

21世纪人生护照系列

# 重塑人生 108谈

## 改变生存质量

黄野著

内蒙古文化出版社

# 重塑人生·108 谈

——改变生存质量

黄 野 著

1999 年于中国广州

21世纪人生护照系列

# 重塑人生 108谈

## 改变生存质量

黄野 著

内蒙古文化出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

重塑人生 108 谈/黄野著. —海拉尔:内蒙古文化出版社,2001·12

ISBN 7-80675-016-9

I.重… II.黄… III.思想修养—青年读物

IV.B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 060774 号

# 重塑人生·108 谈

黄野 著

---

出版发行 内蒙古文化出版社

(海拉尔市河东新春路 08 号)

印刷装订 广东省高要人民印刷有限公司

经 销 新华书店

责任编辑 苏 德

封面设计 实线创作室 流野

开 本 850×1168 毫米 1/32

印 张 12.75 字数 300 千

2001 年 12 月第 1 版

2001 年 12 月第 1 次印刷

印数 1-8000 套

---

ISBN7-80675-016-9/Z·004

定价:21.80 元

---

如有印装质量问题,请与印刷厂联系调换。

## 自序

.....

人生的确太沉重了，无法轻松，也不是几句言语调侃就能轻松起来的。可是，正因为人生似乎无法轻松，我们才相应找一些技巧、策略和智慧，试图让人生轻松起来。人生太不自由，我们渴望人生的自由；人生乐趣太少，我们渴望人生意趣增多；生命（自我）境界太低，我们渴望生命境界提升。这些都似乎远离生活，可望而不可及，犹似痴人说梦。而且，这些因素的变化，往往更依赖于社会和历史这种更复杂和更综合性的整体力量。历史不进步，社会不文明，个人又怎样奈何它？人常说：覆巢之下，安有完卵？也在强调大环境和整体力量的重要。可是，历史的时间太漫长了，要等到它的进步，一个人的一生显得太短；而社会的力量又太强大了，要改变它的不文明，似乎一个人的力量又太小了。然而，我们能不能从自身开始，通过个人单方面的变化和选择来尝试改变人生的社会、历史宿命？在有限的环境里，获得生命的无限解放或相对解放？这正是本书倡导和尝试的地方。一个问题出现了：人，能不能超环境地生存？冬天，能不能开出春天的绚烂

的花？我们离开观念（不争论观念），到生活中去试试。

从上面的观点可以看出，本书希望通过个人的努力（有限退出社会和历史，从繁杂无聊的世俗事物中退身出来，返回生命自身；或者，个人有超强的作用于社会和历史的能力，从而个人有更大的自我支配的可能），引起生存观念的变革，以达到解放人生的目的。生存观念的变革，是本书思维的中心。从个人方面来看，我们希望你从繁重芜杂的社会工作和世俗杂务中退身而出，回到新鲜、亮洁、轻松的人生自娱和生命的自我创造之中，改变简单乏味的生存现状。无论社会生存对你的压力多么大，你要尝试从退出开始的变化，让自己对简单生存只支付较少的时间，而有大量的时间处在闲散中。这一方面你要适度减少社会需求，另一方面你要增大攫取社会物资的个人能力。这样，你便有可能从简单生存向意趣性生存提升。生命开始出现更丰富的意涵和妙趣，本能和精神性需求更加主导人生。人的心性开始灵活，生命的创造欲望和自尊开始强盛，强大的道德感开始出现，不仅悲悯自我和他人，也波及其他的生命事物和非生命事物。至此，人的生存品质完成了变革。人在别一样的存在中，开始另类的生存感知，也可以叫做本己的感知。在这种状态中，人才有本己关怀和终极信仰。生命才能真正实现超脱，豁达而虚怀若谷，轻松只是它的最初级意义。生命达到这种境界，已不再会有俗人的沉重心理。在他们眼里，一切都是自然的，不在是非判断之中的，符合自然意志的，人，何悲之有？从与他人的关系方面来看，我们希望从阶级对抗社会的斗

