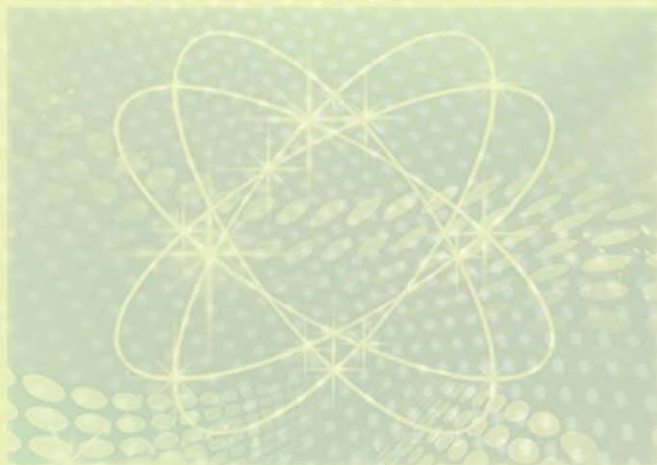


漫漫求知路:4

知识与智慧

李华伟 主编



辽海出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

知识与智慧/李华伟主编. —沈阳: 辽海出版社, 2011. 3

(漫漫求知路; 4)

ISBN 978-7-5451-1223-8

I. ①知… II. ①李… III. ①成功心理学—青少年读物

IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 022273 号

责任编辑: 段扬华

责任校对: 顾季

封面设计: 文海书源工作室

出版者: 辽海出版社

地 址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号

邮政编码: 110003

电 话: 024-23284469

E-mail: dyh550912@163.com

印刷者: 北京汇祥印务有限公司印刷

发行者: 辽海出版社

幅面尺寸: 140mm×210mm

印 张: 36

字 数: 680 千字

出版时间: 2011 年 3 月第 1 版

印刷时间: 2011 年 3 月第 1 次印刷

定 价: 238.40 元 (全 8 册)

版权所有 翻印必究

前言

学会共处，不只是学习一种社会关系，它也意味着人和自然的和谐相入。从我国古代“天人合一”的思想传统到当代世界倡导的“环境保护”和“可持续发展”，无不指明了学会与自然“共处”的重要性。这种学习，像其他学习一样，也包括了知识、技能和态度、价值观念的习和养成。知识经济的时代，人人需要终身学习。学什么？怎么学？学会求知、学会做事、学会共处、学会做人。从本质上来说，成人一生的发展模式和对待新事物与旧事物的兴趣模式都与三个月的孩子几乎相同。本选题献给想把孩子培养成才的父母们，献给看不懂孩子为什么越来越不按成人的想法生活和学习的父母们，献给不想让孩子变成冤家的父母们，本丛书是帮助父母从本质上认识自己的孩子，了解孩子成长规律，把握系统爱育方法的通俗读物。

目 录

方圆人生，屈伸有度	1
知足者常乐	6
宰相肚子能撑船	8
感谢并祝福伤害过自己的人	11
自我调节心理平衡	14
与人沟通很重要	17
贪心不可有	20
不要感情用事	22
忙于工作就会很快乐	25
正确对待烦恼	28
万事留有余地	31
保留一点童心	34
眼光放长远一点	36
要快快乐乐地生活	39
失败是难得的财富	42
宽恕胜于报复	45
幽默具有很大的力量	48
与别人分享的快乐	51
超越自卑就会成功	54
逆境不绝望	57

主动适应环境	60
忧虑于事无补	63
要有面对挫折的勇气	66
把愤怒写在沙滩上	69
人人都想出名	72
人类终生的追求.....	76
天下攘攘，皆为利	79
人之初，性本善.....	85
帮助别人就等于帮助自己	90
“利”字当先	93
名利是人一生的追求?.....	97
名与利能分开吗?.....	102
人生与职业病	106
只要同事不要朋友的职场	112
永远拒绝“滑铁卢”	118
职场人生，话对错	124
巧手绘张“人脉图”	128
要“改变”自己.....	135
忠诚和失败	140
职场是细节人生.....	147
实干敬业.....	152
学会与上司沟通.....	154

方圆人生，屈伸有度

在《红楼梦》一书里有这样一句话：“世事洞明皆学问，人情练达即文章。”它的意思就是，对社会上的各种事情都透彻明白了，那就是学问；处理人情世故干练而通达，那就是文章。人的一生无非就是做人和处世。其准则是：做事要方，做人要圆。在这方面，老子和孔子都是典范。

