不一会儿，老人把外套脱了下来。太阳对风说：“尊重、温和，永远胜过激烈、狂暴。”

名人箴言

人事关系在社会上是一种资本，若要它经久，就不得不节用。——托尔斯泰
棋逢对手，胜利才更光荣。——莎士比亚

无论做什么事情，都不要着急。不管发生什么事，都要冷静、沉着。——狄更斯

为人处世，记住一条原则大有好处：能够不落笔据在人家手里，那就千万不要落，因为，谁说得准多早晚会让人家利用呢。——狄更斯

一人有任何正当理由信任自己的人，永远不在别人面前炫耀，以使别人信任他。——狄更斯

在世上所有的手法里面，奉承是最巧妙、最狡猾的一种。——巴尔扎克

能够讨每个人喜欢的人是不能令人真正喜欢的。——巴尔扎克

在大胆方面，要学习鸟雀；在多嘴方面，要学习鱼儿。——雨果

玩笑也得看时间和地点；应该严肃的时候，我会严肃得像只驴子。不过人有时候会露马脚，驴子也忍不住喊叫。——罗曼·罗兰

一分钟的静默是一场令人晕眩的交响乐！这个乐曲包含的内容比生活的本质更为丰富。——罗曼·罗兰

我爱你就是因为你无所不知，但是却沉默不语。——高尔基

每一个人身上都有一个傻子和一个骗子：傻子就是人的情感，骗子就是人的智慧。情感之所以愚蠢是由于它直率、真实、不会装模作样；可是不装模作样又怎能生活下去呢？——高尔基

在这个世界上，尽如人意的事是并不多的。咱们既活着做人，就只能迁就咱们所处的实际环境，凡事忍耐些。——泰戈尔

他看到风向对他不利，就知道瞎忙也是白搭，唯一的办法是坐下来等待。

——泰戈尔

从前有一句贺词，非常美妙，像黄金一般宝贵。“你向富裕的山上攀登的时候，希望你不会遇到一个朋友。”——马克·吐温

最好的礼貌是不要多管闲事。——狄更斯

用温柔的手段来处理人家肉体上的创伤，用温柔的态度来安慰人家精神上的痛苦。——狄更斯

不要急于谴责人吧！谴责人是极容易的事，您不要专门去谴责。要冷静地观察一切，要记住：一切都会过去的，一切都会变好的。——高尔基

经常谈论别人的短处只会使一个人心胸狭窄，使一个人变得非常多疑，非常无聊。——泰戈尔

经验变成科学，每走一步都会把生活装点得更加美好。——高尔基

同样价值的东西，往往因为主人的喜恶而分别高下。——莎士比亚

正人君子的话，在当时往往被认为虚伪，奸诈小人的眼泪，却容易博取人们的同情。 ——莎士比亚

一个人看不见自己的美貌，他的美貌只能反映在别人的眼里。 ——莎士比亚
建筑在别人地面上的一座华厦，因为看错了地位方向，一场辛苦完全白费。 ——莎士比亚

每件东西都会穿破用烂，最后被人丢开的。 ——狄更斯

一个人倒霉至少有这么一点好处，可以认清楚谁是真正的朋友。 ——巴尔扎克
人的生命的大部分都是致力于从心灵深处来拔掉自己青年时代的幼芽。这种手术就叫作经验的获得。 ——巴尔扎克

