

石玉坤

著

理智

生

20

主题

中央文献出版社

理智人生20题

石玉坤 著

中央文献出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

理智人生 20 题 / 石玉坤著. —北京: 中央文献出版社, 2005.7

ISBN 7-5073-1928-8

I. 理... II. 石... III. 个人—修养—通俗读物
IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 074507 号

著 者: 石玉坤

责任编辑: 张晓彤

内文插图: 朱 凡

封面设计: 杜超英

理智人生 20 题

石玉坤 著

中 央 文 献 出 版 社

北京西四北大街前毛家湾 1 号 邮编: 100017

北京铁成印刷厂印刷 新华书店经销

字数 150 千字 开本 890 × 1240 毫米 1/32

印张 6.75 插页 24

2005 年 7 月第 1 版 2005 年 7 月第 1 次印刷

印 数 1—3000 册

ISBN 7-5073-1928-8

定价: 23.00 元



石玉坤 男，1951年9月生，辽宁西丰县人，满族。1969年12月入伍。军事科学院《中国军事科学》杂志副主编（正师职），副编审，大学文化。多年坚持结合工作进行写作与研究，先后在《人民日报》、《解放军报》和《求是》等报刊发表文章三百余篇；编著、与人合著及参加撰写和主编的图书有《组织的要领》、《毛泽东与柳亚子》、《党的三代领导集体与军队质量建设》等二十多部。其中有两本书分别获全军第三、四届当代军人喜爱的军版图书三等奖。纽约编辑的《中国军人形象在舆论转播中的确立与维护》获中国新闻奖新闻论文二等奖、所在的《中国军事科学》杂志连续三届获“国家优秀社会科学期刊奖”。

前 言

愿您拥有理智人生

一个人从诞生的那一刻起就开始了他的人生旅途，直到告别人世，才算是走完了他生命的全程。有人常常感叹人生的短暂，因为人生丰富多彩，充满各种理想和梦幻，可长生不老是不存在的，即便人活百年，在历史的长河中也不过是弹指一挥间，临终也会有许多想做而不能做的事情，或许是某个心愿未能实现，或许是正在进行的事业未能完成，当人们面对死神的时候，往往显得那样的无奈，只能是带着无尽的遗憾而撒手人寰。也有人常常感叹人生的漫长，因为人生之路曲折而艰难，从来都不会是笔直而平坦的。哪怕是具备再优越的生活条件的人，他们虽然拥有温暖、幸福、欢乐和美满，但也不能躲过困惑、迷惘、烦恼和悲伤。人生是不是只有听从命运的安排，而无需奋争呢？显然，不是的。

因为，人，作为万物之灵长，对于客观世界从来不是完全被动和消极的，对自己的人生也是可以把握的。从自然的角度认识人生，人生是人的生命活动的过程；从社会的角度认识人生，人生是社会化的过程；而从人的主体意识来认识人生，人生则是对自然和社会认识、适应、利用和改造的过程，也是一个人在立身处世中自我认识和完善的过程。生活在同样的社会

环境中，对自然和社会认识的程度以及自我认识和完善水平的不同，往往决定着一个人命运上的差异。现代社会绝大多数人，在经历了天真的童年、梦幻的少年，步入成熟的青年和壮年阶段后，很快都会面对升学就业的选择、恋爱成家的奔波、生儿育女和赡养老人的劳碌……这些人生的共同科目和“关口”，一般说是容易回避的。这其中，尽管每个人的人生境遇不完全相同，命运也各有千秋，但同样有成功的欢笑，也有失败的懊恼；有幸福的安慰，也有辛酸的泪水。同样是经历种种曲折和烦恼，其结果却可以有截然不同的不同。有的人总是在十字路口徘徊，迷惑而不得其解，往往是烦恼多于快乐，使人生的旅途变得更加崎岖而坎坷；有的人却能冷静思考，从容面对，予以较好地解决，从而实现奋斗目标，赢得幸福和欢乐。这其中的奥秘就在于前者疏于理智，对人生带有一定的盲目性；而后者善于思考，具有对社会和自己较为深刻认识的理智的头脑。

