

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



PRINCIPLE

人一生要懂的100个

哲理

100 Principles One Needs to Understand in his Life

浓缩人生智慧的哲理，  
可以帮助你认识生活的本质，  
有时甚至能带你摆脱困境，  
解决人生中面临的难题，  
早领悟，早成功，步入完美人生。

宿春礼 王彦明 编著

光明日报出版社

---

## 图书在版编目(CIP)数据

人一生要懂的100个哲理：彩图版 / 宿春礼 王彦明编著. 北京：光明日报出版社，2004

(改变人一生的智慧书系)

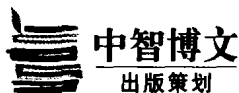
ISBN 7-80145-933-4

I. 人… II. ①宿…②王… 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 141425 号

---

本书著作权、版式设计和装帧设计受世界版权公约和中华人民共和国著作权法保护，书中所有文字、图片及版式设计等任何部分，未经许可，不得以图表、电子、影印、缩拍或其他任何手段进行复制和转载，违者必究。



---

## | 人 一 生 要 懂 的 100 个 哲 理 |

---

编 著：宿春礼 王彦明

封面设计：谢定莹

版式设计：谢定莹

图文制作：田清润 苗巧玲

设计总监：李庆伟

插图绘制：陈晓东

出版发行：光明日报出版社

经 销：全国新华书店

印 刷：三河市华新科达彩色印刷有限公司

开 本：720 × 980mm 1/16

印 张：14

字 数：150千字

版 次：2005年3月第1版

印 次：2005年3月第1次印刷

---

定 价：28.00元

(本书如有印、装错误，请直接与承印厂联系。)

om Series

人一生的

智慧书系

宿春礼 王彦明 编著

PRINCIPLE

人一生要懂的100<sup>↑</sup>

哲理

100 Principles One Needs to Understand in his Life

光明日报出版社

# 前言

## PREFACE

一个老木匠临近退休时，老板请求他再帮忙建一座房子，老木匠虽然同意了，但心思已不在房子上，选材时不再像从前那样精挑细选，干活时也不再像从前那样精益求精。房子建好后，老板将大门的钥匙递给他，说：“这是你的房子，是我送给你的礼物。”

老木匠呆住了，你可以想像他有多么羞愧、痛悔。你也许会想：老木匠早知道是给他的就好了，这样他就会好好建造了。而现在，他只能住在这个被自己粗制滥造的房子里了。

人人都能看出老木匠的显而易见的错误，然而，我们又何尝不在犯着类似的错误呢？漫不经心、消极应付、故步自封、患得患失、斤斤计较，我们给自己的心灵建造了一个又一个脆弱、忧郁、迷茫的房子，住在这样的房子里，又怎么能看到房子外的似锦繁花、灿烂星光呢？

滚滚红尘中，我们为事业奔波，为财富奔波，为家庭奔波。工作劳顿，竞争激烈，人际紧张，这些都让我们身心俱疲。多久，没

## 人一生要懂的 100个哲理

没有悠闲地散步了?多久,没有像孩提时那样仰望星空了?多久,没有全心投入地开怀大笑了?似乎,我们已经忘记了快乐的样子。

但,这绝不是人生的全部。乐观、豁达、智慧的人生应该是快乐的,简单的,积极的,也许是心灵被欲望、消极、忧伤的灰尘蒙蔽得太久,那么,就让智慧的清泉潺潺流过,给心灵洗个清爽的澡吧。

智慧的清泉在哪里?就藏在《人一生要懂的100个哲理》里。你也许厌烦了大道理的说教,但你定会喜欢这一个个精巧、灵动的小故事。而小故事中的大智慧会让你灵犀一点,顿悟之后拈花一笑。

本书的小故事都经过编者精心挑选,忙碌时浅尝,闲暇时细品,相信都会给你以智慧的点拨。“横看成岭侧成峰,远近高低各不同”,所以对小故事的点评,旨在抛砖引玉,希望读者见仁见智,悟到更多。更希望这本书能帮你开启成功、快乐的人生之门。

# 目录

## CONTENTS

100  
哲理



- 01 信心创造奇迹 /11
- 02 成功的第一秘诀 /13
- 03 贵在持之以恒 /15
- 04 甩掉自卑的包袱 /17
- 05 成功，从设定目标开始 /19
- 06 磨难成就辉煌人生 /21
- 07 不要让生命被别人设定 /23
- 08 播种希望，收获奇迹 /25
- 09 不要小瞧勇气 /27
- 10 潜力无限 /29
- 11 相信奇迹 /31
- 12 勇敢说“不” /33
- 13 相信自己，别人才能相信你 /35
- 14 让自己变得强大 /38



