

人 品

everyday greatness

《高效能人士的七个习惯》作者史蒂芬·柯维博士最新巨献
精选美国《读者文摘》经典故事解读人品

[美]史蒂芬·柯维 著 Stephen R·Covey

RP
让生命更美好
让自己更强大
让心境更平和
让梦想更靠近
让交往更顺畅
让困难更渺小
让生活更幸福



中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS

人品

everyday greatness

《高效能人士的七个习惯》作者史蒂芬·柯维博士最新巨献
精选美国《读者文摘》经典故事解读人品

[美] 史蒂芬·柯维 著 Stephen R. Covey

RP
让生命更美好
让自己更强大
让心境更平和
让梦想更靠近
让交往更顺畅
让困难更渺小
让生活更幸福



中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS

图书在版编目(CIP)数据

人品/(美)柯维著;陈允明等译.

—北京:中国青年出版社,2007.1

ISBN 978-7-5006-7256-2

I.人... II.①柯... ②陈... III.个人—修养—通俗读物

IV.B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 154917 号

Everyday Greatness

Chinese translation Copyright ©2006 by China Youth Press

Copyright©2006 by FranklinCovey Co. and The Reader's Digest Association, Inc.

All Rights Reserved.

This translation published under licence.

人 品

作 者:[美]史蒂芬·柯维

编 者:[美]戴维·哈奇

译 者:陈允明 王亦兵 王 军 王建华

责任编辑:刘 琨

美术总监:夏 蕊

美术编辑:牛 晶 朱 健

责任监制:于 今

出 版:中国青年出版社

发 行:中国青年出版社北京中青文图书有限公司

电 话:010-65516875/65516873

网 址:www.antguy.com www.cyb.com.cn

制 作:中青文制作中心

印 刷:北京新华印刷厂

版 次:2007年1月第1版

印 次:2007年12月第3次印刷

开 本:787×1092 1/16

字 数:226千字

印 张:14

京权图字:01-2006-7176

书 号:ISBN 978-7-5006-7256-2

定 价:36.00元

我社将与版权执法机关配合大力打击盗印、盗版活动,敬请广大读者协助举报,经查实将给予举报者重奖。

举报电话:

北京市版权局版权执法处

010-84251190

中国青年出版社

010-65516875

010-65516873

中青版图书,版权所有,盗版必究



目录

史蒂芬·柯维博士致读者	5
让生命更美好	13
仁慈——仁者无敌	15
独特——天生我材必有用	20
关爱——爱就一个字	24
奉献——春蚕到死丝方尽	27
牺牲——学会放弃	34
让自己更强大	39
责任——遇事有担当	41
主动——天上没有馅饼	48
勇气——颤抖着前进	54
自信——我是最棒的	60
自律——冲动是魔鬼	64
让心境更平和	69
正直——天地之间有杆秤	71
诚实——骗不过自己	78
谦虚——三人行必有我师	82
感恩——滴水之恩涌泉报	88
快乐——享受每一天	93

让梦想更靠近	97
远见——会当凌绝顶	99
创造——敢为天下先	108
学习——学海无涯苦作舟	114
质量——没有终点的赛跑	119
工作——敬业者人敬	124
让交往更顺畅	131
尊重——士为知己者死	133
移情——穿上别人的鞋	139
团结——一个好汉三个帮	144
容忍——退一步海阔天空	152
协作——一个都不能少	156
让困难更渺小	161
适应——梅花香自苦寒来	163
坚持——将理想进行到底	167
前瞻——风物长宜放眼量	173
宽恕——解放自己的心	179
幽默——一棵忘忧草	187
让生活更幸福	193
有序——别说你不在乎	195
平衡——生命的重中之重	201
简单——采菊东篱下	206
更新——磨刀不误砍柴工	211
休闲——偷得浮生半日闲	217
结束语	221



