

请你试着把本书放在你枕边，在闲暇无聊或苦闷彷徨的时候，打开它。不管你是浅尝，还是深味，本书都会给你指导，给你安慰，给你鼓舞，给你力量！



通过故事，人们才能理解最深的人生哲理

*Vade Mecum For Instructing Your Life*

# 人生哲理 枕边书

你应该知道的165个人生哲理



**165 Philosophic  
Theories  
You Must Be Wise To**

*Vade Mecum For Instructing Your Life*

九州出版社

*Vade Mecum For  
Instructing Your Life—— 165  
Philosophic Theories You Must Be Wise To*

# 人生哲理枕边书

——你应该知道的 **165** 个人生哲理

柯 钧 编著

九州出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

人生哲理枕边书/柯钧编著. —北京:九州出版社,  
2004.4

ISBN 7-80195-052-6

I. 人… II. 柯… 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 016395 号

---

作 者 / 柯 钧

---

出 版 / 九州出版社  
出 版 人 / 徐尚定  
地 址 / 北京市西城区阜外大街甲 35 号  
邮政编码 / 100037  
电子信箱 / jiuzhoupress@vip.sina.com  
责任编辑 / 梁小玲  
装帧设计 / 红十月工作室

---

总 经 销 / 九州出版社发行部  
(010)68992192/3/5/6  
经 销 / 各地书店  
法律顾问 / 北京法大律师事务所  
印 刷 / 九州财鑫印刷有限公司

---

开 本 / 640×960 毫米 1/16 开  
印 张 / 16.25  
字 数 / 230 千字  
版 次 / 2004 年 4 月第 1 版  
印 次 / 2004 年 4 月第 1 次印刷

---

书 号 / ISBN 7-80195-052-6/B·78  
定 价 / 29.00 元

---

★ 版权所有 翻印必究 ★

## 前 言

有个老木匠准备退休，他告诉老板，说要离开建筑行业，回家与妻子儿女享受天伦之乐。

老板舍不得他的好工人走，问他是否能帮忙再建一座房子，老木匠说可以。但是大家后来都看得出来，他的心已不在工作上，他用的是软料，出的是粗活。房子建好的时候，老板把大门的钥匙递给他。

“这是你的房子，”他说，“是我送给你的礼物。”

他震惊得目瞪口呆，羞愧得无地自容。如果他早知道是在给自己建房子，他怎么会这样呢？现在他得住在一幢粗制滥造的房子里！

我们又何尝不是这样。我们漫不经心地“建造”自己的生活，不是积极行动，而是消极应付，凡事不肯精益求精，在关键时刻不能尽最大努力。等我们惊觉自己的处境，早已深困在自己建造的“房子”里了。

把你当成那个木匠吧，想想你的房子，每天你敲进去一颗钉，加上去一块板，或者竖起一面墙，用你的智能好好建造吧！你的生活是你一生唯一的创造，不能抹平重建。即使只有一天可活，那一天也要活得优美、高贵。

生活是自己创造的。每个人都会时常面临来自生活、工作和社会的各种各样的问题。我们的处世方法、工作态度、努力程度、思维方式和心态信念等等决定了我们一生的成败。

不论干什么，我们都希望自己能够成功，都试图尽量避免失败或走弯路。《人生哲理枕边书——你应该知道的165个人生哲理》正是你成功奔向自己理想、轻松而潇洒地生活的一盏

明灯。本书通过大量生动有趣的故事和画龙点睛的点评，使读者在轻松中得到有益的启迪，学会从容地面对生活中的各种问题，更深刻地理解和把握人生，在未来的人生旅程中，多一些得，少一些失；多一些成，少一些败。

如果你希望摆脱平凡的生活，如果你想追求卓越的品质，如果你想探索成功的奥秘，如果你想充分地发展自我，但是苦于找不到突破点，那么，请你试着把本书放在你枕边，在闲暇无聊或苦闷彷徨的时候，打开它。不管你是浅尝，还是深味，本书都会给你指导，给你安慰，给你鼓舞，给你力量！



