

Wisdom Series

改变人一生的
智慧书系

汲取生活智慧，掌握成功之道
改变人生命运



PROBLEM

人一生要解决的50个

关键问题

50 Key Problems One Needs To Solve In His Life

人一生会碰到许多问题，
有些关键问题如果解决不好，
会影响到一个人一生的命运。
面对困难勇于挑战，智慧地解决问题，
才会取得成功。

宿春礼 编著

光明日报出版社

THE 50 KEY QUESTIONS

THE 50 KEY QUESTIONS
THE 50 KEY QUESTIONS
THE 50 KEY QUESTIONS

THE 50 KEY QUESTIONS
THE 50 KEY QUESTIONS
THE 50 KEY QUESTIONS

PROBLEM

人一生要解决的50

关键问题

人一生要解决的50
关键问题
THE 50 KEY QUESTIONS
THE 50 KEY QUESTIONS
THE 50 KEY QUESTIONS

THE 50 KEY QUESTIONS

THE 50 KEY QUESTIONS

Wisdom Series

【 改变人一生的
智慧书系 】

宿春礼 编著

PROBLEM

人一生要解决的 50[↑]

关键问题

50 Key Problems One Needs to Solve in His Life

光明日报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

人一生要解决的 50 个关键问题 / 宿春礼编著. — 2 版. — 北京: 光明日报出版社, 2004.12 (2010.1 重印)

ISBN 978-7-80145-932-9

I. 人… II. 宿… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 141426 号

人一生要解决的 50 个关键问题

编 著: 宿春礼

责任编辑: 曹 杨

版式设计: 谢定莹

责任校对: 徐为正

责任印制: 胡 骑 宋云鹏

出版发行: 光明日报出版社

地 址: 北京市崇文区珠市口东大街 5 号, 100062

电 话: 010-67078243 (咨询), 67078945 (发行), 67078235 (邮购)

传 真: 010-67078227, 67078233, 67078255

网 址: <http://book.gmw.cn>

E-mail: gmcbbs@gmw.cn

法律顾问: 北京市华沛德律师事务所张永福律师

印 刷: 北京一鑫印务有限责任公司

装 订: 北京一鑫印务有限责任公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社发行部联系调换

开 本: 720 × 980mm 1/16

字 数: 170 千字

印 张: 16

版 次: 2010 年 1 月第 2 版

印 次: 2010 年 3 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-80145-932-9

定 价: 29.80 元

版权所有 翻印必究

目录

CONTENTS

50

关键问题



- 01 **定位——找准人生的坐标 /13**
一个人怎样给自己定位，将决定其一生成就的大小。
- 02 **完美——世界并不完美，人生当有不足 /17**
生活中处处都有遗憾，这才是真实的人生。
- 03 **缺憾——让不幸赋予你生命的动力 /21**
企图以自己的不幸博取别人的同情的人永远只能躺在自己的不幸上哀鸣。
- 04 **进退——人生贵在把握进退之机 /25**
“进”与“退”都是处世行事的技巧，该进则进，该退则退。
- 05 **舍得——学会舍弃方能得到 /30**
放弃是一种境界，大弃大得，小弃小得，不弃不得。
- 06 **贫穷——穷人最缺少的是野心 /35**
野心绝不是成就，但没有野心，肯定不会有成就。
- 07 **免费的午餐——不要希望不劳而获 /39**
成功不会从天而降，需要自己去争取，需要自己去寻求、去创造。
- 08 **金钱——不要做金钱的奴隶 /44**
人赚钱是为了活着，但人活着绝不是只为了赚钱。
- 09 **浮躁——人生浮躁要不得 /52**

一个人如果有轻浮急躁的缺点，是什么事情也干不成的。

10 失业——一切只不过是从头再来 /56

被解雇不一定是坏事，只要树立信心，定会有柳暗花明又一村的新景象。

11 面子——面子只是小问题，成功才是硬道理 /60

一切以“面子”为重，养成死要面子的人生态度未见得是好事。

12 压力——潜在在压力中诞生 /66

潜能是装在牙膏皮里的牙膏，只有经受压力的挤压之后，才会迸发出来。

13 小事——平凡成就大业 /69

在欧洲，有一首流传很广的民谚：因为一根铁钉，我们失去了一块马蹄铁；因为一块马蹄铁，我们失去了一匹骏马；因为一匹骏马，我们失去一名骑手；因为一名骑手，我们失去了一场战争的胜利。

