



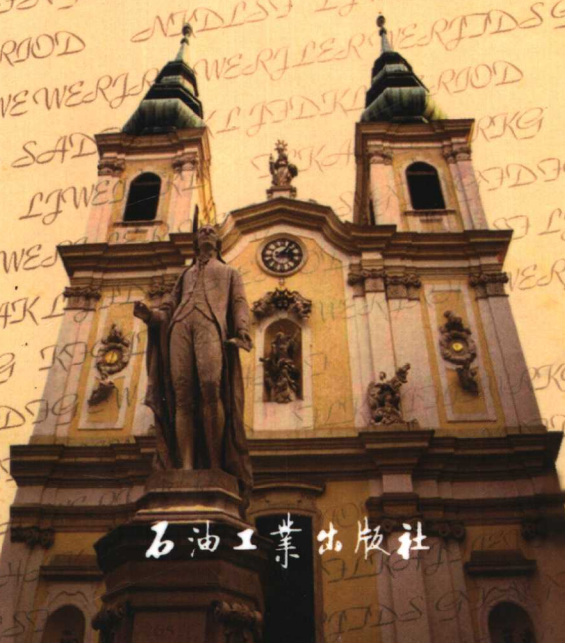
UNIVERSITY OF
CAMBRIDGE



剑桥教授 讲授的人生哲理

JIANQIAO JIAOSHOU JIANGSHOU
DE RENSHENG ZHELI

赵永新 天舒◎编著



石油工业出版社



UNIVERSITY OF
CAMBRIDGE



剑桥教授 讲授的人生哲理

JIANQIAO JIAOSHOU JIANGSHOU
DE RENSHENG ZHELI

赵永新 天舒◎编著



石油工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

剑桥教授讲授的人生哲理/赵永新,天舒编著.
北京:石油工业出版社,2005.5
ISBN 7-5021-4999-6

I. 剑…

II. ①赵… ②天…

III. 人生哲学-通俗读物

IV. B821

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 007961 号

剑桥教授讲授的人生哲理

赵永新 天舒 编著

出版发行:石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号楼 100011)

网 址:<http://www.petropub.com.cn>

总 机:(010)64262233 发行部:(010)64240503

经 销:全国新华书店

印 刷:北京晨旭印刷厂

2005 年 5 月第 1 版 2005 年 5 月第 1 次印刷

640×960 毫米 开本:1/16 印张:15

字数:230 千字

书号:ISBN 7-5021-4999-6/B·172

定价:23.80 元

(如出现印装质量问题,我社营销部负责调换)

版权所有,翻印必究



PERFACE

前 言

“那河畔的金柳，
是夕阳中的新娘。
波光里的艳影，
在我的心头荡漾。
软泥上的青荇，
油油的在水底招摇。
在康河的柔波里，
我甘心做一条水草。”

这是一首 20 世纪 20 年代我国最有才华的现代诗人之一徐志摩在留学剑桥大学时写下的诗句。这几行如画般的诗句，带领着我们沿着康桥，跨过碧波荡漾的康河，进入世界知名学府剑桥大学。

在这所举世无双的高等学府里，使我们心旌荡漾的，不仅有康河的柔波，更有“上智若水”的人生感悟。



PERFACE

成立于1209年的剑桥大学，以“剑桥——求知学习的理想之地”作为校训，经过数十代人近八百年的奋斗，奠定了自己“世界名校之源”的地位。剑桥大学英才辈出，这里造就了78位诺贝尔奖的获得者，三任英国首相和无数英国及外国政要。印度前总理尼赫鲁、拉吉夫·甘地、马来西亚前总理赫曼、新加坡前总理李光耀等都曾在剑桥求学。中国著名学者蔡翹、赵忠尧、王竹溪、华罗庚、戴文赛、王应睐、伍连德、丁文汇、曹天钦等，作家肖乾、叶君健、徐志摩等也都是剑桥大学的学子。

在剑桥，有众多在世界科学史上居于显要地位的科学家，如经典力学奠基人牛顿、进化论理论创立者达尔文、数学家和分析哲学创造人罗素、生物化学家和杰出的科学史学家李约瑟等。有凯恩斯经济学派鼻祖凯恩斯，还有一批杰出的文学大师，如著名的传记家和评论家史特拉赛，杰出的短篇小说家福斯特等。这些杰出的科学大师、学术泰斗、文学家也是剑桥大学培养出来的。

