

The top of the cover features several mechanical gears of various sizes. Two of the gears are replaced by analog clock faces with white dials and black hands, set against a dark background.

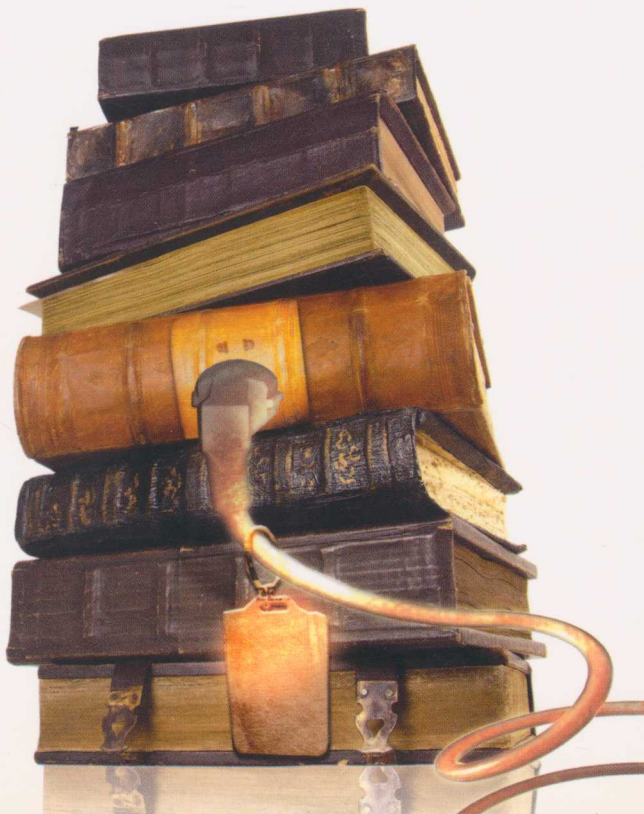
给大忙人看的 智慧书

谢 谢◎主编

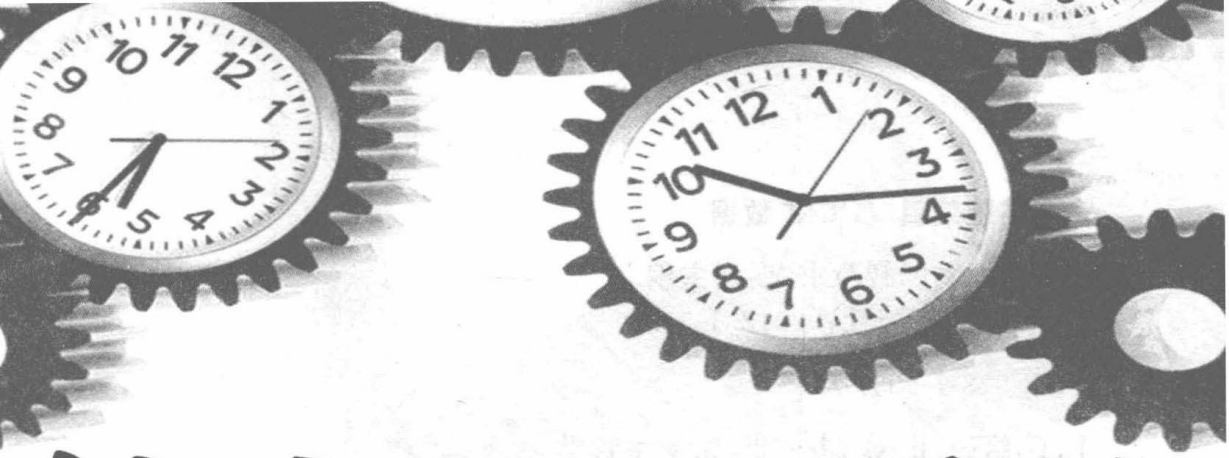
大多数人的智慧并非与生俱来的，
而是经历过种种磨难之后才获得的。

因此，智慧更多的来自于学习和修炼。我们可以从此书里学习如何做一
个有智慧的人。这正是此书所要实现的目标。

智慧之于灵魂，犹如健康之于身体

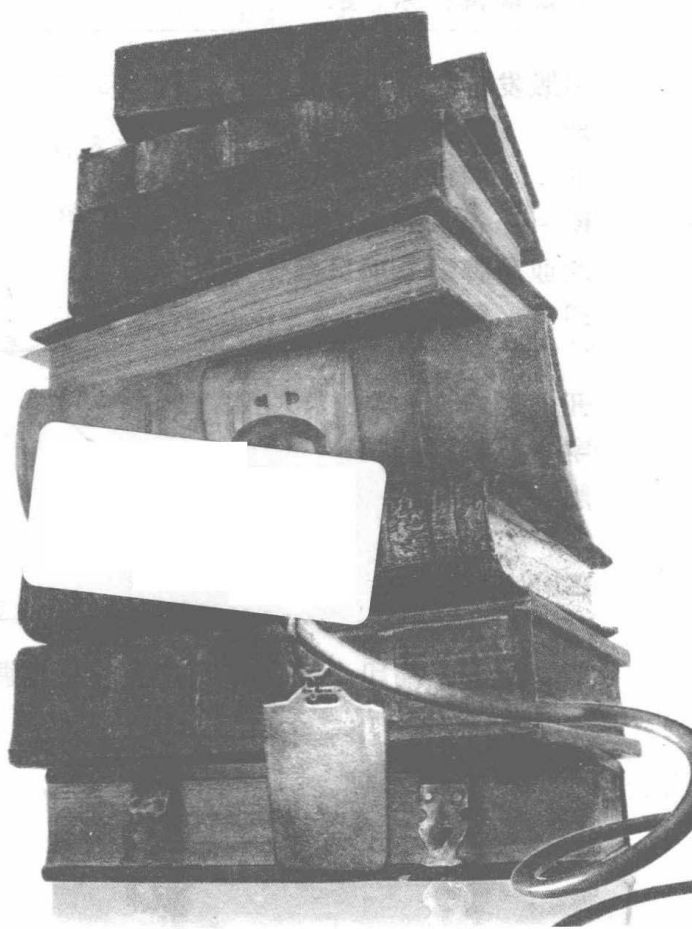


红 旗 出 版 社



给大忙人看的 智慧书

谢谢◎主编



红旗出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

给大忙人看的智慧书/谢谢主编.
—北京: 红旗出版社, 2012. 1

ISBN 978-7-5051-2165-2

I. ①给… II. ①谢… III. ①人生哲学
—通俗读物 IV. ①B821—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 280849 号

书 名: 给大忙人看的智慧书
主 编: 谢 谢