正如亚里斯多德所说：“人和动物的区别，正在于置行为于理智。”如果一个人的生物本能得不到意识和理智的过滤，这个人的生命只能是处在低级动物状态。因此，人生不能没有理智，只有具备了理智才能赢得美好的人生。

理智能够主宰心态，心态可以影响人的命运。现实生活中，有的人生活并不富裕，但过得快快乐乐；有的人要啥有啥，家财万贯，却生活得并不开心；有的人有吃有穿，就心满意足了；有的人位高权重，还贪得无厌；有的人囚禁于集中营里，情绪依然很乐观；有的人生活在温馨的环境中，却常常产生无尽的烦恼……这究竟是为啥？说到底还是各自对人生的看法即人生观存在着差异，反映在思想和情绪上就是心态上的不同。记得有位哲人说过，心态是一个人的真正主人，要么你驾驭生命，要么生命驾驭你。你的心态决定谁是坐骑，谁是骑

师。而心态是否积极乐观，始终与一个人是否富于理智分不开。无数事实证明，人生是否成功与失败、快乐与痛苦，完全取决于一个人能不能客观地认识社会、合理地适应社会和鼓足勇气去改造社会。古今中外凡是做出较大成就的人，凡是能把握自己命运的人，也都是比较理智，善于思考，能驾驭自己心态的人。有了理智支配下的良好的心态，无数革命先辈们在黑暗中才看到了光明，坚定了理想，并始终保持革命的斗志，谱写了自己壮丽的人生乐章。一些有着生理缺陷的青年，才身残志坚，勇敢与命运抗争，做出了常人都很难做到的事情，创造出一个个个人间的奇迹。一些少年时被视为“低能”的学生，后来竟成为万人敬仰的著名的大政治家、大科学家、大发明家。生活十分贫穷的画家海曼·李普曼将铅笔的一端安上橡皮，便赚了2亿多日元；牧羊人约瑟夫为使羊群不从栅栏里跳出，在栅栏的铁丝上拧上一个个的短刺，这就是后来人们广泛使用的铁蒺藜。美国最得人心的总统富兰克林·罗斯福小时候被人们视为有缺陷的孩子，他长有暴牙，呼吸像喘气，老师让他背课文时，他双腿发抖，嘴唇颤动而不能连贯地回答。然而他却因为有一种积极向上，乐观进取的心态，以顽强拼搏的精神，努力克服自己的弱点，最终成为美国的总统。他们命运上的转折与走向成功，其中尽管有一千个一万个因素，但有着理智的头脑总是其共同的特点，这一点，也是任何力量都不可征服的。有了理智的头脑，就能够对复杂的环境和事物进行理性的分析、逻辑的归纳，并客观恰当地做出选择，从而更有效地克服“劣势”而取得优势。

理智可以控制情感，情感稳定有利于事业的发展。果戈理说过：“理智是最高的才能。”康德也说过：“我们所有知识都开始于感情，然后进入到知性，最后以理性告终。没有比理性更高的东西了。”大凡来到世界上的人，没有不想使自己的人

生获得成功的。或希望发家致富，或希望飞黄腾达，或希望获取名誉地位，或希望安乐幸福。但是缺少理性，放纵了情感，往往会给人生留下诸多的遗憾。现实生活中，仅凭一时感情的冲动就做出判断和选择，等到醒悟时悔之晚矣者比比皆是。实践证明，理智能引导人生步入幸福的园地，而感情的列车，只有行驶在理智的轨道上，才能顺利地到达预定的目的地。脱离这个轨道，就有翻车的危险。

