

Ziqian Xuewenmang Mangurjinqi
Ziqian Xuewenmang Mangurjinqi



自谦

Ziqian Xuewenmang Mangurjinqi
Ziqian Xuewenmang Mangurjinqi

孙莹水◎ 编著

Self-abasement

学问茫茫无尽期

锋芒可以不用太露
给别人如沐春风的温暖
名气可以不用太大
给自己保留任性的自由

姿态越低，生存的可能就越大



研究出版社

“青少年心理自助”系列



自卑

孙莹水◎编著

-abasement

学问茫茫无尽期



研究出版社

图书在版编目(CIP)数据

自 谦:学问茫茫无尽期 / 孙莹水 编著. —北京:
研究出版社, 2010. 4

ISBN 978-7-80168-562-9

I. ①自… II. ①孙… III. ①品德教育—青少年读物
IV. ①D432.62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 047655 号

出版发行: 研究出版社

北京 1746 信箱(100017)

电话:010-64045699(编辑部)

010-64045344(发行部)

网址:www.yjcs.com

E-mail: yjcsfxb@126.com

经 销: 新华书店

印 刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司

版 次: 2010 年 4 月第 1 版 2010 年 4 月第 1 次印刷

规 格: 710 毫米×1000 毫米 1/16

印 张: 15.5

字 数: 195 千字

定 价: 30.00 元 ISBN 978-7-80168-562-9

前 序

倘能生存，我当然仍要学习

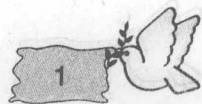
鲁迅曾说：“倘能生存，我当然仍要学习。”一句极为普通的话语已阐明终身学习、不耻下问的重要性。作为青少年，如果没有“活到老，学到老”的心态，即使起点是朗朗晴空，那么最终也逃脱不了乌云密布的遮照！

清朝两江总督曾国藩，将书房取名为“求缺斋”，目的就是提醒自己方方面面都有欠缺，需要不断学习改进，以谦逊之心，力求苟日新、日日新、又日新。在家书中，尚可见他“余德不修，无实学而有虚名”的诚谦自警之词；在家信中，他殷嘱其子“劳字、谦字，常常记得否？”的格言。

广大的青少年朋友，历史名人曾国藩有如此的心胸壮志，说明了一个问题：自满是求知的拦路虎，自谦乃是智慧的引路人！

这种学习，不但求助于书本知识，也要向成功人士虚心请教，如果青少年怀有这种心态，那么鲁迅所说的“倘能生存，我当然仍要学习”目的也就达到了。在历史的画卷中，有很多伟人向名人求教的故事。

有一次齐白石和梅兰芳被邀到一家做客，白石老人先到，他布衣布鞋，其他宾朋皆社会名流，或西装革履或长袍马褂，齐白石显得有些寒酸，非常不引人注意。过了一会儿，梅兰芳到，主人高兴相迎，其余宾客也都蜂拥而上，各自同他握手。可梅兰芳知道齐白石也来赴宴，便四下环顾，寻找老师。忽然，他看到了冷落在一旁的白石老人，他就让开别人一只只伸过来的手，挤出人群向画家恭恭敬敬地叫了一声“老师”，向他致意问安。在座的人见状很惊讶，齐白石深受感动。因此，几天后特向梅兰芳馈赠《雪中送炭图》并题诗道：





自谦

学
问
茫
茫
无
尽
期

记得前朝享太平，布衣尊贵动公卿。

如今沦落长安市，幸有梅郎识姓名。

梅兰芳不仅拜画家为师，他也拜普通人为师。有一次他在演出京剧《杀惜》时，在众多喝彩叫好声中，他听到有个老年观众说“不好”。梅兰芳来不及卸装更衣就用专车把这位老人接到家中。恭恭敬敬地对老人说：“说我不好的人，是我的老师。先生说我不好，必有高见，定请赐教，学生决心亡羊补牢。”老人指出：“阎惜姝上楼和下楼的台步，按梨园规定，应是上七下八，博士为何八上八下？”梅兰芳恍然大悟，连声称谢。以后梅兰芳经常请这位老先生观看他演戏，请他指正，称他“老师”。

从这则故事中，广大的青少年朋友想必意识到其中的寓意了。自谦，不仅是一种高尚的情操，也是一种追求真理、不耻下问的奋斗精神！但是一定要谨记：谦虚绝不是生活当中的客套与虚伪，也不是遇到困难时的退缩与推诿，更不是所谓的韬光养晦，深藏不露！

