

# 看清世界， 不如明白自己

如果你是一个连自己都不了解的人  
人生一定过得稀里糊涂

江南  
——  
著

KanQing

# Shijie

BuRu MingBai Ziji

这一生，没有比认识自己更重要的事了。

优点与缺点 / 长处与短处 / 天赋与局限

中国华侨出版社

发现自我价值，是我们立足于世界的根本



**图书在版编目 ( CIP ) 数据**

看清世界，不如明白自己 / 江南著. —北京：  
中国华侨出版社，2016.7

ISBN 978-7-5113-6168-4

I . ①看… II . ①江… 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 ( 2016 ) 第 174902 号

**看清世界，不如明白自己**

---

著 者 / 江 南

责任编辑 / 文 蕾

责任校对 / 孙 丽

经 销 / 新华书店

开 本 / 670 毫米 × 960 毫米 1/16 印张 / 17 字数 / 244 千字

印 刷 / 北京建泰印刷有限公司

版 次 / 2016 年 9 月第 1 版 2016 年 9 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-6168-4

定 价 / 32.00 元

---

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编：100028

法律顾问：陈鹰律师事务所

编辑部：( 010 ) 64443056/64443979

发行部：( 010 ) 64443051 传真：( 010 ) 64439708

网址：www.oveaschin.com

E-mail：oveaschin@sina.com

## 前言

有人问苏格拉底，世上最难的事是什么？他回答：认识你自己。

一直以来，我们都在人生的路途中不停地奔跑，很少有机会向自己提问：“我真的认识自己吗？”在我们不断跌倒、不断否定自己之后，在我们对世界的求索中迷失了自己之后，你需要停下来，将探索世界的目光投放到自己身上。明白自己，是看清世界的前提。

我们以勇敢的姿态不断探索这个世界，而其实，探索自己更需要勇气。你面对的不仅是那个你喜欢的自己，还有那个你讨厌的自己，这才是完整的。没有人是完美的，也没有人能将其一分为二。明白自己，不仅仅是发现自己身上的特质，更是发现自己是如何向世界表达自我的，比

如：“我是如何追求幸福的？”“我是如何思考困境的？”“我是如何看待争议的？”等等。看清自己想要什么、适合什么，看清自己如何才能不断成长为更好的自己，这是比看清世界更迫切的需要。

白岩松说：“走得太远，我们都忘了当初是为什么出发的。”世界那么大，我们也许只是渺小的个体，但对于一个人来说，我们就是自己的全世界。明白自己，才能在行走时不迷失方向，不迷失自我。也许你尚未获得全世界的支持，但也能做自己最坚实的拥护者。你可以不断发现自己身上的惊喜，给自己信心与力量，这也是明白自己的积极意义。

这是一本告诉每个行者如何明白自己的书，就算脚步再匆忙，也希望你能暂时停下来，如此才能以更好的状态重新出发。

# 目 录

*contents*

## 第一章 / 世界是自己的，与他人毫无关系

- |                  |     |
|------------------|-----|
| 1 你真的找到属于自己的位置了吗 | 003 |
| 2 我们都是普普通通的人     | 006 |
| 3 承认自己有短板，这没什么   | 010 |
| 4 了解自己才能活出自己     | 013 |
| 5 别指望他人改变我们的命运   | 015 |

## 第二章 / 有时，我们不如自己想象的那般重要

- |                    |     |
|--------------------|-----|
| 1 在时间的长河里，我们其实很渺小  | 021 |
| 2 不因小小成就而沾沾自喜      | 024 |
| 3 让别人看重你，而不是自视清高   | 028 |
| 4 没有人永远是对的，听听他人的声音 | 031 |
| 5 低下头，才能看清自己留下的脚印  | 034 |

### 第三章 / 属于自己的幸福常常近在咫尺

- |                     |     |
|---------------------|-----|
| 1 在平淡的小事中，满满的都是你的快乐 | 039 |
| 2 所有的一切都在“今天”发生     | 043 |
| 3 不必苦苦寻找，亲情就是最大的幸福  | 047 |
| 4 在别人的世界找不到自己的幸福    | 050 |

### 第四章 / 你的能力需要用行动证明

- |                 |     |
|-----------------|-----|
| 1 唯有行动和结果才能说服他人 | 057 |
| 2 在正确的时间说正确的话   | 060 |
| 3 学历与能力并不一定成正比  | 063 |
| 4 谦逊让你蓄积更多      | 066 |