史蒂芬·柯维博士致读者

我感到很幸福。

在这个世界上,各国报刊杂志的新闻标题经常充斥着种种令人气馁的字眼,但是我每天都遇到很多来自世界各地的人,他们让我相信人性还是美好的。我为此感到幸福。

我们每天都会听到很多诸如高层官员涉嫌丑闻,有违道德规范的消息,但是我每天也能接触到不少国家领导人、商界领袖以及初涉领导岗位的人,他们正直诚信,道德完善。我为此感到幸福。

违法犯罪、自然灾害、战争和疾病在我们生活的这个社会随处可见,但是我有幸能与很多执法人员、民间组织管理者、军事专家和医疗专业人士合作,亲眼目睹他们的无私奉献和高尚情操。我为此感到幸福。

在我们这一代人中间,家长的权威以及家庭成员之间的关系遭遇到前所未有的挑战,但是我知道很多严父慈母都能够不离不弃地照顾子女,竭尽所能地为孩子提供成长的必要养分。我为此感到幸福。

现今的学校和年轻一代每天都面临无数负面影响以及敏感的社会问题,但是我认识很多兢兢业业的教师和才华横溢的青年,他们性格鲜明,有志于通过自己的努力改变身边的社会。我为此感到幸福。

不论我到达世界的什么地方,都能够遇到真正意义上的人,对我启发良多,他们来自各行各业,都为这个世界做出了贡献。这也让我感到幸福无比。

而你,也很有可能成为这样的人,成为他们中的一员。



这个时代需要的故事

是的,我相信这个世界还是好人多,他们正在做着这样那样的好事,我们不应该让消极的噪音淹没了这些好人好事,毕竟这才是这个社会的基石和主流。

但是我想说,虽然我们中大多数人的确是一心向善并为此感到心安理得,但同时也清楚地明白自己并未尽全力,即虽然做得很好,但并没有做到“最好”。一旦静下来认真思考,我们就会发现自己能够做的还有很多,能够给予这个社会的还有很多。

你是否也有过这种感觉呢?

我坚信自己最重要的工作永远不是那些已完成的,而是要完成的。我的座右铭告诉我,人生应该是渐强音。因此,我总是想要尝试新的领域,寻找新的途径来改变身边的一切。树立了这种不断进取的信念以后,我认识到本书这些文摘对于思考和行动的重要意义。这些全都是《读者文摘》几十年来最经典的成功故事,真真切切地发生在世界各地人们的身边。它们代表了一些永恒的原则,传授了如何让人生变得更加完美的道理,是我们这个时代所需要的。

对于普通读者,我希望这些故事能够实现三个目的。

首先,我希望你能够安静地坐下来,放松心情,投入到阅读中。坦白说,这就像生活本身一样,并非易事。现在的世界纷扰忙碌,而每个领域的专家又都预测未来生活只会在此基础上加倍,我们每天听到的和读到的几乎都是令人不安,甚至沮丧的信息。可见花时间坐下来,安静地读一些发人深省,激人上进的文字是多么难能可贵。我真心地希望你能够在生活的暴风骤雨中发现这里的一方净土,作为一个可以让你停泊希望的温馨港口。

其次,我希望本书能够启发和激励你进一步丰富自己的人生内容并为社会奉献更多聪明才智。《读者文摘》在上个世纪风靡全球,励人无数,很多受益者由此开始了高效而有意义的生活。我们有幸将其中数百篇最具启发的故事收录在此,希望它们中的一些能成为你前进的推动力,帮助你发挥最大潜能,让你的今天和将来的每一天都过得更有意义。

第三,我希望你能够在阅读本书后,勇于突破代际传承的框框,摒弃家族恶习,摆脱家



庭、单位、社区加诸在你身上的负面影响，打破恶性循环，从此告别平庸。当大家都在黑暗中茫然无绪的时候，你可以成为灯塔或者榜样，而不是法官或夸夸其谈的批评家；在纷争四起的时候，你可以成为平息事态的调解者或者治人伤痛的医者，而不是无奈的牺牲品或流言的源头。这个世界需要更多这样的人，请相信你自己一定能够成为他们中最出色的一个，你对周围人的影响力也一定能够与日俱增。