出 品 人: 高海浩
总 监 制: 徐永新
责任编辑: 陈 豪

责任校对: 藏杨文
封面设计: 博雅工坊
版式设计: 博雅工坊

出版发行: 红旗出版社

地 址: 北京市沙滩北街 2 号

邮 编: 100727

E - mail: hongqi1608@126.com

欢迎品牌图书项目合作

印 刷: 香河利华文化发展有限公司

编辑部: 010—82061212

发行部: 010—64024637

项目电话: 010—84026619

开 本: 787 毫米×1092 毫米

1/16

字 数: 173 千字

印 张: 15

版 次: 2012 年 4 月河北第 1 版

2012 年 4 月河北第 1 次印刷

ISBN 978-7-5051-2165-2

定 价: 32.00 元

版权所有 翻印必究 印装有误 负责调换



前言

很多人都在谈“智慧”，它成为人们日常生活和职场上的必修课。但是在运用智慧之前你是否明白智慧到底是什么呢？“智慧”来源于古希腊语的“Sophia”一词，是一个有着悠久历史的单词，智慧的表现形式之一便是哲学。哲学“Philadelphia”便是由“philps”和“Sophia”两个词构成，翻译起来就是爱智慧，由此可以看出智慧在历史上的地位。随着近几年的发展，智慧不仅已经扎根于哲学，它在文学、艺术、科学技术和民间生活上的表现也极为普遍。

其实简单来说，智慧是一种“记忆”，再掰开揉碎了讲智慧就是“存在”。智慧是人类对客观世界的一种客观认识与主观表达。就好比，平常人们所说的“个人见解”，是一种从个人出发的对客观世界的认识与表达。而且纵观一切，我们知道，智慧还是个人了解客观世界的方法与途径。

