

# 好人生

## 7项选择

孙振华 编著  
当代世界出版社

### 美好人生源自明智选择

选择是我们不愿面对而又不得不面对的一种高界线的取舍。人生总是充满着无数的选择。决定我们命运的往往总是这些一次次冲我们而来的选择。

感悟人生中最重要七件事



# 好人生

## 7项选择

孙振华 编著  
当代世界出版社

### 美好人生源自明智选择

选择是我们不愿面对而又不得不面对的一种高界线的取舍。人生总是充满着无数的选择。决定我们命运的往往总是这些一次次冲我们而来的选择。

感悟人生中最重要七件事



图书在版编目(CIP)数据

好人生七项选择/孙振华编著.-北京:当代世界出版社,2006.10

ISBN 978-7-5090-0168-4

I.好… II.孙… III.人生哲学-通俗读物 IV.B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 126572 号

---

书 名:好人生七项选择

出版发行:当代世界出版社

地 址:北京市复兴路4号(100860)

网 址:<http://www.worldpress.com.cn>

编务电话:(010)83908400

发行电话:(010)83908410(传真)

(010)83908408

(010)83908409

(010)83908423(邮购)

经 销:新华书店

印 刷:北京市秋豪印刷有限责任公司印刷

开 本:787毫米×1092毫米 1/16

印 张:15

字 数:250千字

版 次:2007年1月第1版

印 次:2007年1月第1版

印 数:1-6000册

书 号:ISBN 978-7-5090-0168-4/B·032

定 价:28.00元

---

如发现印装质量问题,请与承印厂联系调换。

版权所有,翻印必究;未经许可,不得转载!



# 前言

美国著名的畅销书作家丹尼斯·魏特利博士调查、访问了三千多名七十岁以上的老人，问他们在人生的末端，回想过去，觉得一生中最重要的七项选择是什么？

这些人回顾一生，列出了人一生中最重要的七件事，可以说，这七件事正是我们一生中最重要的目的。

把三千多名七十岁以上老人的回答归纳起来有以下七项：

## （一）事业：

古时的儒林士子们把“修身，齐家，治国，平天下”作为自己一生的理想。整治小家被排在治国之前。在古人所称道神往的四大喜事中，也是先“洞房花烛夜”，而后才“金榜题名时”。

青年人对社会要有一种使命感。东汉时期，为国捍卫疆土，18岁就领兵在漠北抵抗匈奴的霍去病以“何以家为”，辞绝了汉武帝对他这个年轻的骠骑大将军赐予府第以成家的嘉赏。而面临21世纪挑战的青年们更加任重道远，是不是更应先自问一句“事业未成，何以家为”呢？

所以说，事业对于现在的年轻人来说是第一位的，只有事业的光辉才能点亮你的人生。

你是否也曾想过要为自己的人生留下什么？是不是有尽自己最大的努力去达到这些目标的愿望？当我们也走向人生终点





的时候，是不是也能以漂亮的姿态鞠躬下台呢？一个人只能走一次的人生路，不要在最后回首时，留下深深的遗憾。

## （二）知识：

很多七十岁的人都说过“如果能够让我重新活一遍的话，希望当时的我可以利用更多的时间去学习，通过学习使自己获得更多的知识，使自己在处理事情时更富有智慧，面对重大选择时就能做出不一样的决定”等诸如此类的话。

“如果可以重活一遍、回到过去，是不是我们能够用更理智的方式来面对人生中遭遇的种种问题呢”？在生命的尽头，很多人遗憾自己一生没有学到更多的知识，在面临种种选择时，总觉得自己所学的知识不够用。

所以说，人生需要不断地学习。“活到老，学到老”，而有些人却在大学毕业后就放弃了学习，忽略了知识的积累，无法在整个人生中都表现出足够的智慧。

以前，曾经有人提出过命运公式：命运是由我们的个性所造就，个性是习惯所养成，而习惯又是起因于信仰，信仰则起于信念。而信念是由知识来转换的，因此可以说：知识是命运的源头。