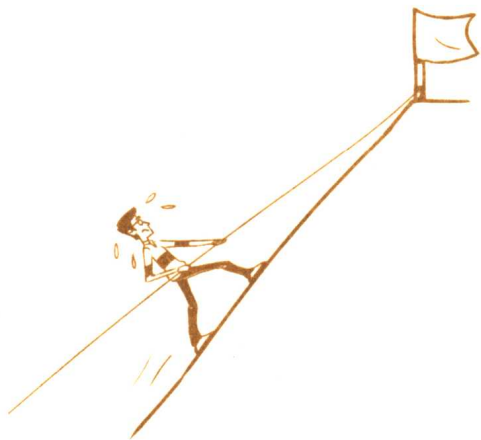
- 15 要做就做到最好 /40
- 16 恐惧阻碍成功 /42
- 17 没有想像的那么难 /44
- 18 把握抉择的时机 /45
- 19 不同的理想，成就不同的人生 /47
- 20 习惯影响成败 /49
- 21 求人不如求己 /51
- 22 积极应对挑战 /53
- 23 追求梦想 /55
- 24 学会学习 /57
- 25 巧用劣势 /59
- 26 不要跌倒在自己的优势上 /61
- 27 为自己的过错承担责任 /63
- 28 给自己一个悬崖 /65
- 29 经验教训缺一不可 /67
- 30 学无止境 /69
- 31 合作才能生存 /71



# 目录

## CONTENTS

- 32 借力而行 /73
- 33 丢掉多余的东西 /75
- 34 用赞扬代替批评 /77
- 35 沉默是金 /79
- 36 改变自己，适应环境 /81
- 37 推销自己 /83
- 38 条件是可以努力创造的 /85
- 39 说话有技巧 /87
- 40 倾听让你受欢迎 /89
- 41 创新让你与众不同 /91
- 42 调整心态，走出困境 /93
- 43 厚积薄发 /96
- 44 听从自己的主见 /98
- 45 将不利因素转化成有利因素 /100
- 46 细节决定成败 /102
- 47 接纳不完美的自己 /104
- 48 克服焦虑 /106
- 49 时间就是财富 /109



- 50 不能丧失人格尊严 /111
- 51 善良是一种胸怀 /113
- 52 勇于承担责任 /115
- 53 取舍的智慧 /117
- 54 常怀善念 /119
- 55 三思而后言 /121
- 56 纠正错误，内心坦然 /123
- 57 财富也可以分享 /125
- 58 拒绝诱惑 /127
- 59 宽容让人生更美丽 /129
- 60 知己知彼不容易 /131
- 61 善恶只在一念间 /133
- 62 克服自负 /135
- 63 钓鱼的诀窍 /137
- 64 贪心猛于虎 /139
- 65 上帝是公平的 /141
- 66 发现生活的美 /143
- 67 做快乐的主人 /145



# 目录

## CONTENTS

- 68 厄运就像一阵风 /148
- 69 总能找到快乐的理由 /150
- 70 心态决定命运 /152
- 71 戒掉烦恼的习惯 /154
- 72 微笑的力量 /156
- 73 情感需要分享 /158
- 74 宽恕他人就是宽恕自己 /160
- 75 把握现在的幸福 /162
- 76 胸怀雅量 /165
- 77 展示真实的自己 /167
- 78 把握平衡 /169
- 79 合适的才是最好的 /171
- 80 莫为小事烦忧 /173
- 81 让自己放松些 /175
- 82 你可以改变心情 /177
- 83 最大的满足是付出 /179
- 84 每个年龄都是最好的 /182



- 85 贫困但不潦倒 /184
- 86 不必生气 /186
- 87 常怀感恩之心 /188
- 88 别让心智老去 /190
- 89 爱情创造奇迹 /192
- 90 有亲情，就有快乐 /194
- 91 爱，超越死亡 /196
- 92 爱，需要自由的空间 /198
- 93 婚姻需要宽容 /201
- 94 爱，就是为对方着想 /203
- 95 母爱之门永远不会关闭 /205
- 96 人生需要原谅 /207
- 97 金钱替代不了亲情 /209
- 98 超越生命的友情 /211
- 99 友谊要经得起磨难 /214
- 100 苛求回报，友情会打折 /216
- ◆ 哲理名言精选 /218



領悟哲理，走好人生路。



# 信心创造奇迹

宋朝时候，有一段时期战争频频，国患不断，大将军李卫带领人马杀赴疆场，不料自己的军队势单力薄，寡不敌众，被困在小山顶上，注定将被敌军吞没。就在士气大减，甚至有要缴械投降之际，将军李卫站在大家的面前说：“士兵们，看样子我们的实力是不如人家了，可我却一直都相信天意，老天让我们赢，我们就一定能赢，所以我这里有9枚铜钱，向苍天祈求保佑我们冲出重围。我把这9枚铜钱撒在地上，如果都是正面，一定是老天保佑我们，如果不全是正面的话，那肯定是老天告诉我们不会冲出去的，我们就投降。”

此时，士兵们闭上了眼睛，跪在地上，烧香拜天祈求苍天保佑，这时李卫摇晃着铜钱，一把撒向空中，落在了地上，开始士兵们不敢看，谁会相信9枚铜钱都是正面呢?!可突然一声尖叫：“快看，都是正面!”大家都睁开了眼睛往地上一看，果真都是正面。士兵们跳了起来，把李卫高高举起喊道：“我们一定会赢，老天保佑我们了!”