情是圆的，理是方的；方如行义，圆如用智。人生好比一本耐看的书。或许是诗歌，或许是散文，或许是小说，也或许是哲学。

人生就像一首歌，有人永远读诗，有人只读浓得化不开的散文，有人只读小说就够了。散文从门口进来，诗从窗口出去，小说需要提炼和升华，哲学使人变得明快而透彻，而知世故。

知世故而不世故，有所不为才有所为。可方可圆，以屈求伸

老子曾在《道德经》中说：“胜人者有力，自胜者强。”现代社会到处都充满了竞争，也存在着许多的欺骗。人们常常感到迷惑不解，胆小者躲避，愚鲁者轻生。其实，每个人都想在社会上站住脚，然而常常还对现实感到不满，心态不佳。这种生存方式如果不好好的处理可能就会被现实社会所淘汰。

还有另一种人，心怀大志，为了崇高的理想，九死不悔地去追求，成事者虽然有很多，但败阵者也为数不少。我们可以赞叹这些人的执著，但是，世界上没有无缘无故的爱，也没有无缘无故的恨，这些勇者的失败一定是有其原因的。

无智乎？非也，无勇乎？非也，无仁乎？无义乎？无礼乎？无信乎？均非也。英雄的气概，君子的风度，尽管一个人都具备这些，但最终却落得两手空空，满目凄凄。就是由于少了一点关键性的技能，这些技

能人人都能学会，人人都能做到。但想要把这点技能学得精，做得妙，就需要下一些功夫，研究一番了。

这点技能是什么？答曰：方圆处世。

如此说来，人人都要圆滑世故不成？如此说来，世间所有的成事者，刘邦、刘备、罗斯福、威尔逊都是滑头滑脑的人了吗？读者诸君，大概你有所知，又有所不知，这里所说的“方圆”二字，有两种含义，就像武林功夫一样，同为天下神功，有的能使人强健神勇，行侠仗义；有的却让人走火入魔，为非作歹。“方圆”之道博大精深，绝不是夸大其辞。

韩信在人胯下钻过，这是否叫做圆滑呢？如果不是，那为何以为侮辱呢？越王勾践败在夫差手下后，让自己的妻子到吴宫内去做妾，这是不是叫圆滑呢？有人会说这只是一种取胜的战略，方圆处世，并不是营私舞弊、贪污贿赂、投机取巧。方圆之道，是人生智慧的凝结，它的形式变化多端，可以称为“以屈求伸”。也可称为“以柔克刚”。方圆之道的最大的勇气就是不动情感，泰然自若。这意味着你不胆怯，敢于拼搏，能够摆脱失败情感的左右。

精于方圆之道，需要在生活中静心的去体会，边学习边实践也会进步得很快。屈伸有度，生活智慧

有一句名言道：大丈夫能屈能伸。能屈就是在客观形势对自己不利的时候，能够守静待时；能伸就是在外在环境对自己有利的时候，能够时取有为。能屈能伸是人的一种美德，能屈能伸更是人们处世的一种方法原则。在现实生活当中，顺而能进易，逆而能屈难；逆而能屈易，屈伸随时难。在《周易》中，特别强调的就是知进知退，知存知亡，知得知失。

在《周易》中所指的屈伸，是往来，是动静，就是往来、动静之间的推移和感应。在自然界中是这样，人类也不例外。人人皆知伸之利，不知屈之所以利。

屈与伸，也是进德与致用的统一体。屈是伸的基础，伸是屈的完成。如果没有了屈与伸，那么也就自然没有了往来变化，也就没有了人的成长与完善。只有二者和谐统一，才能厚积薄发，利于安身。就屈伸相感的方面讲，一屈一伸也是“往来不穷之谓通”。“往来不穷”就是造成变化，变化而通泰，就是成就合理的、合目标的人生。

说到这里，我们还必需要澄清一个问题，在现实生活中，一谈到屈伸，好像就是总给人一种“圆滑”的感觉。尤其需要提到的就是“屈”，就好像是要在原则问题上妥协一样。其实并不是这样的，“大丈夫能屈能伸”，何谓“大丈夫”，就是“居天下之广居，立天下之正位，行天下之大道。行与，与民由之；不得志，独行其道。富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈”。这样的大丈夫，他的屈无论如何也不能称得上是没有原则的妥协。大丈夫能够看准机会，适当行屈，时机一旦成熟，他就能很快找准自己的位置，使自己得以伸展。