人品——平凡中的伟大

英雄的一个壮举或者一个奇才的横空出世有时会让整个世界瞩目，一位科学家的重大发现或者一位工程师的革命性发明有时会让世人为之欢呼。大约每隔十年就会有一份了不起的和平宣言签署，演艺界、体育界和商界每年都会有无数引致万人空巷的火爆庆典。

媒体们通常都会对这些活动大肆报道，且无一例外地赞之为“伟大”。当然，有些活动的确对这个词当之无愧，担得起公众的瞩目与掌声，因为它们代表了人类社会的重大进步。但是还有一些充其量也不过是为人们的平淡生活添加了一些必要的调味品而已。

我们都知道生活中还有另外一种“伟大”——没有那么张扬，也很少出现在聚光灯下，但却更值得尊重，更无愧荣耀。我把这种伟大称为平凡中的伟大，也就是人品。

在有些场合，我会把人品称为“主要的伟大”，以区别于与名气、财富、声望、威信或职位相关的“次要的伟大”。人品关乎一种生活方式，而不是某个具体事件；关乎人自身的价值，而不是他（她）拥有什么；关乎人由内而外的道德品质，而不是其名片上印着的头衔；关乎人的目的，而不是才华；关乎点点滴滴的善行，而不是卓越成就。

如果要具体地描述什么是人品，人们通常会列举自己身边熟悉的人——比如一位多年如一日辛勤耕耘的农场主，克服生活中各种困难，供养家人，帮助邻居；也可能是一位明知自己并不完美的母亲，却能够在平凡的生活中竭尽所能地对叛逆的孩子给予无条件的爱。人们会以自己的祖父母、老师、同事、邻居或朋友为例，讲述他们诚实勤奋，尊重他人，为人雪中送炭的感人小事。最重要的是，这些人是真实存在的普通人，因为人品的主角并不一定要成为将来的甘地、林肯或特瑞沙修女（Mother Teresa，曾获1979年诺贝尔和平



奖——编注)。

这些人属同一类人,他们总是能在充斥着消极噪音的世界中找到奉献社会的途径,而最最关键的是,这就是他们日常生活的内容。

日常生活中的三大选择

那么,怎样才能积累人品,其根源和基础又是什么呢?

我认为一切都取决于日常生活中的三大选择,在做这些选择的时候,有些人是有意识的,而有些人则是无意识的。

一、对行动的选择

每人每天都要做出的第一个重大选择是:我是主动地去选择生活还是被动地让生活选择我?

当然,生活中有很多东西都是我们无法控制的,如果把生活比作大海,那么接踵而来的事情就好比一波又一波的巨浪。有些事情是偶然的,对我们的影响有限,还有些事情则对我们意义重大。不管怎样,我们每天都要选择——是当随波逐流的浮木,任事务缠身,还是积极主动地掌握自己的人生方向。

从表面上看,这类选择并不困难。毕竟,谁不愿意做自己生活的主人呢?谁愿意每天被动地接受生活的安排呢?谁愿意随波逐流,一切听之任之呢?但是,只有当一天已经结束,回首我们在这一天的实际行动,才能真正得出结论。有些人虽然口口声声说要当生活的主人,但却每晚都把时间拱手让给电视,让电视节目决定自己何时应该做什么事;有些人自诩胸怀崇高的职业梦想和目标,但却将自我技能提升的任务推给老板;还有些人标榜自己拥有坚定的价值观,可一旦遭遇哪怕一丁点的反对,所谓的坚定也就不复存在。可见,尽管很多人扬言要主宰自己的生活,但结果还是沦为生活的奴隶。

与此相反,本书中的主人公都有驾驭和掌控日常生活的能力。这些人深知现实生活不能事事如意,但自己却可以选择对待这些事情的态度和反应。他们中有些人的名字是我们耳熟能详的,但更多的还是无名小卒;有些人在关键时刻选择如英雄般挺身而出,但更多



人的选择还称不上英雄；有些人的选择发生在公共场所，但还有很多不是。这些人大多平凡无奇，每天在自己的生活中做出一些看似同样平凡的决定和选择。据我对生活的观察，凡是活得有意义且能奉献社会的人都是能够主宰自己生活的人，不知你是否也有同感。

