

青/少/年/好/修/养/大/课/堂



激励你一生的 人生法则

王 晖 / 主编

丧失，的确是一件痛苦的事，但它并不可怕，
它使我们付出了代价，却也让我们成长和坚强，
只有品味到生活的甘苦，才能感悟生命的厚重。
不要让爱成为爱的枷锁；不要让情成为情的栅栏，
懂得放手，给爱一个空间，这样的爱才是善待自己，
即使错过了花开一季，却依然可以鲜花满园。

内蒙古大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

激励你一生的人生法则/王晖 主编. —呼和浩特: 内蒙古大学出版社, 2009. 4

(青少年好修养大课堂丛书)

ISBN 978-7-81115-630-0

I. 激… II. 王… III. 人生哲学—青少年读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 048690 号

书 名 激励你一生的人生法则

主 编 王晖

责任编辑 赵英

封面设计 长江工作室

出 版 内蒙古大学出版社

呼和浩特市大学西路 235 号 (010021)

发 行 内蒙古新华书店

印 刷 北京蓝空印刷厂

开 本 16

印 张 18

字 数 300 千字

版 期 2009 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-81115-630-0

定 价 130.00 元 (全五册) 本册 26.00 元

本书如有印装质量问题, 请直接与出版社联系

序 言

在漫漫的人生之路上，我们根本无法预料要经历多少坎坷。在每一次的成功背后，也许都要经历唐僧取经般的九九八十一难。假如我们的生命真有无限长的话，即使把所有路都走一遍都无所谓，然而事实是生命有限，人生苦短，人生真正能够做事的时间不过是短短的几十年。

鉴于此，我们编著了此套《青少年好修养大课堂》，作为青少年朋友面对现实生活的一面旗帜，来激励和丰富自己的人生，共同朝着美好的目标而奋斗。

《激励你一生的警句格言》——从名人的警句格言中吸取丰富的营养，感悟人生；

《激励你一生的成功法则》——从他人的成功中丰富知识，开拓视野；

《激励你一生的演讲词》——激动人心的演讲，塑造人生的丰碑；

.....

书的力量是巨大的，它可以引导人的一生走向成功。卡耐基曾经说过：“人生的价值，就是创造有价值的人生。正是如此，人生最值得回味的地方并不在功成名就之时。”这是一句至理名言，也是一切人生理念的思想基础。

目 录

第一章 人生的智慧	1
熟知并非真知	1
对一切都无动于衷	3
智慧比知识更重要	4
有知识的人不一定有智慧	4
智慧始于怀疑和思考	5
泰勒斯的智慧	7
从无知到有知	9
无知也可以导向智慧	10
扫除心中的尘垢	11
怀宝行乞	13
聪明、勤奋、知识	15
达到学习的最高境界	15
第二章 幸福的密码	18
一切幸福都是和谐的	18
伊壁鸠鲁的快乐清单	20
幸福在于自我实现	22
人的幸福在于善行	25
学会接受自己	27
乐其所苦	30
幸福取决于选择	32
幸福就在你心中	37
第三章 人生价值的本质	39
认识你自己	39
人生如流	40

人的独特性.....	42
人的每一个瞬间都是变易的.....	45
生命由“八苦”构成.....	48
无尽痛苦和无聊.....	53
烦心和麻烦.....	56
寻求人生的价值.....	59
我为何而生.....	61
人生价值在何处.....	63
永不言败的西西弗斯.....	65
人生没有回头路.....	68
第四章 心灵的本色.....	73
不能被贪念打败.....	73
人的欲望何时休.....	75
克制你的欲望.....	77
欲望的终点.....	79
知足常乐.....	82
告别欲望，重拾快乐.....	84
一休和尚的故事.....	86
还心灵本色.....	88
生活中应该淡忘的.....	89
清空心灵.....	92
倾听内心的声音.....	94
第五章 人生的高度.....	97
放下的道理.....	97
放弃是一种智慧.....	99
色即是空.....	101
保持做人的本色.....	103
随心所欲而不逾矩.....	104