当一团线有那么多线头的时候就一定会打结。 ——巴尔扎克

如果我不愿意得罪一方面的人，就要得罪双方。 ——罗曼·罗兰

有经验的车夫知道，作为一种恐吓举着鞭子，比打跑着的牲口的头好。

——托尔斯泰

谁都不满足于自己的财产，谁都满足于自己的聪明。 ——托尔斯泰

要是害怕狼群，就别到森林里去。 ——托尔斯泰

世界上没有一匹这样的马，它可以驮着你躲开你自己！ ——高尔基

单靠信仰，我们有时候也会把问题看错，只抓住了虚假的东西的。 ——泰戈尔

对一根快要倒塌的柱子，你抓得愈紧，它就倒得愈快。 ——泰戈尔

只有会跑的人才会有摔跤的经历。 ——泰戈尔

露珠只是在它自己小小球体范围里理解太阳。 ——泰戈尔

人世中，欢乐与忧愁，机遇与不幸，疑虑与危险，以及绝望与悔恨总是混杂在一起的。 ——泰戈尔

我们只要把事情做得对，并且努力地干，那就能得到别人的赞许；但是我们自己的赞许却比这个强一百倍；可惜还没有找到什么办法，获得自己的赞许。

——马克·吐温

皱纹不过是表示原来有过笑容的地方。 ——马克·吐温

留在外面比从里面摆脱出来要容易一些。 ——马克·吐温

需得在记忆中树起一个危险信号，不致轻易给吹熄或者烧掉，而能固定地树在那里，永远起个警戒作用。 ——马克·吐温

尽管人们把知识的重要性吹得天花乱坠，但是，人的直觉在指导人正确行动方面，却比知识还要重要一百倍。 ——马克·吐温

一个人的经验是要在刻苦中得到的，也只有岁月的磨炼能够使它成熟。

——莎士比亚

一个人思虑太多，就会失却做人的乐趣。 ——莎士比亚

在人生这本书里，多数的人们都会从过分善良的天性里找到简单的教训。

——狄更斯

傻瓜旁边必然有骗子。 ——巴尔扎克

假使没有暴风雨，船帆不过是一块破布而已，有了暴风雨，这块破布就发生了作用。 ——雨果

最上等的酒在酿酒桶里也不免有酒糟。 ——雨果

只有在属于自己的位置上，才觉得心安理得。 ——托尔斯泰

生活不是一条人造的运河，不能把它禁锢在几条规定好的河道之中。只要我们一旦在自己的生活中看清楚这一点，我们就不会受任何谎言的欺骗了。 ——泰戈尔

有百折不挠的信念所支持的人的意志，比那些似乎是无敌的物质力量有更强大的威力。 ——爱因斯坦

意志的出现不是对愿望的否定，而是把愿望合并和提升到一个更高的意识水平上。 ——罗洛·梅

事业常成于坚忍，毁于急躁。我在沙漠中曾亲眼看见，匆忙的旅人落在从容的后边；疾驰的骏马落在后头，缓步的骆驼继续向前。 ——萨迪

天行健，君子以自强不息。 ——文天祥

永远没有人力可以击退一个坚决强毅的希望。 ——金斯莱

您得相信，有志者事竟成。古人告诫说：“天国是努力进入的。”只有当勉为

其难地一步步向它走去的时候，才必须勉为其难地一步步走下去，才必须勉为其难地去达到它。 ——果戈理

一个有决心的人，将会找到他的道路。 ——佚名

意志坚强，就会战胜恶运。 ——佚名

钢是在烈火和急剧冷却里锻炼出来的，所以才能坚硬和什么也不怕。我们的一代也是这样的在斗争中和可怕的考验中锻炼出来的，学习了不在生活面前屈服。

——奥斯特洛夫斯基

发现者，尤其是一个初出茅庐的年轻发现者，需要勇气才能无视他人的冷漠和怀疑，才能坚持自己发现的意志，并把研究继续下去。 ——贝弗里奇

生活的道路一旦选定，就要勇敢地走到底，绝不回头。 ——左拉

即使在把眼睛盯着大地的时候，那超群的目光仍然保持着凝视太阳的能力。 ——雨果

被克服的困难就是胜利的契机。 ——丘吉尔

意大利有一句谚语：对一个歌手的要求，首先是嗓子、嗓子和嗓子……我现在按照这一公式拙劣地摹仿为：对一个要成为不负于高尔基所声称的那种“人”的要求，首先是意志、意志和意志。 ——奥斯特洛夫斯基

