

传世励志经典

世界伟人箴言录

徐 潜 编著

传世励志经典

世界伟人箴言录

徐 潜 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

世界伟人箴言录 / 徐潜编著. --北京: 中华工商
联合出版社, 2017. 1

ISBN 978-7-5158-1894-8

I. ①世… II. ①徐… III. ①箴言—汇编—世界
IV. ①H033

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 322447 号

世界伟人箴言录

作 者: 徐 潜

出 品 人: 徐 潜

策划编辑: 魏鸿鸣

责任编辑: 崔红亮

封面设计: 周 源

责任审读: 郭敬梅

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 三河市宏盛印务有限公司

版 次: 2017 年 2 月第 1 版

印 次: 2017 年 2 月第 1 次印刷

开 本: 710mm×1020mm 1/16

字 数: 60 千字

印 张: 12.5

书 号: ISBN 978-7-5158-1894-8

定 价: 36.00 元

服务热线: 010-58301130

销售热线: 010-58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场 A 座
19-20 层, 100044

<http://www.chgslcbs.cn>

E-mail: cicap1202@sina.com (营销中心)

E-mail: gslzbs@sina.com (总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量
问题, 请与印务部联系。

联系电话: 010-58302915

序

为了给《传世励志经典》写几句话，我翻阅了手边几种常见的古今中外圣贤大师关于人生的书，大致统计了一下，励志类的比例，确为首屈一指。其实古往今来，所有的成功者，他们的人生和他们所激赏的人生，不外是：“有志者，事竟成。”

励志是动宾结构的词，励是磨砺，志是志向，放在一起就是磨砺志向。所以说，励志不是简单的立志，是要像把刀放在石头上磨才能锋利一样，这个磨砺，也不是轻而易举地摩擦一下，而是要下力气的，对刀来说，不仅要把自身的锈磨掉，还要把多余的部分毫不留情地磨掉，这简直是一场磨难。所有绚丽的人生都是用艰难磨砺成的，砥砺生命放光华。可见，励志至少有三层意思：

一是立志。国人都崇拜的一本书叫《易经》，那里面有一句话说：“天行健，君子以自强不息。”这是一种天人合一的理念，它揭示了自然界和人类发展演化的基本规律，所以一切圣贤伟人无不遵循此道。当然，这里还有一个立什么样的志的问题，孔子说：“士不可以不弘毅，任重而道远。”古往今来，凡志士仁人立

的都是天下家国之志。李白说：大丈夫必有四方之志，白居易有诗曰：丈夫贵兼济，岂独善一身，讲的都是这个道理。

二是励志。有了志向不一定就能成事，《礼记》里说：“玉不琢，不成器。”因为从理想到现实还有很大的距离。志向须在现实的困境中反复历练，不断考验才能变得坚韧弘毅，才能一步一个脚印地逐步实现。所以拿破仑说：真正之才智乃刚毅之志向。孟子则把天将降大任于斯人描述得如此艰难困苦。我们看看历代圣贤，从世界三大宗教的创始人耶稣、穆罕默德、释迦牟尼到孔夫子、司马迁、孙中山，直至各行各业的精英，哪一个不是历经磨难终成大业，哪一个不是砥砺生命放射出人生的光芒。

三是守志。无论立志还是励志都不是一朝一夕、一蹴而就的，它贯穿了人的一生，无论生命之火是绚丽还是暗淡，都将到它熄灭的最后一刻。所以真正的有志者，一方面存矢志不渝之德，另一方面有不为穷变节、不为贱易志之气。像孟子说的那样：“富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈。”明代有位首辅大臣叫刘吉，他说过：有志者立长志，无志者常立志，这话是很有道理的。

话说回来，励志并非粘贴在生命上的标签，而是融汇于人生中一点一滴的气蕴，最后成长为人的格调和气质，成就人生的梦想。不管你做哪一行，有志不论年少，无志空活百年。

这套《传世励志经典》共辑录了100部图书，包括传记、文集、选辑。为读者满足心灵的渴望，有的像心灵鸡汤，营养而鲜美；有的就是萝卜白菜或粗茶淡饭，却是生命之必需。无论直接或间接，先贤们的追求和感悟，一定会给我们带来生命的惊喜。