## 第一章 一个人最重要的是他的内心 / 1

- 消除自卑感，充满信心地进行努力 / 3
- 有声誉的作家也有失误的时候 / 5
- 头上的那绿色缎带 / 6
- 有了积极的心态就容易成功 / 8
- 一个人最重要的是他的内心 / 10
- 相信不相信 / 12
- 要摆脱对朋友的依赖 / 13
- 酒毕竟不同于水 / 15
- 在任何情况下都要维护人格的尊严 / 16
- 你鄙视我，我更鄙视你 / 17
- 保持自己的本色 / 18

## 第二章 不要忘了自己的身份 / 21

- 微笑能改变你的生活 / 23
- 长途车上也能发展友谊 / 24
- 想在交往时受人欢迎就要学会倾听 / 25
- 嘴上功夫也很重要 / 26
- 婉转曲折地表达自己的意见和建议 / 28
- 真诚不等于“实话实说” / 29
- 给对方一个痛哭的机会 / 30
- 不要忘了自己的身份 / 31
- 在了解真相之前莫冲动 / 33

用孔雀翎维护尊严 / 34  
多余的提醒 / 35  
母爱最伟大 / 37  
咖啡馆的一个伙计 / 38  
减少奖金也感人 / 40  
以退为进的战略 / 41  
优惠中附加一些限制条件 / 43  
巧妙撤换下属的工作 / 44

### 第三章 宽宏大量会使你的精神达到一个新的境界 / 47

宽容别人对自己的恶意伤害 / 49  
不带着怒气做任何事 / 50  
超越成败得失是一种更大意义上的成功 / 51  
最好的消息 / 52  
应有的品质和高尚的品质 / 53  
宽宏大量会使你的精神达到一个新的境界 / 54  
善于从自己身上找原因 / 56  
钓鱼的诀窍 / 57  
面对心怀敌意的人不一定要针锋相对 / 58  
帮助别人解脱 / 59  
一包巧克力饼干 / 60  
率先迈出化敌为友的一步 / 61  
一枚硬币 / 63  
理性地克制自己的言行 / 64  
谦虚谨慎是人生的第一美德 / 65  
谎言或迟或早总是要被揭穿的 / 66  
坚持原则，严格按合同办事 / 69