因此，屈与伸就是自强不息和厚德载物精神最好的结合，也是德性修养和经世致用的有机统一。

在《周易》中所讲到的屈伸，就是从天道到人事。它表明，屈与伸不仅是自然界里普遍存在的现象，同时还是人类自身不可离缺的生活智慧。日月交替，就产生了光明，寒暑变化，就形成了年岁，这是天道的屈伸。尺蠖屈伸，就造成了移动，巨蛇冬眠，就保存了自身，这些是动物的屈伸。精义入神，就效用了自彰，利用安身，就崇德了广业，这些是人道的屈伸。但是，因为天道自然“鼓万物而不与圣人

同忧”，所以，人的屈伸，不仅需要德性涵养，而且还需要知性能力，屈伸是进德与致用的统一。

屈伸自如是生活中的一种智慧。在如今的现代生活中充满了智慧的争斗，面对社会压力，我们不要一味的强硬，当然也不要一味的退缩，我们要用自己的人生智慧去争取，在缝隙中寻找到属于自己的人生，要能屈能伸，也要适度的接受委屈，还要慢慢的争取，这样的做法看似柔软但它却有着绵长坚定的力量。就像老子所言：水柔弱而胜万物。你如果一味的冒进，那样到最后要么有可能是你被摔得头破血流，而且还会使许多的亲人陪着你受伤，或者是到最后可能你什么也坚守不住，就败了。

另外，就是千万不要忘记了给生命一个弧度。有个人曾试图把一张单薄平滑的纸张放在桌面上竖起来，然而他花了好半天的功夫，最终也没有达到目的。后来他无意中把纸卷成筒状在手上玩，过后把纸展开，发现这张纸形成了一个不容易被消除的极小弧度，再将纸往桌子上竖放时，很轻松地就把它竖稳了。显然，纸之所以能够竖起来的原因，就是因为它具备了一个小小的弧度。这个弧度的存在拓展了它的支撑面，扩大了它的平衡点，让纸张的竖立具备了很大的可能性。如果是一根宁折不弯的筷子，想使它在光滑的桌面上竖起来恐怕就不容易了，对筷子来说，筷子头那么大的平衡点是与生俱来的、是无法拓展的，想要实现筷子的竖立，除非附带其他的外在条件，例如底部的粘贴，外在的支撑，或许是把它插入泥土或沙子之中。筷子本来的属性就决定了它很难有自己的弧度，所以筷子很难像那张纸一样可以靠自身的弧度站立起来，这也正是筷子不容乐观的地方。

做人也何尝不是如此呢？一个性情耿直、不折不弯的人，任他再怎么有才气，再怎么有能耐，在他的人生旅途上遇到的挫折和失败往

往会更多一些；相反，一个能屈能伸、能进能退的人，他可能在其他方面是平庸的，但是在很多场合他却能如鱼得水，显得收放自如，游刃有余。其人生的优势，正好是恰到好处地给自己的生命提供了一个可以立起来的弧度。

所以我们要给生命一个弧度，这样我们的人生就会赢得更多可以站立起来的机会。

知足者常乐

欲望越大，得不到满足的可能性就越大，因此失望后的痛苦也越大。解决的办法其实很简单，就是减少一点欲望，因为知足者常乐。

有一只狗在路上捡了一块骨头，当它衔着骨头经过小河上的独木桥时，看见水中也有一只衔着骨头的狗，它为了把那根骨头也弄到手，就向水中的狗呜呜地狂吼，嘴中的骨头就掉进了水中。结果，它只好饿着肚子回去了。

欲望与快乐的关系就是这样，适当的欲望，会使我们快乐，而过度膨胀的欲望只会增加我们的烦恼。本来一块骨头就能让我们很快乐，为什么还要去疯狂追求地第二块、，第三块骨头呢？

关于怎样才能得到真正的快乐与幸福，有这样一个公式：快乐：得到的 / 想得到的。就是说，我们已经得到的是分子，想得到的即欲望是分母，二者相除就是快乐多少的分值。如果我们在没有能力将分子变大的情况下，也就是没法获取更多的东西，如果能将分母缩小即减少自己的欲望，那么，同样可以得到更多的快乐！

还有一个有意思的观点，有作家曾这样妙论金钱与苦乐的关系：口袋里无钱，心里也无钱的人不算苦；口袋里无钱，但心里装满钱的人最苦；口袋里有钱，银行里有钱，但心中无钱，此为大福。