14 怀才不遇——少一点哀叹，多一点审思 /74

你越是沉不住气，别人就越看轻你。

15 情感隐私——给彼此一些适度的距离 /77

健康的爱侣关系的前提是互相尊重，包括尊重对方的隐私。



16 孤独——勇于走出孤独，才能品尝甘美的人生 /82

走出孤独的阴影，你的人生会变得阳光灿烂。

17 失恋——分了再谈，将爱情进行到底 /87

人生最怕失去的不是已经拥有的东西，而是失去对未来的希望。

目录

CONTENTS

18 感情变淡——真爱仍在你我心空之上吟唱 / 92

走过热恋的缘分天空，每个人都要在婚姻的隧道里经受着考验。

19 不合理的批评——从来没有人会踢一只死狗 / 98

卡耐基告诫我们：“不合理的批评往往是一种掩饰了的赞美。”

20 奴性——尊严，任何时候都不容侵犯 / 102

那些见了主子就哈腰，做了主子就张狂的人，充其量只是一些没有尊严的可怜的爬行动物罢了。

21 怀旧——摒弃过去，活在今天 / 107

怀旧的结果往往是使人逃避成熟的思考，进入一种虚无缥缈的幻想境界。

22 较真——红尘本混沌，处世何太真 / 112

人生如此短暂和宝贵，不必为那些令人不愉快的事情计较而浪费时间。

23 平庸——自信，让神奇降临 / 117

如果你相信自己，并且深信自己一定能达到梦想，你就能够步入坦途。

24 后悔——不为打翻的牛奶哭泣 / 122

正像苦难伴随生命的始终一样，遗憾与悔恨也与生命同在。

25 模仿——秉持自我本色，独立于世 / 126

整日装在别人套子里的人，终究有一天会发现，自己已变得面目全非了！



26 依赖——抛开拐杖才能跑起来 / 131

依赖是阻止你走向成功的一个绊脚石，要想成大事，你必须把它们踢开。

27 人格——人格就是力量 /134

人格就是力量，从某种意义上说，这句话比知识就是力量更为正确。

28 责备他人——要采蜂蜜，就别踢翻蜂巢 /137

责备只会让对方耿耿于怀，于己于事都会产生不良影响。

29 说“不”——不要活在别人的价值观里 /141

在不利的环境下勇于说“不”，是对自我的尊重，而且只有懂得尊重自己，别人才会懂得如何尊重我们。



30 步入低谷——有个柠檬，就做柠檬水 /146

人生浮沉，步入低谷，在所难免。惟有达观的人才能廓然无累，真正地解脱。

31 恶习——好习惯源于自我培养 /151

一个人如果养成良好的习惯，就等于事业成功了一半；反之，就会离失败不远了。

32 自卑——越过人生最大的跨栏 /157

自卑的人并不是自己想自卑，而是因为他们缺乏内心安全感。

33 借口——成功，不需要借口 /163

制造托词来解释失败，这已是世界性的问题。这种习惯与人类的历史同样古老，这是成功的致命伤！

34 失败——在失败的河流中泅渡 /168

人生之路上，一帆风顺者少，曲折坎坷者多，成功是由无数次失败构成的。

目录

CONTENTS

35 恐惧——驱除侵蚀心灵的魔鬼 /175

恐惧剥夺人的幸福与能力，使人变为懦夫；恐惧使人失败，使人流于卑贱；恐惧比什么东西都可怕。

36 迷惘——让不坏的罗盘指引人生 /180

在人生的旅途中，有时我们会迷失自己，对未来失去了明确的追求方向……

37 创业资金——从“小钱”开始起步 /183

许多人一心想发财，但又不屑于赚小钱，只想赚大钱，于是苦苦等待有了雄厚的资金再去创业，结果大钱小钱都没有赚到。



38 形象不佳——努力塑造新形象 /187

那些对自我形象很随意的人，在和别人的交往中，个人魅力和交际效果会大打折扣。

39 违逆潮流——适应变化，与时代同行 /191

一个人不能跟上时代变化的步伐，势必被人类进步的潮流所淹没。

40 受到伤害——宽容让自己赢得友谊 /195

释迦牟尼说：“以恨对恨，恨永远存在；以爱对恨，恨自然消失。”

