

人生透视

REN SHENG TOU SHI

郭松涛 编著

海潮出版社



人生透视

郭松涛 编著



海潮出版社

AC108/07

图书在版编目(CIP)数据

人生透视/郭松涛编著.—北京:海潮出版社,2004

ISBN 7-80151-843-8

I. 人... II. 郭... III. 人生哲学—通俗读物

IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 022660 号

人 生 透 视

郭 松 涛 编 著

海 潮 出 版 社 出版发行 电话:(010)66969738

(北京市西三环中路19号 邮政编码 100841)

天津市澳中彩色印刷有限公司印刷

开本:850×1168 毫米 1/32 印张:15 字数:260 千字

2004 年 3 月第 1 版 2004 年 3 月第 1 次印刷

印数:1-5000 册

ISBN 7-80151-843-8/C·139

定价:26 元

前 言

人生问题，是人类几千年来，圣贤先哲和人民群众一直在思考、研究的永恒课题。

什么是人生？活着为什么？这是每个人都要探讨的问题。“一个人的一生到底是悲剧还是喜剧，并不是由其年轻时的幸运或不幸运决定的。重要的是，我们要有足够的理智和勇气，去寻找人生的真谛”（莎士比亚语）。人生是一本书，只有认真透视，才能想得清楚，做得正确，活得明白，拥有幸福。“人生的道路虽然漫长，但紧要处常常只有几步，特别是当年轻的时候。谁若游戏人生，他就一事无成；谁不了解人生，就永远是一个生活的奴隶”（歌德语）。

人在旅途，行路匆匆，困惑重重，我们很需要人生哲理的指引。这是因为我们正经历着从计划经济到市场经济的过渡，这是一场极其深刻的变化，它不但改变了人们赖以生存的一切资源的配置方式，而且改变了人们的生活方式，就业方式和思维观念。这正像狄更斯在《双城记》中一开始所说的：这是最好的时候，这是最坏的时候；这是智慧的年代，这是愚蠢的年代；这是信任的时期，这是怀疑的时期……总之，这是一个一切都在变化，使人们失去方向、感到渺茫的时代。有人清醒，有人困惑；有人成功，有人堕落；有人积极进取，乐于奉献；有人迷茫彷徨，人生扭曲。而这一切最根本的问题是：什么是人生？活着为什么？本书正是探讨这个人人都非常关心的最根本问题的。

世界太大，生命太短；求知无限，已知有限；如果不借助前人的经验，怎能弄懂人生智慧？我们处在一个具有太多信息、太多理念、太多欲望的时代，缺少的恰恰是简明的人生智慧。怎样才能正确地透视人生，成功地把握人生，努力地创造人生，幸福地享受人生呢？本书用古今中外先贤圣哲的人生智慧、人民群众的名言警句和作

者自己的粗浅感悟,从人生的 13 个方面,对 109 个问题(共 4518 条)进行透视,献给读者。

本书在手,您既可以闲暇时翻阅,也可以困惑时细读;既可以随意浏览,也可以用心品味;既可用于与人共勉,更可用于自身修养。愿读者朋友能结合自身实际,去粗取精,得到启示,从中获益。

愿本书能够帮助人们变得更好些,心灵更纯洁,身体更健康,心态更积极,人生更辉煌。如果本书能在某种程度上给那些身处困境而又渴望成功者以鼓舞和激励,给那些壮志凌云而又心绪迷茫者以希望和信心,我将感到欣慰。

我感谢读者,祝愿你们在人生的旅程中,实现自己的理想!享受人生的幸福。

郭 松 涛

2004 年 3 月于天津

目 录

前 言	1
-----------	---

一 人 生 篇	1
----------------------	---

(一) 人 生	3
(二) 生 命	14
(三) 生 活	19
(四) 价 值	25
(五) 命 运	27
(六) 青 春	31
(七) 诚 信	35
(八) 勇 敢	39
(九) 奉 献	42

二 立 志 篇	47
----------------------	----

(一) 立 志	49
(二) 目 标	51
(三) 意 志	56
(四) 思 想	59
(五) 人 格	64
(六) 气 节	68
(七) 做 人	69

三 学习篇 77

- (一) 学 习 79
- (二) 知 识 89
- (三) 读 书 94
- (四) 勤 奋 103
- (五) 思 考 106
- (六) 运 用 111
- (七) 时 间 113
- (八) 恒 心 117

