

受益一生的经典读物

哈佛智慧，成就一生

哈佛家训

*Harvard Family
Instruction*

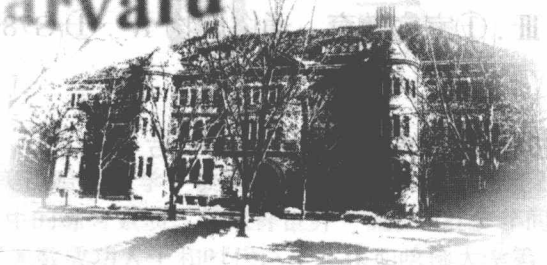
博文 主编



吉林文史出版社

JILIN WENSHI CHUBANSHE

Harvard University



哈佛家训

博文 主编



2017年2月第1版 2017年2月第1次印刷



吉林文史出版社
JILIN WENSHI CHUBANSHE

59.00元 价

978-7-2475-2475-6 号

图书在版编目 (CIP) 数据

哈佛家训 / 博文主编. -- 长春 : 吉林文史出版社, 2016.8

ISBN 978-7-5472-3369-6

I. ①哈… II. ①博… III. ①家庭教育—通俗读物 IV. ①G78-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 202142 号

哈佛家训

Ha Fo Jia Xun

主 编 博 文

出 版 人 孙建军

责任编辑 钟 杉

封面设计 李艾红

出版发行 吉林文史出版社

地 址 长春市人民大街 4646 号 邮编: 130021

电 话 0431-86037541 发行科: 0431-86037501

网 址 www.jlws.com.cn

印 刷 北京世纪雨田印刷有限公司

开 本 1020mm × 1200mm 10 开

印 张 44

字 数 760 千

版 次 2017 年 2 月第 1 版 2017 年 2 月第 1 次印刷

定 价 59.00 元

书 号 978-7-5472-3369-6

培养杰出的青少年
造就社会精英的经典教科书

前言

创建于1636年的美国哈佛大学，被誉为高等学府王冠上的宝石，无论是学校的名气、设备、教授阵容，还是学生的综合素质，都堪称世界一流。300多年间，哈佛大学为商界、政界、学术界及科学界贡献了无数成功人士和时代巨子。正如哈佛大学第23任校长科南特所言：“大学的荣誉，不在它的校舍和人数，而在于它一代又一代人的质量。”

哈佛靠什么打造了这些巨人？他们的教育中有什么深藏未露的秘密？从这些成功者身上我们不难看到，在哈佛收获的东西是他们获得如此成就的决定性因素，是哈佛精神始终鞭策他们向成功的顶峰攀登，是哈佛大学成功的教育理念缔造了他们辉煌的人生。

哈佛大学的巨大成就，关键不是因为它的规模宏大、学科众多，而在于它先进的办学理念、追求真理的可贵精神和300多年沉淀下来的闪光智慧。在人生的旅途中，大学只是一个短暂的历程，但哈佛让学生在这个短暂的历程中汲取着智慧的营养，教会了学生怎样做人、怎样做一个成功的人，并引领他们思考和感悟人生，为实现人生目标，取得成功做好积极而充分的准备。

当然，哈佛取得巨大的成就，并不完全是学校教育的成果，这其中也有学生家长的功劳。他们成功的教育方法和理念、他们培养孩子成才的坚定信心和严谨态度，以及他们将教育孩子作为人生重要目标的信念，都是哈佛精英教育的重要组成部分。

每个家长都渴望自己的孩子拥有成功的人生，要想成功，就离不开教育的作用。父母是孩子的第一任老师，家庭是孩子的第一个课堂，家庭教育在很大程度上决定着孩子的未来。但是，如何更好地教育孩子是家长们公认的一大难题。随着社会竞争的激烈发展，家长的教育职责也越来越具有挑战性，其教育理念和教育方法决定着孩子将会取得的成就。哈佛家训的成功案例告诉我们，正确的学习习惯和生活习惯是父母给予孩子的最大财富。