## （三）友谊：

从小到大除了家人外，最常和我们在一起的就是朋友，有时候甚至我们和朋友在一起的时间，比和家人在一起的时间还长。

所以，要常问问自己是不是交对朋友、真心对待朋友了？

记住：友情是我们人生里非常大的资产。

老人之所以寂寞，通常是因为周遭的朋友一个个的走了，留下的是一张张陌生的面孔。我们也能看到，常有老人捧着照片，饮着回忆过日子。

友谊，在人的一生中将跨越生死，其恒定性比起财富有过之而无不及。

## （四）财富：

若你一辈子无病无痛，但是却穷极一生，日子也将过得很辛苦。有人做过统计，只有不到百分之十的老人，在晚年时在财富方面能自给自足。人们终其一生，不是追寻财富，而是追寻一种财富上的自由。我们必须有



足够的钱，让我们去看清整个世界。

### （五）家庭：

家庭是温暖人类的无限财富。很多人在失去时才发现这个财富。有个老板从大陆回到台湾，发现家里有个陌生人。他问那陌生人是谁，结果竟然是自己的儿子：太久没看到儿子了，儿子长大了都不知道，竟然不认得。

这是个讽刺故事，但却反映出富人如果只顾着拓展职场上的业务、扩大对外交际的人脉，却忽略了家庭，到头来可能就会发现自己所失去的是人生中非常珍贵的财富。

有些人到了老年，才深觉对妻子不够温柔，冷落配偶大半辈子；也有许多人，到了老年才发觉自己忽略了对子女的教育，在人生中留下最大的遗憾。

### （六）健康：

健康是我们人类唯一属于自己的资产，在任何情况、任何条件下，我们都不该拿自己唯一的资产作交换。许多人因为在年少时过度使用身体，导致晚年一身病痛，整日为病痛所苦。人常到老了才深深觉悟到健康的重要性，在你四十岁以前，你可以用健康换得财富，但是，在你四十岁之后，再多财富也换不回你的健康。

### （七）快乐：

在生命的最后一刻，才能发现自己想珍惜的是什么。

在生命的最后一刻，你用什么方法走完自己的人生？

在生命的最后一刻，你靠什么信念来走过自己人生最后一段旅程？

有人说：人在死前，灵魂将以光速从额头冲出，在七秒钟内，这一生你所在意的事会像影片一样在大脑闪过。如果这七秒之内你闪过的是奉献、快乐、富足的事，这一刻，你就上了天堂；如果这七秒你闪过脑际的是对争夺、痛苦、不舍的回忆，这一刻，你就下了地狱。

“上台容易下台难”，不管你在生活的舞台上的姿态是什么，但下台的态度一定要优雅。我常告诉自己：生时可以嚎啕大哭，但死时一定要微笑。在我们生命的最后一刻，别人是如何记录我们的生命的？那是我们一辈子



重要的财富。让我们的生命成为一个快乐发光的萤火虫吧！

一个人在离开的那一刻，可以留下让人一辈子都记得他的事迹的话，那么这个人的生命早就超越了生命的极限。

有很多人不明了选择的重要性，对一些关系到前途和命运的选择显得过于草率。他们甚至不知道一时的选择往往胜过几十年的努力。所谓失之毫厘，差之千里，讲的就是起点的重要性。我们今天选择一个项目，看起来与选择另一个项目差不多，但一个有前途，一个没前途，随着时间的推移，两者的差距会越来越大。

他们在选择方向时都存在着盲目性。目标的选择、确定、实现不可有半点盲目性，首先在目标的选择上应明确。只有把目标选得恰当，在实现目标的过程中才会有更多的动力，更少些阻力。

许多人之所以会失败，就在于他们自身行动的盲目性。其主要原因就是没有真正为自己设定目标，即使设定了目标，也没有实现目标的坚定信念。在这些人的人生中，最大的败笔不是没有目标，而是目标不明确。这样的盲目行动，又怎能赢得成功呢！