四 理想篇 119

- (一) 理 想 121
- (二) 信 念 124
- (三) 信 仰 126
- (四) 信 心 128
- (五) 追 求 132
- (六) 希 望 134
- (七) 坚 持 137

五 事业篇 139

- (一) 事 业 141
- (二) 工 作 146
- (三) 责 任 152
- (四) 敬 业 155
- (五) 竞 争 158

(六)	合 作	161
(七)	创 新	164
(八)	错 误	168
(九)	领 导	171

六 婚 恋 篇 175

(一)	恋 爱	177
(二)	爱 情	180
(三)	男 人	185
(四)	女 人	188
(五)	婚 姻	191
(六)	夫 妻	195
(七)	家 庭	200
(八)	父 母	204
(九)	子 女	211

七 处 世 篇 215

(一)	处 世	217
(二)	友 谊	223
(三)	社 交	227
(四)	交 友	233
(五)	理 解	238
(六)	赞 扬	241
(七)	批 评	246
(八)	帮 助	252

八 欲望篇 255

- (一) 欲望 257
- (二) 权力 264
- (三) 地位 267
- (四) 金钱 269
- (五) 财富 276
- (六) 荣誉 280
- (七) 名利 283
- (八) 进步 288

九 环境篇 291

- (一) 环境 293
- (二) 顺境 298
- (三) 逆境 300
- (四) 机遇 305
- (五) 困难 309
- (六) 失败 314
- (七) 成功 319
- (八) 选择 325

十 修养篇 329

- (一) 修养 331
- (二) 品格 334
- (三) 善良 336
- (四) 道德 340

(五)	礼 貌	346
(六)	谦 虚	348
(七)	宽 容	351
(八)	性 格	356
(九)	习 惯	360
(十)	节 俭	363
(十一)	幽 默	366

十一 心态篇 369

(一)	心 态	371
(二)	乐 观	379
(三)	嫉 妒	384
(四)	烦 恼	387
(五)	愤 怒	390
(六)	恐 惧	392
(七)	骄 傲	394
(八)	激 情	396
(九)	微 笑	398
(十)	宁 静	404

十二 健康篇 407

(一)	健 康	409
(二)	运 动	414
(三)	劳 逸	416
(四)	防 病	418
(五)	疾 病	420

(六)	治 病	422
(七)	幸 福	424

十三 晚霞篇 431

(一)	养 生	433
(二)	饮 食	438
(三)	起 居	442
(四)	休 闲	444
(五)	娱 乐	447
(六)	旅 游	449
(七)	长 寿	451
(八)	回 归	456

参考书目	459
------------	-----

后 记	469
-----------	-----

一 人 生 篇



人生是一本书,每个人只能读一次,只有认真解读,才能想得清楚,做得正确,活得明白,拥有幸福。

(一) 人 生

【导读】 人生就是人的生存和生活。人生只有一次，生活却有千万种。人生如一首歌，理想是词，信念是曲；人生如一幅画，平凡是底色，奉献是七彩；人生如一本书，岁月是目录，奋斗是正文。人生难得的是每个阶段都有“问心无愧”的结语。

01 人生像一本书，傻瓜们走马观花地随手翻阅它；聪明人用心地阅读它，因为他知道这本书只能读一次。

02 人生像一张白纸，全凭人生之笔去描绘，玩弄纸笔者，白纸上涂成一摊胡乱的墨迹；认真书写者，白纸上留下一篇优美的文章。人生如下棋，深谋远虑者获胜。

03 人生不发返程车票，一旦出发了，绝不能返回。谁要是游戏人生，他就一事无成；谁不能主宰自己，就永远是个奴隶。

04 人生一半是外力造成的，一半也是自己造成的。

05 人生是由患难与欢乐所组成。人生一世，总是难免有浮沉。不会永远如旭日东升，也不能永远痛苦潦倒。

06 人生是一次航行。航行中必然遇到从各方面吹来的劲风，只要你稳住航舵，即使是暴风雨，也不会使你偏离航向。

07 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。

08 人生最美好的，就是在你终止生命时，还能以你创造的一切为人类服务。

09 真正的人生，只有经过艰苦卓绝的奋斗之后才能实现。

10 我们的人生观，都是环境形成的，相信人生是向上的人，自己有了勇气，别人也因而快乐。

11 人生中的最大事,不在赚钱,却在把我们内在的最高的力量,最美最善的天性,充分发挥出来。

12 人生失掉母爱最可怜,失掉妻爱最凄凉,失掉友爱最孤单。

13 人的一生,是很短的,短暂的岁月要求我们好好领会生活的进程。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。