逍遥之境.....	106
成为精神上的强者.....	108
上善若水.....	111
精神的自由之境.....	113
洞穴里的人生.....	116
无为而无不为.....	118
赫拉克利特的追求.....	120
内圣外王之道.....	123
安仁乐道，忧乐天下.....	125
心中无妓.....	128
人，诗意地栖居.....	130
第六章 仁者的情愫.....	132
以仁爱为怀.....	132
爱他人若爱己.....	134
爱由心生.....	135
兼相爱，交相利.....	138
保持一颗感恩的心.....	139
把握住你的爱情.....	142
爱情和婚姻的区别.....	144
自爱也是一种美德.....	145
孩子与树.....	148
亲亲相隐.....	151
第七章 宽容的魅力.....	154
学会理解.....	154
理解需要宽容.....	155
凡事不能求全责备.....	156
为人要坚持恕道.....	159
生活是水，宽容是杯.....	161

黑夜里的一轮明月	163
体味宽容	164
不做被修改的	167
第八章 禅意的人生	170
平常心就是道	170
心中无一物，何处惹尘埃	173
保持本真的根性	176
保持一颗清净纯洁的心	179
坚定信仰，不懈追求	182
学禅须五戒	185
心存善念	188
一日不作，一日不食	190
修禅养身的方式	193
第九章 闲适的生活	197
人是一根能思想的苇草	197
宇宙与思想谁更大	199
人与动物的区别	200
人与自然共存	201
复活节岛的悲剧	202
老子的“小国寡民”	206
知者乐水，仁者乐山	209
自然无贵贱	211
忘我的状态	212
回归自然	214
楚人失之，楚人得之	215
君子无私	216

第十章 自由地生活 219

驴的困境.....	219
逃避自由.....	222
人不外乎是自己造就的东西.....	225
杨朱泣歧.....	227
积极的自由.....	229
走自己的路，让别人去说吧.....	232
无用可以免害.....	234
竹筴接雨.....	237
单纯使人解脱.....	238

第十一章 变通的智慧..... 242

不能一味因循守旧.....	242
涸辙之鱼.....	244
水是什么形状.....	245
妥协也是一种智慧.....	247
执著与变通.....	249
大事有原则，小事会变通.....	252
该沉住气时别逞强.....	255
名利之前适可而止.....	257
观时而动.....	260

第十二章 勇于战胜自我..... 263

志当存高远.....	263
生于忧患，死于安乐.....	268
培养浩然正气.....	269
穷则独善其身.....	270
怡养性情.....	273
宁静以致远.....	276
保持快乐的心境.....	277

修身有四戒.....	279
君子慎独.....	283
立身当谨慎.....	285
修身要知反躬自省.....	288
虚怀若谷.....	290
第十三章 思维的牢笼.....	292
我在说谎.....	292
阿基里斯追不上乌龟.....	293
人是万物的尺度.....	296
苏格拉底的辩论术.....	299
太阳明天会不会从东方升起.....	301
是又不是，可又不可.....	304
连环可解.....	307
你怎么知道鱼是快乐的.....	308
白马非马.....	310
第十四章 管理的禅境.....	312
无为而治.....	312
为政以德.....	315
仁者无敌.....	316
顺其自然.....	318
各尽其才.....	319
令出必行.....	321
法不阿贵，赏罚分明.....	322
善于授权.....	325
以静制动.....	326
于细微处见精神.....	329
做自己该做的事.....	332
决策要果断.....	335

第一章 人生的智慧

熟知并非真知

美国当代著名哲学家怀特讲过这样一个故事：

很久以前，有一族人特别崇拜一个名叫“戈尔肖克”（Golshok）的东西。他们相信，“戈尔肖克”孕育着生命和智慧，就像源远流长的密西西比河和一泻千里的亚马孙河，它是称量善恶的天平，是佑护人们幸福的万应符咒。由于这个词实在重要，每一代智者都投入毕生精力，青灯黄卷，面壁冥想，企图破译它的真谛。他们的言论汇集成典籍，流传于民间，成为人们世代信守的金科玉律。

终于有一天，一个对此感到厌倦的人问道：什么是“戈尔肖克”？这个词究竟指什么？这么简单的问题一下子惊醒了所有被“戈尔肖克”催眠的人。他们忽然发现，自己对这个一向以为最熟悉的词竟然一无所知。

这个故事印证了哲学家黑格尔的一个说法：熟知并非真知。

在日常生活中，对一些事物的熟知形成了我们的常识。常识是负载人生的海洋，人们成长的过程譬如学游泳，学会常识才能生活。会水的人能让水托举着不至沉溺，同样，想游得快也会遇到水的强大阻力。健康的常识能指引人获得平安，走向光明，如冷了穿衣，饿了吃饭，不懂就学，不会就问。这些姑且不论，有意义的问题是怎样才能克服水的阻力游得快些。这就需要检视探讨一下哪些常识于我们不利，以及如何克服。