智慧是全人类的文化遗产。不论是东方人还是西方人都有着对智慧执著的追求。西方人诸如苏格拉底为了自己的价值追求不惜舍弃一切，东方人也会发出“朝闻道，夕可死矣”这样的感慨。西方人追求

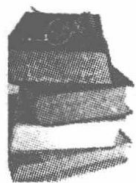
纯理想的、充满科学的智慧，东方人更愿意使生活充满智慧。

繁复的生活，必须要有智慧为辅。每个人的人生都要经历正心修身的过程，在这个过程中若是能做到“无我”便是智慧的上乘。当然一个人欲知无我，须知什么是“我”，也就是说要清楚自己是谁，能做什么。这也就是智慧存在的必要性——我们要先认清楚“我”，再去理解“是谁”，才能改变自己、改变世界，使自我与世界充满智慧。

在修身方面的智慧也是循着探索自我的轨迹走下去的。在你明白自己是什么样的，别人是什么样的之后，当双方交往的时候你就会运用“知己知彼”的思路，考虑自己的同时也考虑别人，然后对所处环境做一个透彻的分析，找出合适的出路，这样一来很多困扰便会迎刃而解。

当然，在齐家治国方面要运用的智慧还要更多。只要你树立正确的人生观价值观，把自己与别人的关系处理好了，国和家的大事小事处理起来也会一样的泰然自若。

智慧并不是天生的，它来自于磨难、困惑之后的自省。智慧是可以学习和修炼的。我们可以从这本《给大忙人看的智慧书》找到那份属于自己的智慧。



目 录

正心修身篇

《大学》有云：“古之欲明德于天下者，先治其国；欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心……心正而后身修，身修而后家齐，家齐而后国治，国治而后天下平。”正心，顾名思义就是摆正自己的心态，去除各种令人不安的情绪，不要让欲望蒙蔽自我，保持心灵的安宁。“意不自欺，则心之本体，物不能动，而无不正。心得其正，则公正诚明，不涉感情，无所偏倚。故意诚而后心正。”

修身，就是要不断提升自我的品德修养。只有自身端正了品德，抛弃偏见，远离邪念，才能被人民群众拥护。修身是齐家、治国、平天下的始发点，又是格物、致知、诚意、正心的落脚点。

知人者智，自知者明	3
时常反省自己	7
做适合自己的事	11
正直是立身处世之本	17

无欲则刚·····	24
学会卧薪尝胆·····	29
留白也是一种哲学·····	32
把目光放远些·····	35
切勿随波逐流·····	39
宠辱不惊·····	44
严于律己方可成大事·····	49
诚信是立世的根本·····	55
有志者事竟成·····	60
锲而不舍·····	66
一切繁华终归于平淡·····	71
珍惜当下的美好·····	77
勤奋有时，逍遥亦有时·····	82

为人处世篇

智慧无处不在，为人处世方面则更需要智慧。为人处世，最大的智慧应该在于“有德”。中国人所谓的“处世”，首先是要“做人”，故“做人”与“处世”不可分割。“做人”的要义在于，人的行为必须合乎“人”应该具有的道德规范，做人就是以道德律己，以道德待人。这其中主要涉及的范畴有“诚实正直”、“光明磊落”、“襟怀坦荡”、“克己奉公”、“言行一致”、“忠厚善良”、“廉正俭朴”等。这种以“做



人”为处世前提的处世观念，体现了浓厚的尚德特征。

对身边的人以诚相待	89
学会宽容	95
大声说“不”	100
己所不欲，勿施于人	104
三人行，必有我师焉	110
做人做事掌握好临界点	114
先行，其言而后从之	119
懂得成全他人	124
大智若愚不吃亏	129
顺其自然	134
小不忍则乱大谋	139
欲速则不达	143
自信的力量	148
尊重他人亦是尊重自己	153
可方可圆，能屈能伸	158

