

三会

“‘三会’成就人生”系列丛书

学会做人做事 读本

李长征 主编



中国海洋大学出版社
CHINA OCEAN UNIVERSITY PRESS

学会做人做事读本

主 编：李长征

副主编：徐立山 高 群 李 植 王圣莲
谢桂真 张新国

编 委：周永娜 李 娜 任 伟 王 珉
牛小龙 祝洪海 韩琨琨 董俭嵘
张 静

中国海洋大学出版社

· 青 岛 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

学会做人做事读本 / 李长征主编. —青岛: 中国海洋大学出版社, 2018.7

ISBN 978-7-5670-1927-0

I. ①学… II. ①李… III. ①人生哲学—职业教育—教材 IV. ①B821

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第198428号

学会做人做事读本

出版发行 中国海洋大学出版社
社 址 青岛市香港东路23号 邮政编码 266071
网 址 <http://www.ouc-press.com>
出 版 人 杨立敏
责任编辑 张 华
电 话 0532-85901984
电子信箱 zhanghua@ouc-press.com
印 制 青岛国彩印刷有限公司
版 次 2018年11月第1版
印 次 2018年11月第1次印刷
成品尺寸 185 mm × 260 mm
印 张 6.75
字 数 97千
印 数 1~2100
定 价 32.00元
订购电话 0532-82032573 (传真)

发现印装质量问题, 请致电0532-88194567, 由印刷厂负责调换。

《三会成就人生》丛书

主 编：王佐恺 李长征

副主编：刘 航 牟 峰 黄 尧 肖安金 黄祖杰 刘瑞洁 于 群

编 委：张庆臻 徐立山 王可安 高 群 于 玲 陈嘉睿 王达伟 葛 联

丁 宁 唐 婧 高天奇 李忠宝 付志文 杨 华 王阳春 韩瑞芬

韩纪南 王永春 苟美汉 张明志



前言

《国家中长期教育改革和发展规划纲要》关于教育的战略主题中提出：“坚持能力为重。优化知识结构，丰富社会实践，强化能力培养。着力提高学生的学习能力、实践能力、创新能力，教育学生学会知识技能，学会动手动脑，学会生存生活，学会做人做事，促进学生主动适应社会，开创美好未来。”

“学会动手动脑、学会生存生活、学会做人做事”三个“学会”是学生在未来社会中的立足之根、立业之基、立身之本。三个“学会”丰富了德育教育的内容，发展了职业教育的育人内涵。

“学会动手动脑、学会生存生活、学会做人做事”三位一体，构成了德育教育的丰富内容。只有学会动手动脑才能有智慧地生存、有质量地生活、有品位地做人、有能力地做事。学会生存生活让我们的动手有了价值，动脑有了意义，做人有了滋味，做事有了动力。学会做人做事，人的一生都在学习做人，学做好人；人的一生都在学习做事，做有意义的事。技工院校的教育是职业教育，职业教育就是就业教育，是让人学会做事的教育；技工院校的教育是素质教育的重要组成部分，素质教育就是培养学会做人的教育。学会做人做事是职业教育的本分。

《学会做人做事读本》是“三会成就人生”系列丛书的重要组成部分。本书引用了许多古今中外关于人生的小故事、名言，同时紧密结合现实中关于世界观、人生观的热点问题。在编写过程中，我们深刻感受到中华文化的博大精深，“仰之弥高、钻之弥坚”，古人智慧达到的高度让今天的人为之感叹；世界文明浩瀚如海，这是我们进行人生观教育最为宝贵的财富；现实世界是智慧的源泉，是探索人生的现实土壤。编写过程也是我们接受文明的

洗礼，不断自我修养和受教育的过程。

在本书的编写过程中，得到许多行业企业、职教专家以及一线教师的大力支持与帮助，在此表示真挚的感谢。希望广大师生在使用过程中，对本书提出宝贵意见，以便进一步地丰富和完善“三会”教育内涵。