孔子教育我们凡事“三思而后行”。然而常识往往不在“思”的范围内。因为某些常识化为人们心中不可动摇的精神权威，获得了不

受思维审视的豁免权。大家都见过东西往下掉，譬如苹果落地，而不去思考什么是地球的吸引力；一般人说话都合乎语法而许多人并不懂得语法。正所谓“知其然而不知其所以然”。这时常识不再是人们思考的对象，而成了人们思考的支点。常识是大多数人熟知的，而熟知的东西更加潜伏着危险，因为“熟知并非真知”。

常识，是相对于专门知识而言的一般的普通的知识，是一些人们习以为常的教条，人们不能离开它，但又不能停留在这个范围内。历史一再启示我们，人类思想的进步，都是在突破常识中实现的。

对苹果为什么落地的追问是产生智慧产生巨人的起点。哲学就是对智慧的热爱和追求，是对“为什么”的无穷无尽的解答尝试。哲学是科学之母，是“科学之科学”。

哲学高于常识的地方，就在于它用怀疑和批判的目光洞穿了常识中的壁垒，使一切联系起来，流动起来，变得亦此亦彼。因此，确立哲学的理性精神和辩证的思维方式，将使人敏思锐目，不断摆脱蒙昧无知，走向精神自觉。既不墨守成规，也不随波逐流，而是在精神上独立不倚地站立起来，运用理性精神或批判精神思考和审视生活和自身，决不精神瘫痪。在目前改革的时代，面对五光十色的生活，思想观念良莠混杂，如果没有哲学的批判精神和超越精神，是很难驾驭和挺立自身的。只有按照哲学思想的指引，才能免于沉沦；自觉行动，才能超越常识生活的局限，完成健全理想的人生。

学习哲学，最重要的是锤炼一种冷静的理性品格，培养一种超卓的思想力量，确立一种批判精神，提高发现问题、分析问题、解决问题的理论思维能力。

对一切都无动于衷

皮浪是怀疑论的创始人，最初是画家，他曾随亚历山大大帝的军队到亚洲战斗、旅行、作画。一日，他面对一座山，在作画时陷入了沉思：一座山从远处看，是紫的；从近处看是绿的。山其实不紫也不绿。由此，触发了他对事物的怀疑。

皮浪的怀疑主义是从爱利亚学派先驱色诺芬那里的“万物一致而不可分”这一命题出发的。他认为，“存在与不存在”，“这样与那样”，“美与丑”，“生与死”等这些概念之间并无区别，人们想要认识它们，分别它们是不可能的。人们只能按照风俗习惯对事物的现象作出相对的肯定或否定的判断，而事物本身不是这样，这种判断只能带来烦扰和无谓的争论，因此，皮浪主张对一切都要无动于衷，不作任何反应，不作任何判断。他说：“最高的善就是不作任何判断，随着这种态度而来的便是灵魂的安宁，就像影子随着形体一样。”

据说，皮浪有一次外出，在船上遭到暴风雨，船在浪谷中颠簸，船上的人都很惊慌，只有船中的一只猪若无其事，仍安安稳稳地在那里继续吃食。皮浪便指着猪对大家说：聪明人也应该像猪那样不动心。

西方著名哲学家罗素这样评价皮浪的怀疑主义：“怀疑主义是懒人的一种安慰，因为它证明了愚昧无知的蠢材和有名的学者一样是有智慧的。”是呀，对一切都要无动于衷，不作任何反应，不作任何判断，因为一切都是值得怀疑的，所以何不做一个无知的懒人呢？这样能让事物的真实面貌自己呈现，而人自身也成为应付自如的勇者、智者。或许正因为这些原因，怀疑主义在一般人中就享有了相当的成功，成了一种很实用的哲学。

智慧比知识更重要

知识使人知道了许多事，使人更聪明，人们能获得丰富的知识固然很好，但智慧更为重要，智慧表现在人如何正确地运用所掌握的知识。所以人仅仅有知识，还是远远不够的，人有了知识，还应该明白如何正确地将所掌握的知识在实践中应用，知识积存得再多，若没有智慧地加以应用，这些知识就失掉了价值。所以智慧包含了知识和聪明，它是头脑的智能，是洞察人生和实践道德的才能，是丰盛生命美好人生所需要的，成功的人生在于不断地把拥有的知识，有智慧地应用于实际生活中。

