

〔通向成功人生捷径不可缺少的金科玉律〕

一句话 影响一生

著名心理咨询专家 维吉尔◎主编

Affect A Words Of The
Whole Life

发现“一句话”的思想巨能，并以此为自
己找到影响一生的契机，重塑一个真正成功的我！

〔通向成功人生捷径不可缺少的金科玉律〕

一句话 影响一生

著名心理咨询专家 维吉尔◎主编

 群言出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一句话影响一生/维吉尔主编. - 北京: 群言出版社,
2004.9

ISBN 7 - 80080 - 421 - 6

I. 一… II. 维… III. 人生哲学 - 格言 - 汇编
IV. B821

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 080220 号

责任编辑 都 铎

封面设计 云龙工作室

出版发行 群言出版社

(北京东城区东厂胡同北巷 1 号)

邮政编码 100006

联系电话 65265404 65263345

电子信箱 qunyancbs@tom.com qunyancbs:dem@xinhuanet.com

印 刷 中国电影出版社印刷厂

经 销 新华书店

版 次 2004 年 11 月第 1 版
2004 年 11 月第 1 次印刷

开 本 880 × 1230 1/32 印张 11.5

字 数 300 千字

印 数 1 - 5000 册

书 号 ISBN 7 - 80080 - 421 - 6

定 价 23.80 元

The Whole Life

前言

你肯定读过一些关于人生成功的书籍，常被其中的智慧而吸引。这说明你渴望成功，其实，每个人都是这样，都希望在自己人生的坐标上贴上“成功”两个大字。

成功人生永远不是南柯一梦，也不是守株待兔，而是需要自己付出艰辛和努力，在不可能的情势下达到可能。这是不能回避的问题。当然，自己的付出是一个方面，还需要倾听成功者的智慧和忠告，这样才可站到巨人的肩膀上去。

卡耐基说：“一个不能倾听他人成功经验的人，除了盲目自大之外，剩下的就是被失败绊住双脚。”对于大多数人来说，也许不是缺少改变自己的能力，而是缺乏改变自己的智慧。特别是那些在历史中已经如雷灌耳的成功巨人的人生智慧，大为可贵。因为它们是从不同人生中提炼的“思想钻石”。如皮鲁克斯说：“如果你能倾听别人的一句话，心中得到合理性的启发，可以减少你走弯路的可能性”。这个说法是非常有道理的。

不妨来看“一句话”的重要性：英国大思想培根曾说：

Affect A Words Of

“知识就是力量”，这句话曾激励世上多少有志之士苦学知识，并从中掌握改变自己命运的巨能。远得不说，2003年美国盲人海伦在《假如给我三天光明》一书中就这样写道：“我对自己人生的失落曾经不停地折磨着我的身心，但母亲告诉我说，‘如果你能用培根“知识就是力量”这句话来激励自己，沉浸在你的读书乐趣中，你抛弃折磨的可能性也许就在明天’。的确在今天，我做到了这一点，因为我心中已经得到了知识的光明，同时也看到了人生的光明。”

在这个人与人激烈竞争的时代，你如果能从“一句话”中找到影响一生的力量，那么你就是最幸福的人。也许，你没有太多的时间，去寻找“大部头”的成功学书籍中一条条改变自己的道理，假如你以短平快的速度阅览“一句话”，那么同样可以以小博大，起到画龙点睛的妙用。

“一句话”是最高度的智慧浓缩，往往是最具画龙点睛之功的。我们不可能永远自己去苦寻脚下的成功路，而是要在借鉴别人成功心得的基础上，加快自己通向人生目标的步伐。而本书要表明的正是：

“一句话”是成功的名言，是含量极高的人生哲理。用之，可给你带人生的妙方，弃之，则是过于自负的一种表现。

希望各位读者朋友：发现“一句话”的思想巨能，并以此为自己找到影响一生的契机，重塑一个真正成功的我！

The Whole Life

目 录

敢于改变自己的人生选择

人生不是一支短短的蜡烛，而是一支由我们暂时拿着的火炬，我们一定要把它燃得十分光明灿烂，然后交给下一代的人们。

——萧伯纳

人 生	(3)	青 年	(24)
生 命	(11)	人 性	(27)
人 类	(13)	个 性	(30)
个 人	(19)	善 恶	(33)
儿 童	(21)	良 知	(35)

Affect A Words Of

人 格	(37)	自 知	(49)
尊 严	(39)	自 制	(52)
自 尊	(41)	青 春	(53)
自 信	(43)	价 值	(56)
自 强	(47)		

在理想中突破自己一生

如果能追随理想而生活，本着正直自由的精神，勇往直前的毅力，诚实不自欺的思想而行，则定能臻于至善至美的境地。

——居里夫人

信 心	(61)	真 理	(68)
志 向	(62)	爱 国	(76)
目 标	(64)	奋 斗	(83)
信 仰	(66)	未 来	(90)

The Whole Life

不断用知识强化人生本领

知识的源泉不会枯竭，不管人类在这方面取得多大成就，人们还是要不断地去深索、发掘和认识。

——冈察洛夫

哲 理	(95)	读 书	(105)
文 化	(99)	求 知	(107)
知 识	(101)	好 学	(113)
学 问	(102)	才 能	(114)
学 习	(104)		