一句话，我们能够而且应该成为自己生活的主宰和自己未来的创造者。

二、对目标的选择

但接下来的问题是：我们可能选择了成为自己生活的主宰，但事后发现我们做出了错误的决定，于人于己毫无价值，甚至有害。所以，只选择行动是不够的。

每人每天都要做出的第二个选择更为重要，即我每天做选择的目标是什么？

每个人都希望自己的人生有价值——光是忙碌还不够，我们要为了某种有价值的目标而忙碌。但在如今这样一个脚步匆匆的世界里，我们每天都要做太多事情，几乎没有时间停下脚步，认真想一想自己在追求什么样的目标和应该追求什么样的目标。在我们四周，太多人都只是匆匆忙忙地从这里赶到那里，又从那里赶到这里，却对目的地一无所知。

本书的主人公们却截然不同。不论是约翰·贝克还是玛雅·安杰罗，不论是露芭·格查克还是乔·帕特诺，不论是那个学会以病人为重的医生还是那个因为一个残疾儿童而振作的家庭，他们全都有高尚的目标，并在向目标前进的道路上做出了积极的选择。有些人在此过程中要面临很大的风险，甚至牺牲。

实际上，这本书之所以能够问世，全因当初有两个人做出了这样的选择，他们就是《读者文摘》的创始人——已故的华莱士夫妇德威特和莉拉（DeWitt and Lila Wallace）。1922年，新婚燕尔的华莱士夫妇为了生计创刊，但后来的奋斗目标就不再是赚钱，而是德威特孩童时期立下的一个志愿——不论今后从事什么职业，一定要在这个世界上尽己所能做更多的好事。夫妇二人决心用这本杂志帮助人们励志，每期都精心挑选有助于实现这种追求的故事、趣闻、小品等，宣传勇气、仁慈、正直、尊重以及团结等为他们所推崇的人品。

如今，《读者文摘》以21种不同的文字在世界出版发行，将上述人品在超过8000万的读者中推广，成为全球读者群最广的一份刊物。

华莱士夫妇就这样将自己的生活目标体现在每一期杂志中，注入每一个故事里。本书



的主人公们也是这样，每日每步地做出积极的选择，追求有价值的目标。我希望你们也能够阅读过程中了解他们坚持的这些目标，并利用这个机会思考一下，如何让自己的生活更有意义，如何为社会贡献更多。

三、对原则的选择

当然，做到这些不能靠魔法或运气。我相信积极思维的力量，但并不认为仅靠心理暗示就能够获得成功或者内心的平静。只有遵守那些超越时空限制的原则，我们才能拥有充满意义且不断进取的生活，成就非凡的人品。

由此，我们每天要面临的第三个选择就是：是遵循这些原则生活还是准备承担违背原则的后果？！

，为了更加清晰地阐释我的观点，我想在这里引用《读者文摘》1983年12月刊上登载的一则脍炙人口的趣事。虽然只是笑话，但却形象说明了原则的力量以及对我们的日常生活和选择的影响力。

在一个大雾弥漫的夜晚，一艘船的船长看到“另外一艘船”正向自己这个方向驶来。于是他让信号兵用灯光与那艘船联系，发出的第一条信息是：“请向南转舵10度。”

对方回答：“请你们向北转舵10度。”

于是这位船长又说：“我是上尉，请向南转舵10度。”

对方回答：“我是一等水手，请向北转舵10度。”

这下子激怒了上尉，于是他命令信号兵向对方说：“这是一艘战舰，立即向南转舵10度。”

对方回答：“这里是灯塔，立即向北转舵10度。”

虽然读后让人忍俊不住，但其传达的信息十分明确：船只的大小与军阶的高低在这里毫无意义，因为灯塔是无论如何都不会改变方向的，它是永恒而稳固的。船长只能在正确航线和错误航线两个选项中进行抉择。

