

珍藏版

自·知·格·言

关于 自知的 格言

阿迪力·穆罕默德 ©主编

Self-awareness motto

欲胜人者必先自胜；欲论人者必先
自论；欲知人者必先自知。

—吕不韦

新疆美术摄影出版社
新疆电子音像出版社

经典格言系列丛书

关于自知的格言

阿迪力·穆罕默德 主编

新疆美术摄影出版社
新疆电子音像出版社

图书在版编目(CIP)数据

关于自知的格言/阿迪力·穆罕默德主编.—乌鲁木齐：新疆美术摄影出版社；新疆电子音像出版社，2008.09（2010年3月重印）
（经典格言系列丛书）
ISBN 978-7-80744-476-3

I. 关… II. 阿… III. 格言-汇编-世界 IV. H033

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 136667 号

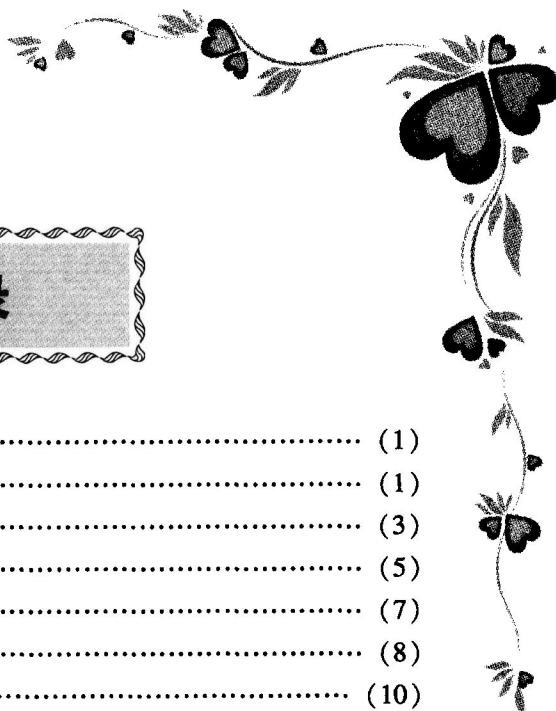
经典格言系列丛书

关于自知的格言

主 编	阿迪力·穆罕默德
责任编辑	轩辕文慧
出版发行	新疆美术摄影出版社 新疆电子音像出版社 (乌鲁木齐市西虹西路 36 号 830000)
总 经 销	新华书店
印 刷	三河市华晨印务有限公司
开 本	700mm × 1000mm 1/16
印 张	15
字 数	180 千字
版 次	2010 年 3 月第 2 版
印 次	2010 年 3 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-80744-476-3
定 价	29.80 元

经典格言系列丛书编委会

主 任	文 昊			
副主任	王 正	张俊红	阿迪力·穆罕默德	
委 员	文 昊	王 正	张俊红	阿迪力·穆罕默德
	张启明	祝安静	吴和平	曹 军
	张 巧	孔 军	方浩然	王宾峰
	张铁军	邱 欣	杜爱春	张 炜
	卜建晓	吕瑞林	唐 尧	王 珍