本书围绕自谦展开了一幅幅美丽的画面。书中的故事富有哲理、寓意，希望青少年朋友阅读之后得到的是一份丰厚的收获！

若 木

2010年4月26日于北京·天通苑



前言

Preface

“谦虚使人进步，骄傲使人落后”。这是世间广为流传的一句励志性名言。从古至今，历来都有两种人，一种是谦虚求学的人士，另一种则是自满自大的人物。翻开历史，我们看得出中国的许多仁人志士、文人墨客，他们抱有虚怀若谷的心态去处世，因此，在事业上有所成就，大展鸿图，甚至永载史册。还有一些人由于自满自大而活得一败涂地，最终造成悔恨此生的遗憾！

“谦虚使人进步。”自谦者，心态平和，常态处世。在学习中不盲目、不武断，也更容易发挥自己的才智与才华。如果广大青少年朋友能够深深地领会并付诸行动，那么，就会闻到春天的芳香，就会摘到秋天的硕果，自然也会与成功走得更近！

科学家牛顿在科学事业上取得的伟大成就人人皆知，可是当他谈到自己的成就时，他却这样说：“我只是像一个在海滨玩耍的小孩子，有时很高兴地拾到一颗光滑美丽的石子，真理的大海还是没有发现。”还有唐代诗人李白登上黄鹤楼，正想咏景抒怀，忽然发现墙上有崔颖题诗，吟咏再三，不禁叫绝，感到自己的构思立意没有超过崔颖，断然放弃了做诗的念头，只说了声：“眼前有景道不得，崔颖题诗在上头。”便离去。谦虚能使人看到自己的不足，及时地改正缺点，更严格地要求自己，并使自己不断进步！

“骄傲使人落后。”骄傲者，目空一切，夜郎自大。三国时的蜀将马谡，自恃有学问、有见地，骄傲自大，主观武断，既违背军师诸葛亮的



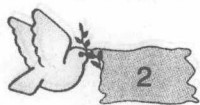
自谦

——学问茫茫无尽期

安排，又不听参军王平的意见，最后，不仅失掉了街亭，连自己的脑袋也丢了。战国时期，赵国名将赵奢的儿子赵括，从小爱学兵法，谈起用兵的道理，头头是道，自以为天下无敌，眼空四海，目中无人，后来带兵打仗却遭到惨败，40万赵军覆没。骄傲的人目空一切，不但看不到别人的优点，更看不到自己的缺点，这种骄傲自满、夜郎自大的心态，早晚有一天会导致惨败局面！

作为青少年，务必明确谦虚和骄傲是两种完全不同的人生态度。我们应该深深地悟出：“谦虚是成功之本，骄傲是失败之源”。在学习中应该坚持谦虚谨慎的态度，莫让骄傲自满侵蚀稚嫩的心灵！

《自谦——学问茫茫无尽期》一书主要阐述：在道德的呵护下谦虚做人，虚心做事。通过阅读此书，青少年将会了解更多有关谦虚决定成败的道理，对于广大的青少年朋友来说，这是一本很适合这个年龄阶段阅读的书籍，书中幽默风趣、富含哲理的故事，以及凝练的语言将会使青少年走向人生的另一端——成功的彼岸！



Contents 目录

第一章 放下姿态,为个人谋发展

/ 1

九牛一毫莫自夸,骄傲自满必翻车。历览古今多少事,成由谦逊败由奢。

——陈毅

1. 别把自己太当回事 / 3
2. 放低姿态,为生存谋发展 / 7
3. 露锋芒于外,伤己身于内 / 10
4. 贪满者多损,谦卑者多福 / 13
5. 放下身价,学会低头才会赢 / 18
6. 放下架子天地宽 / 21
7. 平易近人者,人皆近之 / 23
8. 学会宽容,不斤斤计较 / 27
9. 做乌龟,不要做兔子 / 32
10. 保持“空杯”心态 / 35

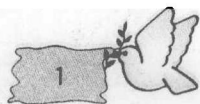
第二章 进退有数,把握谦虚的艺术

/ 41

人生也罢,功业也罢,进退之道全在舍得之间,傲自满必翻车。

——佚名

1. 人要有自知之明 / 43





自谦

学
问
茫
茫
无
尽
期

2. 有德才有得 / 46
3. 与其抱怨,不如努力 / 50
4. 犹豫,留下永远的遗憾 / 54
5. 换个角度看得失 / 59
6. 因小失大,得不偿失 / 63
7. 有所为有所不为 / 68
8. 以退为进的策略 / 72

第三章 不要自夸,做个自谦的巨人 / 77

骄傲自满是我们的一座可怕的陷阱;而且,这个陷阱是我们自己亲手挖掘的。

——老舍

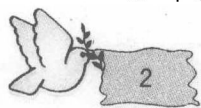
1. 夸己者,无本事 / 79
2. 自夸是可怕的不幸 / 81
3. 自夸聪明者,浅薄无知 / 84
4. 莫做赤裸裸的自命不凡者 / 87
5. 切忌浮夸铺张 / 90
6. 向自谦的巨人学习 / 92