原则如灯塔，一样具有稳固性、永久性和普遍适用性。原则不会因为一个人的年纪、种族、民族、性别或身份而变化，原则面前，人人平等，每个人都要遵守原则。原则就像灯塔一样提供一种固定的标记，让我们据此确定自己的方向，不管是惊涛骇浪还是风平浪静，也



不管是黑夜还是白昼,都能安全航行。

爱因斯坦和牛顿在科学领域发现了很多类似原则,也可称为自然法则。举例来说,飞行员必须遵守地心引力、升力、推力和空气阻力四项法则,农民必须遵守农业领域的种植法则,体操运动员和工程师必须遵守反作用力等物理法则。但这些人并非原则的发明者,也无力改变原则,他们和那位船长一样,只能选择是否改变航线,否则就要承担相应的后果——正如行为可以决定选择,后果要受原则左右。

社会领域和科学界也有像灯塔一样的原则,体现在人的身上就是人品,本书涉及到的包括远见、创造、谦虚、质量、移情、宽容、坚持、平衡。这些原则既能提高我们的效率,也能提高我们对生活的满意度。如果你对此持怀疑态度,那么请设想一下相反的生活——目光短浅,不思进取,骄傲自满,蒙混过关,思想封闭,睚眦必报,完全失衡。你绝对不可能从这样的生活中获得成功。

本书收录的故事有创作于几十年前的,但由于原则是永恒的,因此故事并不过时。它们在二十年前激励了整整一代读者,对今天的读者仍有非凡的教育意义。所以,阅读的时候请不要局限在时间或具体的人名上,应该关注故事所揭示的原则以及人们如何将这些原则应用到生活中,更重要的是认真思索如何将这些灯塔般的原则运用在你自己的生活中,照亮前途和未来,在日常生活中成就你的人品。

你该怎么做

你现在知道,人品的基础是三个重要的选择。从某种意义上说,对行动的选择指的是我们注入生活的能量,即自己的意志力;对目标的选择指的是我们设定的终点,即人生发展方向和实现途径;对原则的选择决定我们实现目标的方式。

我在开篇提到的和本书故事中出现的那些靠人品在平凡生活中创造非凡事迹的人们能够脱颖而出,全归功于他们在这三个选择上做出的明智决定。

不过这本书的主角不应该是他们,而应该是你。你如何分配自己的时间?你每天都为社会做出了什么样的贡献?你如何对待周围的人?你是竭尽所能还是有所保留?



现在请回答我以下几个问题：

- 你的生活是否如浮萍一般随波逐流？你是否能够自己掌握生活方向，选择目的地？
- 你每天所做的各种选择基于什么样的目标？你希望为自己制订怎样的目标？
- 你的生活是否遵守了永恒、普遍的原则？

这些问题并不好回答。假如你不知如何作答，或者对自己的回答不满，我希望你能够好好利用这本书。这里的每一个故事都会让你相信，人生如此重要，你有能力让它变得更加丰富，更有意义，不管世事如何变迁。

本书被分为七大部分，每部分蕴含五种人品，每种人品都配有一个故事，后面还附着我的简短评论和寓意阐释，说明如何在日常生活中积累人品。本书编排方式灵活，各章节之间相互独立，读者无须从头到尾依次阅读，随便翻开任何一页，都能够获得灵感和启发。

本书的素材用途广泛。家长和老师可以选取有意义的章节来启迪和激励青少年，职业演说家和商界领袖可以利用相关内容丰富自己的演讲，工作团队可以就某些人品进行探讨并实际运用。但最重要的是，每位读者都能从本书中找到对自己有启迪作用的观点，从而让自己的生活变得更有意义。你可以随意选择阅读方式，比如将精彩内容圈点出来并尽量在生活中加以运用，也可以在读完之后采纳后面的建议，制订一个可行计划，提高自己的人品。

每个人都是独一无二的，我相信你就是我在本文开篇所说的那种人，那种能够在纷杂世界里一心向善的人。你要相信自己的经验和才华是独一无二的，请将它们和本书蕴涵的人品结合起来。最重要的是，不要忘记生活中那三个关键的选择：主宰你自己的生活，制订积极向上而有意义的目标，遵守普遍永恒的原则。做到这些，我相信你一定会积累起足够的人品，并由此感受到更多的幸福，心情更加平和，感觉生命更有价值。