理智是智慧的动力，有利于人的潜能开发。现代科学研究认为，人的记忆力的利用率还不到 10%，人的想像力只用了 15%，人的嗅觉也没有充分利用，人本应活到 150 岁，现在平均还活不到 70 岁。这说明，每个人的身上都有巨大的潜能。这些潜能，能不能充分地发挥出来，关键看个人怎样对待。有一则寓言，说的是一个好奇的男孩将一个鹰蛋带回鸡场，让一只母鸡来孵，很快小鸡群中就出现了一只小鹰。它虽然过着和鸡一样的生活，但当它长大后内心总有一种奇特不安的感觉，它不时地想：“我一定不只是一只鸡！”直到有一天，当一只老鹰翱翔在鸡场的上空，小鹰感到自己的双翼有一股奇特的力量，它再也抑制不住内心的激情，一鼓作气，飞上蓝天，栖息在山岩之上。它发现了伟大的自己。这个寓言告诉人们，只有想成为天才的人，才有可能成为天才；一心想做一个平凡的人，永远也不会发现伟大的自我。只有在任何情况下都能保持理智的选择，才能焕发出与众不同的潜能。高位截瘫的张海迪，之所以能自修完成小学和中学的课程，自学了英语、德语、世界语，获得了哲学硕士学位，还翻译了大量的外文著作，出版了长篇小说和散文集，获得了作家学会的文学奖，成为全国青年自学成才的榜样，就是理智的种子结出的潜能之果实。

本书综合运用心理学、社会学、伦理学及行为学等知识，

以理性思考为主线，通过通俗的语言、浅显的道理、发人深思的故事，对人生经常遇到、但又常常左右和困扰人们思想情绪的自信、嫉妒、冤枉、猜疑、虚荣、愤怒、报复、失恋、病残等问题，以及人生司空见惯，但又不易回答和很好处理的困苦、依赖、习惯、友情、公平、争执、幻想和错误等问题，从理论和实践的结合上予以深入地辨析，力图从对人生一些“关口”的领悟中透视和把握问题的实质，旨在强调人生尤其需要理智，理智才能赢得美好的人生。但愿能给予人生旅途上遇到某些困惑或茫然于十字路口上的人们一点启发和借鉴，在不可重复的人生旅途中少犯一些错误，少走一些弯路。

人生需要理智，文明呼唤理智，让我们学会理智，拥抱理智，用理智去赢得更加美好的人生吧！

作 者

二〇〇五年七月于北京

看别人之所以高大，
是因为自己不跪着



目 录

愿您拥有理智人生

一 自信	
——获取成功的前提	/1
二 幻想	
——并非现实的理想	/11
三 依赖	
——步入成熟的障碍	/21
四 困苦	
——锻造人才的学校	/29
五 虚荣	
——毫无意义的追求	/39
六 冤枉	
——终会融化的冰雪	/49
七 嫉妒	
——惑人心智的恶魔	/59
八 公平	
——不可强求的愿望	/69

理智人生 20 题

九 猜疑	
——制造烦恼的工厂	/77
十 愤怒	
——错误情感的选择	/85
十一 习惯	
——主宰人生的力量	/93
十二 骄傲	
——滑向落后的起点	/103
十三 报复	
——彼此相当的伤害	/111
十四 幸运	
——强者人生的伴侣	/121
十五 失恋	
——务必抹去的阵痛	/133
十六 病残	
——意志强弱的考验	/145
十七 争执	
——留给输家的专利	/155
十八 乐观	
——理智生活的食品	/165
十九 错误	
——通往正确的向导	/177
二十 友情	
——千金难买的财富	/187
主要参考书目	/198
后 记	/200