争、攻击、敌意情结中摆脱出来，回到同类相亲，平等而分享的人际关系中。人们相互友善，相得益彰，共同沐浴在和平的金色阳光之中。社会在鼓励财富创造和差异时，对社会弱势阶层给予广泛而稳定的多重保护。政治由阶级政治，政党政治向低调政治，公益政治，包容性政治变化。当然，这可能太理想化了。一时半会难以奏效。甚至是海市蜃楼。但是历史自身的文明性进步，社会自身的不断文明化，以及人类在 20 世纪已经完成的文明进步，使我们有足够的信心，期待人类更美好的明天。我们的子孙后代应该有更美好而文明的未来。我们的期待正在历史进步的潮头中日益露出美妙的晨曦。人们，你们完全可以从现在开始便跃跃欲试。如果你能在这样的人际关系高度对待社会 and 他人，你便有可能解下沉重的他人对抗之枷锁，让野蛮而又浮躁的心，轻松下来，和善下来，以便游刃有余地对待自己的人生。生命的目的和意义，在于生命自娱和自我创造，不在与他人的斗争、争吵和相互掠夺，也包括变态地渴望他人认肯。一个有着较高文化修养和达到较高生命层次的人更应该自觉地做到这样。

概括地来看，我们倡导的低调、和平、分享的社会理想和人际关系，代表了时下消费文明的一种主要特征。这是后工业社会向知识经济社会过渡的一种文明指向。不过，就我们的陈述来看，更强调了“个人中心”和“有限社会文明”，我们试图通过这种强调，来最大可能地体现出“个人的本己关怀”。我们希望这种由“个人本己关怀”启动的生存革命，不仅仅只是几个空洞的口号或文学青年

似的漫无边际的个人幻想，而是从生活实际出发，从身边的具体小事开始，从“我”开始，倡言生存革命和体证生存革命。本书完全是一本关于人生生存和价值取向的观念革命的前卫读物。它是一种遥远的光和晨曦中的号声，和世俗社会有相当的距离。但是，我们所倡导的生活方式及他人原则却是温和的、兼容的、不排他性的（符合生活和历史发展的潮流），这是我们理性的、温和的、学者式的态度，符合我们的文化宗旨的主色调，也少一些年轻人的意气 and 冲动，显得心平气和一些。本书在内容上，除了追求前卫文化特征（消费文化特征和价值生存文化特征）和个人本己关怀外，还很注重人生实用性，对具体问题，多有技术性分析和智谋性思考，以供阅读者参考。本书在行文上，尽量使文字通俗浅白，不饰雕琢，间夹一些机趣和反讽，以交谈性的口吻，随意性的话题，打消生命话题的表面严肃性和沉重色泽，以使阅读者在漫不经心的准消闲中，获得文化启迪和生命启迪，从而觉悟和实现自己的本己关怀。轻松、浪漫、个人地开始人生，进入生存和生命的自我创造。当然，人生的道理是不可穷尽的，人生是一本读不完的书。虽然，人生的道理似乎浅显明白，但要在整体上吃透它，并落实到行动上，恐怕不是十分容易的。没有足够的智慧和耐心恐怕做不到。就人生的道理不可穷尽这一点来看，我们不可能给你一个包罗万象或万用包灵的法子，周济人生。那有点勉为其难，也违背了客观实际，只有蠢人才会这样奢望。我们只是想从那些最普遍的现象和道理开始，引起你对人生的智慧思考，从而有益于



你的人生。就人生是一本读不完的书这一点来看，我们也绝不敢冒充您的老师，我们只是一个朋友，跟您闲谈，谈得您高兴了，给我们一个微笑；谈得您不高兴了，我们给您一个歉意的笑。就人生的道理好懂不好做这一点来看，我们要提醒你不要傻乎乎地自认为高明，在开始的这一点上就被打败了。这牵涉到“知行合一”的问题。“知”和“行”都是一个“老大难”。“知”也不容易，“行”也不容易；“知”也有限，“行”也有限。在哲学上很难说清一个行为主体的这两个面。对普通老百姓而言，我们要提醒两点：（1）就“知”而言，一个傻瓜是，人家一说，他什么都知道；人家不说，他什么都不知道。他没有自觉的思考和领悟能力，这是一个很不好的地方，必须克服。不然，自己实际上就处在一只猪的位置上。猪，只能被人宰杀，让人家卖个好价钱。（2）就“行”而言，道理似乎明白，都没有做，做不好，做不到。这可能欠缺个人、环境和机会等多种因素。但原谅自己是无益的。一种好的理解和机智，如果不在行为上作用于生活，很实际地见诸于生活，它就无异于纸上谈兵，一钱不值。在学而致用的方面，人必须下更大的功夫，动更大的脑筋，智慧而务实，才能收到较好的效果，为人生服务。说起这个“知行合一”的问题，我自己就有很多这样的笑话。常常为一些小事，跟人大动干戈，拼死相较，拿生命为儿戏。这严重违反了我作为一个智囊人物，为人智谋修养的身份和职业。一次，我的一位摇滚音乐人朋友（他叫何国泉，艺名苍鹰，他胸怀