本书汇集了哈佛大学最顶级的教育理念和哈佛家训的精华，从人生哲理、优秀品质、杰出本领、人性弱点，以及哈佛家训等多个角度，充分诠释了哈佛大学教育理念中的精髓和哈佛家训的要旨，触及了人生中最朴素的感情和人性中最本质的东西，并挖掘出成长路上最丰富的成功内涵，为成长中的孩子提供适合其心理需求的精神养分，铸就一个哈佛学子应有的优秀品质，并树立起明确的精英意识，学会在学习和生活中自我选择，自我塑造，为成长为社会精英打下坚实的基础。

通过本书，每个家长都可以与自己的孩子一同品味哈佛教育精华，帮助他们在成功的道路上迈出坚实的一步。对于孩子来说，这里没有冗长的说教，只有无穷无尽榜样的力量。对于成人来说，这里没有累赘的语言，只有深刻的人生哲理感言。所有阅读这本书的读者——无论是涉世未深的青少年，还是经历过世事风雨的成年人，都可以与哈佛学子一起感悟人生，追求成功的真谛；听从梦想的召唤，为成功的人生树立航标；聆听成功的声音，奋勇攀登并征服生命的高峰。希望这本书中的某一个故事或者某一句话能改变你的人生，从而使你由平庸变得非凡，从失败走向成功。

编者

目 录

第一篇 百年哈佛教给学生的人生哲学

第一章 人生是什么2	第五章 美德验证人生价值21
活的是过程.....2	做人是根本.....21
人生没有输赢.....3	用真诚赢得信任.....22
人生不是用来享乐的.....3	信用是人生的一笔财富.....22
过属于你自己的生活.....4	奉献会让生命没有遗憾.....23
用平和心态对待死亡.....5	自私是“坟墓”.....24
懂得热爱生命.....5	声誉永不贬值.....25
人生没有往复.....6	宽容是金.....26
第二章 合理规划自己的时间8	正直是快速成功的有效方法.....26
时间的意义.....8	富有责任感是人生必备的品质.....27
合理利用零碎时间.....9	忠诚是无价之宝.....27
恪守时间,珍惜时间.....10	第六章 原则是不可逾越的底线29
做时间的主人.....11	哈佛之所以是哈佛.....29
零碎时间可以成就大业.....11	迁就别人也要有底线.....30
第三章 幸福在你心中13	尊重他人的立场和原则.....30
什么是最大的幸福.....13	做人要有底线.....31
别让欲望抢走幸福.....13	守住你做人的底线.....32
幸与不幸全在于自己.....14	既要坚守原则又要懂得变通.....33
拥有一个健康的身体.....15	第七章 缺陷是一种恩惠34
从感恩中获得幸福.....15	失去是一种获得.....34
第四章 学习到底是为了什么17	没有人是全才.....35
学历不是“通行证”.....17	人生需要运算.....35
大学毕业不等于学习终结.....17	放弃是为了更好的选择.....36
真正要学习的是学习方法.....18	第八章 人生没有终点38
成绩不等于成就.....19	享受不断超越的过程.....38
能力比知识重要.....19	不要给你的未来穿上“鞋子”.....39

