

开启人生

宿春礼 编著
邢群麟

知曰慧的100个锦囊

●智慧处事的随身百宝箱●成功做人的贴身指南针●

KAIQIRENSHENG
zhihuide100gejinang

一个智慧锦囊就是一名导师，教你抚平心灵的创伤；
一个智慧锦囊就是一位智者，帮你滤去年少的轻狂；
一个智慧锦囊就是一个朋友，陪你走过颠狂的风雨；
一个智慧锦囊就是一个向导，引你突围迷茫的时空……



经济管理出版社
ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE



开启人生

知曰慧的100个锦囊

KAIQIRRENSHENG
zhihuide100gejinnang

一个智慧锦囊就是一名导师，教你抚平心灵的创伤；
一个智慧锦囊就是一位智者，帮你滤去年少的轻狂；
一个智慧锦囊就是一个朋友，陪你走过颠狂的风雨；
一个智慧锦囊就是一个向导，引你突围迷茫的时空……

宿春礼 编著
邢群麟



经济管理出版社
ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

开启人生智慧的 100 个锦囊 / 宿春礼, 邢群麟编著.
—北京: 经济管理出版社, 2007.2

ISBN 978-7-80207-852-9

I. 开... II. ①宿...②邢... III. 成功心理学—通俗读物
IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 007489 号

出版发行: **经济管理出版社**

北京市海淀区北蜂窝 8 号中雅大厦 11 层

电话: (010) 51915602 邮编: 100038

印刷: 北京晨旭印刷厂

经销: 新华书店

责任编辑: 何 蒂 张 艳

技术编辑: 杨 玲

责任校对: 超 凡

720mm×1040mm/16

20 印张 367 千字

2007 年 3 月第 1 版

2007 年 3 月第 1 次印刷

定价: 29.80 元

书号: ISBN 978-7-80207-852-9/F·724

·版权所有 翻印必究·

凡购本社图书, 如有印装错误, 由本社读者服务部

负责调换。联系地址: 北京阜外月坛北小街 2 号

电话: (010) 68022974 邮编: 100836

开启人生智慧的100个锦囊

前言

preface

古代，有一个擅长雕刻的匠人，他的雕刻技术远近驰名，常有人来向他请教个中秘诀。

他不藏私地说：“最重要的秘诀是两项：一是要把鼻子雕大一点；二是要把眼睛雕小一点。这样的话，若鼻子太大了，还可以向小的方向修改，眼睛太小了，还可以再加大。但是如果一开始鼻子就小了，以后再也无法加大，眼睛一开始就雕大，就没有办法再改小了。”

道理很简单：凡事都留点余地，事情还会有完善的空间。

雕刻需要技巧，人生也是如此，生活总是以各种方式在教我们成长，成长是没有尽头的，如果你不懂得技巧和方法，只会碰得头破血流。

生活、学习、工作中都会遇到一系列的问题，有时让我们陷入困境：身心焦虑、丧亲之痛、朋友反目、遭人暗算、被人拒绝、背负压力……

面对种种的困境，你需要有这样一位雕刻师，用他的大度和睿智来帮你点拨和化解；你需要有一位温和的长者，用他沧桑传奇的阅历来帮你抚平心中的孤单和忧伤；你也需要一盏心灯，用它温馨的光芒照亮你今后人生之路的轨迹……