精诚所至，金石为开。 ——蔡锷

人生布满了荆棘，我们想的唯一办法是从那些荆棘上迅速跨过。 ——伏尔泰
希望是厄运的忠实的姐妹。 ——普希金

无论是美女的歌声，还是鬣狗的狂吠，无论是鳄鱼的眼泪，还是恶狼的嚎叫，都不会使我动摇。 ——恰普曼

告诉你使我达到目标的奥秘吧，我唯一的力量就是我的坚持精神。 ——巴斯德
思想的形成，首先是意志的形成。 ——莫洛亚

卓越的人的一大优点是：在不利和艰难的遭遇里百折不挠。 ——贝多芬

成大事不在于力量的大小，而在于能坚持多久。 ——约翰逊

取得成就时坚持不懈，要比遭到失败时顽强不屈更重要。 ——拉罗什夫科

忍耐和坚持虽是痛苦的事情，但却能渐渐地为你带来好处。 ——奥维德

只有刚强的人，才有神圣的意志，凡是战斗的人，才能取得胜利。 ——歌德

即使遇到了不幸的灾难，已经开始了的事情决不放弃。 ——佚名

天行健，君子以自强不息。 ——《易经》

一次失败，只是证明我们成功的决心还够坚强。 ——博维

谁有历经千辛万苦的意志，谁就能达到任何目的。 ——米南德

不做什么决定的意志不是现实的意志；无性格的人从来不做出决定。 ——黑

格尔

千磨万击还坚韧，任尔东南西北风。 ——郑板桥

通向人类真正伟大境界的道路只有一条——苦难的道路。 ——爱因斯坦

我们关心的，不是你是否失败了，而是你对失败能否无怨。 ——林肯

意志若是屈从，不论程度如何，它都帮助了暴力。 ——但丁

实话可能令人伤心，但胜过谎言。 ——瓦·阿扎耶夫

老老实实最能打动人心。 ——莎士比亚

不要说谎，不要害怕真理。 ——列夫·托尔斯泰

金钱比起一份纯洁的良心来，又算得了什么呢？ ——哈代

失足，你可以马上恢复站立；失信，你也许永难挽回。 ——富兰克林

一个人严守诺言，比守卫他的财产更重要。 ——莫里哀

真诚与朴实是天才的宝贵品质。 ——斯坦尼斯拉夫斯基

良心是我们每个人心头的岗哨，它在那里值勤站岗，监视着我们别做出违法的事情来。 ——毛姆

真诚才是人生最高的美德。 ——乔叟

一言既出，驷马难追。 ——中国谚语

走正直诚实的生活道路，必定会有一个问心无愧的归宿。 ——高尔基

在一切道德品质中，善良的本性是世界上最需要的。 ——罗素

两心不可以得一人，一心可得百人。 ——《淮南子》

对自己真实，才不会对别人欺诈。 ——莎士比亚

信用难得易失。费年功夫积累的信用往往会由于一时的言行而失掉。 ——池田大作

失掉信用的人，在这个世界上已经死了。 ——哈伯特

遵守诺言就像保卫你的荣誉一样。 ——巴尔扎克

对人以诚信，人不欺我；对事以诚信，事无不成。 ——冯玉祥

信用既是无形的力量，也是无形的财富。 ——松下幸之助

人际关系最重要的，莫过于真诚，而且要出自内心的真诚。真诚在社会上是无往不利的一把剑，走到哪里都应该带着它。 ——三毛

信用就像一面镜子，只要有了裂缝就不能像原来那样连成一片。 ——阿米尔

闪光的东西，并不都是金子；动听的语言，并不都是好话。 ——莎士比亚

守信用胜过有名气。 ——罗斯福

诚实比一切智谋更好，而且它是智谋的基本条件。 ——康德

辛勤的蜜蜂永没有时间悲哀。 ——布莱克

岁月从指间流淌着，感到自己的星宿从轨迹中慢慢陨落。 ——布莱克

也许一个人要走很长的路，经历过生命中无数突如其来的繁华和苍凉才会变得成熟。 ——布莱克

人的一生中，应该带有闪耀的光彩，照亮这世界的某个角落。 ——布莱克

坚持到底，成功降临；半途而废，希望破灭。 ——布莱克

当你的希望一个个落空，你也要坚定，要沉着！ ——朗费罗

生活有时虽然令人沮丧，但你可以努力让自己的过得开心。 ——朗费罗

