



YingXiangYiShengDe60Ge
GuanJianCi

正一/编著

影响
一生的

60个

关键词

为成长注入精神的力量
让人生提高境界的哲学

寻找精神的力量，培养做人的准则，是迈向成功人生的第一步



中国华侨出版社

一生的影响

YingXiangYiShengDe60Ge
GuanJianCi

正一/编著

60个

关键词

为成长注入精神的力量

让人生提高境界的哲学

寻找精神的力量，培养做人的准则，是迈向成功人生的第一步



中国华侨出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

影响一生的 60 个关键词/正一编著.

—北京: 中国华侨出版社, 2005. 4

ISBN 7 - 80120 - 959 - 1

I. 影... II. 正... III. 人生哲学—通俗读物

IV. B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 036479 号

• 影响一生的 60 个关键词

编 著: 正 一

责任编辑: 李 健

经 销: 新华书店

开 本: 880 × 1230 毫米 1/32 开 印张 / 9 字数 / 150 千

印 刷: 北京市梨园彩印厂

版 次: 2005 年 6 月第 1 版 2005 年 6 月第 1 次印刷

印 数: 10000 册

书 号: ISBN 7 - 80120 - 959 - 1/G · 459

定 价: 20.00 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 邮编: 100029

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708



人生拥有了思想和精神，就拥有了智慧和动力，
也就拥有了一切……

精神的力量
处世的原则
行动的智慧
生活的细节
个性的塑造
感情的世界

梦想、幸福、境界、信念、追求……
积极、自律、中庸、责任、宽恕……
果断、适度、选择、变通、坚持……
计划、压力、借口、承诺、名利……
本色、豁达、执着、率真、放纵……
忠贞、郁闷、自卑、无聊、释怀……

序 言

寻找精神的力量

人生如白驹过隙，转瞬即逝。然而，对于人类个体而言，这短暂的一瞬间，却蕴含着深邃的永恒。在这个世界上，我们不仅仅是肉体的存在，还有精神的宿求，生命流星燃尽肉体的同时，也留下永恒的辉煌，那就是我们的精神，证明了我们的存在。

一位诗人说：有的人活着，他已经死了；有的人死了，他还活着！能够获得永恒，是这短暂人生的莫大荣幸，也是人生的伟大追求。在苦苦的寻觅中，有的人确实死了，没有留下任何印象，就像一缕空气，消失在浩瀚的宇宙中；有的人虽然死去，但依然还活着，他的精神不仅成就了个人，也激励着无数身边的过客。我们都在尽自己最大努力做着后一种人，但并不是每个人都能悟出这人生的真谛，体会到这瞬间的永恒。

我们需要精神并不仅仅是为了获得永恒，因为那

是我们身后的事情，永恒只是人生的附加值。在实际生活中，精神是我们的人生支柱，这才是它的现实意义，失去了精神，人将变得麻木，生活将在苟且中徘徊，肉体的躯壳将无所适从，迷失方向，就像一只失去了双眼的雄狮，任猎物从身边跑过，却只能空守着身下的一片黄土，木然地等待着死亡的降临。

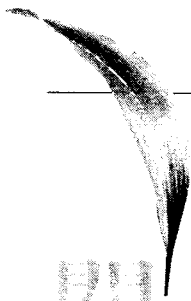
常听人说：人总是要有点精神的。古往今来，多少人都是在精神力量的支撑下探索着，奋斗着，无论是创建了伟大思想的哲学家，还是发现了人类文明的科学家，他们用自己的行动对精神作出了同样的诠释——精神是一种力量，精神的力量并不是神的赐予，它来源于我们自己的挫折与困苦，成长与感悟。

人在顺境中时，感觉不到精神的力量，根本不会去理会精神的力量，以为它是可有可无的东西。农夫喂饱了全家，学生考上了理想的大学，工程师解决了技术问题，恋人俘获了对方的芳心，人生无比美好，怎么会想到精神的力量呢？可是，如果，农夫努力耕作，却喂不饱全家；学生用功念书，却落榜了；工程师努力了半天，却仍然解决不了问题；爱人移情别恋了，这时候，我们最需要的就是精神了。当一个人身处逆境之中，精神的力量就变得尤为可贵，人们忙碌了，甚至是慌乱了，到处去寻找精神的力量。所以，千万不可忽视了精神的力量。顺境中，它是鞭策我们

健康成长的座右铭；逆境时，它是鼓励我们坚强生活的支柱。

随着社会的发展，人们生活的脚步加快了，留给自己的时间却变少了；物质生活丰富了，精神世界却日益变得贫瘠了，肩上的担子越来越重，思想上的包袱也越来越大，这也许正是一个需要精神力量的时代，我们的心灵正期盼着它的慰藉。

出版本书的目的，就是要将人生中赖以生存的精神力量以文字形式呈现在读者面前，使我们的人生得到升华，境界得到提升，动力得到补充。当你困惑的时候，当你在人生路上遇到挫折的时候，希望本书能给你些启迪，伴你度过一段值得回忆的时光。