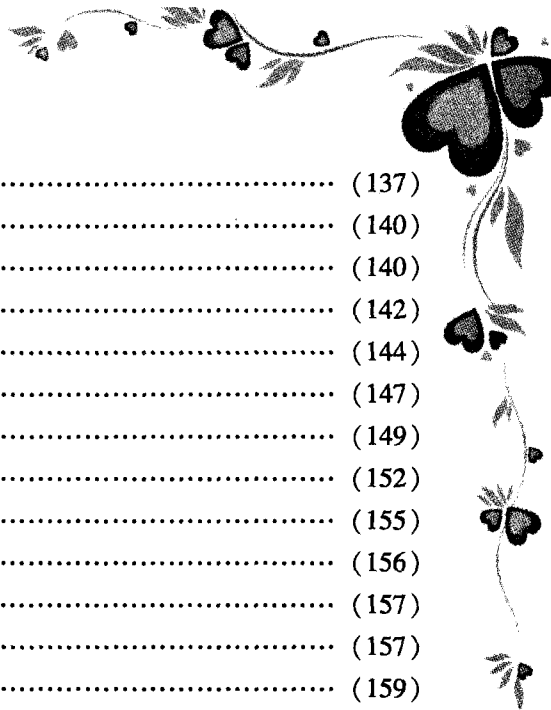


目 录

自知与处世篇	(1)
* 自知	(1)
* 自立	(3)
* 自尊	(5)
* 自卑	(7)
* 自制	(8)
* 做人	(10)
* 胸怀	(13)
* 信心	(15)
* 理智	(17)
* 谨慎	(19)
* 犹豫	(21)
* 乐观	(22)
* 虚荣	(24)
* 虚伪	(26)
* 怀疑	(28)
自知与求知篇	(29)
* 文化	(29)
* 知识	(31)
* 智慧	(36)
* 书籍与读书	(40)
* 教师	(45)
* 学习与求知	(49)
* 思考	(52)
* 家教	(53)
* 教育	(55)
* 科学	(59)
* 写作与文章	(63)

自知与人生篇	(65)
* 人生	(65)
* 青春	(67)
* 童年	(69)
* 青年	(71)
* 中年	(73)
* 老年	(75)
* 生命	(79)
* 生死	(81)
* 时间与岁月	(83)
* 命运	(86)
* 幸福	(88)
* 快乐	(91)
* 痛苦	(93)
* 幸运	(96)
* 不幸与厄运	(97)
* 逆境与苦难	(99)
自知与品格篇	(102)
* 道德	(102)
* 美德	(104)
* 品德与德行	(106)
* 修养	(107)
* 气节	(110)
* 勇敢与勇气	(113)
* 正义与不义	(115)
* 正直	(118)
* 公正	(120)
* 自私	(122)
* 善良	(124)
* 罪恶	(126)
* 诚实	(128)
* 欺骗	(130)
* 说谎	(132)
* 谦虚与骄傲	(134)





* 节俭与奢侈.....	(137)
自知与追求篇.....	(140)
* 志气.....	(140)
* 理想.....	(142)
* 希望.....	(144)
* 追求.....	(147)
* 信仰.....	(149)
* 目标.....	(152)
* 信念.....	(155)
* 抱负.....	(156)
自知与成才篇.....	(157)
* 奋斗.....	(157)
* 进取.....	(159)
* 竞争.....	(160)
* 平庸.....	(161)
* 勤奋与懒惰.....	(161)
* 聪明.....	(164)
* 愚蠢.....	(166)
* 坚强.....	(167)
* 懦弱.....	(168)
* 坚持.....	(169)
* 意志.....	(171)
* 磨炼.....	(174)
* 习惯.....	(175)
* 天才.....	(178)
* 才能与才华.....	(182)
自知与形象篇.....	(185)
* 容貌.....	(185)
* 美貌.....	(186)
* 心灵美.....	(188)
* 形体美.....	(189)
* 衣着与装扮.....	(190)
* 风度与举止.....	(192)
* 语言与说话.....	(193)

自知与心灵篇·····	(198)
* 情感·····	(198)
* 热情·····	(200)
* 激情·····	(202)
* 恩怨·····	(204)
* 耻辱·····	(206)
* 嫉妒·····	(208)
* 怜悯与同情·····	(211)
* 悲欢·····	(212)
* 忧伤·····	(214)
* 烦恼·····	(216)
* 孤独·····	(218)
* 恐惧·····	(220)
* 怒气·····	(223)
* 爱心·····	(226)
* 欢笑·····	(228)
* 爱憎·····	(230)