剑桥大学之所以成就了灿若群星的名人，一方面，是因为她独特的学术氛围；另一个重要的方面，是她非常重视对学生的人生哲理的传授与启迪。也就是说，她不仅“授业解惑”，而且更注重传道。

在剑桥，有三道古老的拱形门，这三道拱形门都有着深刻的寓意：



PERFACE

第一道门：“谦卑之门”（Gate of Humilitatis），该门专让刚进入高等学府的本科生行走，意在提醒他们，要始终保持谦虚的学习态度；

第二道门：“美德之门”（Gate of Virtutis），这道门只允许达到研究生以上水平的学子经过，在于鼓励他们不仅要学有专长，而且还要具有做人的美德；

第三道门：“荣誉之门”（Gate of Honoris），它平时关闭，只在举行授予博士学位典礼时，由院长牵着身穿博士服的学子的手，通过这道门进入典礼的教堂。这道门上装点着五彩的太阳图案，寓意“入此一门，前途无量”。

剑桥大学以她博大的胸怀，兼收并蓄，广泛邀请海内外知名学者教授到学校演讲，在这些字珍句玑的演讲中，闪烁着历久弥新的人生哲理之光。

作为一名普通人，我们不可能都有机会到那座誉满全球的学府里去深造，但我们完全可以沐浴剑桥大学所散射出的人生智慧之光。正是为了这一目的，我们编译了这部《剑桥教授讲授的人生哲理》一书。

本书对八百年来剑桥大学众多杰出教授和知名学者有关人生智慧和做人艺术的演讲与文章，进行了深入的研究，就一系列有关人生的重大问题，向剑桥的教授们虚心求教。我们宛如进入了剑桥大学



PREFACE

神圣的知识殿堂，聆听到了剑桥教授们睿智的声音。

由于象牙之塔的神圣和时代的变迁，剑桥教授们讲述的有些哲理可能过于深奥，而有些则无法与时俱进，我们在坚持吸取大师们人生哲理精神内核的原则下，对他们讲授的人生哲理进行了系统的归纳和整理，分为“行与思”、“取与舍”、“爱与恨”、“美与丑”、“人与我”、“苦与乐”、“强与弱”、“贫与富”、“智与勇”、“成与败”等十大相互对立又相互依存的人生问题，进行系统的分析、阐述与介绍，并辅之以鲜活的古今中外案例。所以，本书是一部智慧四溢、雅俗共赏的人生哲学读本。

人类的思想是没有疆域的，人类的智慧也是没有疆域的，剑桥大学的围墙并不能挡住人类精英的智慧向全球传播。剑桥大学那些教授学者的最大心愿是希望他们超凡的智慧能够救世济人，普度众生。

朋友，就让我们一起，以虔诚之心，捧读本书，接受人生智慧灵光的普照吧！

编译者

2005 年春节

目 录

CONTENTS

一、行与思 ① 哲理

人生要获得成功，有两种能力是不可缺的，即思维能力和行动能力。二者相辅相成，缺一不可。人的思想正如一片土地，或者经过辛勤且有计划的耕耘，就可把这块土地开垦成产量丰富的良田；或者让它荒芜，任由杂草丛生。要想从你的思想中得到丰收，你必须有正确的思考和积极的行动。

—— [剑桥] 托马斯·约翰·沃森 教授

1. 思考是解决问题的最佳途径 (2)
2. 冲破僵化的定势，迎来思考的坦途 (3)
3. 没有梦想，人类将丧失追求的力量 (5)
4. 惟有敢想敢做，成功的美梦才能成真 (8)
5. 播下目标的种子，从现在就去做 (10)
6. 错是对的第一步，改是对的第二步 (13)
7. 计划虽好，也要用行动去把它变为现实 (16)
8. 马上行动，寻找追求成功的突破口 (18)