—

自信

——
获取成功的前提

自信心，是一个人的气魄、胆识和求胜的一种意念。它来源于学识的不断积累和能力的培养锻炼。

作为一种美德，它往往是有抱负、有主见、有决断、有韧劲、不盲从、不动摇的表现。

自信有一种神奇的力量，也是一个人事业的立足点，是理想的动力，更是立志成才的精神支柱，所以它与一个人事业上的成败有着紧密的联系，是走好人生之路不可缺少的心理准备。

成功须自信

任何的成功都不能没有自信。这一点，自幼聪明伶俐的唐代著名大文学家韩愈，当年先后两次参加科举考试的不同结果就很说明问题。韩愈第一次参加进士考试，主考官是宰相陆贽。当考题《不迁怒不贰过论》一出，考场内寂静无声，一时许多考生瞠目结舌，有的甚至急得一身汗。然而，韩愈却显得格外从容。他接过试题凝思片刻，便卷袖挥笔，一气呵成。他认为满意后，自信地交上考卷，以为金榜高中是没问题的了。然而，由于主考官陆贽在审卷时的粗心，这个考卷被不以为然地搁到一边。韩愈只能是名落孙山。待第二年考试时，主考官还是陆贽，韩愈一看还是同样的考题，便将上次考试时做的文章，原封未动地抄了一份送上去。这回陆贽拿到韩愈的文章，由于看得仔细，立即就认定是一篇好文章。于是挥笔点了第一名。这一前一后的变化，并非都是偶然的因素。韩愈如果缺少自信，不将那篇文章重新抄一次送上去，就不可能高中第一名。从这个意义上说，高中第一名也是韩愈有自信心的必然结果。

居里夫人有句名言：“我们应该有恒心，尤其要有自信力！”自信是走向成才的第一步。一个人如果缺少自信，就会失去积极主动精神，做每件事前总是不能消除头脑中出现的一种消极的自我暗示，怀疑自己是否能行，顾虑自己会不会成功，这样势必一事无成。人不可没有自信。没有自信，事业难成。只有相信自己可以干出一番

事业的人，才能有所作为。邓小平同志在谈到青年干部问题时说过，凡是有点干劲的，有点能力的，他总是相信自己，是有点主见的人。越有主见的人，越有自信，这并不坏。自信是对自己的有力鼓舞，是对真理的渴求。成功之路，陡远曲折，充满了荆棘，只有有了自信心，才能坚持到底，才能开拓出一条新的道路来。

古往今来，任何一位在事业上有造就的人，都是自信的。“天生我材必有用，千金散尽还复来”，这虽是古人狂放的自负之言，但也不失为诗人的自信情怀；“自信人生二百年，会当水击三千里”，这虽是少年豪迈的胸臆直抒，但也不愧是超凡气魄的一种表现。“彼人也，予人也；彼能是，而我乃不能是？”“舜何？人也；禹何，人也。有为者亦若是。”中华民族这种“人皆可以为尧舜”的闪光思想和充满自信的豪迈气概，对一个人事业的成功是极其可贵的。第一次国内革命战争末期，郭沫若迫于反动派的政治压力，东渡扶桑，流亡日本。他在日本从事甲骨文研究。当时王国维等在国内，甲骨文的研究已有相当的造诣，占有大量的文物资料，条件比他优越得多。而郭沫若在日本处境艰难，不仅缺少资料，经济困难，而且还有警察的监视，连行动都不自由。但郭沫若十分自信地认为，王国维能达到的水平，我为什么不能达到？正是这种自信心，成为他强大的精神力量，后来终于在这方面做出了卓越的贡献。高尔基说：“只有满怀信心的人，才能在任何地方都怀有自信，浸沉在生活中，并实现自己的意志。”

自信，又是一种重要的心理因素。凡成大事、立大业者，都是与心理因素的作用紧密相关。喜剧大师卓别林回忆他的经历时曾讲过：“必须有自信心，这就是秘诀。甚至当我在孤儿学校的时候，我都思考着自己怎样才能成为世界上最伟大的演员。当时我必须有那种幸福感。没有它，我早就完了。”试想，一个运动员在畏惧对手的心理状态下参加竞赛，怎能夺得金牌。一名作家，如果没创作前就认为自己写不出好的作品来，怎能创作出绝代佳作？一个学生，没有进考场就认为自己一定答不好考卷，怎能取得好成绩？现实生活中，有些青年本来具备了比较好的条件，却总是瞻前顾后，总觉得自己难成“气候”，凡事未等开始，就泄了气，结果只能是一一次次

丧失走向成功的良机。因此，我们应该时刻牢记，把成功的种子撒在自信的土地上，才能生根、开花、结果。

自信莫迷信

现实生活中，有许多青年往往对那些著名的人物钦佩不已，为他们所倾倒，对他们顶礼膜拜。谈到某某著名科学家、作家、学者、歌唱家以及什么“星”时，常会听到有人说：我这一辈子如果能给他们提包、端水就满足了。甚至有人说：让我为他们扫地、倒马桶也愿意。这里我们排除社会分工的不同，有些工作必须有人干这一点，单就努力成才而言，这些青年的自卑心理实在是大可不必的，而且对一个人的成长是十分有害的，这种对别人一味迷信的心理，恰恰是一个人树立信心的大敌。