自知与处世篇

✧ 自知

这世界上最重要的事情，不论从任何角度来说，就是自己彻底了解自己。

——（法）蒙田《随笔集》

最大的骄傲与最大的自卑，都是对于自己本身最无知。

——（荷）斯宾诺莎《伦理学》

一个人就好像是一个分数，他的实际才能好比分子，而他对自己的估价好比分母。分母越大，则分数的值愈小。

——（俄）列夫·托尔斯泰，引自《和青年谈谈读书》

一个人的真正伟大之处就在于他能够认识到自己的渺小。

——（俄）约翰·保罗，引自《你怎样看待谦虚与骄傲》

知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强。

——（中）李耳《老子》

败莫大于不自知。

——（中）吕不韦《吕氏春秋·不苟论·自知》

不知而自以为知，百祸之宗也。

——（中）吕不韦《吕氏春秋·有始览·谨听》

人最难的是认识自己。有了自知之明，就有了一个进步的基础。

——（中）周恩来《论知识分子问题》

有时候，地下虽然蕴藏着金矿，而土地的主人对此却一无所知。

——（英）斯威夫特，引自《美国人谈生活的艺术》

我们的眼睛看不到自己身后之物。当我们嘲笑邻人时，实际上常常是在嘲笑我们自己；我们嫌恶别人的缺点，而这些缺点在我们自己身上更加明显。

——（法）蒙田《随笔集》

自知者不怨人，知命者不怨天。怨人者穷，怨天者无志。

——（中）荀况《荀子·荣辱》

改造自己，总比禁止别人来得难。

——（中）鲁迅《且介亭杂文二集·论毛笔之类》

能自知的人根本不用照镜子，不自知的东西，照了镜子也没有用。

——（中）钱钟书《读伊索寓言》

我在日常生活中严守着一个美好的准则：“贵有自知之明”。我是素以此来鞭策自己的。

——（法）安格尔《安格尔论艺术》

为日无多的人总以为前途远大，好像苦役犯总以为能够自由。

——（法）巴尔扎克《贝姨》

被人揭下面具是一种失败，自己揭下面具却是一种胜利。

——（法）雨果《海上劳工》

如果一个人不过高地估计自己，他就会比他自己所估计的要高得多。

——（德）歌德《歌德的格言和感想集》

如果人们想想自己肉体上或道德上的情况，通常都会发现自己是有病的。

——（德）歌德《歌德的格言和感想集》

为什么世上虽有镜子，但是人们不知道自己的样子。

——（德）叔本华《进一步心理观察》

聪明的蠢材就是这样的没有自知之明，自以为名满天下，恍然大悟时方才知道自己的名声仅仅限于蚁冢的范围而已。

——（俄）克雷洛夫《克雷洛夫寓言》

做人一定得知道自己的价值，并以此决定自己的行动。

——（前苏联）罗佐夫《尴尬处境》

最难的是自知，知道自己什么能做，什么又不能；谁要是有这样的自知之明，他就决不会陷入困境。