编 者

2018年10月



第一篇 自立 / 1

1. 做一个生活上自立的人 / 2
2. 做一个精神上自立的人 / 8

第二篇 自信 / 15

1. 人生需要自信 / 16
2. 相信自己会创造奇迹 / 19

第三篇 自强 / 27

1. 人生当自强 / 28
2. 扼住命运的喉咙 / 34

第四篇 自爱 / 39

1. 爱惜自己的身体 / 40
2. 呵护自己的心灵 / 46

第五篇 自省 / 53

1. 吾日三省吾身 / 54
2. 认识你自己 / 60

第六篇 自 律 / 67

1. 君子慎独 / 68
2. 自律是为己 / 73

第七篇 自 在 / 79

1. 扶摇直上九万里 / 80
2. 大自在 / 84

第八篇 智 慧 / 89

1. 看一下自己的对立面 / 90
2. 智慧关乎人心 / 95

自立 第一篇

人立于天地之间，绝非是一件容易的事情。“斯芬克斯之谜”人尽皆知：一种动物早晨四条腿，中午两条腿，晚上三条腿走路；腿最多时最无能。千百年来，人们早已认定并认同其答案，这个“谜”也早已被俄狄浦斯回答：“人。”人幼小时太弱，老年时太虚，都难以自立，即使在最强壮的时候，人也需要依靠两条腿才能立起来，汉字“人”由一撇一捺构成，这一撇一捺就是人的两条腿，其中一条腿是物质，一条腿是精神，人的自立需要物质和精神这两条腿的支撑。

在地球已知动物中，人应该是依赖父母时间最长、独立最晚的动物。据说海龟存活的时间很长，所谓“千年的王八万年龟”，但是小海龟一出生就要独自面对大海；陆地上最大的动物非大象莫属，其寿命与人相仿，大象哺育小象的时间在动物中算是最长的，也不过只是三年时间。但是人就不行了，人从呱呱坠地直到二十几岁大学毕业，都要依赖父母，很多人毕业后“啃老”，买房买车、照顾小孩都需要父母的帮助。陶行知说，滴自己的汗，吃自己的饭，靠人、靠天、靠祖上，不算好汉。看来，陶先生实在是看不下去了啊！

说到精神上的独立，对于人来讲恐怕是一件比经济独立更为困难的事情。虽然“千人千模样”，但绝非千人千思想，生活中往往是“千人一面”，我们基本上是“喝着相同的水，流着相同的血”，“幸福着别人的幸福，快乐着别人的快乐”。精神独立本来就是一件艰难的事情。人生需要拼搏，人生也需要智慧，如此方可开我们灵魂之窗口，实现精神之独立，成为一个自立的人。

1

做一个生活上自立的人

滴自己的汗，吃自己的饭，靠人、靠天、靠祖上，不算好汉。

——陶行知

故事

1

富人留给儿子的财富

从前有个富人，年老了，犯愁起来，怎样把家财更好地传给儿子呢？他苦思冥想，头发都白了。一天，妻子对他说：“咱儿子挺聪明的，你能发家，他也能守业。”

“发家不易，守业更难啊！不劳而获会使儿子成为不肖子的！”富人说。

“那你把当初发家的本领教给他呀。”妻子说。

妻子的话启发了富人。他把家里的金银财宝统统埋入墙里后，夜间将门窗全部撬坏，晨时惊呼“贼来了……”，然后放声大哭。

儿子闻之，非常伤心，却劝父亲说：“别伤心，我会挣钱养活您的，我一定要让家里跟从前一样富裕……”

第二天，儿子就离开了父亲，又种地又做买卖，不论多脏多累的活儿……慢慢地，他赚的钱渐渐多了起来，甚至超过了他父亲当初积累的财富。

富人眼看着儿子和他当年一样地创业了，就把儿子叫到跟前说：“既然你知道珍惜财富了，那你就用镐去刨那面墙吧！”