第四章 学无止境,超越无限的空间 / 95

钻研然而知不足,虚心是从知不足而来的。虚伪的谦虚,仅能博得庸俗的掌声,而不能求得真正的进步。

——华罗庚

1. 谦虚才能学到更多知识 / 97
2. 学习帮助你完善人生 / 99
3. 活到老,学到老 / 103
4. 愈学习,愈发现自己无知 / 106
5. 知识是成功的基石 / 108
6. 不耻下问,虚心求教 / 111



- | | |
|--------------------|-------|
| 7. 好问则裕,自用则小 | / 114 |
| 8. 不断学习,增强能力 | / 116 |
| 9. 学无止境,用学习书写人生的履历 | / 119 |
| 10. 学习是为自己淘金 | / 121 |
| 11. 人生财富蕴藏在书籍中 | / 124 |

第五章 修身养德,让谦虚之花常开 / 127

一种美德的幼芽、蓓蕾,这是最宝贵的美德,是一切道德之母,这就是谦逊;有了这种美德我们会其乐无穷。

——加尔多斯

- | | |
|------------------|-------|
| 1. 谦虚是不可缺少的品德 | / 129 |
| 2. 谦逊是一颗力大无比的定风珠 | / 132 |
| 3. 谦虚是道德之花 | / 134 |
| 4. 河流,越深越无声 | / 137 |
| 5. 人务必追求知识和美德 | / 139 |
| 6. 保持谦虚的心态 | / 141 |
| 7. 谦逊是最高贵的情感 | / 143 |
| 8. 履,德之基也;谦,德之柄也 | / 146 |

第六章 内谦外让,成为大人物的必备条件 / 149

劳谦虚己,则附之者众;骄慢倨傲,则去之者多。

——葛洪

- | | |
|---------------|-------|
| 1. 何言者天,成蹊者李 | / 151 |
| 2. 谦让是一种高尚的品德 | / 152 |





自谦

学
问
茫
茫
无
尽
期

- 3. 谦虚与宽容伴自己走向成功 / 155
- 4. 莫做“整瓶不满半瓶摇”的人 / 157
- 5. 谦和是成功的阶梯 / 159
- 6. 做一个坦率的谦虚者 / 162

第七章	妄自尊大,是灭自己的利箭	/ 167
------------	---------------------	-------

一个骄傲的人,结果总是在骄傲里毁灭了自己。

——莎士比亚

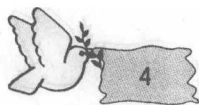
- 1. 不做夜郎自大的学者 / 169
- 2. 目空一切是灭己的利剑 / 171
- 3. 莫成为坐井观天的青蛙 / 173
- 4. 妄自尊大是无知的假面具 / 177
- 5. 妄自尊大是人前进的绊脚石 / 179
- 6. 永远记住自己是“渺小的” / 181
- 7. 自大让人盲目 / 183

第八章	“骄”字不倒,前进不了	/ 187
------------	--------------------	-------

决不要陷于骄傲。因为一骄傲,你们就会在应该同意的场合固执起来;因为一骄傲,你们就会拒绝别人的忠告和友谊的帮助;因为一骄傲,你们就会丧失客观标准。

——巴甫洛夫

- 1. 学会低调做人 / 189
- 2. 骄傲是人生的绊脚石 / 192
- 3. 骄傲是可怕的不幸 / 193



4. 骄傲是无知的产物	/ 196
5. 骄傲自大者难成事	/ 198

第九章 谦虚有度,乃是一生的财富 / 201

我们不能一有成绩,就像皮球一样,别人拍不得,轻轻一拍,就跳得老高。成绩越大,越要谦虚谨慎。

——王进喜

1. 莫做过谦的人	/ 203
2. 谦之美德,过谦之有诈	/ 205
3. 谦虚有度,完美做人	/ 208
4. 做一个聪明的自谦者	/ 209
5. 做一个魅力的谦虚者	/ 212
6. 过谦者,人必疑	/ 216
7. 谦虚与否要视情而定	/ 218
8. 谦虚有度,乃是一种智慧	/ 221

第一章

放下姿态，为个人谋发展

九牛一毫莫自夸，骄傲自满必翻车。历览古今多少事，成由谦逊败由奢。

——陈毅





1 别把自己太当回事

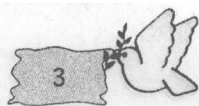
古语云：承认自己的伟大，就是认同自己的愚蠢，所以永远不要把自己太当回事。

一个真正成熟的人，他的胸怀就像大海一样博大。有人曾说过：“当你孤芳自赏时，天地便小了。”