——（印度）铁名《五卷书》

圣人自知不自见，自爱不自贵。

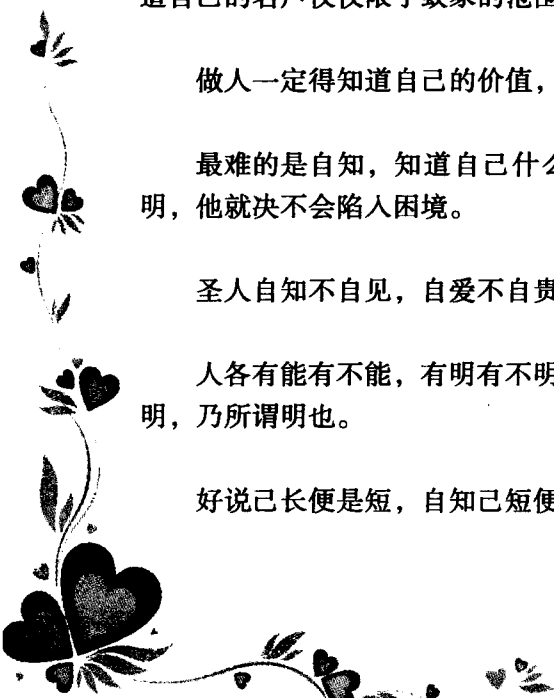
——（中）李耳《老子》

人各有能有不能，有明有不明。若能为能，不能为不能，明为明，不明为不明，乃所谓明也。

——（中）陆九渊《与曹立之书》

好说己长便是短，自知己短便是长。

——（中）申居郇《西岩赘语》



我知道我自己，我解剖自己并不比解剖别人留情面。

——（中）鲁迅《而已集·答有恒先生》
要清楚地知道一个人，要先了解他自己。

——（英）莎士比亚《哈姆雷特》
别站在天使一边，那太贬低自己了。

——（英）劳伦斯《书信》
人只能借着比较才能知道自己。

——（俄）列夫·托尔斯泰《战争与和平》
心病还将心药医，自家有病自家知。

——（中）范受益《寻亲记》
所谓自知，决不是一味客气客气，谦虚到没有骨头。

——（中）巴人《巴人杂文选》

✱ 自立

每个人都是靠自己的本事而受人尊重的。

——（古希腊）伊索《伊索寓言·猎人和狼》
全心依赖自己，在自己之中拥有一切，如果说，这样的人还不幸福，你又能相信谁呢？

——（古罗马）西塞罗《反论》
人多不足以依赖，要生存只有靠自己。

——（法）拿破仑《精言录》
自己帮自己，国王也会来帮你。

——（法）罗曼·罗兰《哥拉·布勒尼翁》
世界上有许多既美好又出类拔萃的事物，可是他们却各不相依。

——（德）歌德《歌德的格言和感想集》
宁可靠自己的力气吃饭，别白白拿别人什么。

——（俄）卡拉姆辛《苦命的丽莎》
自己就是主宰一切的上帝。独立能力是人生的基础。

——（科威特）穆尼尔·纳素夫《愿你生活更美好·家庭》

人，谁都想依赖强者，但真正可以依赖的只有自己。

——（日）德田虎雄《产生奇迹的行动哲学》

善败由己。

——（中）左丘明《左传·僖公二十年》

往世不可及，来世不可待，求己者也。

——（中）尉繚《尉繚子·治本》

士当求进于己，而不可求进于人也。

——（中）张养浩《牧民忠告》

学贵自信自立，不是倚傍世界做得的。

——（中）邓定宇，引自《明儒学案》

能自立者必有骨也。

——（中）李贽《焚书》

愚蠢使我们习惯于以他人的目的而不是我们自己的目的为生。

——（古罗马）普奋塔克《伦理学》

建筑在别人地面上的一座大厦，因为看错了地方，一场辛苦完全白费。

——（英）莎士比亚《温莎的风流娘儿们》

靠别人的面包来糊口，不过这种面包真不好下咽啊！

——（前苏联）高尔基《我的大学》

没有独立气魄的人，总是依赖成性，为非作歹。

——（日）福泽谕吉《劝学篇》