徐 潜

前 言

箴言，是人类思想中最浓缩的精华；伟人，是人类历史中最优秀的精英；伟人箴言就是精华加精华，对于我们思想的滋养、心灵的慰藉、生活的启迪，都有点石成金的作用。

本书所选古今中外公认的三十几位世界伟人的箴言加小传，以飨读者。

对于一本辑录中外名人箴言的小册子来说，我已说的太多了。

是为前言。

徐子

目 录

健康与快乐	001
生命与时光	013
智慧与勇气	027
情感与道德	045
文化与修养	067
志向与追求	081
为人与处世	097
爱情与婚姻	113
财富与名利	129
政治与法律	137
科学与真理	149
人生与社会	165
伟人小传	179

健康与快乐

愉快的思想造就愉快的生活。

[英] 艾萨克·牛顿

健康胜过力量和美貌。

[古希腊] 亚里士多德

最易使人衰竭、最易损害一个人的，莫过于长期不从事体力劳动。

[古希腊] 亚里士多德

在学校和生活中，工作的最重要的动力是工作中的乐趣，是工作获得结果时的乐趣，以及对这个结果的社会价值的认识。

[美] 阿尔伯特·爱因斯坦

每个人都有一定的理想，这种理想决定着他的努力和判断的方向。就在这种意义上，我从来不把安逸和快乐看作生活目的的本身。

[美] 阿尔伯特·爱因斯坦

真正的快乐，是对生活的乐观，对工作的愉快，对事业的热心。

[美] 阿尔伯特·爱因斯坦

我平生喜欢步行，运动给我带来了无穷的乐趣。

[美] 阿尔伯特·爱因斯坦

乐观是希望的明灯，它指引着你从危险的峡谷中步向坦途，使你得到新的生命，新的希望，支持着你的理想永不泯灭。

[英] 查尔斯·罗伯特·达尔文

一切的和谐与平衡，健康与健美，成功与幸福，都是由乐观与希望的向上心理产生与造成的。

[美] 乔治·华盛顿

一种美好的心情，比十服良药更能解除生理上的疲惫和痛楚。

[德] 卡尔·马克思

健康对每个人来说都是最大的财富，对一个学者来说更是如此。

[德] 卡尔·马克思

人是按美的规律造型的。

[德] 卡尔·马克思

旷达的人长寿。

[英] 威廉·莎士比亚

一切有生之伦，都少不了睡眠的调剂。

[英] 威廉·莎士比亚

过度的饱食有伤胃口，毫无节制地放纵，结果会使人失去自由，正如饥不择食的饿鼠吞咽毒饵一样……

[英] 威廉·莎士比亚

嘲笑和戏弄是不会带着眼泪来的。

[英] 威廉·莎士比亚

哭可以使深重的忧愁减轻。

[英] 威廉·莎士比亚

新的火焰可以把旧的火焰扑灭，大的痛苦可以使小的痛苦减轻；当头晕目眩的时候，只要转身向后，一种绝望的忧愁，便也可以用另一种烦恼把它驱除。

[英] 威廉·莎士比亚

甜里加甜不见甜，乐中加乐才是大乐。

[英] 威廉·莎士比亚

一个人思虑太多，就会失去做人的乐趣。

[英] 威廉·莎士比亚

善说笑话的人，往往有先见之明。

[英] 威廉·莎士比亚

用毁灭他人的手段，使自己置身在不安的快乐里，倒不如那

被我们加害的人来得无忧无虑。

[英] 威廉·莎士比亚

静默是表示快乐的最好方法，要是我能说出我心里多么快乐，那么我的快乐只是有限的。

[英] 威廉·莎士比亚

心里最好常保快乐，如此就能防止百害，延长寿命。

[英] 威廉·莎士比亚

稀罕或偶然的事物才会令人欢悦。

[英] 威廉·莎士比亚