二、取与舍 ② 哲理

人生面临无数次的选择，选择就是取舍。古代哲人说，鱼与熊掌不能兼得。你要么选择鱼，放弃熊掌；要么选择熊掌，放弃鱼。二者都想得到的人，往往什么也得不到。这就是看

目 录

似简单的生活哲理。

—— [剑桥] 弗朗西斯·罗杰斯 教授

1. 人生就是一场取与舍的权衡和抉择 (22)
2. 有得必有失：选择就意味着放弃 (23)
3. 同时追两只兔子的人，一只也得不到 (24)
4. 要想取得多少，那就先付出多少 (26)
5. 很多时候，失去就是另一种获得 (27)
6. 弃所必舍，是人生的一种练达和境界 (29)
7. 选择善行，就等于选择了成功和财富 (31)
8. 别把金钱看得比生命还宝贵 (32)
9. 职业选择，是关系一生成败的大事 (36)
10. 坚持自己正确的选择不动摇 (39)

三、爱 与 恨 ① 的 哲 理

生活处处充满着爱，当你一来到这个人世，就被母爱、父爱所包围；当你认识第一个伙伴时，你就拥有友爱；当你第一次谈恋爱时，你就拥有了情爱。爱到底是什么呢？爱就是一种不求回报的付出，爱就是细微的关怀，爱就是一份永久的牵挂。爱能感天地、泣鬼神，但她往往体现在最细微处，你要用心去聆听，去感受，去铭记。

—— [剑桥] 安尼·森德伯克 教授

1. 爱是一种不求回报的付出 (42)
2. 给别人需要的爱才是真爱 (45)
3. 最深的爱是不需要刻意装点的 (46)
4. 聆听蕴含着真爱的魅力 (47)

目 录

5. 让爱永刻于石, 让恨随沙而逝 (50)
6. 爱的反面不是恨, 而是漠然 (52)
7. 爱促使你达成生命中的梦想 (53)
8. 爱自己, 也是世间的一种爱 (54)
9. 爱敌人, 是人生中最崇高的爱 (56)
10. 忘却你曾经给予别人的原谅 (59)

四、美与丑 ④ 哲 理

不会追求和享受美的人, 在他的生命中就缺少了培养高尚人格的一大要素。我们所生活的世界充满了美好的事物, 只是许多人还缺少发现和感受它们的能力。

—— [剑桥] 戴维·斯托特 教授

1. 生命的美丽在于希望和追求 (62)
2. 换个角度, 你就会发现生活之美 (63)
3. 美的神奇力量来自于心灵深处 (66)
4. 内在的美永远不会衰竭 (69)
5. 愈自然, 就愈能散发出美的魅力 (72)
6. 不断完善自我的美丽人性 (74)
7. 美与丑之间没有一条绝对的界限 (77)
8. 纳悦自己, 丑也能转化为美 (79)
9. 世间一切完美都是有缺憾的 (81)

五、人与我 ⑤ 哲 理

一棵树再高大, 也庇护不了整个大地, 只有所有的树木都长成参天大树, 才会形成绵延

目 录

的森林。人不可能生活在孤岛中，只要你生存在这个世界上，不管你愿意与否，你都必须同别人打交道。为了让自己的努力换来更大的成就，我们离不开社会环境，离不开周围的人。

—— [剑桥] 威廉·伯恩巴克 教授

1. 谁也不可能生活在孤岛之中 (84)
2. 在与他人的合作中发展自己 (88)
3. 尊重他人才会赢得他人的尊重 (91)
4. 让每个人都觉得他自己很重要 (93)
5. 对他人要宽容，对自己要严格 (95)
6. 勇于认错就会赢得他人的尊重 (97)
7. 别人的批评是让你受益的良药 (100)
8. 替别人打算就是替自己打算 (103)
9. 别总是觉得自己比别人高明 (106)
10. 嫉妒是腐蚀人际关系的毒瘤 (108)
11. 融入集体才能发挥出自己的力量 (110)

六、苦与乐 ① 哲理

你活着是为什么？你不用去思考，那就是快乐，快乐应该是你的终极目标。快乐是一种心态、一种感受，她需要一颗善良、无所不包的心。她要你珍惜你所拥有的一切，她要你去热爱生活，热爱自然。她使你忘却痛苦、充满幸福。

—— [剑桥] 克里斯·阿吉里斯 教授

1. 追求快乐是生命存在的真谛 (114)
2. 没有自由，就毋谈快乐 (117)

目 录

3. 快乐主要是一种内心感受 (120)
4. 做快乐钥匙的主人 (122)
5. 苦难是天才的进身之阶 (124)
6. 想开了是天堂, 想不开就是地狱 (126)
7. 痛苦是让你领悟生活真谛的良药 (128)
8. 最大的痛苦莫过于不能战胜自己 (131)
9. 受苦难的人没有悲观的权利 (133)