没有独立精神的人，一定依赖别人；依赖别人的人一定怕人：怕人的人一定阿谀谄媚人。

——（日）福泽谕吉《劝学篇》

正人如松柏，特立而不倚；邪人如藤萝，非依附他物不能自起。

——（中）司马光《资治通鉴·唐纪》

既做生人，便有生理，个个安闲，谁养活你。

——（中）吕得胜《小儿语》

把自己的命运交给别人，甚至交给某一两个人，自己一点也不动脑筋，只是相信别人，那太危险了。

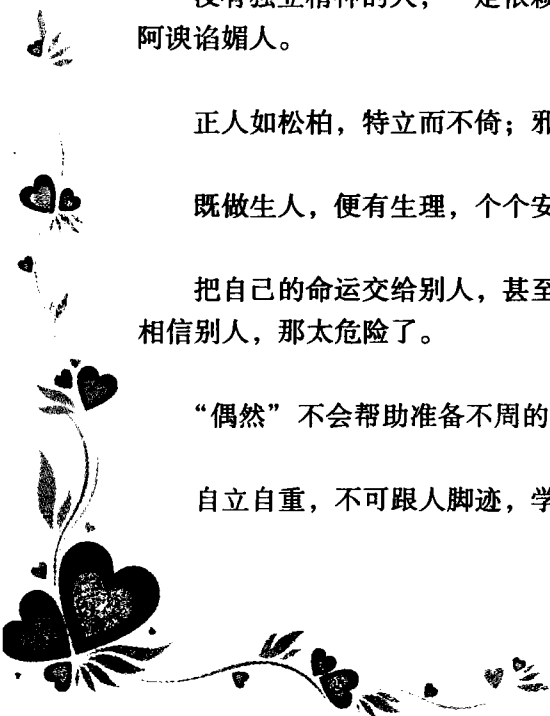
——（中）巴金《随想录》

“偶然”不会帮助准备不周的人。

——（法）巴斯坦《偶感》

自立自重，不可跟人脚迹，学人言语。

——（中）陆九渊《陆九渊集·语录》



学者有自立之志，当拔出流俗，不可泛泛与世浮沉。

——（中）汤斌《汤子遗书·语录》

谁要是希望自己好，他就得自己动脑筋，自己关心自己，——别的任何人都代替不了他。

——（俄）车尔尼雪夫斯基《怎么办》

人能自立者不乏，而败于末路者亦复不少。

——（中）汤斌《汤子遗书·语录》

拾穗虽利，不如躬耕。

——（中）施闰章《警志诗》

青年贵能自立，尤贵能与老人协力；老人贵能自强，尤贵能与青年调和。

——（中）李大钊《青年与老人》

✱ 自尊

保持尊严地忍受贫穷，是贤智之士所固有的特征。

——（古希腊）德谟克利特《著作残篇》

谁自尊，谁就会得到尊重。

——（法）巴尔扎克《人间喜剧》

只要自尊自爱，就能行得正，立得稳。

——（法）爱德蒙·龚古尔《热曼妮·拉瑟顿》

一个具有足够自尊的人总是更有信心，有能力，也要有效率。

——（奥）阿德勒，引自《第三思潮》

人假使没有自尊心，那就会一无价值。

——（俄）屠格涅夫《罗亭》

自尊心，作为达到理想境界的一种积极的渴望，却是一切伟大事业的一个泉源。

——（俄）屠格涅夫《罗亭》

如果你想受人尊敬，那首要的一点就是你得尊敬你自己。只有自我尊敬，你才能赢得别人的尊敬。

——（俄）陀思妥耶夫斯基《被侮辱与被损害的》

只有尊重自己的人，才会尊重别人。

——（美）亨利·詹姆斯《一位女士的画像》

尊严是人类灵魂中不可糟蹋的东西。

——（智利）尼高美德斯·古斯曼《靴子下的面包》

一个不知自重的人，他的行径就跟一棵草一样，浑身没有骨气，卑躬屈膝，轻浮得左右动荡。

——（印度）铁名《五卷书》

对人来说，最最重要的东西是尊严。

——（印度）普列姆·昌德《辞职》

只有坚持人的尊严，才能有力地抑制人的兽性。

——（日）池田大作《青春寄语》

人必其自敬也，然后人敬诸！

——（中）扬雄《法言·君子》

不会崇敬自己的，决不能真心崇拜他人。

——（中）许地山《许地山选集》