## 第四章 你有对生命的主宰权 / 71

三个旅行者 / 73

锲而不舍地去克服一切困难 / 74

不失去希望就有作为 / 75

心病比生理上的疾病危害更大 / 76

你有对生命的主宰权 / 77

把缺点转化成发展自己的机会 / 78

在缺陷面前不退缩不消沉 / 79

努力克服自己的缺憾 / 80

意志力是一个人性特征中的核心力量 / 82

残疾人也能做出一个健康人的成就 / 83

“笨”孩子也能走向成功 / 85

## 第五章 让生命的激流荡清灵魂的浊物 / 87

了解自己到底想要干什么 / 89

老钟表匠的启示 / 90

不要在心里为自己能够跳跃的高度设限 / 91

画好自己的底线 / 92

一生具有明确的奋斗目标才能取得卓越的成就 / 94

不要为了出风头而行动 / 95

用小步稳妥地向成功靠近更容易 / 97

秉持专著于一的精神 / 98

让生命的激流荡清灵魂的浊物 / 99

对自己的目标充满信心 / 101

该选哪一把钥匙 / 102

不能制定过分细致、周密的计划 / 103

把自己的梦想作为动力 / 105

避免“羚羊的思维” / 106

25年前的梦想 / 107

土拨鼠哪去了 / 109

不该忙的就不要忙 / 109

## 第六章 只会幻想的人没有真正的机会 / 111

- 不停顿地练习 / 113
- 真正的荣耀只能依靠个人奋斗争取 / 114
- 迅速地做出决定 / 115
- 把行动和空想结合起来 / 116
- 百发百中的秘密 / 119
- 条件是可以努力创造的 / 120
- 容易掌握的炼金术 / 122
- 少壮须努力 / 123
- 每天做好一件事 / 124
- 一笔大额悬赏金 / 125
- 面对拒绝要多动脑筋 / 126
- 要敢于一跃而下 / 127
- 只会幻想的人没有真正的机会 / 128
- 不要因多疑而丧失机会 / 130
- 找到自己的方向就能够迎来机会 / 131
- 抓住一切机遇地去叩响机会的大门 / 132
- 闲暇时光也是发展自我的机会 / 134
- 一个没有进取心的人永远不会得到成功的机会 / 135
- 努力地开发人造时间 / 136
- 把自己重新放回人生的入口 / 138
- 时间的价值就像金钱的价值一样 / 139
- 时间就是永恒 / 140
- 真正找到时间的感觉 / 141



## 第七章 哪怕只有针尖般大的希望也不放弃 / 143

- 命运的门铃 / 145
- 狗和心理学实验 / 145
- 不要被风雪吓倒 / 147
- 小沟并没有我们想像得可怕 / 148

赢得起，也输得起 /149  
只要有一柄斧头 /150  
最后的结果可能只是一团污迹 /151  
一只名贵的金表 /152  
把60条横马路口当成5个 /153  
绊脚石和垫脚石 /155  
从咖啡馆跑堂到奥运会冠军 /156  
全力以赴地挑战命运 /158  
哪怕只有针尖般大的希望也不放弃 /161  
不管路途多么崎岖都要努力向前迈进 /163  
历尽磨难，仍要坚持挑战挫折 /164  
在时运不济时也永不绝望 /166  
黑色波浪中的歌声 /167  
这是不是我所遇到的最棘手的问题 /168  
把逆境转化为自己能够忍受的东西 /171  
一切都是最好的安排 /172  
从失败中学到教训 /175

## 第八章 提出一个问题往往比解决一个问题更重要 /177

门 /179  
空的彩蛋 /180  
万花筒里的世界 /182  
认真思考别人提出的问题 /183  
创造力是让人去“胡思乱想” /185  
多问几个为什么 /186  
把大石头搬出去 /187  
要善于审时度势 /188  
提出一个问题往往比解决一个问题更重要 /189  
从一个全新的角度解决问题 /190  
把梳子卖给和尚 /191  
一部最高级的凯迪拉克大轿车 /193

- 一枝铅笔有无数种用途 / 194
- 没人愿当落伍的人 / 196
- 特长不在于“长”，而在于“特” / 198
- 如果你的汽车只能容得下一位乘客 / 199
- 灵活思路，为顾客提供更多的服务 / 199
- 独特的眼光比知识更重要 / 200

## 第九章 充沛的活力取决于你的思想 / 203

- 调整心态应是克服厌倦的首选之策 / 205
- 在工作中要保持认真细心的态度 / 206
- 再忍耐一下 / 206
- 把卖鱼当成一种艺术 / 208
- 要为自己的行为感到自豪 / 209
- 是金子总会发光的 / 211
- 寻宝 / 212
- 尽量从工作中寻找乐趣 / 213
- 做生意的目的是赚取利润 / 214
- 娱乐就是工作 / 216
- 充沛的活力取决于你的思想 / 217
- 把工作当作自己最喜欢的事情 / 218
- 工作时可尽量让自己放松些 / 220
- 热忱的态度是做任何事的必需条件 / 221
- 强迫自己坚持下去 / 223

## 第十章 人不是必须要成为另一种东西 / 225

- 家的感觉更多的来自于家人所给予的爱的温暖 / 227
- 人生的意义就在于获得幸福 / 228
- 一切都可能改变 / 230
- 助听器改变人生 / 231