拥有享受每一天的智慧.....	39	付出是一种享受.....	63
生命是一种过程.....	40	用爱温暖人心.....	63
最美的是过程.....	41	第十三章 放低姿态是一种智慧.....	65
准备一个丢弃错误的垃圾桶.....	41	不要好为人师.....	65
挫折可以为你增值.....	42	自负的人很难进步.....	66
第九章 快乐根植于心.....	44	放下架子.....	66
阳光人生需要阳光心态.....	44	不要看低任何人.....	67
别让贫穷压弯了腰.....	45	低姿态可以保全自己.....	68
不要让心智老去.....	45	第十四章 梦想是成功的翅膀.....	69
平常心成就美丽人生.....	46	分大目标为小步骤.....	69
活在今天.....	47	贫穷只因无梦想.....	70
成功由心态掌控.....	47	确信目标终究会实现.....	71
要快乐就要简单生活.....	48	确定自己的职业目标.....	71
第十章 热忱让人生更生动.....	49	第十五章 每个人都是金子.....	73
学会适应压力.....	49	经营你的强项.....	73
不为打翻的牛奶哭泣.....	50	每个人都是金子.....	74
相信脚比路长.....	50	一味攀比会使你迷失方向.....	75
热情创造奇迹.....	51	不要开错窗.....	75
把热情带入工作.....	52	走出别人给你画的圆.....	76
热忱让人生更生动.....	52	第十六章 人生需要自我激励.....	77
强迫自己采取热忱的行动.....	53	告诉自己“我可以”.....	77
第十一章 真实是人生的最高境界.....	54	人生需要自我激励.....	78
多追问事情的原委.....	54	别吝啬对自己的犒劳.....	79
以真理为友.....	55	在自我赏识中肯定自己.....	79
敢于说出事情的真相.....	55	自己拯救自己.....	80
演绎好自我角色.....	56	最难战胜的敌人是你自己.....	81
自然是美的最高境界.....	57	丧失信心就等于放弃了自己.....	81
向未知的事物“进军”.....	58	第十七章 正视思考的巨大力量.....	83
拒绝虚荣心的入侵.....	59	正视思考的巨大力量.....	83
第十二章 爱是终生受用的财富.....	60	挣脱你的“思维栅栏”.....	84
爱心可以丰富人生.....	60	敢想才能敢干.....	84
父母的爱是伟大的.....	60	创新来自思考.....	85
爱可以创造奇迹.....	61	留点时间思考.....	86
善行是心灵最好的医药.....	61	提出一个问题比解决一个问题重要.....	86
富有同情心.....	62		

别忘了思考自己失败的原因.....	87	自信成就未来.....	102
善于发现问题.....	87	第二十二章 不要迷失了自己.....	104
第十八章 好习惯受益终生.....	89	世界会因你的与众不同而精彩.....	104
习惯的力量.....	89	保持自我本色.....	105
耐心的习惯助你成功.....	90	有破茧而出的魄力.....	105
自我反省的习惯引领你进步.....	90	个性创意让你与众不同.....	106
珍惜时间的习惯会延长生命.....	91	第二十三章 成为备受欢迎的人.....	107
注重细节的习惯助你成大事.....	92	有效沟通缔造友谊.....	107
节俭是一种美德.....	93	收起你的嫉妒心.....	107
第十九章 倒掉鞋中的沙砾.....	94	不要吝啬你的赞美.....	108
远离“找借口”的习惯.....	94	与人方便自己方便.....	109
远离懒惰部落.....	94	任何时候都要给别人留有余地.....	110
刚愎自用只能让你自闭.....	95	第二十四章 成功有很多种.....	111
倒掉鞋中的沙砾.....	96	成功没有止境.....	111
第二十章 别让习惯牵着走.....	97	什么是成功.....	112
从今天起改掉不良习惯.....	97	拥有名利不等于成功.....	113
别让习惯牵着走.....	98	拥有成功的心态.....	114
寻找习惯的空隙.....	98	第二十五章 等待是成功的天敌.....	115
好习惯需要用心培养.....	99	等待是成功的天敌.....	115
多和有好习惯的人交往.....	99	心动不如行动.....	115
第二十一章 性格决定成败.....	101	行动创造奇迹.....	116
善于合作才能发挥最大的价值.....	101	现在就去.....	116
勇于冒险.....	102	成功与绝望为敌.....	117
		成功属于坚持到最后的人.....	117

第二篇 百年哈佛教给学生的优秀品质

第一章 自信.....	120	树立自信，走出自卑的泥潭.....	127
每个人心头都隐伏着一头雄狮.....	120	第二章 自立.....	129
信念是所有奇迹的萌发点.....	121	自立是生存的开始.....	129
自信多一分，成功多十分.....	122	自助者天助.....	131
勇于挑战自己的缺憾.....	123	自食其力才能赢得尊严.....	133
不要受他人评价的左右.....	124	学会自己拿主意.....	134
找到属于自己的音符.....	126		