41 气量——雅量是一种修养 /198

气量是一种情操，更是一种修养。只有拥有“雅量”的人才真正懂得善待自己，善待他人，人生才会活出大境界。

42 猜疑——猜疑能乱人心性 / 203

猜疑心强的人常常吹毛求疵,无中生有,甚至把一些正常的情况扭曲了。

43 愤怒——别为小事发怒 / 207

不能生气的人是笨蛋,而不去生气的人才是聪明人。

44 机遇——抓住人生的每一个机遇 / 212

人生的得失常常就在于机遇的得失。

45 思维定势——敢于突破,才有创造力 / 217

当面对创新的事物时,如若受思维定势约束,就会形成对创造力的障碍。

46 尴尬——幽默能化解尴尬 / 221

面对人生道路上的种种无奈,幽默是摆脱困境的最好方式。

47 健康——忧虑是健康的大敌 / 225

我们生活在一个失衡的时代,节奏太快,精神压力太大,然而又无从逃避。

48 痛苦——痛苦时别忘了给自己一点快乐 / 233

如果你紧紧抓住痛苦不放,快乐就永远也不会到来。

49 优柔寡断——果断的性格是人生守护神 / 237

犹豫不决的人肯定是个性软弱、没有生气的人,他们最终将一事无成。



50 时间管理——挽住无情岁月的流逝 / 244

鲁迅说:“浪费别人的时间等于谋财害命,浪费自己的时间等于慢性自杀。”

Wisdom Series

改变人一生的
智慧书系

宿春礼 编著

PROBLEM

人一生要解决的 50

关键问题

50 Key Problems One Needs to Solve in His Life

光明日报出版社

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

前言

PREFACE ▶

在古希腊神话中，有一个关于西齐弗的故事。他因为犯了法，被天神惩罚，降到地狱来受苦。对他的惩罚是：要推一块石头上山。每天，西齐弗都费了很大的力气把那块石头推到山顶，然后石头又会自动地滚下来，于是，西齐弗又要把那块石头往山上推。这样，西齐弗所要面对的，是困境对他不止息的折磨。这正像是我们的人生！每个人在一生中都要去面对许许多多问题的困扰，上至王侯将相，下至贩夫走卒，无人能置身局外。

对此，有人说：“人生就是在无休止的问题中痛苦周旋的一段旅程。”又有人说：“人生是一个圈套，处处皆套牢。”而佛家也说，世事无常，人在尘世皆奔苦而来。暂不用对错去评定，这些观点至少从一个侧面反映出了**一种状态：问题是人一生中的有机组成部分，它伴随着你我成长的轨迹。**有的问题是与生俱来的，有的是后天要面对的；大的可以决定人生成败，小的亦能让生命之舟搁浅。来自心态、习惯、个性、处世、行为、情感、事业等方面的问题，像是一个个困局、败局，让人生风景因此黯淡。实际上，西齐弗在面对天神的惩罚时，并没有向命运屈服过。

诗人泰戈尔曾经说过：“当鸟翼系上黄金时，就飞不远了。”如果我们不能认清问题的根源及危害之所在，并坚持不懈地挑战和克服困局，就只能碌碌无为，和那只永远也飞不高的鸟儿没有两样。**事实证明，成大事者和平庸之流的根本区别之一，就在于他们能够认识和解决好一**

人一生要解决的 ▶ 50个关键问题

生中的许多关键问题。

罗曼·罗兰在《约翰·克利斯朵夫》一书的开篇就写到，英雄并非就没有卑劣的情操，只不过他们没有被卑劣的情操所俘虏罢了。在此，我们也可以说，成功的人并非就没有遭遇过问题，只不过他们没有被问题所征服罢了。“困境可以锻炼一切优秀的人物；它挑出一批心灵，把纯洁的和强壮的放在一起，使它们变得更纯洁更强壮；但对于其余的心灵，会加速它们的堕落，或是斩断它们飞跃的力量。一蹶不振的大众在这儿跟继续前进的优秀分子分开了。”罗曼·罗兰充满激情的描写为每一个勇于挑战自我的人提供了奋进的动力支持。正如惠特曼所说：“只有受过寒冷的人才感觉到阳光的温暖，也惟有在人生战场上受过挫折、痛苦的人才知道生命的珍贵，才可以感受到生活之中的真正快乐。”**正视并解决好人生中的任何一个问题，才能领略到心灵和能量释放所带来的淋漓酣畅之感。**

托尔斯泰在他的散文名篇《我的忏悔》中讲了这样一个故事：

一个男子被一只老虎追赶而掉下悬崖，庆幸的是在跌落过程中他抓住了一棵生长在悬崖边的小灌木。此时，他发现，头顶上，那只老虎在虎视眈眈，低头一看，悬崖底下还有一只老虎，更糟的是，两只老鼠正忙着啃咬着他生命的小灌木的根须。绝望中，他突然发现附近生长着一簇野草莓，伸手可及。于是，这人拽下草莓，塞进嘴里，自语道：“多甜啊！”