这本《开启人生智慧的100个锦囊》，细数了人生中100个常见的典型困境，道出了其中的破解之道，读起来就像是一剂中性的良药，有淡淡的苦味却能治根本。

这100个浸润着智慧的锦囊告诉我们：

在诱惑面前，要懂得自制。因为欲望是一个无底洞，永远无法满足。简单的知足会让你的生活更加有滋有味。

在不幸面前，要学会笑一笑。笑是一种心境，也是一种洒脱。微笑是世界上最美丽的表情，它让你淡泊宁静，睿智洒脱。

遇到他人恶意伤害时，要懂得为自己辩解，这是保护自己的一种方式。如果不据理力争，受伤的只能是自己。不去伤害人，但是也要避免被人伤害。

被误解时，要用随和的心态坦然面对。清者自清，浊者自浊，面对不是原则性的伤害，要学会忍让。当真相大白的时候，你的无私、大度、坦然会别有一番魅力。

当有人向你倾诉痛苦的时候，不妨先倾听，要给对方一个解脱的机会，更能拉近彼此的距离。认真倾听也是一种表达的方式。

当有人在对你的行为说三道四的时候，不妨装作没听见，要坚持走自己的路，就会事有所成。只有不受外来干扰的人才能走更远的路。

如果有人做了错事，不要当众指责，太重的批评只能让他从此唯唯诺诺，裹足不前。要给他以善意的包容引导，教会他承担错误，从中总结教训，使他变成一个很有素养的人。

如果有人的要求实在无理，要委婉地拒绝，让对方知难而退。“不”字很简单，但说起来很难，可还是要学会。不是所有的事情都在你的能力范围之内，你违心的承诺或许只能给自己带来麻烦。

.....

所有的破解之道，本书都以锦囊的形式为你提出，每个锦囊都用一个故事加点评的方式来总领，再用两个小小的智慧链接补充阐释，使主旨得到升华和延伸。本书文字简单、道理深刻，有四两拨千斤的功效，能让你的生活、学习和工作少些无奈、波折，多些精彩、洒脱。

开卷有益，相信每位读者都会有所收获！愿你读过此书之后，在以后的岁月里，多一些开心笑颜，也多一些成功的元素。最后，恳请各位读者能对本书的疏漏和不足之处提出指正和好的建议！

开启人生智慧的100个锦囊

目 录

contents

1 放弃负面心态，选择快乐人生 1

乐观地面对不幸，是一种智慧，也是一种幸福。毕竟，生活要继续，负面心态只能让你永远地留在不幸的阴影之下。

2 稍加变通，有更多的路可以走 4

稍加变通，棘手的事轻而易举；稍加变通，黑云也有它的金边。在竞争中，千万不要陷入名次和奖品的死胡同。

3 帮助别人就是帮助自己 7

善有善报。当别人需要的时候，伸出你的手远比袖手旁观潇洒。与人方便也是与己方便，即使这种方便是来自多年之后，也足以让人体味到当初的感动。

4 相信自己的判断，不曲意听从 10

不要迷信权威，不要生活在别人的阴影之下。无论何时何地你必须保持独立自主，不要被他人控制。

5 接受竞争，更能适应生活 13

对手和你就像是一枚硬币的两面，一起相依才是一个整体，才有它本身的价值。没有了对手，你也就没有了前进的动力。

6

用心准备，才能抓住机会..... 16

一切都这么艰难，艰难是因为自己以前没有准备；一切又是这么简单，简单是因为自己现在有了准备。准备就好像是打基本功，打好了才能得到机会的垂青。

7

有事先做，绝不拖延..... 19

穷富又如何，向着目标，带着信念，穷和尚去了又回，只因为付诸了行动。就像穿过了黑暗才能到达黎明，而只有付诸了行动才能实现自己的目标。

8

主动抓住机会表现自己..... 22

机会绝不会自动地找到你，你必须不断而又醒目地展示自己，引起别人的关注才有可能得到机会的垂青。所以，主动抓住机会表现自己，说不定能和机会一见钟情呢！

9

保持平常心，烦恼自然少..... 25

保持内心的宁静，不随外界事物的变迁而喜怒哀乐，这种顺其自然的境界实在高妙无穷。要知道，贪婪的人总是因为意外的得失而大呼小叫，幸福的人总是在有无之间记得快乐的成本。