第三章 乐观	136	做好行动前的准备	177
变更心境就能够变更生活	136	拒绝拖延，今日事今日毕	179
在心灵播下快乐的种子	138	第九章 负责	181
每天送给自己一个希望	139	责任是一个人成长的动力	181
对自己说“不要紧”	141	责任伴你走向成熟	182
第四章 坚韧	143	责任传递责任	183
挫折是大自然的计划	143	责任让你更加勇敢	184
在困难面前你需要重新站起来	144	学会对自己的行为负责	185
用行动反击失败	146	尝试着自己作决定	186
用笑脸迎接挫折	148	勇于负责，不要推卸责任	188
为成功付出耐心	149	对小事负责才能担当大任	188
坚持到底，永不放弃	151	第十章 自制	190
磨炼坚韧的意志力	153	控制自己让你更强大	190
第五章 勇敢	154	不要成为情绪的奴隶	191
推开虚掩的成功之门	154	冷静沉着，遇事应付自如	193
勇于冒险，没有尝试就没有成功	155	培养坚强的自制力	193
挑战生命中的“不可能”	157	第十一章 宽容	195
在行动中忘掉恐惧	157	宽厚容人，不过于苛求别人	195
勇气的一半是智慧	159	用和平的方式处理冲突和愤怒	196
第六章 进取	161	不为小事争执	198
害怕前进只能停留在原地	161	用宽容化解仇恨	199
欲望是开拓命运的力量	162	第十二章 尊重他人	200
每天都是一个新起点	164	敬人者，人恒敬之	200
超越自我，和自己比赛	165	让别人感觉到自己重要	201
第七章 勤奋	167	第十三章 乐于合作	203
成功属于有刻苦精神的人	167	合作才能共赢	203
勤奋是克服“先天不足”的良药	168	信任是合作的基石	204
美好的生活要靠勤劳获取	170	学会欣赏对方	205
享受劳动的快乐	171	第十四章 分享	207
每天多做一点点	172	开放的花园最美丽	207
第八章 注重行动	174	给予是快乐的源泉	208
只有行动才能让计划变成现实	174	分享促人成长	210
不要只生活在梦想里	175	第十五章 崇尚运动	212
用目标激励行动	176	挑战生命的极限	212

拼搏是成功的前奏.....	213	学会放松，释放心中的压力.....	215
养成热爱运动的好习惯.....	214		

第三篇 百年哈佛教给学生的杰出本领

第一章 给自己一个准确定位.....	218	不因情感而荒废学业.....	251
给自己做个“盘点”.....	218	学会情感转移.....	252
选自己能胜任的工作.....	219	第六章 合理安排时间，努力提高效率...253	
切勿盲目自大.....	221	时间在你眨眼时偷偷溜走了.....	253
学会从最低级的事情做起.....	221	充分利用闲暇时间.....	254
天生我才必有用.....	222	时间是“挤”出来的.....	255
第二章 终身学习.....	224	不要让明天为今天“买单”.....	256
知识是登上成功顶峰的基石.....	224	学会时间统筹.....	257
学习知识也要有所甄选.....	225	第七章 快速处理各种有效信息.....260	
学习要选用适合自己的方法.....	226	我们生活在信息风暴中.....	260
尝试用各种方式为头脑“充电”.....	227	对信息要保持高度的敏感性.....	261
学习切忌浅尝辄止.....	229	广泛收集信息.....	262
第三章 不错过任何一个机会.....	231	对众多信息进行有效筛选.....	263
机遇出现时你应一眼认出它.....	231	加工信息，使之更适用.....	264
机遇来临时你要一把抓住它.....	233	第八章 熟练掌握至少一门专业技能...265	
机遇之花需要汗水来浇灌.....	234	百门通不如一门精.....	265
机遇只偏爱有准备的头脑.....	235	一技在手，事半功倍.....	266
机遇喜欢那些愿意“多付出一点点”的人.....	236	结合兴趣学习技能不会觉得累.....	267
第四章 善于排除障碍，解决问题...238		熟练不能只停留在课本中.....	268
尽量做到防患于未然.....	238	成功来自对自己强项的极致发挥.....	269
善于找出问题的症结所在.....	239	第九章 懂得创造性合作.....271	
善于利用各种资源来解决问题.....	241	我们需要与别人合作.....	271
善于用曲线战术解决问题.....	242	学会与别人合作.....	272
釜底抽薪，不留后患.....	243	相互包容是合作的前提.....	273
第五章 正确把握感情.....	245	学会借鉴他人经验.....	274
认识“青春期”.....	245	第十章 用口才影响他人.....276	
“早恋”不是罪.....	246	不畏听众的目光，放松些.....	276
是爱还是懵懂.....	248	丢掉你的羞怯感，勇敢点.....	277
长大以后再说爱.....	249	学习优秀演说家，勤锻炼.....	279
了解必要的性知识.....	250		