一个人有知识，不一定有智慧，在这样一个知识丰富的时代，我们需要不断地追求、学习，在知识上多而又多，更要竭力追求智慧。

有知识的人不一定有智慧

法国伟大的哲学家、数学家笛卡尔曾这样说过，越是知识渊博的人越是深感自己知识不足。有人对此大惑不解，问他：“您具有如此渊博的知识，为什么总是感叹自己无知呢？”他答道：“哲学家芝诺用圆圈来表示知识的范围，圆圈里是已知的知识，圆圈外是未知的知识，知识范围越多，圆圈越大，圆周也越长，圆圈的边沿与外界空白的接触面也就越大，因而未知部分当然也就更多了。”

西方哲学家们一再强调知识与智慧的区别。知识是人类对有限认识的理解与掌握，智慧是一种悟，是对无限和永恒的理解和推论。因此，博学家与智者是两种不同类型的人，智者掌握的知识不一定胜过博学家，但智者对世界的理解一定深刻得多。两者比较就如一个知识女性和一个聪慧女性的比较，后者令人心仪的不是其掌握知识的多少而是在其灵性。有知识的人不一定有智慧，而有智慧的人也不一定很

有知识，但有智慧的人往往不以为自己拥有知识，因此智者会不断地学习、思考、追问和反思。他们总是朝向未知世界的纵深发展。苏格拉底就以为自己没有知识，所以不断地向人请教，同时对别人的观点进行强力的反驳，结果成为最有智慧的人。

知识是有限的，再博学的知识在无限面前也会黯然失色。智慧是富于创造性的，其不被有限所困，面对无限反而显得生机勃勃。

智慧始于怀疑和思考

2300 多年前一个秋日的下午，苏格拉底穿着他那年常年不换、皱皱巴巴的短袍，悠闲地穿过雅典城中心的广场。他对于动荡不安的时局充耳不闻，对于当局的作为也不评论，他在广场一角坐下来。这个时候，有很多青年人围拢到他的身边来，有柏拉图和亚西比德那样的阔少，有安提西尼那样的清贫和淡泊之士，也有亚里斯卜提那样的无政府主义者。他们每天都到这里来，他们都虔诚地拜苏格拉底为自己的导师，他们喜欢听老师对雅典民主制度所作的分析，也羡慕老师这样自由自在的生活。

有很多时候，苏格拉底给他们出题目，他们当中也有不少人回答出来，但是苏格拉底并不满意。他发现他的这些学生太依赖他的思想，太依赖他的学说，太没有自己的主见了。所以，有一次当他的学生们都围拢过来以后，苏格拉底从他皱皱巴巴的短袍里面掏出了一只苹果。他站起来，目光深沉地对青年们说，这是我刚刚从果园里摘下的一只苹果，你们闻闻它有什么特别的味道。他拿着苹果走到每一个学生面前让他们闻。最后，他问靠他最近的学生闻到了什么味道。这个学生回答，闻到了苹果的香味。他又问第二个学生，这个学生同样回答是闻到了苹果的香味。

柏拉图今天坐在距离老师最远的地方，到了他回答的时候，前面的几十个人都回答完了，而且答案是一致的，都是闻到了苹果的香味。老师示意他站起来回答。他站起来，看了看同学们，然后慢慢地对老师说：“老师，我什么味道也没有闻到”。同学们都万分诧异：怎么可能呢？我们明明是闻到了苹果的香味，一只熟透的苹果怎么会什么味道都没有呢？一向聪明善辩的柏拉图今天怎么了？

苏格拉底把柏拉图拉到自己的身边，然后告诉所有的学生：只有柏拉图是对的。

其他的学生都十分疑惑。苏格拉底这个时候把那只苹果交给学生传看。学生们一个个都如坠五里雾中，这竟然是一只蜡做的苹果！可是，他们都问自己：自己刚才怎么闻到了苹果的香味呢？

苏格拉底用赞许的目光看着柏拉图，他对他的学生们说：“永远不要用成见下结论，要相信自己的直觉，更不要人云亦云。我拿来一只苹果，你们为什么不先怀疑苹果的真伪呢？不要相信所谓的经验，只有怀疑开始的时候，哲学和思想才会产生。”