向日葵只会朝阳不会选择没有阳光的地方。 ——朗费罗

生命中总有那么多难以预料的事情 巨大的微笑背后是那么多的辛酸与痛楚。 ——朗费罗

世界上有很多事情是我们无法改变的，要学会承受。 ——朗费罗

一个人真正伟大的地方，就是在于他能意识到自己的渺小！ ——朗费罗

命运是存在的，只不过有的人不敢去相信，有的人不屑去相信罢了。 ——朗费罗

这个世界里你不是为了别人而活，要记住你是为了自己而活。 ——朗费罗

即使命运只留给我两扇简单的磨盘，我也懂得用信心、智慧和执著，磨出亮丽的人生。 ——朗费罗

只有经历过地狱般的折磨，才有征服天堂的力量。只有流过血的手指才能弹出世间的绝唱。 ——朗费罗

先相信你自己，然后别人才会相信你。 ——屠格涅夫

不要慨叹生活的痛苦！，慨叹是弱者的行为。 ——高尔基

生活只有在平淡无味的人看来才是空虚而平淡无味的。 ——高尔基

一个没有受到献身的热情所鼓舞的人，永远不会做出什么伟大的事情来。

——车尔尼雪夫斯基

共同的事业，共同的斗争，可以使人们产生忍受一切的力量。 ——奥斯特洛夫斯基

攀登科学高峰，就像登山运动员攀登珠穆朗玛峰一样，要克服无数艰难险阻，懦夫和懒汉是不能享受到胜利的喜悦和幸福的。 ——陈景润

有些人因为贪婪，想得到更多的东西，却把现在所有的也失掉了。 ——伊索

金钱的贪求（这个毛病，目前我们大家都犯得很凶）和享乐的贪求，促使我们成为它们的奴隶，也可以说，把我们整个身心投入深渊。唯利是图，是一种痼疾，使人卑鄙，但贪求享乐，更是一种使人极端无耻、不可救药的毛病。 ——郎加纳斯

哪有斩不掉的荆棘？哪有打不死的豺虎？哪有推不翻的山岳？你必须奋斗着，勇猛地奋斗着，胜利就是你的。 ——邓中夏

天下作伪是最苦恼的事情，老老实实是最愉快的事情。 ——邹韬奋

自以为聪明的人往往是没有上场的。世界上最聪明的人是最老实的人。因为只有老实人才能经得起事实和历史的考验。 ——周恩来

生活是欺骗不了的，一个人要生活得光明磊落。 ——冯雪峰

人们努力追求的庸俗的目标——财产、虚荣、奢侈的生活，我总觉得都是可鄙的。 ——爱因斯坦

不要对一切人都以不信任的眼光看待，但要谨慎而坚定。 ——德谟克里特

天才并不是自生自长在深林荒野里的怪物，是由可以使天才生长的民众产生、长育出来的，所以没有这种民众，就没有天才。 ——鲁迅

选择朋友一定要谨慎！地道的自私自利，会戴上友谊的假面具，却又设好陷阱来坑你。 ——克雷洛夫

紧急的时候得到帮助是宝贵的，然而并不是人人都会给予及时的帮助；但愿老天爷让我们别交上愚蠢的朋友，因为殷勤过分的蠢才比任何敌人还要危险。

——克雷洛夫

在你有权力有名望的时候，卑鄙的人是不敢抬起嫉妒的眼睛看你一眼的；然而，到你一落千丈的时候，显示最大的毒辣的就是他们。 ——克雷洛夫

一个人不应该与被财富毁了的人交接来往。 ——居里夫人

我只请求你们一件事：假如你们能活过这个时代，那么不要忘记，不要忘记好人也不要忘记坏人。 ——伏契克

自由是做法律所许可的一切事情的权利。 ——孟德斯鸠

不要过分地醉心于放任自由，一点也不加以限制的自由，它的害处与危险实在不少。 ——克雷洛夫

享有极端的自由——这是一件危险的和有害的事情。没有纪律，就既不会有平心静气的信念，也不能有服从，也不会有保护健康和预防危险的方法了。 ——赫尔岑

认为艺术家的自由在于他想干什么就干什么，那么是错误的。这是胡作非为者的自由。 ——斯坦尼斯拉夫斯基

我们要想实现自己的人生，应该把我们生命中过去与将来间的关系、时间全用在人生方面的活动，不用在兽欲方面的冲动。 ——李大钊