现实生活中，每个人都有自尊自爱之心，希望被别人看得起，在别人眼里举足轻重，有一定的分量和地位。为此，越来越多的人奋发图强、拼搏进取，憋着劲儿地想搞出点名堂，时时刻刻地维护并完善自己的形象。

然而，很多时候人们会因为太看重自己而使其成为了负担与障碍，像作茧自缚的蚕一样与自己为难、囚禁了自己，背上沉重的思想包袱。太过于在意自己，便可能对他人无意的冷落或忽视而耿耿于怀，甚至于对别人一个不经意的眼神或一句随随便便的玩笑而大伤脑筋，琢磨半天；太过于在意自己，可能会陷在自我的小圈子里顾影自怜、自我欣赏，乃至自以为是；太过于在意自己，总爱拿自己和他人比较，以己之短比人之长，然后喟叹己不如人，抱怨命运无情、上帝不公，于是最后让自己心理失衡，消沉颓丧。

只有不把自己太当回事，才能在人生的道路上更加顺畅。





§ 把“我”放下

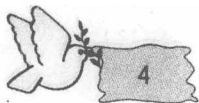
有个人叫心悟，不仅聪明而且悟性极高。他年轻的时候就凭借着聪明才智以及悟性创造了一笔极大的财富，他得到了他所想要的一切。可也因为悟性极高他总是能看到别人看不到的，“虚伪、无助、贪婪与自私等”，于是他觉得很苦恼，不知道要怎么去面对，于是他每日醉生梦死，花红酒绿，想逃避人世间的烦恼，可是不管用。

一天他经过佛堂，就进去对佛倾诉自己的痛苦，“为什么我得到了所有人都想得到的东西，财富、名誉、地位、家庭、事业，我却不快乐呢？怎么我……”佛好像知道了他的想法，于是开口说了一句话：“把我放下吧！”听了佛说的话，心悟顿然大悟，带着微笑离开了。此后心悟不再问津任何事，每天只做自己该做的事，这时心悟才发现，把“我”放下，也就放下了烦恼。

佛之所以让心悟把“我”放下，是让心悟别把自己太当回事，让他放下自己内心对自己的欲念。

天地之大，人海茫茫，光阴似箭，时世更迭。放眼滚滚红尘，每个人只不过是其中极其普通而平凡的一粒尘埃。芸芸众生，纷繁人世，胜我者恒多，不如我者亦不少。“我”既没有自傲的资本，也没有自卑、自怜的必要，自自然然、从容达观地活着就是一种很好的状态。

不拿自己当回事，不是让你自轻自贱、不思进取、自甘平庸，而是让你把自己摆到凡夫俗子的位置上，自己把自己平凡化、大众化，跳出一己之悲欢的小圈子，将个人的荣辱恩怨、境遇命运放在社会大群体和历史长河中来分析看待。





不拿自己当回事,与别人不拿自己当回事是两个完全不同的概念,它是一种自己看待自己的内在态度。自己不拿自己当回事,不仅仅是为了摆正自己的位置,更重要的是这当中还有自我激励、自我加压的意味在。如果一个人让别人也拿自己不当回事,那就是自己做人的失败,说明自己无所成就,在他人眼中毫不起眼。

不拿自己当回事,也是为人处世的一种态度,就如有些人善于自嘲,以表面的自嘲来保护自己一样,是以柔克刚的妙招。只有不过于看重自己、不拿自己当回事,才能活得从容洒脱,拥有一份轻松自在的心境。

§ 不把自己当回事,完善自己

沃尔特·达姆罗施在二十几岁时就当上了乐队指挥。起初,他有些头脑发热,忘乎所以起来,自以为才华横溢,没人能取代自己指挥的位置。直到有一天排练,他把指挥棒忘在家里,正准备派人去取,秘书说的一句“没关系,向乐队其他人借一根就行”把他搞糊涂了。他暗想:“除了我,谁还可能带指挥棒?”但当他问“谁能借我一根指挥棒”时,大提琴手、首席小提琴手和钢琴手分别从他们的上衣内袋里掏出一根指挥棒,并恭敬地递到他面前。就在那一刻他清醒过来,他意识到:自己并不是什么必不可少的人物!很多人一直都在暗暗努力,时刻准备取代自己。从此以后,当他想偷懒或飘飘然的时候,就感觉到三根指挥棒在眼前晃动。

一个人如果不把自己当回事,连自己也看不起自己,那么他就会失去尊严,丧失对生活的信心,稍遇挫折或不幸,就会破罐子破摔,轻视生活,轻薄生命。