财富是有限的，很容易消失；创造财富的能力是无穷的，终生拥有。比起财富来，创造财富的能力更为重要。故事中的富人不仅给孩子留下金银财宝，而且给了孩子更为宝贵的珍惜和创造财富的本领。古人之智慧，今人不能不借鉴啊！

故事

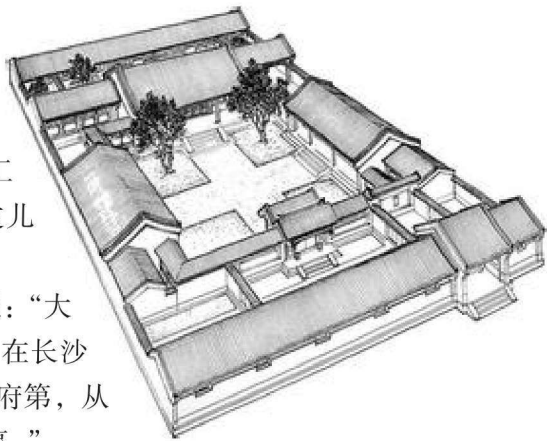
2

左宗棠盖房子

“身无半亩，心忧天下；读破万卷，神交古人”的清末封疆大吏左宗棠告老还乡，在长沙大兴土木，打算为子孙后代留下豪华府第。他总是怕工匠偷工减料，便亲身拄着拐杖到工地督工，这儿摸摸，那儿敲敲。

有位老工匠看他如此不放心，就说：“大人，放心吧。我活了这么一大把年纪，在长沙城里造了不知多少府第。在我手上造的府第，从来没有倒塌过，但屋主易人却是常有的事。”

左宗棠听后，不觉满面羞愧，叹息而去。



左宗棠作为一位历史上有名的人物，他怎能不明白老工匠话中的含义！痴心父母古来多，但是能够守住万贯家业的子孙又有几人！林则徐曾说：“子孙若我，要钱干什么？贤而多财，则损其志；子孙不若我，要钱做什么？愚而多财，益增其过。”为子女留下财富，后代不一定保得住，不如留下更多创造财富的本领。

故事

3

自己的债自己还

美国一个年仅11岁的男孩爱上了足球。他在校园里踢，庭院里练，一次还不小心把邻家的玻璃踢个粉碎。当时玻璃很昂贵，邻家索赔12.5美元。当时12.5美元是个不小的数目，可以买到125只下蛋的母鸡。小男孩闯了祸，他便主动向父亲说明原因，承认错误，希望父亲能帮助处理这件事。父亲却问道：“这事是你做的吧？”

“是的，爸爸。”小男孩说。

“那你应不应该负责？”父亲接着又问。

“应该，我做的事我必须负责。”男孩坚定地说，“可我没有钱。”

“钱我可以借给你，但你一年后必须还给我。”父亲说。

自立



从来就没有救世主，
凡事都要靠自己。

“放心好了，爸爸！一年后我一定还上这笔钱。”小男孩非常自信地说。

从此，这个小男孩就开始了一边读书学习，一边打工挣钱的艰苦生活。但他仅仅用了半年时间就还上了父亲的12.5美元。

这个小男孩就是后来成为美国总统的里根。

自立就是不依赖他人而站立。里根的老爸借给里根12.5美元并要求他在一年后偿还，看起来对自己儿子的行为不太“负责”，但是，正是这种“不负责”才培养了里根要对自己的行为负责的人生态度。这个故事，对当下中国的爸爸妈妈、爷爷奶奶们，难道不应该有重要的启示吗？