10

打破局限，给出新见解..... 28

为什么不能突破局限，换一种思维呢？打开一扇窗，会是另一番新天地，别样的风景，更多的机遇。

11

摒弃绝望，继续好好生活..... 31

生活让你哭泣的时候，一定要努力微笑。只有笑对不幸，坚守希望的人才是真正的强者。

12

不露声色地给人台阶下..... 34

谁都不愿把自己的错处或隐私在公众面前“曝光”，一旦被人曝光，就会感到难堪或恼怒。必要时可委婉地暗

示对方已知道他的错处或隐私，但不可过分，只需“点到为止”。

13

忠言顺耳更利于行 37

忠言逆耳，之所以“逆耳”是因为太直接，没有人心甘情愿地接受毫无遮拦的批评。忠言顺耳，不是虚伪，也不是做作，而是利用人性的弱点和恻隐之心来达到劝说的目的。

14

清除心理障碍，勇往直前 40

很多时候，因为无法突破心中的瓶颈，所以跳不过横竿。只有克服了心里的畏惧和界限，才能超越障碍，使自己的成功达到期望值。

15

分段实现大目标 42

设定一个正确的目标不容易，实现目标更难。把一个大目标科学地分解为若干个小目标，落实到每天中的每一件事上，不失为一种大智慧。

16

尊重自己才能赢得别人的尊重 45

缺乏自尊的人是可悲的。只有尊重自己，才能让对方明白尊严的真正含义，因为自重，所以赢得尊重。

17

坦然接受生活现实，不为环境所左右 49

存在即合理；面对冷酷的现实，我们或许会无能为力，但却有掌控自己的能力，所以，坦然接受生活现实吧，不为环境所左右。

18

关键时刻敢于冒险 52

不敢冒风险的人，是很难获得成功的，因为风险与成功相伴相随。要想什么都拿第一，就得承担连一个第一都得不到的风险。

19

用微笑化解生命的痛 56

在人生的旅途中，无论你是成功者还是失败者；在爱情的舞台上，无论你是得意者还是失意者，你都不要忘记送给别人一个微笑。

20

凡事留点余地 59

做事留点余地，也是给自己留条后路。世事无常，总会有意想不到的可能，小心谨慎地做事，虽然保守，但也不失为保全之策。

21

耐得住等待，苦尽甘来 62

人生的旅途中，我们或许不仅仅是要等待三天，或许是三十天，三个月，甚至三年。可是把不幸折叠，一切都能恢复正常。时间是剂灵丹妙药，它能置换掉心中难以抚平的伤痛。

22

以其人之道还治其人之身 65

以其人之道还治其人之身，并不是以暴制暴，也不同于以牙还牙。这里，它只是一个锦囊，用来解除尴尬和难堪。效仿对方的思维方式和行为模式，让问题迎刃而解。

23

给予比得到更快乐 68

一个人的生命，除非有助于他人，除非充溢了喜悦与快乐，除非养成了对人怀着善意的习惯，并从中得到喜悦与快乐，否则他就不能称为成功，也不能称得上幸福。

24

承认这个世界的不完美 71

人生太完美了，也就没有了生活的乐趣。所以残缺也是一种美，接受不完美的自己，便有足够的时间欣赏身边的风景。

25 逐步深入，达到目标 74

遭到拒绝的时候，用迂回的战术，层层逼近，逐步深入，而不是在正面碰个头破血流。退一步从小处着眼，更容易实现目的，达到目标。

26 以退为进，柔能克刚 77

我们都知道，只有先后退一小步，才能前进一大步。无论是推销也好，谈判也好，暂时的退却是为了将来的进攻，这也是“退”与“进”的辩证法在工作中的灵活运用。

27 面对嘲笑和愚弄，反唇相讥 80

阿凡提一身傲骨却受人遣使，杜罗夫身为马戏丑角难免遭人嘲笑。角色或许卑微，但尊严可贵，用点智慧，把嘲笑和愚弄一网打尽。

28 放弃没有意义的坚持 83

坚持是一种良好的品性，但在有些事上，过度地坚持会导致更大的浪费。一个人认准一个目标，奋力向前，本来是一件好事情，可是问题在于，如果这个目标是错的，最后只能是南辕北辙，一事无成。