我们也不该盲目随意地选目标，没有根基的目标是靠不住的。但只要选准了目标，就要用全力以赴的奋斗精神去实现它，只有这样，在人生的海洋里才不会迷失自己。

# 目 录

## 总论：好人生在于聪明的选择

- 一、人生是一个选择的过程 · 1
- 二、选择就是为自己把握命运 · 5
- 三、选择决定了你的一生 · 5
- 四、选择得当才能成功 7
- 五、学会选择很重要 · 8
- 六、做出选择之后再努力 · 11
- 七、成败在于你自己的选择 · 13
- 八、碰壁能拐弯的是智者 · 16
- 九、合理地安排时间做恰当的事 · 18
- 十、失败只是一个转折点 · 20
- 十一、有效地提高自己竞争的能力 · 21
- 十二、人生决不止一条道通向希望 · 24

## 第一项 事业：人生的基础

- 一、是创业还是就业 · 27
- 二、创业需要智勇与谋略 · 30
- 三、成功的心理与交际是紧密相关的 · 32
- 四、就业一样能成就你的人生 · 33
- 五、把求职当作一场求生战斗 · 35



- 六、认识你的职业优势 · 36
- 七、选择是一连串的事情 · 38
- 八、学会正确选择 · 46
- 九、在工作中突出自己的业绩 · 48
- 十、找出你在工作上的重要价值 · 51
- 十一、要集中精力做好本职工作 · 53
- 十二、脚踏实地从零开始 · 58
- 十三、倍加珍惜第一次 · 59
- 十四、关注过程重视结果 · 61
- 十五、跳槽频繁会失信于人 · 63

## 第二项 知识：成功的桥梁

- 一、求知是人一辈子的事 · 65
- 二、读书，是你事业成功的必由之路 · 67
- 三、善于学习才能成大事 · 69
- 四、学会用时间为自己“投资” · 73
- 五、学以致用，善读活书 · 75
- 六、从实践和读书中获得知识 · 77
- 七、向他人学习更有实用性 · 81
- 八、“历”和“力”的关键是成效 · 82
- 九、成功知识有利创新 · 84
- 十、寻找帮助自己成功的领路人 · 88
- 十一、既专又博是走向成功的一种选择 · 90
- 十二、让情商在智慧中发挥作用 · 91

## 第三项 友谊：人生奋斗的精神支柱

- 一、友谊是非同凡响的一笔财富 · 95
- 二、做自己的知心朋友 · 97
- 三、好朋友应智、趣相投 · 98
- 四、交友要诚实守信 · 102

- 五、交朋友要善于选择 · 104
- 六、要保持交朋友的弹性 · 110
- 七、结交最好的朋友 · 113
- 八、多与成功者交往 · 115
- 九、和有智慧的人交往 · 118
- 十、以人为镜，可以知得失 · 119
- 十一、朋友交往应避免冲突矛盾 · 120

#### 第四项 财富：幸福生活的保障

- 一、“财商”决定了你的贫穷与富有 · 123
- 二、财富垂青有准备的人 · 125
- 三、树立正确的金钱观 · 128
- 四、靠理念赢得财富 · 130
- 五、反向思维，财源滚滚 · 132
- 六、教育为先，造就世界首富 · 134
- 七、敢立潮头，搏击网络 · 136
- 八、鸿鹄志远，勤学不辍 · 137
- 九、赤手空拳，照样赚钱 · 139
- 十、情有独钟，居稀为宝 · 141
- 十一、放眼未来，只认名牌 · 143
- 十二、冷静理性，知足常乐 · 145

#### 第五项 家庭：快乐人生的港湾

- 一、爱情让人如醉如痴 · 147
- 二、把理想的爱情与现实结合起来 · 149
- 三、如何寻找你的另一半 · 150
- 四、真情应是两情相悦 · 152
- 五、爱不等于形影不离 · 154
- 六、真爱绝不是占有 · 155
- 七、坚守着这一份感情 · 157