齐家立业篇

人一生有两件事情最重要，一个是事业的发展，另一个就是家庭。卓越的人生应该是事业和婚姻家庭都成功的人生。一个成功的家庭也

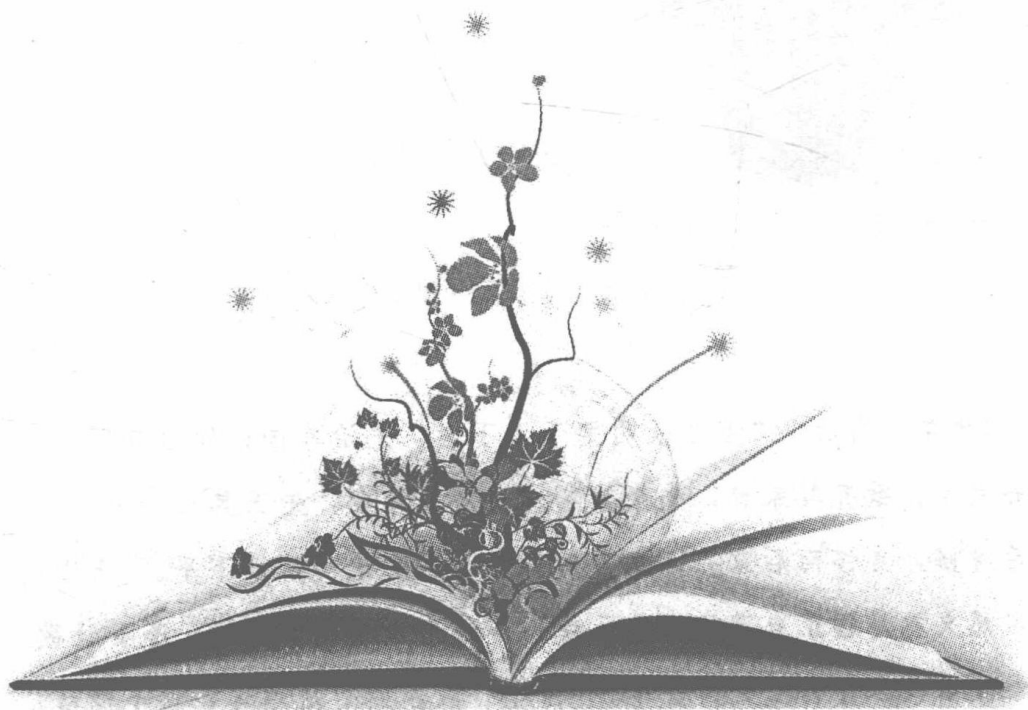


给大忙人看的智慧书

是需要像经营事业一样，运用智慧去好好经营的。家是每个人心底里最柔软的一部分，它在每个人心底牵了一根细细的线，一直连到脚跟，只要轻轻地碰触就会有心疼的想念。家是充满爱的地方，经营家庭最重要的智慧就是“爱”。

家和万事兴	165
以孝为先	170
知其雄，守其雌	174
家需要以“爱”代“理”	178
相忘于江湖	182
家庭有时需要无为而治	186
健康的生命大于一切	190
幸福来自于平淡知足	194
学会感恩和礼让	199
水流乎无形，善于变通	203
工欲善其事，必先利其器	207
君子善假于物	211
双赢的智慧	216
虚实相生，学会潜伏	219
天下大事必作于细	222
乘间击瑕，把握时机	227

正心修身篇



此篇为《大学》中的一部分，主要论述了正心、修身、齐家、治国、平天下的道理。其中提到，心不正则身不正，身不正则家不齐，家不齐则国不治，国不治则天下不平。因此，修身是治国的基础，而正心则是修身的关键。文中还提到，修身的方法包括格物、致知、诚意、正心等。格物即穷究事物之理，致知即获得知识，诚意即真诚无欺，正心即端正内心。通过这些方法，可以达到修身齐家治国平天下的目的。



《大学》有云：“古之欲明德于天下者，先治其国；欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心……心正而后身修，身修而后家齐，家齐而后国治，国治而后天下平。”正心，顾名思义就是摆正自己的心态，去除各种令人不安的情绪，不要让欲望蒙蔽自我，保持心灵的安宁。“意不自欺，则心之本体，物不能动，而无不正。心得其正，则公正诚明，不涉感情，无所偏倚。故意诚而后心正。”