29 努力创造条件，把不可能变成现实 86

自己创造条件，其实就是自己在救自己。有的时候，我们陷入的困境并不是像自己想象的那样走投无路，难以挽回。路在自己的脚下，命运还得靠自己的双手去掌控。

30 先从相关联的事说起 90

在日常生活中，有些话因为心里的自尊和虚荣不好直接说出来，不妨用含蓄的语言，间接地把意思委婉地表达出来。这不但会显得很幽默，而且往往容易达到目的。

31

遇到恶意伤害时，要懂得为自己辩解 93

小人难防，防不胜防的时候要用智慧，寻找漏洞，还自己一个清白。人和人之间是平等的，没有必要刻意放低自己的尊严。

32

善于选择，选择便无悔 96

人生，可悲的是它不能重来，可喜的是，它也不需要重来。因为选择不同，每个人生命的轨迹才不同，人生因此而多姿多彩。

33

求人不如求己 99

不要把自己的命运寄托在别人的身上，要用自己的力量来拯救自己。学会对自己负责，学会对自己的生命和命运负责，这是一个人战胜逆境、向着成功所迈出的至关重要的一步。

34

背负压力，更有利于前行 102

有压力不一定是坏事，在冲破压力的同时，我们会明白：只有加倍努力和奋斗，方能脱颖而出，做一个生活的强者。

35

适时逢迎，满足他人的虚荣心 105

给人戴一顶高帽子，是老少通吃的法子。每个人的心里都有一个柔软的角落渴望得到他人的认可，如此攻心，自然能收到预期的效果。

36

被人拒绝，仍要保持礼貌 108

求人的时候保持礼貌可能会被拒绝，但不保持礼貌就一定会被拒绝。礼貌待人也是尊重他人，而尊重他人的同时也一样会被他人尊重。

37

大事精明，小事糊涂 111

难得糊涂，糊涂难得，人的一生不必太较真，遇大事的时候分清轻重，小事糊涂一点，人生多自在。

38 巧借他人之力 114

蒲公英借助风力把它的种子撒向四方，鸟儿借助树木把它的家安置妥当，世界上哪有不借外力而孤立存在的人呢？

39 坚持自己，别太在意别人怎么说 116

面对困境和难关时，不要过分在意别人的议论，只要自己认为对的就用心去做，相信自己终会成功。

40 办大事也要注重细节 119

决定命运的有时是小事，决定小事的就是教养、人格和胸襟。

41 多一些爱心，少一些人伤心 121

爱心多一点，不仅会给这个世间添些温暖，加些柔情，更多的是给自己留了一条美丽的天堂之路，让我们暂且相信有天堂。

42 从根本着手才是解决问题的关键 124

生活中，养成好习惯，克服坏习惯；让自己变得勤劳善良，能克服懒惰假恶；交好朋友，便也远离了不适合交往的人……

从根本着手，既解决了问题的关键，又防止了问题再“复发”的可能。

43 用幽默的方式思考问题 127

谁都知道，里根讲的不是真话，可这随机应变的调侃，这临场发挥的机智，化解了各种幸灾乐祸、担忧和尴尬的心理情绪，让人会心一笑，从此传为经典佳话。

44 激起对方的恻隐之心，获得原谅 130

人类天生就具有恻隐之心。运用眼泪战法，对人苦苦哀求，动之以情，这种求人术，古今中外，屡试不爽，原

因就在于此。

45 消化别人的忠告 133

别人能给予你生命，但不能替你生活。别人能教你许多东西，但不能强迫你学习。别人能指导你如何做人，但不能为你所有的行为负责。别人能告诉你怎样分辨是非，但不能替你做出选择。