故事

4

洛克菲勒教育子女

大卫·洛克菲勒是洛克菲勒家族的第三代，是兄弟中最小的一个，也是最出色能干的一个。他的事业不在石油领域，而是在大名鼎鼎、位列世界十大银行第六位的曼

哈顿银行。他任该银行执行委员会主席兼总经理以后，使该银行从资金20亿美元上升到资产净值达34亿美元。

1915年，大卫出生于纽约市，当时他家虽已有亿万财产，可孩子们每周只能得到三角的零用钱，同时每人还必须准备一个小账本，按父亲的要求将三角钱的使用去向登记在上面，经检查后，如果使用合理，还能得到奖励。孩子们得到的零用钱随着年龄的增长而增长：十一二岁时，每周能得到一美元，15岁时，每周能得到两美元左右。因此大卫长大离开家时，已拥有许多账本。大卫的父亲为了教育孩子从小懂得金钱的价值，故意让孩子们处于经济压力之下。零用钱很有限，如果想多用怎么办？方法只有一个，自己去挣。大卫小的时候就知道从家庭杂事中挣钱：捉住阁楼上的老鼠，每只可挣五分钱，而劈柴火、拔杂草等杂活则按照时间来计算工钱。大卫有一招更绝，他设法取得了为全家擦皮鞋的特许权。然而，他必须在清晨六点以前起床，以便在全家人起床前完成工作，擦一双皮鞋五分钱，一双长筒靴一角钱。大卫在童年时代没有享受过任何超级富豪的生活，他穿着和雇工一样的普通衣服，生活既简单朴素又紧张而快乐。他有一位大学时的同学，是位大手大脚花钱的富家子弟，甚至可以在开口索要之前就能获得他想要的东西。可大卫说：“他是我认识的最不幸的人，他结了三次婚，换了数次工作，永远也不会发挥自己的能力。”



在美国的富翁中，有一种风尚，就是不要留太多的财产给子孙后代，以免他们乐不思蜀，成了扶不起的阿斗。这种风尚的实践者有大名鼎鼎的微软创办人比尔·盖茨、投资家华伦·巴菲特等。现代富翁之所以有这样的观念，源自罗斯·柴德留下的教训。罗斯·柴德是老一辈的富翁，他把所有的财产都留给了儿子拉斐尔，但拉斐尔在继续遗产两年后被人发现死于纽约一处人行道上，死因是吸食海洛因过度，年仅23岁。美国卡耐基基金会就曾做过一项调查，在继承15万美元以上财产的子女中，有20%的人放弃了工作，整天沉溺于吃喝玩乐，直到倾家荡产；有的则一生孤独，出现精神问题，或是做出违法乱纪的事来。

天下父母心

发达国家非常注重培养孩子的独立能力。

在原联邦德国法律条文中有一项规定：孩子在6岁之前可以玩耍，不必做家务；6~10岁，偶尔要帮助父母洗碗、扫地、买东西；10~14岁，要剪草坪、洗碗、扫地及给全家人擦鞋；14~16岁，要洗汽车、整理花园；16~18岁，如果父母上班，要每周给家里大扫除一次，对于不愿意做家务的孩子，父母有权向法院申诉。

美国南部一些州立学校为了培养孩子独立适应社会的能力，特别规定：学生必须不带分文独立谋生一周，才允许毕业。

在日本大学生中，勤工俭学的现象非常普遍。他们靠在饭店端盘子、洗碗，在商店售货，做家庭教师，陪护老人等，挣自己的学费。孩子很小时，父母们就要给他们灌输一种思想：不要给别人添麻烦。全家人外出旅行，不论多么小的孩子，都要无一例外地背上一个背包。父母说：“这是他们自己的东西，应该自己背。”培养孩子的自理能力和自强精神，是日本父母家教的根本出发点。



瑞士的父母为了不让孩子成为无能之辈，从小就着重培养孩子自食其力的精神。譬如，有个十六七岁的姑娘，初中一毕业就被送到一家有教养的人家去当一年左右的佣人，上午劳动，下午上学。这一方面可以使其学会独立谋生之道，另一方面还有利于学习语言。因为瑞士是个多语种的国家，既有讲本土语的地区，也有讲德语和法语的地区。长期依靠父母过寄生生活的人，被认为是没有出息的和可耻的。