李卫拾起铜钱说：“那好，既然有苍天的保佑，我们还等什么，我们一定会冲出去的，各位，鼓起勇气，我们冲啊!”

就这样，一小队人马竟然奇迹般战胜强大的敌人，突出重围，保住了军队。将士们说：“如果没有上天的保佑，我们就没有办法出来了!”

这时候李卫从口袋里掏出了那9枚铜钱，大家竟惊奇地发现这些铜钱的两面都是正面!

---

领 悟 哲 理 ， 走 好 人 生 路

## ◎顿悟

信心能创造奇迹！所以，身陷绝境仍要努力争取！

很多时候，人们那种无助、绝望的心情来自以往的经历，是一种学来的行为。当医务人员治疗垂危的患者时，发现那些受到高度鼓舞的患者往往活得更长些；另外，那些满怀希望的患者比失去信心的患者更容易康复，心情也更愉快些。

库特·理希特博士曾用两只老鼠做过一次简单研究。他用手紧抓住一只老鼠，不管老鼠怎么挣扎，他都不让它逃脱。经过一段长时间的挣扎后，老鼠终于不再反抗，几乎是一动不动了。然后，他把这只老鼠放入一个温水槽里，它立刻就沉底了，甚至根本没有试图游泳来求生，它死了。理希特博士把另一只老鼠直接放入温水槽中，老鼠很快就游向了安全的地方。

以上研究证明了一个观点：凡是更加努力去争取的人，就会做得更好些。正因为无助无望的心理是学来的，所以，你可以不去学它。

你是否学会了在生活中出现困难与障碍时充满希望呢？这是成功者和失败者的又一个分水岭。成功者不会丧失希望，他坚持不懈，他会去寻找其他可行办法，坚持把事情办成。

---



# 成功的第一秘诀

多年前的一个傍晚，一位叫亨利的青年移民，站在河边发呆。那天是他30岁生日，可他不知道自己是否还有活下去的必要。因为亨利从小在福利院长大，身材矮小，长相也不漂亮，讲话又带着浓厚的法国乡下口音，所以他一直很瞧不起自己，认为自己是一个既丑又笨的乡巴佬，连最普通的工作都不敢去应聘，没有工作，也没有家。

就在亨利徘徊于生死之间的时候，与他一起在福利院长大的好朋友约翰兴冲冲地跑过来对他说：“亨利，告诉你一个好消息！”

“好消息从来不属于我。”亨利一脸悲戚。

“不，我刚刚从收音机里听到一则消息，拿破仑曾经丢失了一个孙子。播音员描述的相貌特征，与你丝毫不差！”

“真的吗，我竟然是拿破仑的孙子？”亨利一下子精神大振。联想到爷爷曾经以矮小的身材指挥千军万马，用带着泥土芳香的法语发出威严的命令。他顿时感到自己矮小的身材同样充满力量，讲话时的法国口音也带着几分高贵和威严。

第二天一大早，亨利便满怀自信地来到一家大公司应聘。他竟然一应即被聘了。

20年后，已成为这家公司总裁的亨利，查证自己并非拿破仑的孙子，但这早已不重要了。

---

领 悟 哲 理 ， 走 好 人 生 路



## ◎顿悟

对自身的蔑视和残忍有不同的表现方式，自卑便是最常见的对自我的憎恨和与自己过不去，轻视自己，没有主见，用别人的判断标准扼杀自己的信心，这是许多悲剧的根源所在。因此，自卑是自信的天敌，是人生的陷阱。

科学家爱迪生说：“自信是成功的第一秘诀。”自信是独立个性的一个重要成分，是人们从事任何事业的最可靠的资本，自信能排除各种障碍，克服种种困难，使事业获得完美的成功。

记住，不是因为有些事情难以做到，我们才失去自信；而是因为我们失去了自信，有些事情才难以做到。所以，学会接纳自己，学会欣赏自己，将所有的自卑抛到九霄云外，是成功最重要的前提。

开学第一天，苏格拉底对学生们说：“今天咱们只学一件最简单也是最容易的事儿。每人把胳膊尽量往前甩，然后再尽量往后甩。”说着，苏格拉底示范了一遍。“从今天开始，每天做300下。大家能做到吗？”

学生们都笑了。这么简单的事，有什么做不到的？过了一个月，苏格拉底问学生们：“每天甩手300下，哪些同学在坚持着？”有90%的同学骄傲地举起了手。又过了一个月，苏格拉底又问，这回，坚持下来的学生只剩下八成。

一年过后，苏格拉底再一次问大家：“请告诉我，最简单的甩手运动，还有哪几位同学坚持了？”这时，整个教室里，只有一人举起了手。这个学生就是后来成为古希腊另一位大哲学家的柏拉图。

---

领 悟 哲 理 ， 走 好 人 生 路

---