目 录

第一章 精神的力量..... 1

“人总是要有点精神的!”我们在顺境中,感觉不到精神的力量,可是,当一个人处在逆境中,精神的力量就变得尤为可贵了。其实,精神从来没有离开我们,它悄悄地藏在我们的身边,像一个可爱的小精灵。它很会和我们捉迷藏,给我们打着哑谜,让我们去猜。

- 关键词 梦想/造就天才的动力 3
- 关键词 自我/走自己的路,让别人去说吧 8
- 关键词 幸福/寻求一种生活的状态 13
- 关键词 追求/最重要的是人生目标 17
- 关键词 成败/赢得起,也输得起 21
- 关键词 解脱/学会最理智的方法 25
- 关键词 境界/有容乃大,无欲则刚 29
- 关键词 苦难/生活给我们最好的馈赠 34
- 关键词 孤独/悲壮也是一种美 39
- 关键词 信念/创造与毁灭的力量 44

目
录

第二章 处世的原则 49

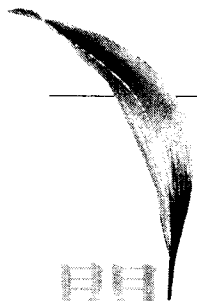
衣饰的华丽可以显示出一个人的富有，穿着的优雅可以显示出一个人的趣味；但一个人的健康与茁壮则须由另外的标志来识别；培养自己完美的性格，建立自己的处事原则，惟有这样，我们才能拥有一副强有力的身躯。

- 关键词 积极/人生中最明智的选择 51
- 关键词 沉着/急而能安，缓而不辍 55
- 关键词 宽恕/与人相处的一剂良药 59
- 关键词 自律/控制全局先要控制自己 64
- 关键词 谦虚/谦受益，满招损 68
- 关键词 乐观/在逆境中找到出路 72
- 关键词 责任/回报和承担的责任成正比 76
- 关键词 中庸/两头是缺点，其余是优点 80
- 关键词 真诚/一切美德的基础 85
- 关键词 勤奋/勤能补拙是良训 90

第三章 行动的智慧 95

行动的智慧就是要懂得取舍的艺术，学会巧妙地获取，懂得必要地放弃，在人生的道路上非常重要。从聪明到智慧只有一步之遥，而这一步取决于对事物的清醒认识和对选择的有效把握。

- 关键词 果断/当机立断，征服世界 97
- 关键词 选择/人生就是选择的艺术 102



關鍵詞

关键词	适度/过犹不及的人生准则	108
关键词	忍耐/忍耐并不是苟且	112
关键词	放弃/没有什么真的不能割舍	116
关键词	轻重/一辈子都应该学习的一门功课	121
关键词	变通/墨守成规永远与成功无缘	125
关键词	冒险/真正的安全来自内心	129
关键词	善言/第一印象最为重要	133
关键词	坚持/卓越和平凡的分水岭	138
第四章	生活的细节	143

为了走得更远，我们需要随时倒掉鞋里的那粒细小的沙子；为了获得成功，我们需要关注生活的细节。许多事情，看似很小，却折射出人生的方方面面，预示着未来的兴衰成败。把握住这人生中的一瞬间，你的生活将更坦然，更有成就。

关键词	计划/吃不穷，喝不穷，没有计划就受穷	145
关键词	满足/像鱼儿一样自由自在	149
关键词	借口/精心编织的谎言	153
关键词	压力/想开了是天堂，想不开是地狱	157
关键词	外表/内在的美丽更让人刻骨铭心	161
关键词	流言/流言止于智者	166
关键词	承诺/人格的缩影，自信的勇气	170
关键词	隐私/不要进入别人的世界	174

目

录

关键词 名利/人到无求品自高 178

关键词 投机/一个美丽的陷阱 182

第五章 个性的塑造 187

要想真正的生活，我们就必须拥有适当的、现实的、属于自己的个性，学着接受自己、信任自己，随心所欲地表现自己。想要成功，我们就应该不断地努力培养和塑造自己的个性，不断改变自我、超越自我，因为没有创造的个性，是没有生命力的。