七、强 与 弱 的 哲 理

心灵的强大才是真正的强者。一颗历经磨难、饱尝风雨的心灵依然能对生活充满热情和信心, 依然斗志昂扬, 依然乐观向上, 这才是真正的强者。

——[剑桥] 塞西尔·帕金森 教授

1. 尽显优势, 做一个最好的你 (136)
2. 劣势之中往往包含着优势的种子 (138)
3. 成功来自于对自己强项的极致发挥 (140)
4. 心灵的强大方能造就真正的强者 (142)
5. 磨炼成功者所必备的刚毅性格 (144)
6. 强者的天地是用信念之柱撑起来的 (146)
7. 斗志昂扬: 永不屈服的强者本色 (149)
8. 困难和阻碍是强者的天赐恩人 (152)
9. 强者永远支配和主宰自己的命运 (155)
10. 苦难是检验强者与弱者的试金石 (157)

八、贫 与 富 的 哲 理

贫与富可分为两种, 即物质上的贫困与精

目 录

神上的贫困及物质上的富有和精神上的富有。

—— [剑桥] 弗雷德里克·塞勒斯 教授

1. 正视贫穷, 积极追求富有 (160)
2. 贫困是个人奋斗的起跑线 (162)
3. 把贫穷当作意志的磨刀石 (165)
4. 高尚的品质比什么都贵重 (167)
5. 金钱只是达到目的的工具 (170)
6. 别让金钱牵着你的鼻子走 (173)
7. 别让金钱给你带来烦恼 (176)
8. 战胜贫困是你的责任和义务 (178)

九、智 与 勇 的 哲 理

成功需要智勇双全, 智是勇的基础和前提, 没有智的勇, 那叫鲁莽。勇是智的表达途径和方式, 没有了勇, 你的智无从表现, 终将坏死心底, 而不会为你带来一点价值和成功。

—— [剑桥] 伯图尔德·比尔斯 教授

1. 智和勇是成功者的左膀右臂 (182)
2. 智慧只属于乐于思考的人 (183)
3. 善于动脑, 问题就会迎刃而解 (185)
4. 学会处处寻找致胜的机智 (187)
5. 大智慧有时显得“愚不可及” (189)
6. 在小事上糊涂, 在大事上清醒 (191)
7. 用勇气撞开厚厚的成功之门 (193)
8. 勇者敢于行事, 但从鲁莽行事 (195)
9. 永远做一个智勇双全的成功者 (197)

目 录

十、成与败 ① 哲理

一个人在努力追求人生目标的过程中，最渴望的两个字是“成功”。这意味着人们都急切地盼望自己成为成功的主人！绝大多数人都是在被动局面下，通过一步步行动而摆脱失败的“黑手”，实现人生赢局的，每个人都难免失败。

——〔剑桥〕安东尼·霍金森 教授

1. 没有不伴随着失败的成功 (200)
2. 失败是人生中所最好的学校 (202)
3. 自己是成功的最大障碍 (204)
4. 懒惰定会将要人推入失败的深渊 (206)
5. 愈挫愈勇者将最终猎获骄人的成功 (208)
6. 敢于直面无法避免的失败事实 (212)
7. 成功只钟情于那些有准备的人 (214)
8. 成功者永远都会紧紧抓住今天 (217)
9. 记住：失败不等于失败者 (220)
10. 不断进取，追求成功到永远 (222)

一、行与思的哲理



剑桥教授的人生智慧格言

人生要获得成功,有两种能力是不可缺的,即思维能力和行动能力。二者相辅相成,缺一不可。人的思想正如一片土地,或者经过辛勤且有计划的耕耘,就可把这块土地开垦成产量丰富的良田;或者让它荒芜,任由杂草丛生。要想从你的思想中得到丰收,你必须有正确的思考和积极的行动。

——托马斯·约翰·沃森

所有计划和目标都是思考的产物,你的思考能力是你惟一能完全控制的东西。你可以以智慧或愚蠢的方式运用你的思想,但运用的结果是截然不同的,为这种结果而负责的,首先是你本人。