将激情注入演讲，燃烧吧.....	280	说话要注意场合与分寸.....	298
形体语言配合你，更精彩.....	281	学会待人接物.....	300
第十一章 良好形象，完美塑造.....	283	学会倾听.....	301
成功形象很重要.....	283	学会赞美别人.....	303
健康使外表靓丽.....	284	集体活动为你提供更多与人交流的机会.....	304
社交着装有讲究.....	286	乐于接受别人的忠告.....	305
良好礼仪少不了.....	287	第十四章 控制自己的行为 and 情绪...307	
优雅谈吐印象好.....	289	要想打败他，就先激怒他.....	307
第十二章 充分展示最棒的自己.....	291	自制力是日常行为的一把保险锁.....	308
做演员，不做看客.....	291	学会忍耐，不骄不躁.....	310
良好的语言表达能力是精彩人生的基石.....	292	没有人会为你的坏脾气“买单”.....	311
在辩论中挥洒激情.....	294	控制自己的情绪.....	312
展示自己并不是炫耀.....	296	第十五章 充分挖掘自己的潜能.....315	
第十三章 深谙人际交往的技巧.....	297	人的潜能无限.....	315
诚信是人际交往的第一准则.....	297	积极的暗示能够激发潜能.....	317
		积极的行动能够激发潜能.....	318

第四篇 百年哈佛教学生克服的人性弱点

第一章 不自知.....	320	第四章 懒惰.....	332
如此“自知”.....	320	摆脱懒惰的纠缠.....	332
没有金刚钻，还揽瓷器活.....	321	业精于勤荒于嬉.....	332
宽以待己，严于律人.....	321	成功来自勤奋工作.....	333
人贵有自知之明.....	322	“永不动摇的时间表”.....	334
对自己进行“盘点”.....	323	第五章 贪婪.....	336
第二章 嫉妒.....	325	贪婪到极致是虚无.....	336
宁可变成独眼龙，也要别人失明.....	325	贪欲不止，祸流滔天.....	337
嫉妒别人是承认自己不如人.....	326	欲望越小，人生越幸福.....	338
在嫉妒中奋起直追.....	327	诱惑面前，保持自制.....	339
第三章 盲从.....	328	贪婪是怎样形成的.....	340
为迎合别人而存在.....	328	第六章 吝啬.....	342
跟风之前，先做理性分析.....	329	“铁公鸡”的下场.....	342
不要加入议论人非的群体中.....	330	形形色色的吝啬鬼.....	343
用自己的大脑支配自己的行动.....	331	吝啬不分远近.....	343

金钱买不到的	344	不要自欺欺人地想象一切	367
用小钱儿创造和谐生活	345	适应不可避免的事实	368
第七章 自卑	347	第十三章 完美	369
别抓住自己的劣势不放	347	完美爱人如完美本身一样不存在	369
只看你有的，不看你所没有的	348	没有不遗憾的人生	370
自卑给失败创造机会	349	没有完全准备好的旅途	371
喊出自信	349	第十四章 虚伪	373
第八章 依赖	351	刘可的“伪装”	373
让别人替你健身，无法增强你的肌肉	351	虚伪是人性中最丑恶的弱点	374
依赖是内心缺乏安全感	352	真诚是朋友交往的基础	374
用大脑指挥自己	353	真诚是人与人相处的润滑剂	375
第九章 虚荣	355	第十五章 虚幻	376
何谓打肿脸充胖子	355	虚幻是人类的天性	376
虚荣之害	356	你追求的虚幻只是空中楼阁	377
虚荣心与愚蠢等高	357	不停留在幻想上	378
第十章 自负	358	小鱼也虚幻	378
自负就是自以为了不起	358	第十六章 苛求回报	380
纵身一跳的身影	359	博取同情也是苛求回报	380
自负只会错失机会	360	不要总指望别人感恩	381
谦逊是通往进步之门的钥匙	361	不以自己的标准要求别人	382
第十一章 崇拜	362	第十七章 成见	383
做你自己	362	光环效应	383
傻瓜崇拜信条，聪明人崇拜超越	363	首因效应的微妙作用	384
有什么样的目标，就有什么样的人生	364	别用有色眼光看人	385
创造出一条属于自己的成功之路	364	第十八章 逞能	386
第十二章 自欺	366	逞一时之能	386
自欺欺人，归根结底是欺骗自己	366	“能”不能瞎逞	387
自欺其实是一厢情愿	367	永远不要证明给人看	388

