

揭示人生哲学，领悟人生真谛

破

PO JIAN >>>>

科学成就人生的27条法则

KE XUE CHENG JIU REN SHENG DE 27 TIAO FA ZE

茧

当我们回首总结时，发现几乎所有成功者的人生征途中都有一些共同的元素，诸如客观的认识、坚韧的性格、广泛而实用的人脉关系、必不可少的能力和思维等。

● 宋文玲 丁立军 编 著

人民出版社

◎ 揭示人生哲学，领悟人生真谛，创造
人生奇迹，享受人生乐趣，从破茧开始……

◎ 宋文玲 丁立军
编著

破

江苏工业学院图书馆藏

科学成就人生的27条法则

茧

民族出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

破茧：科学成就人生的 27 条法则 / 宋文玲，丁立军编
著. —北京：民族出版社，2005.12
ISBN 7-105-07442-6

I. 破... II. ①宋...②丁... III. 成功心理学
IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 150437 号

破 茧

——科学成就人生的 27 条法则

编 著	宋文玲 丁立军
策 划	彭新良
责任编辑	黄 勤
出版发行	民族出版社
网 址	www.e56.com.cn
地 址	北京市安定门外和平里北街 14 号
邮政编码	100013
印 刷	北京燕山印刷厂
版 次	2006 年 1 月第一版
印 次	2006 年 1 月第一次印刷
开 本	32 开
印 张	4.75
字 数	93 千字
书 号	ISBN 7-105-07442-6 / C · 126 (汉 110)
定 价	16.00 元

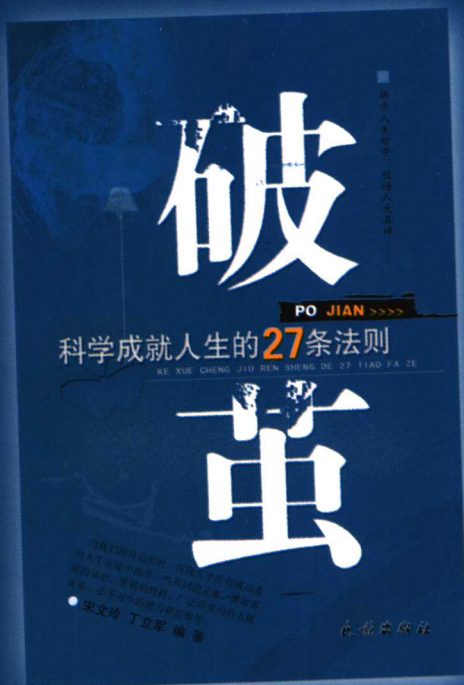
版权所有，翻印必究

(投稿热线：010-64299507；发行部电话：010-64211734)

破茧

科学成就人生的 27 条法则

◎ 揭示人生哲学，领悟人生真谛，创造人生奇迹，享受人生乐趣，从破茧开始……



PO JIAN >>>>>>

破茧

科学成就人生的27条法则

策 划：彭新良

责任编辑：黄 勤

封面设计：双笛文化

投稿热线：010-64299507

E-Mail: hanbian4@yahoo.com.cn

前言

“没有比人生更艰难的艺术了，因为其他的艺术或学问，到处都有老师。”这是古罗马哲学家塞涅卡的一句名言。

人生犹如一场马拉松式的赛跑，要成功到达终点，不仅需要充沛的体力和坚韧的意志，还需要对人生赛程有足够的认识和理解，从而规划出赢得赛跑的最佳方案。然而，人生却又不仅如此，远比赛跑复杂并艰难得多，没有明确的跑道，也没有明确对手，更没有明确的可以参考的终点。

人生旅途中我们眼见的、耳听的，甚至自己想到的，都时时充满了假象。人常常站在十字路口上无所适从，也常常在错误的人生道路上向前狂奔。许多人常常在活了几十年后，蓦然回首才发现自己从来就没有做过真正的自己。叹息完了，面对着因为改变而即将带来的阵痛，又忍不住的拔脚逃回原处，继续打造着自己人生的颓唐和无奈。

因此，人生要想顺利达到梦想的彼岸，最需要的就是科学地认识人生，科学地规划人生，科学地成就人生！

成功虽然不可复制，却又存在着共同的规律。我们以自己一生的体会感悟和在痛苦经历中获得的真知，并结合一些富含人生哲理的故事进行阐述，希望能帮助读者更科学地认识人生、规划

人生，并成就幸福人生。

人生科学，科学人生，这在今天看来，似乎已经远离流行和时尚。然而，无论沧海桑田，历史如何变迁，对于一个已经成功或者渴望成功的人，成功的最基本的元素总是大同小异的，就如流行终归流行，而经典则永远流行！

希望本书能成为广大读者通往成功、走向幸福人生的好伴侣。

编 者

2005 年 12 月



目 录

□ 前言	1
------------	---

第一篇 科学认识人生

法国著名思想家卢梭说：“我敢说，戴尔菲城神庙里碑铭上惟一的那句箴言——‘你要认识你自己’，比伦理学家们的一切巨著都更为重要，更为深奥。”人生之中最难认识的往往就是自己，自己总囿于是当局者，从而无法拨云见日，客观清醒地认识真实的自我。怎样的人生才算科学？怎样才能找到真正的自我？怎样才能走上通往明天的坦途？科学认识人生，是人生首要的学问。