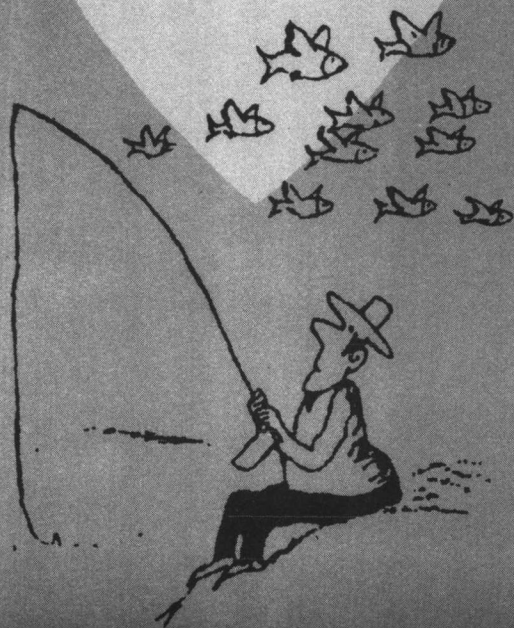
人生如吃饭 / 233  
生活其实很简单 / 235  
化妆的最高境界就是“自然” / 236  
人生离不开加减乘除 / 238  
永远感谢父亲 / 239  
没有一个国王的妻子是快乐的 / 241  
人不是必须要成为另一种东西 / 242  
永远的快乐难以实现 / 243  
尊重有经验的人 / 244  
心态比环境更重要 / 245  
生活其实并不悲惨 / 246

第

一

章

# 一个人最重要的是他的内心





## 消除自卑感，充满信心地进行努力

丽莎是来自美国阿肯色州的学生，也是她所在镇里唯一来哈佛读书的人。在她准备启程到哈佛大学前，当地的人都为她能到哈佛上学而感到自豪，她自己也庆幸能有这样好的机遇。

但是，丽莎的兴奋劲还没过，就忽然对自己的感觉越来越糟糕了。她在哈佛过得很辛苦，上课听不懂，说话带土音，许多大家都知道的事自己却一无所知，而许多她知道的事大家却又觉得好笑。她开始后悔自己到哈佛来。她不明白自己为什么要到哈佛来受这份羞辱，同时更加怀念在家乡的日子，在那里，可没有人瞧不起她。