面特征：苍天有眼，鹰击长空）对我苦笑着说，“想不到一个写出《修炼人生·108忌》的人，为那点小事要打架……”他的话对我印象很深，前两天在一个酒桌上，我跟一个人说两句没有油盐的话，差点砸了桌子，让主人和周围其他的人很没有意思。当然，我们更悻悻地没趣。我想起唐代大诗人李白，他也曾手握利刃，与人格斗。这都是不符合他的身份和教养的。一介书生文人赌武，恐怕也占不到什么便宜。李白是这样。我当然也是这样。如果那次我听到那人扯淡的话，不予理会，不当回事，不认真，嘻嘻哈哈，或佯装唯唯喏喏，给他一个后现代消解，不是省事得多吗？冤枉动了那么多口舌，气伤了身子。不过，这又回到了“知行合一”的怪圈上，道理好讲，行为难做。人，战胜自己的情绪和非头脑，真的不容易。尤其在自己心情不好的时候，心态不好的时候，偶发事件的时候。但，要想人生少生事端，自己安逸，恐怕还是要要求自己善用智慧，善用谋略，不仅在语言上显示智力，还要将智力体现在生活行为上。这样，你就有福了，省事了，人生安逸了。

让人生十分地真实，十分地开放，十分地智慧，十分地亲切，十分地轻松。阿门！

1999年于中国广州

# 目 录

自序	(1)
1 做一个心里有狠劲的孩子	(1)
2 要做具体的事情	(3)
3 亲近异性，最好的朋友是异性	(8)
4 走出家门	(14)
5 我还年轻，我输得起	(17)
6 把年轻当作生活	(20)
7 拒绝成为“阿斗”	(24)
8 为人生寻找条件	(28)
9 扁扁的钱夹子，让我们想到了什么？ 去赚第一个铜板	(32)
10 血气方刚不好	(36)

- 11 和长者交朋友，向长者求教 ..... (39)
- 12 去吻第一个恋人，  
擦开异性神秘的面纱 ..... (42)
- 13 初恋不一定要成功 ..... (45)
- 14 尽早结束青春期的“白痴阶段” ..... (49)
- 15 去拜访第一个名人 ..... (51)
- 16 熟读一部古典名著 ..... (54)
- 17 年轻出名是一种阳光，  
但阳光也有自己的阴影 ..... (57)
- 18 追求成就，激励自己 ..... (60)
- 19 阅历高于成功 ..... (64)
- 20 尝试多种可能 ..... (67)
- 21 向冠军挑战 ..... (71)
- 22 从失败开始 ..... (74)
- 23 六十分已经很多 ..... (77)
- 24 “混”个高学历 ..... (83)
- 25 本来就什么也没有 ..... (87)
- 26 拼出一个权威来，建立个人品牌 ..... (91)
- 27 学历重要，能力更重要 ..... (95)
- 28 获取知识可以有更多的方式和途径 ..... (99)
- 29 青春伙伴 ..... (104)
- 30 耸耸肩就可以算了 ..... (108)
- 31 别夸张自己的不幸 ..... (110)
- 32 别为“坏人”而痛恨社会和人生  
别为“坏人”而自我消沉 ..... (113)

33	打青春这张牌 .....	(116)
34	经受委屈 .....	(119)
35	打破心结幻象 .....	(122)
36	要经常对人说 Sorry .....	(124)
37	要抑制对人说“不” .....	(126)
38	给对手（或政敌）一个微笑 .....	(128)
39	给人面子 .....	(131)
40	见面要打招呼，走时要道别 .....	(133)
41	不需要上班 .....	(137)
42	睡懒觉真好 .....	(141)
43	游手好闲是一种境界， 一种生存，一种意趣 .....	(144)
44	圣奥古斯丁——回头浪子 .....	(148)
45	我的谋生手段 .....	(151)
46	用上流社会赚钱 .....	(154)
47	向对手投降，让他们去做英雄， 我们不做英雄 .....	(159)
48	寻找，但不放弃眼前 .....	(163)
49	要为生存动更多的脑筋 .....	(168)
50	不做观念的俘虏 .....	(172)
51	战胜你的情绪 .....	(176)
52	学会点头称“是” .....	(179)
53	凡事先说“好” .....	(182)
54	在人群中富有个性，这有点“茗” .....	(184)
55	“低头”战术 .....	(187)