毓秀桥

康熙年间，贵州巡抚刘荫枢告老回乡后，想用一生的积蓄为家乡建一座桥。但是子女却反对他：“您当了一辈子高官，我们却没沾到一点光，好容易盼到您回家，你却如此不顾我们。”刘荫枢很伤心，他觉得自己虽然一身清白，但忽视了对子女的教育。于是，他用尽积蓄，历时五年，修成大桥，取名“毓秀桥”。桥修好后，他对子女说：“我之所以用全部积蓄修桥，就想用事实告诉你们，自己的路自己走，自己的生活自己创造，靠天、靠地，不如靠自己。”为了彻底消除孩子们依赖父母的心理，他以三两白银的价钱把桥卖给了官府。刘荫枢的所作所为深深地打动了他的子女。他的孩子日后都成了国家的栋梁之材。



刘荫枢注重孩子自立精神的培养是具有远见卓识的，而他用毕生的积蓄建桥来教育孩子，可谓用心良苦。

做一个精神上自立的人

我只有一个忠告给你——做你自己的主人。

——拿破仑

故事

7

求人不如求己

有个人在屋檐下躲雨，看见观世音菩萨撑着伞走过，这人说：“菩萨，普度一下众生吧，带我一程如何？”观世音菩萨说：“我在雨里，你在屋檐下，而檐下无雨，你无须我渡啊。”这个人立刻跳出屋檐下，站在雨中：“现在我也在雨中，该救我了吧？”观世音菩萨说：“你在雨中，我也在雨中，我不被淋雨，是因为我有伞，你被雨淋是因为没有伞。所以不是我渡自己，是伞渡我。你要想得渡，请找伞去！”说完就走了。



第二天，这人又遇到了难事，便去庙里求菩萨，走进庙里，才发现庙里的观音菩萨像前也有一个人在礼拜，那个人长得和观世音菩萨一模一样，丝毫不差。这个人很惊讶：“你真是观世音菩萨吗？”那个人说：“我就是。”这个人又问：“那你为什么还自己拜自己？”观音菩萨笑道：“我也遇到了难事，但我知道，求人不如求己啊！”

这故事来源于宋代张端义《贵耳集》卷上：（宋）孝宗幸天竺，至灵隐，有辉僧相随。见飞来峰，问辉曰：“即是飞来如何不飞去？”对曰：“一动不如一静。”又见观音像手持佛珠。问曰：“何用？”曰：“要念观音菩萨。”

问：“自念何甚？”曰：“求人不如求己。”

人生的坎要自己来翻过，人生的河要自己来渡过。

故事

8

一片飞翔的叶子

一阵风吹来，一片叶子脱离树枝飞向了天空。

“我会飞了，我会飞了！”叶子边飞边喊，“我要飞上天了。”

叶子飞啊飞，飞过了一棵棵树，飞过了一只只栖息在电线上的鸟。

“哈哈，我飞得比你们都高。”叶子得意洋洋地对小鸟说。

又一阵风吹过，叶子在天空打了几个旋儿，被吹落到一个小水坑里，随即被路过的一头牛踩进了淤泥里，不见了踪影。

一只鸟感叹地对它的孩子说：“看到了吧，如果不依靠自己的力量，风既可以把你吹上天，也可以把你吹进烂泥潭。要飞翔必须靠自己的力量。”



社会就是一个风场，人们都需要借助风的力量。考进一个好的大学，进入一个好的单位，其实就是为了争取到更多好“风”。但是风对人的影响是不同的，对待“风”的不同态度会产生不同结果：依赖风就像树叶一样随风飘荡，驾驭风就能像鸟儿一样自由飞翔。

故事

9

鞋匠与银行家

从前，有一个鞋匠，他每天都过得十分快乐。他总是一边工作一边唱歌。他做鞋