SEARCHING
FOR MEANING

让生命更美好

我内心渴望不朽。

——威廉·莎士比亚(*William Shakespeare*)

每个人的内心都渴望自己的生命有意义或
有价值,这种渴望推动我们选择能带来快乐和成
就感的人生道路。但今天这个忙碌的世界充满了
令人分心的选择,最终导致毫无价值的生命。因
此,为了保持平和的心态,获得成就感,我们必须
暂停脚步,首先明确自己的梦想、愿望和目
标——既为了自己,也为了他人。

● 仁慈——仁者无敌

● 独特——天生我材必有用

● 关爱——爱就一个字

● 奉献——春蚕到死丝方尽

● 牺牲——学会放弃

1

仁慈

仁者无敌

如果我们的生活不是为了让别人的生活有所改善,那又是为了什么呢?

——乔治·埃里奥特(*George Eliot*)

有些人以自我为中心,只为自己而活,但实际上,只有通过给予,我们才能发现生命的美丽。因此,要找机会让自己的人生更有意义,最好的办法就是看向外界和他人,并将仁慈这一原则付诸实施。

过去我们总是把仁慈这个词定义为把金钱或食物给予那些经济条件较差的人。然而,仁慈的真正内容丰富得多,它意味着付出心灵、思想和能力来让某个人的生活变得更丰富——不管其财富和身份如何,它是付诸实施的爱心。下面这个故事“火车上遇到的那个人”是个发人深省的例子。著名作家阿列克斯·哈雷(*Alex Haley*)回忆的是一个真实的故事,故事的主角与阿列克斯从未谋面,但却是他极其尊敬和赞扬的人。阅读的时候请不要简单地把它视作一个善良的好心人施舍钱财的故事。



火车上遇到的那个人

阿列克斯·哈雷(Alex Haley)

每次我和弟弟、妹妹聚到一起,都一定会谈到父亲,我们取得的所有成就都应归功于他——也归功于他在火车上遇到的那个神秘人。

我们的父亲西蒙·亚历山大·哈雷生于1892年,成长于田纳西州一个小城镇萨凡纳,是我祖父阿列克·哈雷的第八个孩子。祖父是个意志坚强的小佃农,祖母名叫奎恩,多愁善感,但在孩子的问题上很坚决,她的愿望之一就是让我的父亲接受教育。

在当时的萨凡纳镇,如果一个男孩已经长大到能下地劳动却还留在学校,就会被认为是一种浪费。所以当父亲上到六年级的时候,奎恩就试图鼓动祖父的自尊心。

她说:“既然我们有8个孩子,那完全可以故意浪费一个,让他去受教育,这样我们脸上也有光彩呀!”多次劝说之后,祖父终于允许父亲读完八年级,但毕业之后必须下地干活。

奎恩仍不满足,八年级结束的时候她又开始新的劝说,想让父亲进高中。

这种密集的火力果然奏了效。严厉的老阿列克·哈雷给了我父亲来之不易的5张10美元面值的钞票,并告诉他别想再要钱,然后就把他送去了高中。父亲首先坐骡车,然后是火车——这是他第一次看见火车,最后到达田纳西的杰克逊,进入莱恩学院预科,这个卫理公会黑人学校设置了直到大学低年级的课程。

50美元很快就用完了。为了继续学业,父亲做过侍者,干过零活,为有钱的同学做事。冬季他常常在清晨4点就起床,赶去为富裕的白人家生火,让主人在舒适的环境中醒来。

他只有一条裤子、一双鞋,总是睡眼朦胧。可怜的西蒙几乎成了校园的笑柄,大家经常发现他坐在教室里睡着了,课本掉在膝盖上。

毫不奇怪,总这样卖力赚钱的代价就是成绩不断下滑,但是父亲仍然坚持到了高中毕