人虽是个动物，希望活得幸福，但是人究竟和别的动物不同，还需要活得尊贵！

——（中）沈从文《沈从文文集》

丧失了自尊心的个人，是一个没有出息的个人；丧失了自尊心的民族，是一个无望的民族。

——（中）陈祖芬《我和母亲》

以仪容修洁为光荣的想法，是自尊心的一种重要因素。

——（英）狄更斯《游美札记》

自己既然人品比较高，即便身微命贱，也还可以有点自尊心。

——（英）狄更斯《马丁·翟述传》

自尊心是个膨胀的气球，戳上一针就会发出大风暴来的。

——（法）伏尔泰《查第格》

自尊心是一种不大经得起赞扬的东西。

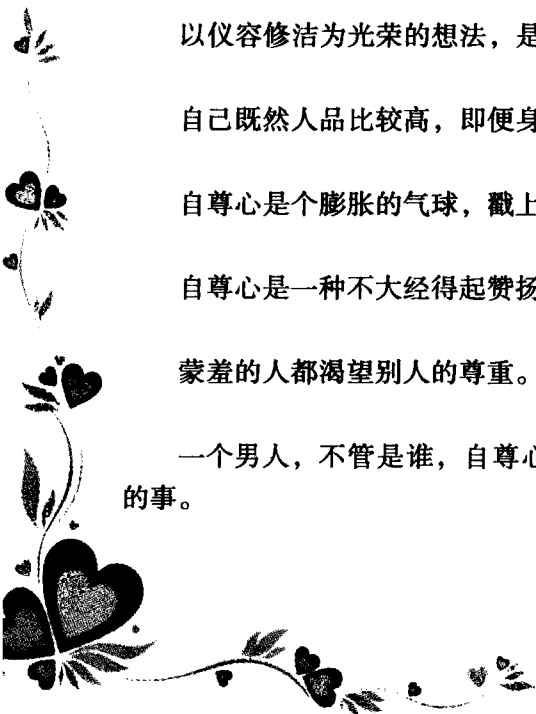
——（法）巴尔扎克《莫黛斯特·米尼翁》

蒙羞的人都渴望别人的尊重。

——（法）雨果《悲惨世界》

一个男人，不管是谁，自尊心受到伤害时，都会铤而走险，做出丧失理智的事。

——（法）罗布莱斯《威尼斯的冬天》



每个人都有自尊心，一个人不论做什么事，都是出自于自尊心。

——（俄）列夫·托尔斯泰《童年·少年·青年》
人的坦率的界限是多么狭小，而且自尊心又是多么坚决地卫护着这种界限。

——（前苏联）高尔基《读者》
不尊重别人的自尊心，就好像一颗经不住阳光的宝石。

——（瑞典）诺贝尔，引自《诺贝尔传》
每当人们不尊重我们时，我们总被深深激怒。然而在内心深处，没有一个人十分尊重自己。

——（美）马克·吐温《笔记》
愈自重者愈不敢轻薄天下人，愈坚忍者愈不敢易视天下事。

——（中）梁启超《自信与虚心》
无论谁想获得自尊的名声，都应该隐藏起他的自负。

——（英）斯威夫特《杂感》
人要尊重自己，就必须抱有一种信念：公平对待他的同胞。

——（英）夏洛蒂·勃朗特《谢利》
我们轻视许多事物，归根结底是为了不必轻视自己。

——（法）汉夫纳格《思考和格言》
只有在你坦率、真诚的时候，你才会尊重你自己。

——（法）德拉克洛瓦《德拉克洛瓦日记》
最稳定的，因而也是最健康的自尊是以别人给他应得的尊敬为基础的，而不是来自外部的名声，荣誉或谄媚。

——（奥）阿德勒，引自《第三思潮》

✱ 自卑

男人，女人，甚至最骄傲的人都有某种“自卑感”。漂亮的人怀疑自己的智慧，强有力的人怀疑自己的魅力。

——（法）莫洛亚《生活的艺术》
由于痛苦而将自己看得太低就是自卑。

——（荷）斯宾诺莎《伦理学》

自卑虽是与骄傲相对，但实际却与骄傲最为接近。

——（荷）斯宾诺莎《伦理学》

自卑往往伴随着怠惰，往往是为了替自己在其有限目的的俗恶气氛中苟活下去作辩解。

——（德）黑格尔《黑格尔全集》