### 第五章 / 为何你总是对这世界发脾气

- |                  |     |
|------------------|-----|
| 1 暴躁的脾气让事情的结果更糟糕 | 071 |
| 2 急躁时，先将一切暂停     | 074 |
| 3 有情绪，但不随便宣泄情绪   | 077 |
| 4 不是不能生气，而是不去生气  | 081 |

### 第六章 / 宽容为你的心带来更大的自由

- |                 |     |
|-----------------|-----|
| 1 想要学得更多，就要虚心以待 | 087 |
| 2 宽容有利于化解与他人的矛盾 | 090 |

|                |     |
|----------------|-----|
| 3 少一些计较，多一些轻松  | 093 |
| 4 很多事，争个明白没有意义 | 097 |

## 第七章 / 总有很多事情你会“看不惯”

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 1 苦水吐多了，容易成为一种习惯    | 103 |
| 2 看别人不顺眼，首先是自己的修养不够 | 106 |
| 3 戴着“有色眼镜”，世界失去其原味  | 109 |
| 4 计较让你失去公允的心        | 112 |
| 5 他人的是非不可以成为谈资      | 115 |
| 6 想要解决问题，批评不是好方法    | 118 |

## 第八章 / 别在生活的假象里执迷不悔

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 1 过去很好，但时光不会倒流       | 123 |
| 2 未来会很糟糕吗，那不取决于现在的担忧 | 126 |
| 3 总觉得自己应该得到更多，这是个坏念头 | 129 |
| 4 无论你走哪条路，都会有人说      | 132 |
| 5 一条路走到“黑”，是见不到“光明”的 | 136 |
| 6 再多的顾虑也不能帮你辨别方向     | 139 |

## 第九章 / 拥有接纳不完美的坦然

|                 |     |
|-----------------|-----|
| 1 珍贵的，不因瑕疵失去其价值 | 145 |
| 2 我们“自以为”的并不是真相 | 148 |
| 3 每个人都有自己的精彩    | 150 |

## 第十章 / 与自己的内心坦诚相待

- |                    |     |
|--------------------|-----|
| 1 感激折磨你的人让你更强大     | 157 |
| 2 承认错误不等于认输        | 160 |
| 3 磨难之所以强大，是因为内心的弱小 | 162 |
| 4 对困境的恐惧让我们夸大危险    | 166 |
| 5 除了你自己，没什么能永远依赖   | 169 |
| 6 每一次反省，都是一次成长     | 172 |

## 第十一章 / 我们都是自己的幸运儿

- |                      |     |
|----------------------|-----|
| 1 你并非一无所有，只是尚未发现     | 177 |
| 2 做个发现自己优势的“幸运儿”     | 181 |
| 3 在合适的位置上，才能创造出最大的价值 | 183 |
| 4 劳而无功，可能是你选错了方向     | 186 |

## 第十二章 / 在我们的眼中，事物都有两面性

- |                 |     |
|-----------------|-----|
| 1 看到事物的两面       | 191 |
| 2 才大不可气粗，居功而不自傲 | 194 |
| 3 得意时也许蕴藏祸端，需冷静 | 198 |
| 4 失意时也许蕴藏幸运，不忘形 | 201 |
| 5 真的“绝不可能”吗     | 204 |

### **第十三章 / 怎样看待自己，就能感受到怎样的眼光**

- |                   |     |
|-------------------|-----|
| 1 认真负责的人，会被认真对待   | 209 |
| 2 无论做什么事情，态度决定高度  | 212 |
| 3 想要得到他人的肯定，先肯定自己 | 216 |
| 4 自怨自艾等于拒绝了改变的幸运  | 219 |

### **第十四章 / 相信自己，即使全世界都在否定**

- |                      |     |
|----------------------|-----|
| 1 正在“奔跑”的你，就是英雄      | 225 |
| 2 跌倒再跌倒，你才长大         | 228 |
| 3 无法让他人不误解，可以让自己坚定   | 232 |
| 4 谁说烂牌没有赢的机会         | 235 |
| 5 当失去信心，告诉自己“我很好”    | 238 |
| 6 每个人都有缺陷，如同被上帝咬过的苹果 | 241 |

### **第十五章 / 认真的生活需要一颗平常心**

- |                    |     |
|--------------------|-----|
| 1 太贪心反而什么都得不到      | 247 |
| 2 生活不理解你的委屈，你要自己化解 | 250 |
| 3 得失面前，不再无所适从地茫然   | 253 |
| 4 名利可能成为一切烦恼的来源    | 256 |
| 5 淡是生活中最浓的滋味       | 259 |