关键词 本色/人生的钥匙掌管在你自己的手里 189

关键词 挑战/书写生命的年轮 193

关键词 豁达/生命本身就是一种幸福 198

关键词 享受/关注窗外的玫瑰 203

关键词 欲望/不要让欲望成为一口枯井 208

关键词 执着/在枯叶凋零时等待春天 212

关键词 幽默/管理中最常用的艺术 217

关键词 时尚/与众不同和年龄无关 222

关键词 率真/像孩子一样生活 226

关键词 放纵/驾驭自己是我们一生的功课 230

第六章 感情的世界 235

我们都是这个都市中寻觅彷徨的人，我们都曾拥有身边的那一份美丽，这就是感情吧！正如一首歌中所唱：这样的人不止你一个，你并不孤单，我也同样经历过

……是啊，感情的世界丰富多彩，正因为我们经历过，
所以我们才会逐渐懂得珍惜身边的幸福。

- 关键词 忠贞/爱情是一种责任 237
- 关键词 快乐/不是别人给予的 241
- 关键词 骄傲/抛弃浮躁的人生 245
- 关键词 失意/学会安慰自己 249
- 关键词 郁闷/别让郁闷成为一种时尚 253
- 关键词 自卑/过度的奢望将毁灭自己 257
- 关键词 浪漫/绚烂归于平淡 261
- 关键词 无聊/工作着是美丽的 265
- 关键词 感恩/做个懂得回报的孩子 269
- 关键词 释怀/将心事交给清风浮云 273

目

录

5



第一章

精神的力量

“人总是要有点精神的！”我们在顺境中，感觉不到精神的力量，可是，当一个人处在逆境中，精神的力量就变得尤为可贵了。其实，精神从来没有离开我们，它悄悄地藏在我们的身边，像一个可爱的小精灵。它很会和我们捉迷藏，给我们打着哑谜，让我们去猜。

[關鍵詞]

关键词 1



關鍵詞

1 梦想——造就天才的动力……

有梦的人生，总是有希望的；有梦的人生，总是幸福的。梦想之于人生，就像马达之于机器，燃油之于汽车，水分之于沃土，养料之于植物……

梦开始的地方，其实就是人生的起点。不知道在哪一天，不知道在什么时候，我们有心事了：夕阳西下满天彩霞幻化出无数美妙的图景，炊烟袅袅，少年在树下静默、凝神、发呆，眸子里的热情比晚霞还要红艳。明月东升，清辉皎洁，嫦娥的故事千载悠然，少女在窗前或花丛旁，凝望、沉静、入迷，羞涩的面庞不胜娇美。为梦想而遐思，而想入非非，是如此的清新动人！

你有梦想么？梦想给人以智慧、勇气和力量，激

励我们战胜艰难困苦，在生活中大步向前。

康拉德·希尔顿是世界旅馆业大王，他所创立的国际希尔顿旅馆有限公司，现在全球已拥有 200 多家旅馆，资产总额达数十亿美元，每天接待数十万计的各国旅客，年利润达数亿美元，雄居全世界最大的旅馆的榜首。然而，谁能想像希尔顿开始涉足于旅馆业时，手头只有 5000 美元呢。

“你必须怀有梦想。”这位驰誉天下的“旅馆业大王”在晚年的自传中，揭开了他发家的奥秘：“我认为，完成大事业的先导是伟大的梦想。我所说的梦想是指人人可及，以热诚、精力、期望作为后盾，一种具有想像力的思考。”

因为有了飞翔的梦想，莱特兄弟发明了飞机；因为有了光明的梦想，爱迪生发明了电灯；因为有了探索宇宙的梦想，加加林成为第一位从太空看到地球的人；而美国宇航员阿姆斯特朗则登上了月球，实现了人类有史以来拜访月球的梦想……

梦想是深藏在人们内心深处的最深切的渴望，是你成就事业的原动力，梦想能激发你生命中的全部潜能。梦想不是理性的计算，梦想是一种情绪状态，这种情绪状态是以热情的方式展现的，这种热情可以让你创造出无法想像的奇迹。

英国有个叫布罗迪的退休教师，在整理家中旧物



關鍵詞

1 梦想——造就天才的动力……

时，意外地发现了学生 50 年前的一叠作文本，里面有一篇作文深深牵动老人的心。

作文的题目是《未来我是……》，31 个孩子，31 个梦想，有想当总统的，有想当内阁大臣的，有想当驯狗师的，有想当领航员的，有想当王妃的，有想当教师的，有想当海军将领的……

这位老人突发奇想：把这些本子重新发到 31 个学生手中，看看现在的“我”是否实现了儿时的梦想，于是他在报纸上刊登了一则启事，一封封回信不久来到了老人的手中，这些学生中不乏功成名就的学者、企业家、官员，更多的是普普通通的人。

一年过去了，老人手中就剩下盲童戴维的作文本，幼时的戴维认为：历史上还没有盲人进入内阁的先例，他要创造历史。老人猜测着各种可能，正当老师满怀遗憾准备放弃的时候，收到了英国教育内阁大臣的来信，这位内阁大臣就是戴维。

来信的内容很感人：“那个叫戴维的就是我，感谢您还为我保留着儿时的梦想。不过我已经不再需要那本子了，我的梦想一直在我的脑子里，我从未放弃。50 年过去了，我的梦想已经实现了。今天，我想借这封信告诉大家：只要不让年轻时的美丽梦想随岁月飘逝，成功总会来到我们的面前。”

梦想是进取的目标，是对生活的一种积极进取的