八、做一个有责任心的好丈夫 · 159

九、做一个温柔贤惠的好妻子 · 160

十、失恋后应从痛苦中升华 · 161

十一、爱情-婚姻 · 163

## 第六项 健康：人生最珍贵的财富

一、健康，拼搏的本钱 · 165

二、健康的身体是你的福气 · 166

三、培养好心态有利于健康 · 168

四、心理健康重于身体健康 · 170

五、科学合理打造健康身体 · 171

六、健康的身体靠自己来维护 · 172

七、身体健康是可以自己把握的 · 173

八、做体格和心理两方面都健康的人 · 174

九、不要让坏习惯危害身体 · 179

## 第七项 快乐：幸福生活的源泉

一、走出“顾影自怜”的怪圈 · 185

二、把恼人的往事放在一边 · 190

三、使自己变得可爱一些 · 191

四、要执著于自己的做法 · 198

五、不要畏于表达自己的爱 · 204

六、抓住生活中的每一次机会 · 210

七、培养享受生活的本领 · 212

八、生活在自己的信仰里 · 218

九、提高自己的生活质量 · 219

十、幸福是发自内心的愉悦 · 221

十一、幸福就是生活的方法和态度 · 222

十二、拥有把握幸福的能力 · 225

## 总论

# 好人生在于聪明的选择



## 一、人生是一个选择的过程

所谓聪明的人，就在于他知道什么是选择

我们这里所说的选择是指面对人生的重要场合、重要方面和重要时刻，在人生的重大问题上的选择。这些重要的地方决定性地影响人的一生发展轨迹和基本格局。

选择——是把握人生命运的最伟大的力量。

谁掌握了选择的力量，谁就掌握了人生的命运。

人生的任何努力都会有结果，但不一定有良好的结果。

错误的选择往往使辛勤的努力付诸东流，甚至使人生遭致灭顶之灾。

人的一生，只有一件事不能选择——就是自己的出身。其他一切命运，都是自己选择的结果。

所以有人说，人的一生就是一个选择的过程。这句话道出了人生最朴





素、最简单，也是最重要的哲理。因为每个人无论是对生活、爱情与婚姻、友谊，还是对职业、工作、事业等，都有着自己的想法，当他们为了实现心中所想而采取行动的时候，无论是成功了还是失败了，都是一种选择的结果。

那么，什么是选择呢？简单地说，选择就是给自己定位；选择就是给自己寻找前进的方向；选择就是为自己把握人生命运；选择就是为自己的生命重新注入激情；选择就是实现自己人生的目标。

只有选择，人生才有主题；只有选择，人生的坎坷才会被踏平；只有选择，人生才能冲破世俗的藩篱；只有选择，人生才能演奏出生命的华彩乐章。

在这个世界上，通向成功的道路何止千万条，但你要记住：所有的道路，不是别人给的，而是你自己选择的结果。

所以，你有什么样的选择，也就有了什么样的人生。

在这个很精彩也很复杂的世界里，无论是强者和弱者，还是成功者和失败者，抑或是大人物和小人物，他们之间最重要的区别就是对人生之路选择的差别。

前者选择了一条布满荆棘、充满风险，但却能使人生放射华光异彩的道路，而后者则选择了一条平坦，但却平庸之路。

在这一点上，那些伟人们的经历值得我们去借鉴。

伟人们之所以伟大，首先是因为他们选择了伟大的事业。如果伟人们选择的不是伟大的事业，那么在今天的历史书上就不会有他们的名字。是伟大的事业才使那些伟人们变得伟大。

如果当年的鲁迅不选择弃医从文，就不会成为文学巨匠；如果当年的毛泽东不选择为中国人民的解放而斗争，就不会成为共和国领袖；如果霍金不选择天体物理，就不会写出《时间简史》这一伟大著作；如果贝多芬不选择音乐创作，也不会为后世留下那么多不朽的旋律。