第五篇 哈佛家训金典

第一章 真爱	390	小狗的主人	391
如果爱	390	把爱请进来	391

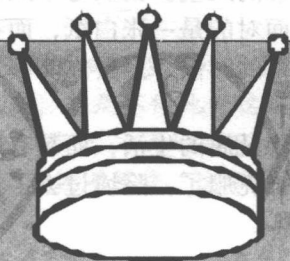
你是上帝的妻子吗	392	盲人打灯笼	409
最高奖赏	392	两张车票	409
10 美元的肖像画	393	致命的冰柜	409
每个孩子都是天才	394	邮局职员的发型	410
看重坏孩子	394	小图书管理员	410
两个预言	395	尽职的信差	411
最不可思议的称赞	395	紧急降落	411
看得见的上帝	396	列宁眼中的纽扣	412
地上的孩子怎么了	396	第四章 快乐	413
秘密职业	397	穷人与富人	413
母亲眼中的儿子	398	拖鞋的力量	413
我有两个愿望	398	第三局的胜利	414
女儿的算命袋	399	耶稣的安排	415
第二章 梦想	400	三条规则	416
穷人的野心	400	养生之道	416
一块石头的梦想	401	无形杀手	417
给非洲孩子挖一口井	401	35 张贺卡	417
寻找戴维	402	选择	418
让我飞给你看	403	两种态度	418
山本的英语成绩	403	幸福的黑面包	419
犹太人的赞美	404	光明日记	419
乞丐的三个愿望	405	与蜗牛散步	420
抓住凶手	405	第五章 社交礼仪	421
工人的梦想	406	礼节为你赢得一切	421
第三章 细节	407	酒桌上的礼仪	422
被马掌钉打败的国家	407	吃喝的礼仪	423
漂亮的女秘书	408	递名片的礼仪	424
形象的价值	408	待客的礼仪	425

哈佛家训

第一篇

百年哈佛教给学生的人生哲学

哈佛大学的巨大成就，不仅在于它高超的学术水平，更重要的是它积累的一系列深刻而珍贵的人生哲学。人生的要义、做人的根本、生存的智慧……这些人生哲学不仅教会每位哈佛学生立身处世的准则，锻炼自我、成就卓越的进取精神，同时也指引广大成长中的学生思考感悟人生，合理处理生活、学习、事业之间的关系，不断超越自我、适应社会，从而获得成功，走向辉煌。



第一章 人生是什么

——思考生命的意义



哈佛告诉你

人生是旅途，也许终点和起点会重合，但我们如果一开始就站在起点等待人生的完结，那人生就会是一片苍白，其中没有美丽的风景和令人难忘的过往。当我们告别人生的时候，也不知道生命的色彩和意义。

活的是过程

人生如一出戏：重要的不是长度，而是表演得是否出色。

——塞涅卡

一位澳大利亚商人到东南亚去旅游，他住在海边的一个小渔村里。他注意到那里有一位渔民，每天在大海中打捞几条鱼便回来了。

商人很奇怪，问：“你为什么不多花些时间多捕一些鱼呢？”

渔民说：“这些鱼已经够我吃的了，何必多操那份心呢？”

商人问：“那你每天还有那么多时间都干什么？”

渔民说：“回来和孩子们玩一会儿，和老婆聊聊天，到黄昏的时候，和老哥们一起喝喝酒。”

商人很不以为然，他告诉渔民：“如果你能按照我说的去做，也许你会生活得更好。”

渔民笑着点了点头。

商人又说：“你在大海中多停留一会儿，抓到更多的鱼，可以卖到更多的钱。有了钱之后，你可以拥有一只大船，甚至一支船队。这样你每天有几十吨的鱼，可以自己开办加工厂，进行直销。你就会拥有大量金钱，有了钱之后你可以去洛杉矶甚至纽约。”