46 走自己的路，不盲目追随别人的脚步 136

经验很重要，可是仍然要从自身的实际情况出发，不必盲目跟风，别人的经验未必适合你的实际情况。

47 忧虑时，想想最坏情况 139

每件事情、每个问题都会有正反两面，在客观冷静地分析后，内心最深处的恐惧，也许就会自行化为乌有。

48 克制贪欲，避免灾祸 142

人的欲望是没有止境的，它就像是一个无底洞，深不可测，一旦摔下去便没有了生还的可能。欲望越小，人生就越幸福。

49 再坚持一点点，别半途而废 145

其实，有时成功离我们只有一步之遥了，关键时刻，再添一把柴，九十九摄氏度的水就能达到沸点了！有的时候质变就取决于这最后一度，就像黑夜和白天，只隔一瞬间。

50 提高警惕心，提防小人下套 147

害人之心不可有，防人之心不可无。不是这个世界无情，也不是因为这个社会无义，只因大千世界有我们难以负荷的复杂。如果不想陷入无奈的悲哀，从现在起，开始保护自己，善良也要坚强。

51

执著于梦想，百分百努力 150

梦想是最美好的希望，是远大的目标，是成功的根本动力，每个人都应该有梦想。但是仅有梦想是不够的，要让梦想成为现实，就需要我们付出百分之百的努力。

52

出了问题，多问几个为什么 153

智商再高，不明白的事儿也有很多，问一下又何妨？而且这能避免一无所知而盲目的笑话。把问题弄清楚了，去做的时候心里才会有谱，脚下才会有底。

53

愤怒时，懂得制怒之道 156

怒气似乎是一种能量，如果不加控制，它会泛滥成灾；如果稍加控制，它的破坏性就会大减；如果合理控制，就有可能化解怒气，心平气和。

54

把握时机，把劣势转化为优势 159

在人生的旅途中，总会遇到绊脚石，及早发现绕道而行固然好。但是如果被绊倒了，就哪里跌倒哪里爬起来，并且还能借着绊脚石翻墙出去，走更远的路。

55

勇于承认自己的无知 162

没有人是百科全书，自己也不一定比人家内行人更专业。勇于承认自己的无知，便会减少很多讽刺的结局。

56

主动承担自己犯下的错误 165

列宁说过：“认错是改正的一半。”那么另一半是什么呢？另一半就是采取一切可能的措施去弥补自己的过错。这不仅可以将你为错误付出的代价最小化，还可以让别人进一步了解你的能力和潜在价值。

57

学会自我克制，抵制诱惑 168

小时候缺乏控制力的孩子，成年后成功的概率都很小；反之，那些小时候便能控制住自己的孩子，往往能够更好地把握自己的人生。

自我克制，是驾驭内心“战斗”的有力武器，也是成功的基石。

58

放眼长远，舍掉一时小利 171

无论是学习还是工作都不要急功近利，不要为了眼前利益而牺牲了长远的利益，那样只会得不偿失。

要想成功就要学会放弃，只有放弃眼前小利益，才能获得长远大利益。

59

说话之前先倾听 174

如果您想成为好的对话者，您就应做一个善于倾听别人讲话的人。

要记住：与您谈话的那个人，他对自己的事情比对自己的事情更感兴趣。

60

忍让宽容化解干戈 177

冤家宜解不宜结，报复只能让仇恨的毒瘤越长越大，伤害别人的同时也会伤害自己。宽容别人需要肚量，也要经历内心的挣扎。面对已经发生的事情，报复挽救不了过去的种种，只有淡定的宽容能带给人解脱。

61

坦承事实，让对手失去攻击的靶子 180

上帝造人的时候，就给每个人附加了缺点，不可能因为巧妙的掩饰而消失掉。坦率地承认事实，倒可以正视自己，不断克服弱点，取得进步。

62

被误解时，坦然面对 183

遇到误解，坦然相对。这种宽厚的态度，会使生活中太多的委屈和误解对我们的伤害降到最低。