□ 三思而后行——思考是人生赛跑的“起跑式”	3
□ 思维创新——思维方式决定人生走向	8
□ 豁达乐观——聪明人的生活哲学	13
□ 捕捉机遇——机遇只给有准备的人	18
□ 积极奋发——困境中的人生态度	23
□ 诚实守信——优秀品格是成功人生的基础	29
□ 雄心壮志——追求最大的人生利益	33
□ 利人利己——赢得人心的人生辩证法	38
□ 公平竞争——“消费时代”的游戏规则	44



第二篇 科学规划人生

有人说人生就像弈棋，一步失误，全盘皆输，这是令人悲哀之事；更有人说人生还不如弈棋，不可能再来一局，也不能悔棋。在人生这个弈场上，如何高屋建瓴、规划全局战略；如何运筹帷幄，决胜千里之外；如何出奇不意，在困境中求胜，都事关整个人生命运。科学地规划好你的人生，就已经把美好的未来铺在了你的脚下！

- 确定目标——科学规划人生第一块基石····· 49
- 善用压力——分析成功人生的科学准则····· 55
- 立足长远——长远目标与短期目标的辩证关系·· 60
- 坚忍不拔——逆境中的人生规划····· 65
- 好风借力——顺境中的人生规划····· 70
- 审时度势——人生目标的适时调整····· 75
- 专心致志——执著于主要的人生目标····· 80
- 走自己的路——敢于冲破世俗偏见····· 85
- 自我完善——在人生旅途中超越自我····· 90

第三篇 科学成就人生

如何科学成就自己的人生？穷，不堕青云之志；富，不得意忘形。在顺境中，借梯上楼；在逆境中，豁达乐观。只有那些能够付出艰苦努力，不断超越自我的人，才能冲破一切阻碍，夺得人生赛跑的金牌！

- 自信自强——人生奇迹的制造者····· 97



- ❑ 拥抱希望——破解生活难题 迎接幸福人生····· 103
- ❑ 注重细节——良好习惯是成功的基石····· 108
- ❑ 善用资源——整合资源辅平成功之路····· 113
- ❑ 近朱者赤——打造优质生存环境····· 119
- ❑ 自强不息——成就不凡的人生····· 124
- ❑ 宠辱不惊——让生活多一份从容····· 130
- ❑ 超越自我——摘得人生竞技金牌····· 133
- ❑ 淡泊宁静——平平淡淡才是真····· 138

编者后记

Part 1

第一篇



科学认识人生

法国著名思想家卢梭说：“我敢说，戴尔菲城神庙里碑铭上惟一的那句箴言——‘你要认识你自己’，比伦理学家们的一切巨著都更为重要，更为深奥。”人生之中最难认识的往往就是自己，自己总是囿于当局者，从而无法拨云见日，客观清醒地认识真实的自我。怎样的人生才算科学？怎样才能找到真正的自我？怎样才能走上通往明天的坦途？科学认识人生，是人生首要的学问。

破茧

三思而后行

——思考是人生赛跑的“起跑式”

伟大不只在事业上惊天动地，他时常不声不响地深思熟虑。

——克雷洛夫

春秋时期，孔子的弟子曾参曾说过一句名言：“君子虑胜气，思而后动，论而后行，行必言思之，言之必思复之，思复之必思无悔言，亦可谓慎矣。”

用现代的语言解释这句话，大概就是人做事前要先深思熟虑，思考比气势还重要，而后在行动中对照和纠正自己当初的思考，同时又对行动进行反思和总结，以便指导下一次行动，这样就能无怨无悔，而且也算是非常谨慎了。

这句话在今天可以用来指导我们认识和规划人生，在绘制自己的人生蓝图前，首先就需要思考。有人会问，为什么要思考？思考些什么？怎样思考？

首先举个例子来回答第一个问题。相信每个人从小都接触

过地图，如果让你先看清楚地图上的一个位置，然后闭上眼用手指点下去。哪怕你再有记忆天赋，也总会有一点偏离。但只要是在地图上有一厘米的偏离，那么在真实的土地上将会是怎样的失之毫厘，谬以千里？而在我们未来人生的地图上，根本没有准确的位置和形式，我们如果不三思而后行，甚至连张规划草图都设计得不科学，甚至不设计，那跟盲人过河有什么区别呢？

思考是人生的明眸，有了思考，我们的人生之路才不会偏离方向。在我们现在的生活里充满了与三思而后行相悖的流行语，比如“跟着感觉走”，似乎人生只有如此，才能快活潇洒，而事事思虑太多，思考过密，生活就会忙于琐屑，身心劳累。说白了，就是要只做不想，随波逐流。

人生需要思考些什么？无疑，人生首要就是确立正确的目标和方向，找到最适合自己的成功途径。如果不确定方向，就匆忙起跑，见路就冲，或者人云亦云，哪怕开始跑得再轻松，也注定是无所作为。