苏格拉底的学生明白了，他们知道了老师的用意。也就是从这一天开始，这些学生学会了用自己的脑子去思考，一直到他们帮助苏格拉底创造了伟大的欧洲哲学！也正因为柏拉图的与众不同，他才成为苏格拉底最有成就的门徒。

苏格拉底的这个故事不仅是让人们看到经验和成见的副作用，更挖掘人性的弱点，那就是迷信权威，懒于思考。这样不但会错失很多亲身认识事物真相的机会，甚至会歪曲事物的真相。哲学教人怀疑，教人思考，哲学开始于人们对于事物的惊讶！

泰勒斯的智慧

在伊奥尼亚海岸的边上，有一座叫做米利都的城市。这座不起眼的古城，看起来和别的城市并无多少差别。平时，这种多少有些温馨的小城的居民，一直习惯于用一种独有的稳重消磨着时光。不过，这座城市里发生的一件新鲜事却引起了居民们一阵轰动，彻底打破了小城特有的宁静和稳重。

清晨，温暖的阳光懒懒地照在米利都城的大街上。但是，居民们议论纷纷，相互传递着一则小道消息：有人在收购榨油机。

“你知道吗？有人要把咱们城里的榨油机全部租去呢！”一位口齿伶俐的年轻人，眉飞色舞地告诉他周围的人。

“谁？他要干什么？”听众中，不知是哪位好事者提出了这样的疑问。大家觉得这说出了大家想问的问题，也就随声附和，想让年轻人解释。

“就是那个掉进土坑的人。听说他和一个商人打赌，可以用自己的知识，让自己富起来。”年轻人解释说。

听者都大笑起来，因为这个年轻人提到的这个人，以及与这个人有关的故事，大家都太熟悉了。据说，这位老先生，是一位知识渊博的学者。他经常独自对着天空，目不转睛地凝视，有时则自言自语，说一些大家都摸不着头脑的话。有一次，他又在凝视天空，却没有注意到自己走到了一个土坑的边上，结果一下子掉进去了。

就是这位老先生，经常口出惊人之语，却过着清苦的生活，以至于一位商人实在看不惯他的穷困样子，甚至对“有学问到底有什么用处”提出了疑问，并教育他的孩子一定要好好学习经商的本领，警告孩子“如果不努力学习经商的技巧，就会沦落到老先生的地步，成天过连咱们家的狗都赶不上”的苦日子。老先生气不过商人的态度，就

和商人打赌：他要在一年之内，用自己的知识赚一笔钱，并承诺：如果自己真的输了，就自愿给商人做奴隶，听任商人的摆布。

可是，租这么多榨油机能赚到什么钱呢？何况那么多榨油机，用到什么地方呢？就算租金比较便宜，也是一笔不小的数目呢！大家都以为这位老先生是在胡闹。

半年之后，到了收获季节，居民们才发现：老先生不是胡闹，简直就是“先知五百年”的“神仙”。原来，这一年雨水充足，橄榄获得丰收。等到大家需要使用榨油机的时候，才发现城里所有的榨油机，都被老先生租去了。大家只好花高价从老先生那里租用榨油机。结果，自然是老先生赚到了一笔可观的钱，赢得了他与商人的打赌。老先生和这座小城的声名，也就随着这件事情，传播开了。

这位老先生，就是哲学史上赫赫有名的泰勒斯。他的“水是万物的始基”的论断，被认为是西方哲学史上的第一个命题。正是因为如此，他被尊为哲学的“鼻祖”，受到后来者的敬重和崇拜。

泰勒斯的聪明与洒脱，对于哲学作为一门品质学和智慧学，做出了十分经典的诠释。但是，仅仅依靠这个故事，我们还是不能说明：哲学对于人们的用处在哪里？其实，答案很简单：如果从具体的技术操作角度来看，哲学很难让人富有。哲学不是赚钱的机器，不会让学哲学的人学会很多获得滚滚财源的技巧。如果有人奢望可以通过学习哲学获得生产或者经营的具体经验，就是过于苛求哲学了。可以说，不是哲学本身让泰勒斯具有了预见气候的能力，那些宣称自己可以利用某种学说预知未来、左右乾坤的人，不是骗子，就是赌徒，并不是真正有学问的人。哲学是这样，其他学问也是如此。

但如果从这一点出发，得出“哲学无用”的结论，就未免过于武断了。那些学习哲学的人，都不是从哲学那里获得了财富，但他们的