



修养

主 编：袁 也
副主编：孟 颖
刘艺虹
王小群

格

言

XIU YANG GE YAN

成功之路丛书

CHENG GONG ZHI LU CONG SHU



修养

XIU YANG GE YAN

主 编：袁 也
副主编：孟 颖
刘艺虹
王小群

格

言

民族出版社

图书在版编目(CIP)数据

修养格言/袁也编. —北京:民族出版社,2001.12
(成功之路丛书)

ISBN 7-105-04852-2

I. 修... II. 袁... III. 修养-格言-汇编
IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001) 第 098814 号

民族出版社出版发行

北京市和平里北街 14 号 邮编 100013

<http://www.e56.com.cn>

民族出版社微机照排 迪鑫印刷厂印刷

各地新华书店经销

2002 年 1 月第 1 版 2002 年 1 月北京第 1 次印刷

开本:850×1168 毫米 1/32 印张:4.375 字数:70 千字

印数:0001-5000 册 定价:7.00 元

该书如有印装质量问题,请与本社发行部联系退换
(总编室电话:64212794;发行部电话:64211734)



内容介绍

亲爱的读者，你想成为演讲家吗？你想成为作家吗？请你看看《成功之路丛书》。

《成功之路丛书》包括《演讲格言》、《写作格言》、《求知格言》、《社交格言》和《修养格言》。

这套丛书汇集了古今中外演讲家、作家、社交家、伦理学家、语言学家和哲学家等的精神财富和宝贵的人生经验，以格言的方式表达了他们的真知灼见。

《演讲格言》诚恳地告诉你选题取材、确立主题、开头结尾、语言运用、情感发挥、幽默效应、应变能力、声态表现、心理准备、抓住听众的方法和经验。

《写作格言》诚恳地告诉你观察、情感、思维、灵感、想像、构思、主题、材料、结构、语言、真实、技巧、创新、修改的方法和经验。



MAAE 13/08



为了实现宏伟的目标，你还要加强自身修养，广泛地社交，认真地求知。请你再看看《求知格言》、《社交格言》和《修养格言》。

请你看看这些书吧，它一定会给你的学习、生活、工作、求职、谋生等带来极大的好处和方便，会给你的写作、交际、施才开辟新的广阔天地！





目 录

目
录

-  志气篇 / 1
人无志向，等于迷途的盲人
-  公私篇 / 7
先去私心，而后可以治公事
-  苦乐篇 / 12
快乐的心底，乃是百代不败的筵席
-  诚实篇 / 17
诚实乃人品之珍
-  善恶篇 / 21
种善因，收善果
-  道德篇 / 26
美德即是灵魂的健康
-  风范篇 / 31
人正压百邪
-  谨慎篇 / 34
谨慎是智谋之母
-  谦虚篇 / 38
谦虚产生智慧，骄傲使人愚蠢
-  涵养篇 / 42
听了批评的意见，要自我反省





-  **爱憎篇 / 48**
人生如果没有爱，那该多么枯燥乏味
-  **人格篇 / 53**
使人高贵的是人的品格
-  **心灵篇 / 57**
人最伟大的莫如心
-  **习惯篇 / 62**
习惯真是一种顽强而巨大的力量
-  **言行篇 / 68**
百言不如一行
-  **自尊篇 / 72**
自尊心是一个人灵魂的伟大杠杆
-  **自强篇 / 77**
路要自己走，关要自己闯
-  **自责篇 / 79**
改造自己总比禁止别人来得难
-  **自信篇 / 82**
问心无愧才可自信
-  **诚信篇 / 87**
信用是最大的资本
-  **求实篇 / 90**
一千个假设，抵不上一个事实
-  **友情篇 / 95**
好朋友如同冬天的太阳
-  **礼貌篇 / 100**
礼貌是人类共处的金钥匙