所谓磨刀不误砍柴功，也正是这个道理。思考能帮助你穿越眼前的狭隘和表面的肤浅，从而舍弃眼前的一时得失，找到真正最适合你的人生奋斗基点。

少年时代的毛泽东“风华正茂，指点江山，激扬文字”，同蔡和森等人一起来到北京（当时为北平）组织进步青年赴法勤工俭学。来之前的他，怀着“人生自信两百年，会当击水三万丈”的雄心壮志，然而到了北京之后，一切反差却又是如此

之大。据他后来接受美国记者斯诺采访时回忆：当时他“住在一个叫做三眼井的地方，同另外七个人合住一间小屋子里。每当我们大家都挤在炕上睡觉时，挤得几乎透不过气。每逢我要翻身，往往得先同两旁的人打招呼。”由于“北平的生活费用对我来说太高了。我是借朋友们的钱来的”，而且他只是中师学历。于是，许多朋友都劝毛泽东回湖南，也许在老家当个老师更务实，包括他自己也一度动摇。但是经过一系列彻夜不眠的思索之后，他还是坚定了自己的决定，用长远的理想战胜了眼前的得失：固然“在北平的条件很差”；固然“由于职位低下，人们都不愿同我来往”；固然“我的职责中有一项是登记来图书馆读报的人的姓名，可他们大多数都不把我当人看待。”

“政治的兴趣越来越大，思想也越来越激进”的毛泽东“并不灰心”，他后来还“参加了哲学会和新闻学会，为的是能够在北大旁听”，并在“这里还遇见而且爱上杨开慧”。这位当时并没有预料到以后命运的少年，就是在这里展开了他未来的人生规划，政治、思想、爱情，并最后走向了改变整个中国历史的征途。

正是可贵的思考，让毛泽东寻找到了更适合自己人生的支点，并坚定了自己奋斗的信心和方向，在痛苦中化蛹为蝶，忘记了眼前暂时的困境，在狭隘和艰辛中飞向了更广阔的空间。如果天生热爱政治的毛泽东，听从了朋友的建议，回去当一个看起来也许更安逸的小学教师，他的未来又会是怎样？中国的历史又将会是怎样的改写？

同样，没有经过全面慎重的思考，强迫一个从小文绉绉、见风落泪、文人气质太重的书生，去从事在某些人眼里认为更有前途的职业，如练剑学兵法，立志沙场建功，或者奋斗仕途，钻研管理之道，安邦治国，试问他又能成为一个合格的大将军吗？又能成为一个成功的政治家吗？

就算是一个通才，也应该思考认识自己的人生方向。对个人来说，一个人最拿手最精通的专业往往是某一项或两项，相对社会来说，“通”和“全”中，总会有一门专业相对是最适合自己的。这些都需要通过思考来发现，来认识。

思考的意义就在于理性，不理性就还是胡思乱想，而理性就意味着需要经过自己大脑的思索，需要我们保持独立的判断。哪怕是采纳别人正确的建议，也需要消化成为自己的东西，否则就还是别人的思维，而别人不可能永远给你建议，并帮你完成一切，最后还是需要依靠自己解决一切。

那么要怎么样思考？独立而理性的思考！学会独立和理性，三岁不早，六十未老。

当然，仅仅是独立思考还不行，还需要善于综合别人的意见，善于“站得高，看得远”，从全局去做实用思考，也就是先前所说的理性思考。

举个例子，当年的诸葛亮在刘备三顾茅庐时，要没有对天下形势的了然如指掌，没有对混战下如何崛起的深思熟虑，那他绝不可能在跟刘备第一次见面的时候，就为其量身订做提出三分天下的“隆中对”：占荆州，进益州，联吴抗曹，三足鼎立。

后来的历史演变，与其说是体现了诸葛亮对未来的预见性，还不如说是诸葛亮通过思考改写了历史进程。

诸葛亮的成功不仅仅在于他独立思考，更重要的是他精明的头脑和客观而实用的思考分析。换成实力强大的曹操，相信他也另有一番战略设计。由此我们可以想象，就算没有刘备提供给他这个施展的才华的平台，若到孙曹那里，他也同样会得到重用，也同样能成为人杰。

同时不能不叫人惊叹的是，他不但善于为别人谋，也善于为自己谋，不“三顾”而不出，一方面是需要检验对方的诚意，是否真的礼贤下士；另外一方面也是善于推销自己，精通谈判技巧。所以我们还有理由可以相信，以他之才，就算放在当今社会里，也同样能成为优秀的战略家、企业家、谈判专家、营销专家等等。

但话说回来，罗马不是一日建成的，人的思维如同人的生理成长一样，需要时间。小孩子刚开始学走路的时候，谁没有跌倒过？人不是一生下来就能跑步，所以首先我们必须学会思考，从独立思考做起，慢慢的走向成熟。

思维世界的发展，在某种意义上说，就是对惊奇的不断摆脱。在艺术创作中，第一个意念最佳；在其他的事情上，还是反复思考的结果最好。

思考，是人生赛跑的起跑式。