在悲伤中的人们，应该彼此心心相印。

[英] 威廉·莎士比亚

欢乐与行动会使人觉得时光缩短。

[英] 威廉·莎士比亚

休息是滋养疲乏精神的保姆。

[英] 威廉·莎士比亚

美貌最怕忧伤来损害。

[英] 威廉·莎士比亚

越是漂亮的脸蛋，越是经不起岁月的摧残。

[英] 威廉·莎士比亚

人无泰然之习惯，必无健康之身体。

[法] 拿破仑·波拿巴

幸福，是指适合一个人的希望，以及才能的工作状态。

[法] 拿破仑·波拿巴

最能直接打动心灵的还是美。

[美] 托马斯·阿尔瓦·爱迪生

最完善的东西就最不容易受外来影响的变动。

[古希腊] 柏拉图

体操和音乐两个方面并重，才能够成为完全的人格。因为体操能锻炼身体，音乐可以陶冶精神。

[古希腊] 柏拉图

性情稳定愉快的人，不大会感到老年的压力，但是对于具有相反之性情的人，青年和老年同样都是重负。

[古希腊] 柏拉图

健康不是身体状况的问题，而是精神状况的问题。

[古希腊] 柏拉图

快乐剥夺一个人对其能力的使用，这和痛苦的作用完全一样。

[古希腊] 柏拉图

第一财富是健康，第二财富是美丽，第三财富是财产。

[古希腊] 柏拉图

我们这些具有无限精神的有限人，就是为了痛苦和欢乐而生的，几乎可以说：最优秀的人物通过痛苦才得到欢乐。

[德] 路德维希·凡·贝多芬

人生愉快的心情，不仅来自突然的、出乎意外的遭遇，也来自预定的自寻的烦恼。

[古罗马] 圣·奥勒留·奥古斯丁

一个人能泰然地忍受那谁也不会喜爱所忍受的。即使因忍受而快乐，但能不需忍受则更好。

[古罗马] 圣·奥勒留·奥古斯丁

任何人，凡是爱好死亡的事物，都是不幸的；一旦丧失，便会心痛欲裂。其实在丧失之前，痛苦早已存在，不过尚未觉察而已。

[古罗马] 圣·奥勒留·奥古斯丁

生命在于运动。

[法] 伏尔泰

饮食如不适可而止，厨师亦成下毒之人。

[法] 伏尔泰

身体必须要有精力，才能听从精神的支配。

[法] 让·雅克·卢梭

装饰的华丽可以显示出一个人的富有，优雅可以显示出一个人的趣味，但一个人的健康与茁壮则须由另外的标志来识别，只有在一个劳动者的粗布衣下面，而不是在嬖幸者的穿戴之下，我们才能发现强有力的身躯。

[法] 让·雅克·卢梭

我宁愿我的学生打网球来消磨时间，至少还可以使身体得到锻炼。

[法] 让·雅克·卢梭

散步能促进我的思想，我的身体必须不断运动，脑力才会开动起来。

[法] 让·雅克·卢梭

装饰可以使活生生的女人得到幸福，同时也可以使别人感到

美的享受和幸福。

[法] 让·雅克·卢梭

体者，载知识之车而寓道德之舍者也。其载知识也如车，其寓道德也如舍。

[中] 毛泽东

体育之效，在于强筋骨，因而增知识，因而调感情，因而强意志。

[中] 毛泽东

健康的身体是灵魂的客厅，病弱的身体是灵魂的监狱。

[英] 弗朗西斯·培根

我们只有固定的健康法则。这些法则却很少有人注意，往往直到临死时，才注意到，然而悔之晚矣。假若人人都知道适当的健身法，不消说，生命就可以大大延长。

[英] 弗朗西斯·培根

人们没有哭，便不会有笑。小孩一生下来便会有哭的本领，后来才学会笑。所以一个人不先了解悲哀，便不会了解快乐。

[英] 弗朗西斯·培根