人生活在竞争激烈的现实社会中，为生计奔波，有一些欲望那是再正常不过的事情。但是如果欲望过多、过大，肯定会让人背上沉重的心理包袱。如此生活，怎么还会有快乐呢？

园子里的葡萄成熟了，狐狸们馋得直流口水，但狐狸进不去园子。甲狐狸就自我安慰：这葡萄一定是酸的，于是就心安理得、高高兴兴地走了。

乙狐狸想从栅栏中钻进去，因为缝太细，始终钻不进去。但这只狐狸发誓一定要吃到这葡萄，于是狠下心，饿了自己三天，终于挤进了园子吃了个痛快。因为吃得太多，狐狸发现自己又出不去了，只好又饿了三天，才筋疲力尽地挤出园子。

出来后，乙狐狸对甲狐狸说：“我不进去吃葡萄，还不至于挨饿两次，早知道如此，还不如不去吃呢！”

欲望越大，得不到满足的可能性就越大，因此失望后的痛苦也越大。所以，佛家“人生八苦”的第七个就是“求不得苦”人由于欲望得不到满足，就会焦急、愤怒、痛苦。

而且，人们往往还有这样的通病，得不到手会痛苦，得到手了呢？又会产生两种情况，一是觉得到手的东西不过如此，同样会失望；二是担心得到的还会失去，因此诚惶诚恐、患得患失，比没得到时候还要焦虑。

如此看来，欲望不管能不能得到满足，都是苦恼的根源、快乐的天敌。那么，如何才能获得心灵的快乐呢？解决的办法其实很简单，就是减少一点欲望，因为知足者常乐。

宰相肚子能撑船

谚语常说：量大福大，以宽大的胸怀做人做事，往往是后福无穷。古今中外的伟人都是为人大度、胸襟开阔，能宽容他人的缺点，宽恕他人给自己带来的伤害。

一位理发师在给一个宰相理发时，突然停了下来，两只眼睛看着宰相的肚皮。宰相感觉很奇怪，就问：“看我的肚皮干什么？”理发师说：“人家说‘宰相肚里好撑船’。我看大人的肚皮并不大，如何可以撑船呢？”宰相听了哈哈大笑：“那是说宰相器量大，对各种小事都能容忍，从来不计较。”

理发师听了，慌忙跪在地上，口中连连说：“小人该死。在修面的时候，不小心将大人左面的眉毛剃掉了，千万请大人恕罪。”这宰相虽然感觉气愤，但还真有一个宰相的大肚子，对理发师并不追究，只是让理发师用笔给宰相画上了一道眉毛。

这也许是一个传说，但敬爱的周总理却真的有着宰相的“大肚子”。

北京饭店有个名叫朱殿华的老理发师，曾为周恩来理发 20 多年，两人还是好朋友呢。

有一次，朱师傅在给周恩来刮脸时，周恩来突然咳嗽了一声，剃刀把总理的下巴割了一个小口子，流出了血。朱师傅连忙向周恩来道歉。周恩来却和颜悦色地宽慰他说：“这怎么能怪你呢！怪我咳嗽没有事先和你打招呼。还幸亏你刀子躲得快呢！”

看看，周总理不仅没有责怪，反而自责，甚至还夸奖朱师傅刀子躲得快。不仅如此，事后，周总理为了安慰老朱，还特地派人请他吃了饭。一代伟人的胸襟气度让人不得不佩服！

谚语常说：量大福大，以宽大的胸怀做人做事，往往是后福无穷。古今中外的伟人，都有一个共同的特点：就是为人大度、胸襟开阔，并能宽容他人的缺点，宽恕他人给自己带来的伤害。在中国历史上，这类事例多得不胜枚举。

齐桓公不计前嫌，敢于重用昔日“政敌”管仲，终于在管仲的辅佐下，成为春秋五霸之一；张良早年时，就凭借其宏大气量从老者那里得到奇书，成为“汉初三杰”之一；唐太宗则以魏征为镜，广纳谏言，勇于改过，终于成就“贞观之治”的辉煌政绩。

与此相反，心胸狭窄的人，因为不能容言、容事、容人，往往导致身败名裂、家亡国破的命运。西周末年，周厉王政令严酷，只要听到谁说坏话就杀谁。虽然，人们的怨言暂时被“平息”了下来，但三年后，人们忍无可忍，最终发起暴动，推翻了厉王残暴的统治。

在待人处事中，度量直接影响到人与人之间的关系是否能协调发展。人与人之间经常会发生矛盾，如果斤斤计较、耿耿于怀，只能会伤害感情，破坏友情；反之，如果能够有一个宰相的大肚子，以谅解的态度去对待别人，就可以缓和矛盾，赢得他人的尊重。