比尔·盖茨在谈到他的成功经验时说：我的成功在于我的选择。如果说有什么秘密的话，那么还是两个字——“选择”。

如果你想不平凡，如果你在芸芸众生之中脱颖而出，如果你想实现



自己的人生价值和生活梦想，那么请记住决定你一生的两个字：选择！

当我们慢慢长大，成熟，我们会逐渐明白很多我们不曾发现的真情与关爱，当然这需要我们z从选择中去发现，去体会，因为选择比什么都重要。

有一个美国人叫乔治，在他的记忆中，父亲一直就是瘸着一条腿走路的，他的一切都平淡无奇。所以，他总是想，母亲怎么会和这样的一个人结婚呢？

一次，市里举行中学生篮球赛，乔治是队里的主力。他找到母亲，说出了他的心愿——他希望母亲能陪他同往。

母亲笑了，说：“那当然。你就是不说，我和你父亲也会去的。”

乔治听罢摇了摇头，说：“我不是说父亲，我只希望你去。”

母亲很是惊奇，问：“这是为什么？”

乔治勉强地笑了笑，说：“我总认为，一个残疾人站在场边，会使得整个气氛变味儿。”

母亲叹了一口气，说：“你是嫌弃你的父亲了？”

父亲这时正好走过来，说：“这些天我得出差，有什么事，你们商量着去做就行了。”

比赛很快就结束了，乔治所在的队获得了冠军。

在回家的路上，母亲很高兴，说：“要是你父亲知道了这个消息，他一定会放声高歌的。”

乔治沉下了脸，说：“妈妈，我们现在不提他好不好？”

母亲接受不了他的口气，提高了声调，说：“你必须要告诉我这是为什么。”

乔治满不在乎地笑了笑，说：“不为什么，就是不想在这时提到他。”

母亲的脸色凝重起来，说：“孩子，这话我本来不想说，可是，我再隐瞒下去，很可能就会伤害到你的父亲。你知道你父亲的腿是怎么瘸的吗？”

乔治摇了摇头，说：“我不知道。”

母亲说：“那一年你才两岁。父亲带你去花园里玩，在回家的路上，你左奔右跑。忽然，一辆汽车疾驰而来，你父亲为了救你，左腿被碾在了

车轮下。”

乔治顿时惊呆了，说：“这怎么可能呢？”

母亲说：“这怎么不可能呢？不过这些年你父亲不让我告诉你罢了。”

母子二人慢慢地走着。母亲说：“有件事可能你还不知道，你父亲就是布莱特，你最喜欢的作家。”乔治更加惊讶地蹦了起来，说：“你说什么？我不信！”

母亲说：“这其实你父亲也不让我告诉你。你不信可以去问你的老师。”

乔治急急地向学校跑去。

老师面对他的疑问，笑了笑，说：“这都是真的。你父亲不让我们透露这些，是怕影响你的成长。但现在你既然知道了，那我就不妨告诉你，你父亲是一个伟大的人。”

两天以后，父亲回来了，乔治问父亲：“你就是大名鼎鼎的布莱特吗？”

父亲愣了一下，然后就笑了，说：“我就是写小说的布莱特。”

乔治拿出一本书来，说：“那你先给我签个名吧！”父亲看了他片刻，然后拿起笔来，在扉页上写道：赠乔治，选择其实比什么都重要。

多年以后，乔治成为一名出色的记者。这时，如果有人让他介绍自己的成功之路，他就会重复父亲的那句话：选择其实比什么都重要。

是的，选择是最重要的。在人生的所有因素中，尽管有很多因素影响人的一生，但没有一种因素能像选择那样会起决定性的作用，也没有一种因素能像选择那样需要我们时常面对和解决。

上幼儿园时，父母替我们找一个好的幼儿园；上小学时，我们要挑好的学校；中学也是如此。到了考大学之前，考什么大学，什么专业，选择就更加重要了。大学毕业后，更是面对着种种的人生选择。人生的每一步棋怎样走，都有个选择问题。走好了，一生顺利和成功；走不好，一生曲折或失败。