马克思和恩格斯曾引用过这样一句名言：“伟人们之所以看起来伟大，是因为我们自己还在跪着。站起来吧！”作为无产阶级革命导师，马克思和恩格斯当时引用这句话虽然是为了鼓励自己，同赫赫有名的所谓“批判哲学家”施特劳斯和布鲁诺·鲍威尔展开论战的。但同时也告诉了我们一个道理，那就是我们要尊重伟人，但不应当迷信伟人；祝贺成功者，但不应当在他们面前自惭形秽，而应当扫除自卑；不要盲目地去迷信他人，要勇敢地在伟人面前站起来。因为任何一位伟人，都是从幼稚成长起来的，他出生后的第一声啼哭也绝不会是一曲美妙的乐曲。而且现在的伟人，也是在与前面“伟人”的挑战和争衡中站起来的。对于后来者来说，自信而不迷信，才能走向成功。意大利的物理学家、天文学家伽利略面对权威，坚持研究自然界必须系统观察和实际实验的主张，才推翻了亚里士多德关于“物体落下的速度和重量成正比例”的学说，建立了落体定律，成为经典力学和实验物理学的前驱者。还有卢瑟福对汤姆逊原子结构“西瓜模型”的纠正；等等，都说明了这个道理。

科学与成功都离不开创新，而自信才是创新的惟一起点。《科学

史》一书作者沙玉彦说过：“研究科学必须破除成见，决不能因为这是古人已说过的，就很相信。尤其是对那些名人言论，更不能因为他名气大的缘故，就无论哪样都是正确的。”牛顿认为：光是由一道直线运动的粒子组成，即所谓的“微粒说”。然而，可能是由于牛顿的巨大权威，18世纪整整一个世纪光学研究没有任何进展。直到1801年，物理学家托马斯·扬才勇敢地站出来。他说：“尽管我仰慕牛顿的大名，但我并不因此非得认为他是百无一失的。我……遗憾地看到他会弄错，而他的权威也许有时甚至阻碍了科学的进步。”正是由于托马斯·扬没有被牛顿的权威所吓倒，敢于在伟人面前站起来，所以他在发展光的“波动说”方面才做出了重大的贡献。

要在伟人面前站起来，打破权威，超越前人，就要鼓足勇气，扫除自卑心理。自卑是心灵的自杀，它就像一根潮湿的火柴，永远也不能点燃成功的火焰。许多人的失败，并不是因为他们不能成功，而往往是因为他们缺少自信作为成功的基石，多了一条迷信和自卑的锁链，裹住了走向成功的双脚。在创业的洪流中，呛了几口水，就丧失了进取的信心，认为自己不是那块料，不会有什么作为，再努力也是白费劲；在激烈的竞争面前，没有气魄，缺少胆略，就会过低地估计自己的力量，怀疑自己的能力。树上的果子，踮踮脚就可以摘到，却不肯为之一跃。本来可以办到的事，不能勇敢地去办，已经走到了真理的大门口，而不敢叩门，这便是自卑者的可悲。他们具有的创造精神，因自卑而窒息，他们的聪明才智因自卑而得不到发挥。所以，一切想获得成功的青年，一定要牢记：不要让自卑泯灭了自己创造的热情和青春的朝气，以至留下终生的悔恨。

人们常说：心想事成。马尔兹博士说过：“在很大程度上，你想你是什么，你就是什么；你想你能做什么，你就能做什么。”应该说，这句话虽然有一定的局限性，因为做任何事情不能不受一定的条件限制，不讲客观条件是绝对行不通的。但也告诉我们，要成就一个事业，首先要敢想，要有自信，这并不错。从历史上看，新学派或有所发明的人，往往是那些不迷信、不自卑，能勤于思考的人。不能设想，一个人对某件事连想都不敢想，怎么能办成这件事，并取得成功呢？美国当代著名科普作家阿西摩夫说过：“我决定从化学