张廷玉是清朝康熙、雍正、乾隆的三朝宰相，所谓的百年康乾盛世，与他是密不可分的！他甚至被人称为“千古明相”。不过，最让后人熟知他的却是一首诗。

一次，张廷玉的家人为三尺宅基地与邻居发生争执，家人写信给张廷玉，希望他出面解决。张廷玉看见家书后，给家人写了一首诗。据说在 1956 年，中苏两党出现分歧，毛泽东接见前苏联驻华大使尤金时，就曾吟咏过此诗：

千里求书为道墙，让他三尺有何妨，
长城万里今犹在，谁见当年秦始皇？

家人看信后，就立即让出三尺地，邻居随即也后退三尺，两家不仅和好了，还为过往行人留下了一条六尺宽的通行巷道，大大地方便了邻里乡亲。

心地开阔之人总是能以宽厚之心待人，所以人们都乐于与他亲近交往。这也许就是张廷玉为官五十年而不倒的原因。

不管是与人交往还是维护友谊，一个宰相的大肚子是十分重要的，而且也是必需的。因为大度不会让我们失去什么，反而可以收获快乐，收获友谊，使得自己的人生之路越走越宽广。

感谢并祝福伤害过自己的人

《圣经》有这么一段话：“现在我要告诫你们：爱你们的仇敌，并为那些迫害你们的人祈祷，这样你们便能成为你们在天之父的子孙；因为上帝让阳光普照坏人和好人，让雨水滋润良民与歹徒。”如果你们只爱那些爱你们的人，上帝凭什么要赏赐你们呢？即便是收税的官吏也能做到。而你们如果只与自己的朋友讲话，你们又有什么与众不同呢？连野蛮人也能做到。你们必须追求尽善尽美——正如你们在天之父那样完美！

现在，有人将圣经里这段话的意思具体化了，好比是圣经精神的实施办法：

感谢生活中所有曾经伤害过我们的人，正因为他们的伤害，磨炼了我们的心志，让我们变得更坚强！

感谢生活中所有曾经欺骗过我们的人，正因为他们的欺骗，在人生旅途中，增进了我们的见识！

感谢生活中遗弃我们的人，正因为他们的遗弃，教导了我们从此自立、自强！

感谢曾经绊倒过我们的人，正因为他们的搅拌强化了我们的能力，让我们在今后的工作与生活中充满机遇和挑战！

感谢斥责过我们的人，正因为他们的斥责，助长了我们的智慧，让我们一步步接近成功！

上面这些话语，绝非阿 Q 精神的自我安慰，而是一种崭新的人生视角。要知道，有很多种机会就有可能改变人的命运，包括敌人的伤害。如果自己因此知耻而后勇，自强不息，各方面都得到长足的发展

而最终成功了。试问，难道不该感谢一下那些曾经伤害过自己的人吗？他们可是自己的“贵人”哦！

吴佩孚年轻的时候在山东的蓬莱县，当时染上了抽鸦片的恶习。有一次吴佩孚烟瘾发作了，身上又没有钱，便低声下气地对一烟馆老板翁钦生说：“翁爷，能不能赊几筒香香？”翁见他那副猥琐鬼祟的模样，气往上冲，喝道：“你这猪头，也不看看自己是副什么嘴脸，滚出去！”

吴佩孚烟没抽着，反遭一顿凌辱，觉得“此仇不报，非丈夫也！”就和一帮无赖商量了一个计策，就是用钱买通了一个乞丐，用纸包着粪汁，乘翁钦生夜间从大烟间出来，劈头劈脑扔上去，弄得翁钦生满面粪汁，脸面丢尽。

翁钦生经过多方打听，得知扔粪汁的指使者就是吴佩孚，于是通过县令，派衙役拘捕吴佩孚到案，幸亏吴佩孚在衙门里也有狐朋狗友，提前知道了消息，于是他就星夜逃命去了。在逃亡途中，吴佩孚得到一算命先生的指点，于是走上了从军的道路。

多年后的一天，吴佩孚正带兵在火车站巡视，蓦然看见当年那位生死冤家翁钦生。翁钦生同时也看见了他，眼见自己这位老乡身着戎装、手握重兵，吓得浑身战栗，暗叹真是冤家路窄。心想三十六计，走为上计，于是脚底抹油，挤入人群想蒙混过关。

吴佩孚是何等的眼明，高声大呼：“钦生，往哪里去？”让士兵不由分说地把翁钦生拉到军营里去，翁钦生以为自己这一次要去见阎王爷了，准备听凭吴佩孚的随意处置。

到了军营，吴佩孚却命令伙房安排酒宴，好酒好肉地招待翁钦生，并和他嘘寒问暖的讲起蓬莱的往事来。非但不把他看做仇人，还