修身，就是要不断提升自我的品德修养。只有自身端正了品德，抛弃偏见，远离邪念，才能被人民群众拥护。修身是齐家、治国、平天下的始发点，又是格物、致知、诚意、正心的落脚点。



知人者智，自知者明

生命如同化学反应，充满太多变数，也让每个人的境遇都独一无二。无论你正处在风光无限的上升期还是努力挣扎的穷忙期，或是正逢破茧而出的等待期，又或是看破红尘甘愿平淡的享受时刻。面对庞大的生活，倘若你能够遇见自己，认识自己，然后告诉自己“亲爱的，外面没有别人，只有自己”，那么你的生活便会多了些简单透明，少了些纠结困扰。《老子》有云：“知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强。”知，就是能够认识自己。“人贵有自知之明”，老子认为，一个人能够认识他人，是智慧的表现；而能够认识自己，才是真正的聪明。

史料记载齐威王的相国邹忌长得非常英俊，身高八尺，体格魁梧，十分健壮。同城里有个叫徐公的人也是英俊异常，是大家公认的美男子。

一天清晨，邹忌起床后，梳洗整装完毕，在镜子面前仔细端详自己，他问妻子：“我和城北的徐公比起来，谁更英俊一些？”他的妻子走上前去，一边帮他整理衣襟，一边回答说：“当然是您英俊了，徐公怎么能跟您比呢？”

邹忌心里有点不大相信，又去问他的妾，说：“我和城北的徐公相比，谁更英俊一些呢？”他的妾连忙说：“大人您比徐公英俊多了，他



给大忙人看的智慧书

怎么能和大人相比呢？”

第二天，有位客人来访，邹忌陪他聊天，就顺便又问客人说：“您看我和城北徐公相比，谁更英俊一些？”客人毫不犹豫地说：“徐公比不上您，您比他英俊多了。”

邹忌问了3个人，大家都一致认为他比徐公英俊。可是邹忌是个有头脑的人，并没有就此沾沾自喜。

过了一天，城北徐公到邹忌家登门访问。邹忌一下子就被徐公那气宇轩昂、光彩照人的形象所征服了。两人交谈时，邹忌不住地打量着徐公。他觉得自己长得不如徐公英俊。他偷偷从镜子里面看看自己，再调过头来瞧瞧徐公，更觉得自己长得比徐公差。

到了晚上，邹忌躺在床上反复地思考这件事：明明自己长得不如徐公，为什么妻子、妾和那个客人却都说自己比徐公英俊呢？想到最后，他总算找到了答案，“原来这些人都是在恭维我啊！妻子说我英俊，是因为偏爱我；妾说我英俊，是因为害怕我；客人说我英俊，是因为有求于我。看起来，我是受了身边人的恭维而认不清真正的自我了。”

我们不难看出邹忌是清醒和幸运的，因为他至少可以认清自己。那对于我们每个人来说，我们怎样才能认清自己呢？邹忌用镜子来观察对比，清楚地认识到自己长得不如徐公。我们也应该利用心中的那面镜子，勇敢地去看看自己的内心，认识自己，知道自己的特色在哪儿，个性如何，有哪些缺陷。

首先，我们要学会接纳自己。

先接纳自己，然后再去想让别人喜欢自己的问题。在你不能接纳



自己的时候，正确的动机、设定的目标、积极的思考等，都会离你远去。在你做事之前，你必须先觉得这些事情值得去做。具有不良自我意识的人，容易认为自己是替他人工作，而不是为自己工作。

其次，找到自我内省的那面镜子。

关于自我内省，心理学家日莫曼（B. zimmerman）提出了著名的“WHWW”结构。其中，WHWW分别是“Why”（为什么）、“How”（怎么样）“What”（是什么）、“Where”（在哪里）的第一个字母。

日莫曼认为，自我意识和自我监控是一个人反省自我的镜子，所以对自我的认识可以从为什么、怎么样、是什么和在哪里这4个基本问题上来分析。因此，当一个人渴望成功时，只有三思而后行，才能使自己立于不败之地。