## 二、选择就是为自己把握命运

人，一生中有很多的追求。从小到大，吃的，喝的，穿的，听的，看的，说的，好多好多，满足人的七情六欲。佛的戒语对现在的都市人来说是很宝贵的，也是最无力的，因为现在的都市人只在乎让生活中的各种物质的东西来冲击自身的各种器官，而太少去感悟前人悟出的道理了，而这些在我看来又是很重要的。有次我问朋友，人活着怎么这么累，他说欲望太多了。是的，欲望太多了，可是，现在的都市生活中没有欲望却又会走向另一种堕落。所以，关键还是在于人生所遇到的每个选择。有些选择，对于我们来说一生只有一次，而有些选择是无穷尽的。小时候，我们在父母的监管下，选择权和选择范围非常有限，所以，偶尔长者把选择权交给我们时，那种激动和兴奋的心情，你现在去回想是不是还是陶醉于其中？而从我们离开父母去上学开始，选择权越来越大了，懂得事也多了。可以说，我们是在选择中学会了长大。当然，大家的家庭背景不一样，父母观念各不相同，受教育程度不等，从小到大，选择的权力、范围、环境、背景等等都各不相同，所以长大后我们的人生就有差别，另外我们在做选择时的态度也很重要。选择是我们成长的机会和开始，而态度决定成长的质量。态度很重要，这句话很多人都说，因为态度决定我们人生的成长的质量嘛。有的朋友之间彼此选择的态度是很真诚和认真的，现在他们在一起也很让人羡慕。所以，大家在选择生活伴侣时，要想有美好的开局和完美的未来，就要先端正我们的选择态度，态度端正了你才不会错。因为你们从此以后会更注重你们每次选择时的态度。

## 三、选择决定了你的一生

有三个人要被关进监狱三年，监狱长能满足他们三人一人一个要求。美国人爱抽雪茄，要了三箱雪茄。法国人最爱浪漫，要一个美丽的女子相伴。而犹太人说，他要一部与外界沟通的电话。三年过后，第一个冲出来

的是美国人，嘴里鼻孔里塞满了雪茄，大喊道：“给我火，给我火！”原来他忘了要火了。接着出来的是法国人，只见他手里抱着一个小孩子，美丽女子手里牵着一个小孩子，肚子里还怀着第三个。最后出来的是犹太人，他紧紧握住监狱长的手说：“这三年来我每天与外界联系，我的生意不但没有停顿，反而增长了 20%，为了表示感谢，我送你一辆劳斯莱斯！”

这个故事告诉我们，什么样的选择决定什么样的生活。今天的生活是由三年前我们的选择决定的，而今天我们的选择将决定我们三年后的生活。我们要选择接触最新的信息，了解最新的趋势，从而更好的创造自己的未来。要知道，我们的人生只有三天，昨天、今天、明天。你的今天是你的昨天所决定的，你的明天将由你的今天来决定。

昨天的日子，我们过得太正常了。我们和 95% 以上的人一样，过着正常的、没有追求的生活。因为太正常了，心态一直是消极的，失败的。大部分人只要有一只饭碗在手里，哪怕是一只破碗、泥碗。哪怕碗里只有一口粥、一口汤，我们都舍不得、也没有勇气把它扔掉。因为我们习惯于在已习惯的环境里过日子。人在习惯中死亡，在不习惯中生存！

我们每个人的生活圈子是个小世界，在我们生活的小圈子里，你总会发现，有些人不管大事小事，总是比较容易获得成功。他们挣更多的钱，过高品质的生活，有健康的身体和良好的人际关系。而更多的人忙忙碌碌，却只能维持生计。他们的差别究竟在哪里呢？

这不是智力上的差别，人在智力上是有差别，但是差别很小，智力超常和智力低下的都占极少数，不到 3%。不是学历上的差别，学历只是对书本知识的一种认可，与成功没有直接关系。情况往往是，书本知识学得越好的人，越喜欢给别人打工。学校的老师和教授们，不能教给你当老板的方法，不能教你做百万富翁。如果他们能教你做百万富翁，那么，他们自己早就是百万富翁、千万富翁了。就像一个打工的人，永远也没有资格去教一个百万富翁应该如何去挣钱，因为他没有这种经历和经验。

生活对富人来说才是生活，对穷人来说只是生存。有什么样的选择就会得到什么样的结果。有选择就有改变。每个人都有自己的缺点和优点，长处和短处。只有经过不断的学习和改变，才能使自己变成一个出色的、