## 第一章

# 世界是自己的，与他人毫无关系



我们要想获得幸福的人生，必须要先给自己定位，只有正确地认清了自己，才能充分发挥自己的潜能。要定位自己，首先要找对自身的位置、承认自身的不足、发现自身的优点，这样才能更好地把握和主宰自己的人生。

很多时候，我们所追求的也许是别人所不认可的，但只要是自己想要的，那就是最真实、最有意义的人生。为此，我们要静下心来听听自己内心的渴求，为自己准确地定位，找准自己存在的价值，就可以活得充实而精彩。

## 你真的找到属于自己的位置了吗

当我们在一个位置上始终无法完成自身任务的时候；当我们在生活中感觉自己的身心疲惫的时候，我们就应该扪心自问：我真的找到属于自己的位置了吗？

行星有自己的运行轨道，当它们脱离自身轨道的时候，它们可能就不复存在了；飞机有自己的飞行轨道，脱离了轨道就可能造成无可挽回的事故；火车也有自己的运行轨道，脱离了轨道，两辆火车就可能相撞。

正如中国有句古话说的那样：“三百六十行，行行出状元。”人也是如此，每个人都有自身的优点和爱好，也都有自己的生活方式，只要为自己寻找到正确的“航道”，成功就会青睐于你。

曾经有一位心理学家说过：“我从事心理学研究几十年，在众多病人中发现，他们之所以郁闷、产生心理疾病，最主要的原因就是没有给自己正确地定位。”

曾经在某家工厂里发生了这样一件事情。

该工厂里的一台机器因为少了一个螺母而无法正常运转，并因此影响了工厂其他的生产进程。老板得知消息后心急如焚，找来了修理工，急切地说：“你现在马上就去找一个螺母，让机器照常运转，给你5分钟时间够吗？”

这时候，修理工得意地说：“老板，您就放心吧，让我用5分钟换一个螺母也太小看我了吧，两分钟就够了。”

说着，他搬来了自己的大铁盒，里面有很多不同型号的螺母。于是，修理工就开始寻找适合的螺母。但是结果却让人难以置信，修理工足足用了半个小时，也没能在众多的螺母中找到与机器相吻合的螺母。

最后，修理工灰溜溜地走到老板面前说：“老板……没有……没有适合的螺母。”这时候，老板又气又急：“你用了半个小时知道吗？我告诉你，在这个时候，只有和该机器相吻合的才能叫作螺母，而那些不吻合的就是废铁，你知道吗？你那些所谓的螺母现在全是废铁。”

虽然这个老板说的是气话，但也是不无道理的，一个螺母没有找到适合自己的位置只能算是废铁。而一个人如果没有找到适合自己的位置并在自己的位置上发挥自身的才干，那就很难做出大的成就。

我们可以思考这样的问题：为什么在拍戏的时候，要找到与角色性格特征相似的演员。它所讲求的正是这一点，只有找到了合适的演员才能演好合适的角色，才能吸引更多人的眼球且引起共鸣，所以只有合适的演员才能够将角色的真正内涵展现得淋漓尽致。

如果你是小鸟，就应该在蓝天白云下翱翔；如果你是鱼儿，就应该在水中享受自己自由的生命；如果你是羔羊，就应该在青草中穿梭，寻找自己的食物；如果你是老牛，就应该钟情于脚下的土地、实现自身的价值。只有找到并生活在合适的位置上，才能让自己更快乐和自由。

其实，每个人在社会上都有适合自己的位置，在人生的舞台上都有自己最适合扮演的角色。也只有找准自己的位置、认清了自己的角色，并将其扮演得惟妙惟肖，我们的人生才会更加精彩，我们才可能为自己谱写更加绚丽的篇章，才能让自己更加舒心和快乐。

迈瑞自小学习成绩就不理想，直到他上初中的时候，校长找到了他的母亲：“非常抱歉，我想您的儿子迈瑞不适合上学，他的理解能力连一个小学生都比不上。”

无奈之下，迈瑞的母亲只好带着儿子回到了家中，但她始终不相信自己的儿子是低能儿，于是决定在家中培养迈瑞的能力，但是结果不容乐观，迈瑞根本读不进书，反倒喜欢用小刀在院子的木桩上乱画，迈瑞的母亲对此非常担心，不知如何是好。