感到孤独无比的丽莎，觉得自己是全哈佛最自卑的人。无奈之下，她求助于心理咨询。

心理医生对她是这样诊断的：

她已跨入了个人成长的“新世纪”，可对已经过去了的“旧世纪”仍恋恋不舍。

她对于生活的种种挑战，不是想方设法加以适应，而是缩在一角，惊恐地望着它们，哀叹自己的无能与不幸。

她对于能来哈佛上学这一辉煌成就已感到麻木不仁。她的眼睛只盯着当前的困难与挫折，没有信心去再造就一次人生的辉煌。

她习惯了做羊群中的骆驼，不甘心做骆驼群中的小羊。

她以高中生的学习方法去应付大学的学习要求，自然是格格不入，可她抱残守缺，不知如何改变。

她因为自己来自小地方，说话土里土气，做事傻里傻气，就认定周围的人在鄙视她，嫌弃她。可她没有意识到，正是因为她的自卑，才使周围人无法接近她，帮助她。

她生长在中南部地区，来东海岸的波士顿求学，面临的是一种乡镇文化与都市文化的冲突，她没有想到，哈佛对她来说，不仅是知识探索的殿堂，也是文化融合的熔炉。

她身材瘦小，长相平常，多年来唯一的精神补偿就是学习出色。

可眼下，面临来自世界各地的“学林高手”，她已再无优势可言。

她长相平庸，学习又平庸，这就彻底打破了她多年的心理平衡点，使她陷入了空前的困惑中。

她悲叹自己来哈佛是个错误。可她忘了，多年来，正是这个哈佛梦在支撑着她的精神。她虽然战胜了许多竞争对手进入哈佛大学求学，却在困难面前输给了自己的妄自菲薄。

她怨的全是别人，叹的全是自己。难怪她会在哈佛有自卑的感觉。她只有跳出往日光辉的“怪圈”，全身心投入“新世纪”，才能重新振作起来。

总而言之，丽莎的问题核心就在于：她往日的心理平衡点彻底打破了，她需要在哈佛大学建立新的心理平衡点。

为此，心理医生对她采取了三个咨询步骤。

第一个步骤是帮助她宣泄不良情绪，调整她的心态，使她能够积极地面对新生活。

丽莎陷入自卑的沼泽中，认定自己是全哈佛最自卑的人，这说明她过于扩大了自己精神痛苦的程度，看不到自己在新环境中生存的价值。所以心理医生一方面承认她当前面临的困难是她人生中前所未有的，所以她反映出来的情绪也是很自然的。同时，心理医生告诉她，对哈佛的不适应，产生种种焦虑与自卑反应，这在哈佛很普遍，并非她是一个人。这使丽莎产生了“原来很多人也和我一样啊”的平常感。

第二个步骤是竭力引导丽莎把比较的视野从别人身上转向自己。

丽莎的自卑是在与同学的比较中形成的，她感到自己处处不如别人，事事都不顺心，因而觉得自己好像是天鹅群中的丑小鸭。她在来哈佛大学前，学习成绩一直很好，但到哈佛后最好的成绩只不过是4分。

以前，从来都是别人向她请教，但现在，却是她要经常向别人请教。因此，丽莎当初那份引以为自豪的自信已荡然无存。原先，丽莎一直是教师心目中的得意门生，校园里的风云人物，众人羡慕的对象。可如今，她已成为校园里最不起眼的人物。

这一系列的心理反差，使丽莎产生了自己是哈佛大学多余的人的悲叹。她没有意识到，自己之所以会有这样的心理反差，是因为以往与同学的比较中，她获得的尽是自尊与自信；但现在与同学的比较中，

她获得的尽是自卑与自怜。

所以，心理医生竭力让丽莎懂得在新的环境里，学会多与自己比，而不与别人比。如果一定与别人比的话，还要透视到别人在学习成绩、意志等方面不如自己的一面。

接下来，心理医生开始帮助丽莎采取具体行动，理清学习中的具体困难，并制定相应的学习计划加以克服和改进。同时，让丽莎参加了一个哈佛本科生组成的学生电话热线，让丽莎在帮助别的同学的同时，也结交了不少新的知心朋友，更重要的是，丽莎在帮助他人的过程中，重新感到自信心在增长，感到哈佛大学需要她，她不再是哈佛大学多余的人了。

## 人生哲理 001

记住：只要消除了自卑感，充满信心地进行努力，你就能克服一切障碍，适应任何环境！

### 有声誉的作家也有失误的时候

1842年3月，在百老汇的社会图书馆里，著名作家爱默生的演讲激动了年轻的惠特曼：“谁说我们美国没有自己的诗篇呢？我们的诗人文豪就在这儿呢！……”这位身材高大的当代大文豪的一席慷慨激昂、振奋人心的讲话使台下的惠特曼激动不已，热血在他的胸中沸腾，他浑身升腾起一股力量和无比坚定的信念，他要渗入各个领域、各个阶层、各种生活方式。他要倾听大地的、人民的、民族的心声，去创作新的不同凡响的诗篇。

1854年，惠特曼的《草叶集》问世了。这本诗集热情奔放，冲破了传统格律的束缚，用新的形式表达了民主思想和对种族、民族和社会压迫的强烈抗议。它对美国和欧洲诗歌的发展起了巨大的影响。

《草叶集》的出版使远在康科德的爱默生激动不已。诞生了！国人

一个人最重要的是他的内心

人生哲理