——弗雷德里克·兰布里奇

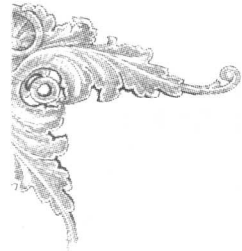
每一次伟大的成功,都在于缜密的思考,成熟的计划及付诸行动且屡败屡战仍坚持到底的大无畏精神。

——卡尔文·摩利奇

使成功成为生活中的组成部分,使昨日的理想成为今天的现实,仅靠愿望和祈祷当然是不行的,必须行动起来!只有动手去做,才能让你的理想实现——天下没有免费的午餐。

——史帝文·莱特





1. 思考是解决问题的最佳途径

正视问题的存在,并通过缜密的思考,我们就一定能找到解决问题的正确方法。

一名男子在距离岸边大约 30 米的地方划着一艘小船,他虽然使劲地划,但船身就是不动。岸边一位老者看到这个情况,并且注意到船身漏得很严重,已经渐渐往下沉了。他大声喊这个划船的男子——而他正忙着将水舀出船外而无暇理他。最后他只有扯开嗓门叫道:“你要是再不上岸把船补好,你就要沉下去了!”

“谢谢!”他回答道,“不过我没空去补船的裂缝。”

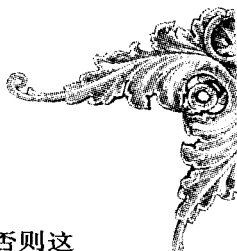
我们在现实生活中都遇到过类似的状况,使尽了全身的精力,也只能勉强浮在水面上,就像那位划船的男子一样,把舀水与划船当成了一切的重心。如果我们能花点时间,思考解决问题的根源,而不是死命地 and 问题的症状对抗,那么我们也不会如此疲累不堪。不管是从事什么样的工作,我们都需要通过思考,找出解决问题的根源。

问题的出现就像是太阳日升夜落一般自然。在工作单位你会遇到林林总总的问题,如果你是一个善于解决问题的人,那么你将被视为团队的重要人物。

正视问题的存在并通过缜密的思考,我们一定能找到解决问题的正确方法。

剑桥教授认为:人们需要改变的是他们看事情的角度,而不是问题本身。不要夸大问题的严重性,过度反应或是“灾难化”,那对提高你解决问题的能力是没有任何帮助的。

还有许多人都会犯一个严重的错误——那就是把问题归咎于人,然后把解决问题的责任推得一干二净。假设你在一条船上,而船身突然裂开一个缝隙,请问这会是谁的问题呢?即使这个裂缝的确可能是



别人的差错引发的,但赶紧做些调整的补救工作才是明智之举,否则这个缝隙越漏越大,所造成的后果会使你陷入尴尬的局面。

问题总是有办法可以解决的,如果你迟迟不采取行动加以补救,这个问题就会深深植根,到时候你就只能选择忍受它。

那些正视问题并认真进行思考和解决问题的人会努力逆流而上,并且把焦点放在解决问题的方法上。你自己就身处在这艘船上,自然应该一肩挑起责任,尽力将这艘船维持在最好的状态,不要把精神专注在船身的漏洞上,否则只会让你感到害怕、愤怒、绝望或是麻木。运用你的经验和见解进行卓有成效的思考,才是找出最好的解决办法的关键。

当我们以正确的态度看待现实生活中存在的那些问题时,它们带来的挑战会使我们振奋,充满活力。问题能够让我们的思考与表现进入新的境界,同时也能够刺激我们的心智与才能的发展。

2. 冲破僵化的定势,迎来思考的坦途

思维定势让一个人归于平庸。一个人如果不能摆脱定势思维的束缚,就根本不可能找到成功的路径。

在一座大森林里,一对狮子夫妇有了一个可爱的小宝宝。

此后不久,狮子夫妇遭遇了一场特大的森林火灾,不幸遇了难。好心的山羊大婶收留了尚在襁褓中的小狮子。数年后,“与羊共舞”的小狮子长大了,它仍然在羊群中生活着。

有一天,猎人带着猎狗闯进了那一片宁静的森林,羊群在猎狗的追逐下四处逃窜,乘胜追击的猎人带着猎狗越战越勇,他们将羊群逼到了绝境。

此时,眼前的景象让猎人大吃一惊。因为他发现陷于绝境、束手无策的羊群中竟然有一头健壮的成年狮子。这个被视为森林之王的猛