渔夫问：“到那儿做什么呢？”

商人说：“到了那里，你可以做更大的生意，变成一个大富翁，你的钱财一辈子也花不完。”

渔夫问：“那么，再然后呢？”

商人哈哈大笑：“然后你就可以退休啦！到时你可以搬到你家乡的小渔村去住。每天睡到自然醒，出海随便抓几条鱼，和孩子玩儿玩儿，与老婆说说话，到了黄昏再和老哥们喝喝酒，快快乐乐享受下半生。”

同样的人生结局，因为有了不同的过程，而显得意义不同。如果省略了那些曲折动人的奋斗历程，那么也就失去了辉煌而精彩的人生。我们每个人的人生始点和终点在表面看来并无差别，但有的人在即将告别人世时面对的是一张白纸，而有的人面对的是一张色彩斑斓的图画。当走到人生尽头，回首人生过往的时候，只要你能无悔于自己的一生，你就可以欣慰地和自己的生命告别了。

懂得人生意义的人往往不喜欢平稳平庸的生活，而是有胆量去尝试一些困难的、冒险的但却有内容、有意义的生活。当困难被克服了，险境过去了，才会尝到一些人生的真味，才

会真正懂得人生的苦乐。

人生没有输赢

人生如弈棋，一步失误，全盘皆输，这是令人悲哀之事；而人生还不如弈棋，不可能再来一局，也不能悔棋。

——弗洛伊德

人生就如一盘棋，需要你朝着一个目标，踏踏实实地走好每一步。人生没有输赢之分，只要你走好每一步，就成就了无遗憾的一生。

一只屎壳郎，推着一个粪球，在并不平坦的山路上奔走着，路上有许许多多的沙砾和土块，然而，它推的速度并不慢。

在路正前方的不远处，一根植物的刺，尖尖的，斜长在路面上。植物根部粗大，顶端尖锐，格外显眼。也许是冥冥之中的安排，屎壳郎偏偏奔这个方向来了，它推的那个粪球，一下子扎在了这根“巨刺”上。

然而，屎壳郎似乎并没有发现自己已经陷入困境。它正着推了一会儿，不见动静。它又倒着往前顶，还是不见效。它还推走了周边的土块，试图从侧面使劲……能试的办法它都试到了。但粪球依旧深深地扎在那根刺上，没有任何移动的迹象。

观众不禁为它的行为感到好笑，因为对于这样一只卑小而智力低微的动物来说，怎么能解决好这么大的一个“难题”呢？就在这时，它突然绕到了粪球的另一面，只轻轻一顶，咕噜……顽固的粪球便从那根刺里“脱身”出来。

它赢了。

没有胜利之后的欢呼，也没有冲出困境后的长吁短叹。赢了之后的屎壳郎，就像刚才什么也没有发生过一样，几乎没有做任何停留，就推着粪球急匆匆地向前去了。

推得过去，是生活；推不过去，也是生活。这正如下棋，要的就是一种享受和学习的过程，而不是最后赢的结果。我们每个人在人生舞台上都担当着不同的角色，只要演绎好你的角色就可以了。

人生不是用来享乐的

一旦你知道你对别人还有些用处，这时候你才感到自己生活的意义和使命。

——茨威格

人活着不只是为了享乐，人存在的最大价值在于被他人需要。当你感到这个世界都需要你的时候，你就会产生旺盛的精力。这股力量促使你不惧怕面前的困难和挫折，勇往直前。

在某一城市一家医院的同一间病房里，住着两位相同的绝症患者。不同的是，一个来自乡下农村，一个就生活在医院所在的城市。

生活在医院所在城市的病人，每天都有亲朋好友和同事前来探望。家人前来时宽慰说：家里你就放心吧，还有我们呢，你就安心养病吧。朋友探望时劝慰说：现在你什么也别想，就一门心思养病就行。公司来人时开导说：你放心，公司上的事，我们都替你安排好了，你现在的工作就是养病……