有一天，迈瑞的叔叔来到家中，看到迈瑞的“杰作”，不禁说道：“哦，迈瑞，你应该去学习雕刻，我想你肯定能成为一名雕刻家的。”听了叔叔的话，迈瑞欣喜若狂，但是母亲却极力反对迈瑞去学雕刻。

在迈瑞 15 岁的时候，他再也按捺不住心中的欲望，他知道自己在母亲眼中是一个失败者，但他还是想在雕刻界一展自己的才华，于是他背起行囊，远走他乡，去追寻自己的梦想。

直到多年以后，在城市的中心广场上竖起了一座雕像，这座雕像就是出自迈瑞之手。在开幕式上，迈瑞说了这样的话：“我在母亲的眼中一直是一个失败者，我没有成功地完成她给我的定位，但是我想告诉母亲，学校里面没有适合我的位置，我现在找到了自己的位置，希望这次我没有让她失望。”

迈瑞的母亲站在人群中，她终于明白了自己以往的过失：自己一味地要求迈瑞做出一番成就，却从未想过他自己的爱好。不是儿子不成功，而是她将其放错了位置。

从古至今，像迈瑞这样的人数不胜数，大发明家爱迪生也曾被老师判了“死刑”，著名的物理学家爱因斯坦也因为做坏了小板凳被老师讥笑。

但是最后他们都成功了，都在自己合适的位置上做出了自身的成就。他们之前之所以没有获得成就，就是因为他们所站的位置不对，所选择的角色根本不适合自己。

因此，我们要想在人生道路上平步青云，就要学会认清自身的优势和劣势，给自己一个正确的定位。只有这样，我们才会少走弯路，摆脱心头的压力，才能够迎接更加美好的明天，打造更加精彩的人生。

如果你很幸运，找到了属于自己的位置，那么，你仍然不可掉以轻心，因为世界在变、社会在变，人同样也在变。我们只有时刻跟随时代的脚步，在纷繁的社会上时刻为自己寻找正确的位置，才可能避免使自己再次成为“不适合的螺母”。

## - 2 -

# 我们都是普普通通的人

钱财乃身外之物，生不带来，死不带去，其实人也是一样，每个人的出生点以及死亡点都是一样的：赤裸裸地来到世界，占据的也仅仅只有3尺土地。

有一部电影叫《落叶归根》，这部电影清楚地告诉我们，人在任何情况下都不可以忘本，确切一点来讲就是说：无论在任何时候，我们都要清楚地知道自己是谁。

其实，造物主给予我们每个人的都是平等的，每个人都是普通人。出

生的时候，没有谁是穿金戴银而来的，也没有人是低三下四地降临到人世间的。而之后所获得的一切成就与财富都是通过努力得来的。我们之所以迷失自己的本性，只是被后天这些身外之物蒙蔽了双眼、腐蚀了心灵的纯洁，从而失去了原本善良的本性。

但是，世界上也有一部分人，在任何情况下都能做到无己、无功、无名。他们的人生是逍遥自在的，他们从来都不会利用自己的权势去衡量任何一个人，这是因为他们始终都明白自己只是个普通人。

张宇是一位非常有名望的企业家。有一次，应某制鞋厂的邀请，一周后他要为员工做指导工作。为了迎接张宇的到来，那家制鞋厂的老板做了充分的准备，并且对员工下了死命令：“这次张企业家来了之后，你们最好谦虚点儿，跟人家多学点儿东西，最重要的是不可以损坏我们公司的形象，不要在人家面前丢人。”

张宇很清楚，自己每次去的时候，应邀公司总会隆重地迎接自己，而这样的方式是他所不喜欢的。于是，他决定自己“暗地”去这家制鞋厂。

那天，他穿着很普通的衣服，进了那家制鞋厂。去了之后，他就在生产车间看其他员工工作，并在一旁指导着别人，最后被主管看到了，于是，主管就走过来：“你是哪条生产线上的？在这里乱逛，小心我扣你工资。”张宇只是笑了笑便走开了，继续自己的“指导工作”。

直到下午的时候，该厂的负责人召集所有员工开会，会上说：“我听有关人员说，张企业家已经来到了我们厂，我们接下来的工作一定要认真。”会议过后，张宇走到了经理的办公室，经理一看眼前这个衣着简朴的人，就将自己的眼光转移了，淡淡地问：“你是做什么的？有什么事吗？有事就去找领班。”

“我找你。”张宇说道。这时候，经理才抬起头认真地审视着眼前人，