14 人生是各式各样的,无论是短暂的人生,还是漫长的人生,只要是人生,人仍就有着人生所共通的感情。

15 人的一生是短暂的,但如果卑劣地过这短暂的一生,就太长了。所谓真正的人生,就是要诚实地生活。

16 平庸的生活使人感到一生不幸,波澜万丈的人生才能使人感到生存的意义。人生不是一种享乐,而是一桩十分沉重的工作。

17 人生就是决一雌雄,只有在严酷的生活中才能磨炼自己,提高人格,丰富见闻。

18 更高的人生,是在俗情世间和名位财色世间之外,看见真善美的神圣世界,这是永恒普遍纯洁而贞定的世界。

19 人是学生,痛苦是他的老师。我们只能通过觉悟来学习,觉悟只能通过痛苦的磨炼才能产生。

20 人生以服务为目的,不以夺取为目的,聪明才智高的人应为一千百万人服务。

21 人生之最:

人生最大的敌人是自己。

人生最大的无知是欺骗。

人生最大的悲哀是嫉妒。

人生最大的错误是自弃。

人生最大的罪过是自欺。

人生最可怜的性情是自卑。
人生最大的破产是绝望。
人生最大的债务是人情。
人生最大的缺点是悲观。
人生最大的难点是认识自己。
人生最大的选择是择偶与择业。
人生最可佩服的是静远。
人生最大的礼物是宽恕。
人生最大的欣慰是布施。
人生最高的境界是奉献。
人生最大的价值是创造。
人生最大的财富是健康。
人生最大的幸福是乐观。

22 人生两大乐事：读万卷书；行万里路。人生应该拼命发挥长处，不应该拼命去克服短处。人生苦短呀。

23 人生观是对人生的根本看法，包括人为什么要活着，怎样做人，做一个什么样的人才算是有意义的，人生的道路该怎么走，等等。

24 人生“月不常圆，花不常好，好友不常逢”。人生是一串无数小烦恼组成的念珠，达观的人是笑着数完这串念珠的。

25 人来到这个世间，总要为这个世界的进步、人类的利益做一点什么。人生就是追求幸福。人企求什么，就得到什么。

26 一个人到自我完成——即充分发挥自己的才能和完成自己的愿望，才不虚此生。

27 一个人在自我牺牲和无私之中，才达到最完美的自我完成。

28 人生无非是一种受考验的状态。这些是哪一类型，这并不重要，只要从中得出它们应得的结果就行。由此看出，考验越是巨

大、严峻、复杂,对于善于承受考验的人就越有好处。

29 人人都有幸福和痛苦,只不过是程度不同而已。谁遭受的痛苦最少,谁就是最幸福的人;谁感受的快乐最少,谁就是最可怕的人。

30 研究人比研究书更必须。若想在人际丛中游刃有余,博众人之爱,获众人之敬,就必须对人的各种行为做全面严谨的剖析。

31 人生在世的目标,实际上只有两件事:让世界变得更美好,让人生变得更美好。

32 人生如戏,关键在如何把握自己。宜未雨而绸缪,毋临渴而掘井。人一旦走错了路,要重回正道,是非常费时和艰难的。

33 人生的挑战:

向失误挑战,需要认真;

向困难挑战,需要决心;

向世俗挑战,需要无畏;

向愚昧挑战,需要知识;

向懒惰挑战,需要勤奋;

向虚伪挑战,需要真诚;

向丑恶挑战,需要正义;

向忧郁挑战,需要达观;

向逆境挑战,需要毅力;

向骄傲挑战,需要自知;

向挫折挑战,需要勇气;

向明天挑战,需要雄心。

34 人生犹如马拉松长跑,可以浓缩为三个要素:前面有一个目标,心中有一个愿望,身上有一份体力。关键是,无论快与慢,必须永远跑着,不要以任何理由停下来。

35 人生是个小舞台,只有一小部分人荣幸地被万众瞩目登