 美丑篇 / 105

灵魂的美胜于身体的美

 改过篇 / 110

错事是可以矫正过来的

 制怒篇 / 114

愤怒受害最大的是自己

 虚荣篇 / 120

每个人的虚荣心是和他的愚蠢相等的

 嫉妒篇 / 125

嫉妒是纷扰的种子



志气篇

人无志向，等于迷途的盲人

立志没有所谓过迟。

——波多维斯

抱负是高尚行为成长的萌芽。

——英格利希

人当中最糟糕的人，就是没有志向的人。

——库那巴耶夫

巨象的腿是为步行用的，不是为屈膝用的。

——莎士比亚

一个人有无成就，决定于他青年时期是不是有
志气。

——谢觉哉

立大志，求大智，做大事。

——陶行知





世界是人的决心与智慧所造成的。

——陶行知

立志，下勇猛之力，作实在功夫。

——恽代英

大雪压青松，青松挺且直；

要知松高洁，待到雪化时。

——陈 毅

冰霜雪压心犹壮，战胜寒冬骨更坚。

——何香凝

人不可有傲气，但不可无傲骨。

——徐悲鸿

机会只是给你一条通路，走不走还得看你自己。

——罗 兰

打击和失败的耻辱有时反而可以成为一个人积极向上的力量。今天的失败可能是日后的成功。

——罗 兰

环境的恶劣正是对人们的一种考验。娇贵的花朵一旦失去人们的爱护，就消失了，而只有有野草





一般坚强的性格，有着一种内在镇定与高傲的人们，才不理睬恶劣的环境。

——罗 兰

我们的生活就像旅行，思想是导游者，没有导游者，一切都会停止。

——歌 德

做一个杰出的人，光有一个合乎逻辑的头脑是不够的，还要有一种强烈的气质。

——斯当达尔

我们一生中，必须立下志愿，必须有奋斗的目标。否则浑浑噩噩地过日子，那岂不白活一生吗？

——松下之助

卓越人的一大优点是：在不利与艰难的遭遇里百折不挠。

——贝多芬

发明家全靠了一股了不起的信心支持，才有勇气在不可知的天地中前进。

——巴尔扎克

如果没有自信心的话，你永远也不会有快乐。

——拉·罗什夫科





走你的路，让人们去说罢！我让旁人去嘀咕，自己却干自己认为有益的事。我巡视了我的领域中的事，认清了我的目标。

——歌 德

喷泉的高度不会超过它的源头，一个人的事业也是这样，他的成就决不会超过自己的信念。

——林 肯

一个人追求的目标越高，他的才力就发展的越快，对社会就越有益，我确信这是一个真理。

——高尔基

顽强是个妙不可言的东西，它可以把山移动，使你不敢相信和想像。

——杰克·伦敦

朝着一定目标走去是“志”，一鼓作气中途绝不停止是“气”，两者合起来就是“志气”。一切事业的成败都取决于此。

——戴尔·卡耐基

最可怕的敌人，就是没有坚强的信念。

——罗曼·罗兰

真正有血气的人，既不曲意求人重视，又不怕





忍受忽视。

——拜伦

有志者事竟成。

——范晔

丈夫为志，穷当益坚，老当益壮。

——马援

人各有志，所规不同。

——陈寿

古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。

——苏轼

大志，气之帅也。

——孟子

白头虽老赤心存。

——杜甫

年益壮，志益大。

——刘禹锡

少年衰老与花同。

——韩世忠





人无善志，虽勇必伤。

——刘 安

少年负壮气，奋烈自有时。

——李 白

立志不定，终不济事。

——朱 熹

志不立，天下无可成之事。

——王阳明

身如逆流船，心比铁石坚，望父全儿志，至死不怕难。

——李时珍

人无志，非人也。

——嵇 康

老骥伏枥，志在千里，烈士暮年，壮心不已。

——曹 操



公私篇

先去私心，而后可以治公事

公
私
篇

真正的人道精神首先意味着要公正。而所谓公正，就是尊重与严格要求相结合。

——苏霍姆林斯基

一个人只关心自己那是注定要失败的，因为自我利益的孜孜钻营使他变得丑陋无比，结果他的心灵、精神和肉体渐趋衰老死亡。

——马克斯韦尔·莫尔兹

重于利人者，每每至到牺牲自己亦乐而为之；重于利己者，每每出于害人亦有所不惜。

——孙中山

公平是从是非观点出发的，而中庸只是在利害中打算盘。

——闻一多

一个人总要先有这种利他的牺牲精神，然后才能



够完成一切。

——郭沫若

要求于人的甚少，给予人的甚多，这就是松树的风格。

——陶铸

一个人如果只想到自己，那是最可耻的，一个人如果只为自己活着，那就不如死掉。

——彭德怀

自怜自伤的人每每只想到自己付出的，而想不到别人给予自己的。这种委屈感使他老感到别人亏欠了他什么，这样会使他不知感谢为何物。一个人心中要是没有真诚的感谢，他永远不会快乐。

——谢汶

自私自利用两种尺度和两种天平来评价人，它具有两种世界观和两副眼镜，一副把一切都染成黑色，另一副把一切都染成粉红色。

——马克思

利人的品德我认为就是善。在性格中具有这种天然倾向的人，就是“仁者”。这是人类的一切精神和道德品格中最伟大的一种。因为它是属于神的品格。如果人不具有这种品格，他就成为一种自私





的、比禽兽好不了多少的东西。

——培 根

为自己的幸福活着的人，低劣；为别人的意见活着的人，渺小；为别人的幸福活着的人，高尚。

——列夫·托尔斯泰

你自己和你所有的一切，倘不拿出来贡献于人世，仅仅一个人独善其身，那实在是一种浪费。

——莎士比亚

如果有一天，我能够对我的公共利益有所贡献，我就会认为自己是世界上最幸福的人了。

——果戈理

自己脑子里只装满着自己，这种人正是那种最空虚的人。

——莱蒙托夫

我认为再没有比那些只顾自己鼻子尖底下一点事情的人更可悲的了。

——卢瑟福

一个人必须剔除自己身上的顽固的私心，使自己的人格得到自由表现的权利。

——屠格涅夫