最后，挖掘自己的潜能。

每个人都有潜能，而且研究证明，一个人大部分的潜能没有被开发出来。尽管从生理角度来说，每个人都有一个限度，就像是一个人跑步速度不可能达到每小时120公里一样。但是从心理学角度来说，人的心理潜力是无法想象的。比如有人患了不治之症，身离黄泉路不远的时候，却以积极的心态和振作的精神与病魔作斗争，最后竟会创造奇迹。

除此之外，人体巨大的潜能还表现在控制自己方面。比如李广误以为树林里藏着老虎情急之下而拔箭射之，竟一下子把箭射到了石头里面，而事后无论如何都射不进去。这就是一种生理潜能和心理潜能的激发。人的言谈举止等一切运动都可以受到精神力量的控制和影响。正基于此，科学家们预言：终有一天，我们会发现人体有能力使自身

再生——这是利用精神力量所达到的的巨大作用。



智慧启示



越是离我们近的东西，越是难以认知。所谓“当局者迷，旁观者清”即是此理。邹忌开始的时候也在别人的恭维中失去了方向，但很快地，他有自知之明，在徐公面前发现了差距。



时常反省自己

有句话是这么说的：“当我们走得快了的时候要停下来，让灵魂跟上。”在这个社会节奏变快的时代，似乎只有不断前行才能跟得上时代的脚步。殊不知，一个人要想走得更远更长久，首先要做的就是“让灵魂跟上”。自我反省可以修身养性，它也是使自我内心变得强大起来的一种有效方式。

有这样一个有趣的故事：

有一个美国人，他有一只漂亮的鹦鹉。这只鹦鹉很可爱，颇得主人的喜欢。但是有一段时间，主人以为鹦鹉病了。因为那只鹦鹉有了一个奇怪的毛病：它经常咳嗽，而且咳嗽的声音很难听。主人就带它去看兽医。兽医仔细检查过鹦鹉之后，发现它没有任何问题。主人不解地问：“既然没有问题，为什么这只鹦鹉老咳嗽呢？”说完，主人忍不住咳嗽起来，鹦鹉听到咳嗽声，也惟妙惟肖地模仿起来。主人这才知道，原来不是鹦鹉有病，只是鹦鹉一直在学自己的咳嗽声而已。

还有一个故事发生在英国：

一个年轻人向心理医生诉苦，抱怨他的母亲经常啰啰唆唆，一件事能说三四次，实在是令人感到烦厌。心理医生仔细了解之后发现他



给大忙人看的智慧书

的母亲确实是这样。但她以前并不是这样的。她之所以变得啰唆，是因为儿子办事虎头蛇尾，经常丢三落四，她得时刻提点着儿子才能把事情做成功。久而久之，母亲就变得十分啰唆了。

以上故事中的那个美国人和那个年轻人，都没有进行自我反省，而这是单纯地在别人身上找毛病。殊不知，造成那种结果产生的根源，就在自己身上。

英国一代著名小说家狄更斯的小说无疑是非常出色的。但是，他对自己的作品却有一个特殊的规定：没有认真检查过的内容，绝不轻易拿给公众看。每天，狄更斯都会把写好的内容读一遍，发现问题之后再改正，通过不断的阅读改正，一直到6个月后，他才放心地将作品拿给公众看。

无独有偶，法国小说家巴尔扎克也会在写完小说后不断修改。从初稿、修改到最后定稿，往往需要花费好几个月甚至几年的时间。也正是因为这种不断反省不断审视的态度，才使巴尔扎克写出了《人间喜剧》这样的伟大作品。

对于我们普通人来说，一个人要想不断地进步，首先就要能够不断地自我反省，发现自己的缺点或者做得不好的地方，努力改正，才能取得一个又一个的成功。

我国古代的贤人曾子说过：“吾一日三省吾身。”“一日三省”，这是圣贤的修行，凡人众生大抵无法做到，但时时刻刻提醒自己，审视自己的言行并不是一件难事。曾子说：“我每天多次自我反省，为别人办事是不是尽心竭力了，和朋友交往是不是做到诚实了，老师传授的学业是不是复习了？”假如我们在做事的时候能够本着这种自我反省、