无论哪里，只要存在着自卑感，就一定有其存在的充分理由。那儿一定有某种卑劣的东西，尽管我们尚无法确知详情。

——（瑞士）荣格《谈话录》

补偿自卑感的能量是人类行为动力的基础。

——（奥）阿德勒《自卑与超越》

一个人如自惭形秽，那他就不会成为一个美人。同样如果他不得觉得自己聪明，那他就成不了聪明人。

——（前苏联）索洛维契克《谈自信》

有自卑感的人无一例外地会为了取得优越地位而加深自己的错误。

——（美）马克斯威尔·马尔兹《你的潜能》

✻ 自制

节制是一种秩序，一种对于快乐与欲望的控制。

——（古希腊）柏拉图《理想国》

节制是关于触觉的愉快。

——（意）阿奎那《神学大全》

那羁勒和抑制情欲的德性，就叫做节制。

——（意）阿奎那《神学大全》

自制是金光灿烂的缰绳。

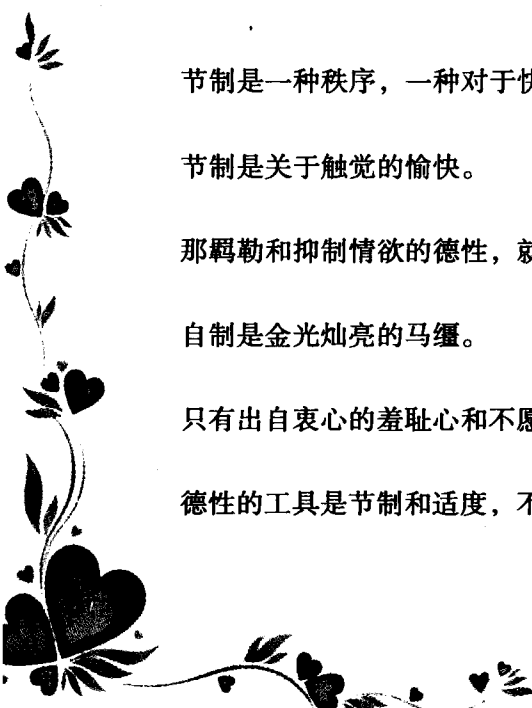
——（英）柏顿《忧郁的解剖》

只有出自衷心的羞耻心和不愿见恶于人的畏惧心，才是一种真正的约束。

——（英）洛克《教育漫话》

德性的工具是节制和适度，不是实力。

——（法）蒙田《随笔集》



放纵是感官快乐的祸患，节制不是它的惩罚，而是它的调料。

——（法）蒙田《随笔集》

生活缺少了节制便没有益处。

——（古希腊）欧里庇得斯《美狄亚》

每一种享乐，如无节制，都可破坏它本身的目的。

——（英）马尔萨斯《人口论》

节制和劳动是人类的两个真正的医生：劳动促进了人的食欲，而节制可以防止他贪食过度。

——（法）卢梭《爱弥儿》

一个人一旦明白事理，首先就要做到诚实而有节制。

——（法）德拉克洛瓦《德拉克洛瓦日记》

毫无节制的活动，无论属于什么性质，最后必将一败涂地。

——（德）歌德《歌德的格言和感想集》

顶不住眼前的诱惑，便失掉了未来的幸福。

——（印度）泰戈尔《戈拉》

“忍”、“激”两字，是祸福关。

——（中）吕坤《呻吟语·存心》

爽口之味皆烂肠腐骨之药，五分便无殃；快心之事悉败身丧德之媒，五分便无悔。

——（中）洪应明《菜根谭》

征服自己一切弱点，正是一个人伟大的起始。

——（中）沈从文《沈从文文集》

无节制的欲望是一个儿童的事，而不是一个成人的事。

——（古希腊）德谟克利特《著作残篇》

人是不能要怎么就怎么的。志愿和生活根本是两件事。

——（法）罗曼·罗兰《约翰·克利斯朵夫》

怒不变容，喜不失节，故是最为难。

——（中）陈寿《三国志·魏书·后妃传》

不奋发，则心日颓靡；不检束，则心日恣肆。

——（中）朱熹《朱子语类大全》

喜来时，一检点；怒来时，一检点；怠惰时，一检点；放肆时，一检点。此是省察大条款。

——（中）吕坤《呻吟语·修身》