来自乡下农村的患者，只有一位十四五岁的小女孩守护着。他的妻子半个月才能来一次。或送钱，或送些衣物。妻子每次来，总是不停地说这说那，要丈夫为家里的事情拿主意：快要春种了，今年是种“西瓜”还是“茄子”？再过两天，他大叔就要嫁女了，你说送多少贺礼啊？女儿说要跟她表姐去大城市打工，我还没答应，这事要你拿主意……

几个月后，情况发生了戏剧性的变化。

生活在医院所在城市的那位病人，在亲人、朋友、同事一声声“你放心吧”、“你就安心养病吧”的宽慰声里，意识中感觉他们已不需要自己，自己已失去了活着的价值意义，渐渐地失去了战胜病魔的信心和勇气，于是在孤独寂寞与病魔的吞噬中一点点地死去。

来自乡下农村的患者，在妻子大事小事都要自己定夺、拿主意中，意识中感觉家人对自己的不可缺少，自己对家人的重要，意识到自己必须活着，哪怕仅仅是给家人拿些主意，于是一种强烈的求生欲望使他奇迹般地活了下来。

英国思想家霍布斯说过：和其他所有的东西一样，一个人是否举足轻重，在于他自身的价值，也就是说，在于他能发挥多大的作用。如果只是为了自己享受生活，人就不会有太大的拼搏激情。很多父母为了孩子而奔波劳碌，甚至乐此不疲。如果有一天，他们的子女告诉父母，已经不需要他们了，他们的生活必定会失去方向，而变得无所适从。

被别人需要，是人的一种天性，也能体现出一个人的价值。在某些特定情况下，一个人如果不被别人需要，也就失去了生存的意义。

过属于你自己的生活

不要追随别人的生活，有价值的人生，并不是复制别人的生活，而是利用自己的能力和有用的环境过上“属于自己的生活”。

——安德鲁·卡内基

人生的价值不是体现在财产的多少和地位的高低。生活本质的价值并不因外形上的事物而受到影响。判断人生价值的准则是个性。如果按照个性来生活的话，不管你是做一个总统，还是做一个商贩，价值都是相同的。

所有的人生，都是宝贵而具有价值的。每一个人的人生都具有他人不可模仿的独特价值。那些过上有意义的生活的人们，他们共同的特征就是不按照别人的路子来走，而是按照自己的个性认认真真地过日子。他们创造了符合自己个性的价值，受到他人的尊敬，也受到他人的羡慕。

从前，有一国王闲来无事，便微服走出宫门，走到一个卖烧饼的老头面前，一时兴起，问老头：“一国之中谁是最幸福的人？”

老头答：“当然是国王最幸福了。”

国王问：“为什么？”

老头说：“你想，有百官差遣，平民供奉，想要什么就有什么，这还不幸福吗？”

国王答：“希望如你所说吧。”于是与老头共饮葡萄美酒，直到老头醉得不省人事，国王便命人把他抬回宫中，对王妃说：“这个老头说，国王是最幸福的，我现在戏弄一下他，给他穿上国王的衣服，让他理理国政，你们大家不要害怕。”

王妃答：“遵命。”

等到那老头醒了，宫女便假装说：“大王你喝醉了，现在积下很多事情要等你处理。”于是老头被拥出临朝，众人都催促他快些处理事情，他却懵懵懂懂，什么也不知道。这时，旁边有史官记其所言所行，大臣公卿们与之商讨议论，一直坐了一整天，弄得这老头腰酸背痛，疲惫不堪。这样过了几天，老头吃不好睡不香，竟瘦了下来。

宫女又假装说：“大王你这样憔悴，是为什么啊？”

老头回答说：“我梦见自己是一个卖烧饼的老头，辛苦求食，生活很是艰难，因此就瘦成这样了。”

众人都私下里偷着笑。这老头到了晚上，翻来覆去睡不着，道：“我是卖烧饼的呢，还是国王呢？若真是国王，皮肤为什么又这样粗糙呢？若是卖烧饼的，又为什么会在王宫里呢？唉，我的心很慌，眼睛也花了啊。”他竟真分不清自己到底是谁了。

王妃假装问：“大王这样不高兴，让歌妓们来取乐你吧。”于是老头喝起葡萄美酒，又醉