前言

PREFACE ▶▶

一生中，当各种各样的问题向你袭来时，你是否还能享受一下野草莓的滋味？当你身处种种困局败局之中时，你是否应该保持人生的达观和信念呢？只要心中的信念没有萎缩，只要自己的季节没有严冬，即使风凄雨冷，即使大雪纷飞，又有何惧！困局的存在是人生对你另一种形式的馈赠，也是对你意志的砥砺和考验。落英在晚春凋零，来年又灿烂一片；黄叶在秋风中飘落，春天又焕发出勃勃生机。这何尝不是一种达观、洒脱，一份人生的成熟，一份人情的练达。

《一生中要解决的50个关键问题》一书撷取了人生中较普遍出现的50个问题，对其进行充满哲思的分析，并在优美的阐述中引用了大量经典的例子，借以和读者分享，并启发读友们在人生的道路上勇于挑战困局，争取成功与辉煌。当然，这50个问题并不能尽括人生可能面临的所有问题。所谓一叶知秋，点水藏海。通过对这些问题的处理，相信读友们也已经摸索出适合自己的解决问题的方法、规律、窍门——这也就和编者真正的意愿产生了共鸣。

最后，剪辑《你在为生存做些什么，我不关心》一文中的几个片段，和读友们一起品读，或作为共勉：

你在为生存做些什么，我不关心；

我想知道，你的渴求，你是否敢于梦想那内心的渴望。

我不关心，是什么行星使你的月亮位于上方；

我想知道，你是否已触及自己悲哀的中心，是否因生活的种种背叛而心胸开阔，抑或因为害怕更多的痛苦而变得消沉和封闭！

我想知道，你是否能安享快乐——我的或者你自己的，你是否能充满野性地舞蹈，让狂喜注满你的指尖和足尖，而不告诫我们要小心、要现实、要记住人的存在的局限。

我想知道，你是否能保持精神饱满的状态——即使每天的生活并不舒心，你是否能从上帝的存在中寻求自己生命的来源。

我想知道，你能否身处颓境，却依然站立在湖边对着银色的月光喊出声：“真美！”

我并不关心你在哪里生活或者你拥有了多少金钱，我想知道，在一个悲伤、绝望、厌烦、受到严重伤害的夜晚之后你能否重新站起，为孩子们做一些需要的事情。

我并不关心你是谁，你是如何来到这里，我想知道，你是否会同我一起站在火焰的中心，毫不退缩。

目录

CONTENTS

50

关键问题



- 01 **定位——找准人生的坐标 /13**
一个人怎样给自己定位，将决定其一生成就的大小。
- 02 **完美——世界并不完美，人生当有不足 /17**
生活中处处都有遗憾，这才是真实的人生。
- 03 **缺憾——让不幸赋予你生命的动力 /21**
企图以自己的不幸博取别人的同情的人永远只能躺在自己的不幸上哀鸣。
- 04 **进退——人生贵在把握进退之机 /25**
“进”与“退”都是处世行事的技巧，该进则进，该退则退。
- 05 **舍得——学会舍弃方能得到 /30**
放弃是一种境界，大弃大得，小弃小得，不弃不得。
- 06 **贫穷——穷人最缺少的是野心 /35**
野心绝不是成就，但没有野心，肯定不会有成就。
- 07 **免费的午餐——不要希望不劳而获 /39**
成功不会从天而降，需要自己去争取，需要自己去寻求、去创造。
- 08 **金钱——不要做金钱的奴隶 /44**
人赚钱是为了活着，但人活着绝不是只为了赚钱。
- 09 **浮躁——人生浮躁要不得 /52**

一个人如果有轻浮急躁的缺点，是什么事情也干不成的。

10 失业——一切只不过是从头再来 /56

被解雇不一定是坏事，只要树立信心，定会有柳暗花明又一村的新景象。

11 面子——面子只是小问题，成功才是硬道理 /60

一切以“面子”为重，养成死要面子的人生态度未见得是好事。

12 压力——潜在在压力中诞生 /66

潜能是装在牙膏皮里的牙膏，只有经受压力的挤压之后，才会迸发出来。

13 小事——平凡成就大业 /69

在欧洲，有一首流传很广的民谚：因为一根铁钉，我们失去了一块马蹄铁；因为一块马蹄铁，我们失去了一匹骏马；因为一匹骏马，我们失去一名骑手；因为一名骑手，我们失去了一场战争的胜利。

14 怀才不遇——少一点哀叹，多一点审思 /74

你越是沉不住气，别人就越看轻你。

15 情感隐私——给彼此一些适度的距离 /77

健康的爱侣关系的前提是互相尊重，包括尊重对方的隐私。



16 孤独——勇于走出孤独，才能品尝甘美的人生 /82

走出孤独的阴影，你的人生会变得阳光灿烂。

17 失恋——分了再谈，将爱情进行到底 /87

人生最怕失去的不是已经拥有的东西，而是失去对未来的希望。