- 56 告诉他（或她），你赢了，  
我输了，我没有你行……………（191）
- 57 教父从不威胁别人……………（194）
- 58 学会和陌生人打交道……………（197）
- 59 与人打交道，要有充分的耐心……………（201）
- 60 脾气暴躁的危险……………（204）
- 61 多嘴容易暴露你的心迹……………（207）
- 62 看别人在做什么，他们为什么  
要那样做……………（210）
- 63 低调对待敌意……………（213）
- 64 拳头不能轻易打出去……………（215）
- 65 不要得罪上司或冲撞权贵……………（217）
- 66 也要显示羽毛……………（221）
- 67 调动对方说话……………（223）
- 68 发现对方的需要，我为你服务……………（226）
- 69 我来了，意味着财神爷来了  
（怎样使用人际资源）……………（230）
- 70 不当别人的先生……………（233）
- 71 借朋友之力，一个好汉三个帮……………（236）
- 72 赞赏别人的长处……………（240）
- 73 尊重他人的独立……………（243）
- 74 轻松也能成功……………（248）
- 75 面对上帝，要永远率真……………（252）
- 76 保持你的半饥饿状态……………（255）
- 77 在价值创造基础上的个人生存……………（258）

78	与人分享和爱心·····	(263)
79	适度放弃：有限竞争和有限财富·····	(268)
80	成为一只不吃人的狼， 这是你良知的最高表现·····	(273)
81	感受人生，但没有必要从一而终·····	(275)
82	生存质量·····	(279)
83	人性潜能·····	(284)
84	生存之意趣和生存之精神性·····	(287)
85	艺术是拥有尊严的最佳捷径·····	(292)
86	消解逆境·····	(297)
87	遗忘并非坏事·····	(301)
88	活得富有，不如活得新鲜 活得尊贵，不如活得闲散·····	(305)
89	不难为人，得饶人时且饶人·····	(311)
90	同情穷人，但只与成功的人合作·····	(314)
91	自危意识——远离隐患·····	(319)
92	不戳穿对方，落个心情愉快·····	(324)
93	化解难堪和敌意·····	(327)
94	学会不表达什么·····	(334)
95	人总是有私心的，要避开他们的锋芒·····	(339)
96	在回击对方时，吵架是最笨的一种方式·····	(345)
97	怪罪人无益·····	(348)
98	不要在背后议论人，坏话更有耳·····	(351)
99	你有多大能耐·····	(354)
100	要有宁静的时光给自己·····	(356)

6	101	倾听最上算 .....	(359)
重 塑 人 生 · 1 0 8 谈	102	一生有做不完的事 .....	(362)
	103	永远年轻的心态 .....	(366)
	104	向年轻人学习 .....	(371)
	105	学会妥协 .....	(375)
	106	人生求个平安 .....	(379)
	107	看看世界已经足够 .....	(383)
	108	轻松地离开，对“结局”的一种奢望 .....	(386)



## 1 做一个心里有狠劲的孩子

要是让我给你设计，你应该不是一个听话的孩子，看起来有点像个“坏”孩子，但是你却是一个心里有狠劲的孩子。

人，立身在天地之间，跻身在芸芸众生之中，什么都可以欠缺或变通，唯独这个“狠劲”不能没有或打折扣。人生就需要这种“狠劲”，人生必须有这种“狠劲”。有了这种“狠劲”，才可能拥有成功与尊严。美国职业篮球巨星乔丹正是有了这种“狠劲”，才能够在高手云立的篮下，双手轻松揽篮；世界短跑冠军刘易斯，也是有了这种“狠劲”，才能远远地把世界抛在后面；中国大伟人毛泽东，更是有了他那种“欲与天公试比高”的独特“狠劲”，才能够走出韶山冲，打上井冈山，打遍全中国，威镇中南海。而没有这种“狠劲”，甭说什么大事也做不成，只怕连当一个平安的庸人也不大可能吧！因为，在这样一个竞争白热化了的世界，在这个强者胜赢，弱者淘汰的社会，“无能”，便是十八层地狱的烙印。活着，的确不容易！虽然本书倡言轻松人生，但人生委实无法轻松。正是因为人生没有轻松，我们才寻找各种技巧、方法和变通，来消解人生的沉重和艰辛，以使生命能够比较鲜活、自在而随意起来。这当然有很强的主观意愿色彩。回到现实之中，我