掌握与表达语言的智慧

语言最主要的优点在于清晰，贬损语言最盛者，莫过于运用不熟悉的字眼。

——希波克拉底

语 言	(119)	称 赞	(122)
-----------	-------	-----------	-------

Affect A Words Of

辩 论····· (124)	幽 默····· (127)
奉 承····· (126)	

做自己一生想做的事

你要爱惜自己的才能！你的躯体对你来说，并不是重要的东西，而你的才能，却是献给人世间的礼物！

——高尔基

人 才····· (133)	风 险····· (146)
事 业····· (136)	劳 动····· (147)
经 营····· (138)	励 志····· (151)
创 造····· (140)	失 败····· (153)
开 拓····· (142)	磨 炼····· (155)
运 气····· (143)	成 功····· (159)

学会交际可以赢得人缘

真诚的友谊是一株成长缓慢的植物，必须经

The Whole Life

历、承受灾难的震击，然后才能名正言顺地得到这个称呼。

——华盛顿

友 谊····· (165)	识 人····· (170)
交 友····· (168)	朋 友····· (172)

读懂处世的各种方略

天下之事，有己所不欲而人欲者，有己所欲而人不欲者，这里还须理会，有无限妙处。

——吕 坤

处 世····· (177)	赞 扬····· (188)
礼 貌····· (183)	宽 容····· (190)
礼 节····· (185)	守 信····· (193)
待 人····· (186)	互 助····· (195)
信 任····· (187)	

Affect A Words Of

做人绝不能脱离人品

善良的最光荣的标志是坦白地承认自己的错误以及别人的错误，用道德的力量去中止趋于邪恶的倾向。

——蒙 田

道 德.....	(199)	谦 虚.....	(217)
美 德.....	(200)	谨 慎.....	(219)
高 尚.....	(205)	善 良.....	(222)
教 养.....	(207)	宽 宏.....	(224)
品 格.....	(208)	勇 敢.....	(225)
真 诚.....	(210)	勤 劳.....	(227)
正 直.....	(213)	俭 朴.....	(229)
诚 实.....	(215)		

守住情感的法则

情感在很大程度上依赖于悟性。由于情感的活动，我们的理性才能够趋于完善。

——卢 梭

The Whole Life

情感.....	(233)	嫉妒.....	(244)
热情.....	(235)	苦恼.....	(246)
激情.....	(236)	愤怒.....	(248)
同情.....	(238)	孤独.....	(250)
博爱.....	(240)	恐惧.....	(252)
理智.....	(241)	愉快.....	(254)
羞怯.....	(243)		

让爱情的玫瑰更灿烂

爱情不仅仅是一种情感，而且还是阴阳两极的互相吸引，是一对永恒的矛盾，是宇宙中一个伟大而神奇的规律。

——尤里·留利柯夫

爱情.....	(259)	热恋.....	(269)
恋爱.....	(266)	忠诚.....	(272)
初恋.....	(268)	专一.....	(273)

Affect A Words Of

善于优质自己的婚姻

婚姻最可靠的基础是爱情；是爱情而不是贪图好处；是爱情而不是金钱；是个人感情，而不是千篇一律的公式。

——尤·柳里科夫

求 爱····· (277)	结 婚····· (280)
择 偶····· (278)	婚 姻····· (281)
恩 爱····· (279)	

掌握改变自己命运的动力

人生的命运是多么难以捉摸！它可以被纯粹几小时内发生的事情毁灭，也可以因几小时内发生的事情而得到拯救。

——欧文·斯通

命 运····· (287)	自 由····· (295)
幸 福····· (291)	困 难····· (299)

The Whole Life

痛苦····· (300)	机遇····· (307)
感悟····· (302)	金钱····· (309)

享受艺术化的生活

生活是无字的书，眼光敏锐的人看得见精彩的
词句。书是有字的生活，感情丰富的人才能深刻领
会。

——曾 鸣

烟酒····· (315)	阅 读····· (326)
穿 着····· (316)	收 藏····· (329)
烟酒····· (319)	锻 炼····· (329)
休 息····· (321)	运 动····· (330)
娱 乐····· (322)	医 疗····· (331)
爱 好····· (323)	养 生····· (332)
旅 行····· (325)	附 录····· (334)

敢于改变自己的人生选择

人生不是一支短短的蜡烛，而是一支
由我们暂时拿着的火炬，我们一定要把
它燃得十分光明灿烂，然后交给下一代
的人们。

——萧伯纳

——Affect A Words of The Whole Life——

The Whole Life

人 生

人生的最高理想是为人
民谋利益。

——罗曼·罗兰

——德莱塞

我们的生命虽然短暂而
且渺小，但是伟大的一切都

良好的人生是受爱引动
并受智慧指导的。

由人的手所造成。人生在世，
意识到自己的这种崇高的任

——罗 素

务，那就是他的无上的快乐。

——屠格涅夫

在人生的前半，有享乐
的能力而无享乐的机会；在
人生的后半，有享乐的机会
而无享乐的能力。

人生最有趣味的事情，就
是送旧迎新，因为人类最高的
欲求是在时时创造新生活。

——马克·吐温

——李大钊

人生是一场无休、无歇、
无情的战斗，凡是要做个够
得上称为人的人，都得时时
刻刻向无形的敌人作战。

人生读来几乎像一首诗。
它有自己的韵律和节奏，也
有生长和腐坏的内在周期。

——林语堂

敢于改变自己的人生选择