

赵文池◎编著

听南怀瑾

讲最具影响的人生哲理课

哲思激荡千年，
群言争鸣百家，
打开尘封的智慧，
为你唤醒沉睡的灵魂。
从生活到生命，
从学问到做人，
拨开现象的迷雾，
为你解读平凡的世界。
解读人生真谛，
树立远大理想，
展开勇气的翅膀，
带你迎接崭新的太阳。



中国华侨出版社

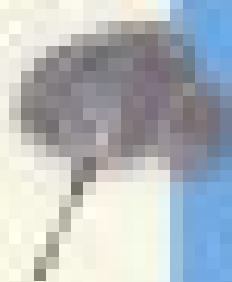
1. The first step in the process is to identify the problem or issue that needs to be addressed. This involves gathering information and understanding the context of the situation.

2. Once the problem is identified, the next step is to define the objectives and goals of the project. This helps to clarify what is to be achieved and provides a clear direction for the work.

3. The third step is to develop a plan or strategy to address the problem. This involves identifying the resources needed, the tasks to be completed, and the timeline for the project.

4. The fourth step is to implement the plan. This involves putting the strategy into action and monitoring progress as the project moves forward.

5. The final step is to evaluate the results of the project. This involves assessing the outcomes against the objectives and goals, and identifying any lessons learned for future projects.



赵文海 编著

听南怀瑾

讲最具影响的人生哲理课



中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

听南怀瑾讲最具影响的人生哲理课/赵文池编著. —北京: 中国华侨出版社, 2011. 6

ISBN 978-7-5113-1403-1

I. ①听… II. ①赵… III. ①南怀瑾—人生哲学—通俗读物
IV. ①B26—49②B821—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 075370 号

●听南怀瑾讲最具影响的人生哲理课

编 著 / 赵文池

责任编辑 / 棠 静

责任校对 / 李向荣

装帧设计 / 天下书装

经 销 / 新华书店

开 本 / 710×1000 毫米 1/16 印张 / 18 字数 / 259 千字

印 刷 / 北京忠信诚胶印厂

版 次 / 2011 年 6 月第 1 版 2011 年 6 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-1403-1

定 价 / 32.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层
邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

前言

每天面对着滚滚而过的车流，你有没有从心里产生了一种厌烦？每天看着那么多做不完的工作，你是不是觉得生活真的很没有意思？每天看着别人的笑脸，你有没有想过自己为什么会那么地不快乐呢？

我们每天的生活都是平淡的，我们的工作都是重复的，我们的日子在这样日复一日的学习、工作、烦躁中度过了，你有没有觉得很遗憾？其实换个角度想想，也许我们的生活是平淡的，但是这样我们过得很舒坦；也许我们的工作也是重复的，但是我们每天的生活却是新的。日子是重复的，心情却可以每天不同；生活是枯燥的，但是每天的太阳都是新的。

1918年出生的南怀瑾先生，现在已经是一位93岁高龄的老人了。他是我国的国学大师，是中国传统文化的积极传播者，也是儒释道思想方面的专家。这位高寿的老人曾经吃过很多的苦，也走过不少的弯路，当然他的人生也留下了遗憾。但是在这么多年的生活当中，他积攒了很多的智慧，并把这些智慧和我们分享。

他是个传奇的老人，他有着传奇的一生。他年轻的时候习过武，后来也参过禅，精通中国古代文化。他做过的善事很多，他的学生桃李满天下，他受人尊敬，谦卑待人。

南怀瑾先生的智慧对人的一生有很大的启发意义。因为他的智慧来源于古代的文化，也来源于自己的生活和亲身经历。

读懂了南怀瑾先生的智慧，就读懂了人生，就能够在繁华喧嚣中保持一颗安宁的心；就能在烦躁中获得一种平静；就能在看透生命之后获得一种洒脱；就能领略人生的美好；就能在人生的十字路口做出属于自己的最正确的决定。

在阳光暖暖的午后，让我们沏一壶清茶，手捧一本智慧之书，开始一段不同寻常的人生之旅吧。

第一章 要想做事先学做人

一介布衣，言有物，行有格，
贫贱不移，宠辱不惊。南怀瑾先生
用一面心镜，映照过眼的云烟，
无常的聚散。虽不敢说纤毫必显，
但确实并不迟钝。欲观人，先观
己；欲立事，先立人。普天之下，
谁敢放肆地说自己已懂得做人。

做人是天下第一的学问 / 2

难得糊涂的学问 / 4

曲线是世界上最近的距离 / 6

方圆有度 / 9

低调做人 / 12

做一个诚实正直的人 / 16

做一个有始有终的人 / 20

第二章 追求一个幸福的人生

人生，是世间最平凡的不凡之
作。它的平凡显现在其普遍性上，
每个人都有属于自己的人生路，它
是世间最平常的存在。人生又是不
凡的，它各具特色，承载着不同人
的不同梦想，一路前行。

每个人的人生都只有一次，同样
每个人的人生都不可能完美，但是
我们可以努力将自己的人生过得幸福。
就像曲子一样，动听的曲子都有自己的
曲调。对个人而言，这既是一种遗
憾，又是一种希望。遗憾的是，人生
中有很多的美丽不能尽享。而希望
在于，在这种遗憾中仍然有幸福存在。

生死不过自然现象 / 26

幸福是一种心态 / 29

保持一颗平静的心 / 35

顺其自然是一种生活方式 / 38

放下，即得到整片天 / 42

活在当下 / 44

像水一样做人 / 48

第四章 学习是一个人前进的动力

学海无涯，他一直纵舟其中；书山有路，他一直以书籍为台阶进行攀登。治学，南怀瑾先生从来都是不遗余力地全身心投入；做人，他亦勤勤恳恳，不肯有丝毫怠慢。唯有学习才是我们前进的动力。

眼界决定人生高低 / 94

处处留心皆学问 / 98

知识是飞向成功的翅膀 / 101

学而不思则罔 / 107

不要不懂装懂 / 112

知识有时也是束缚人的网 / 117

学习是一生都要做的事情 / 122

第三章 为人处世的哲学

“尽人事以听天命”是中国古人就有的智慧。现代人常说，重过程不重结果，其实表达的也是相同的含义。很多时候，人生之事根本无法辨清是非对错，尤其是处在人生低谷的时候，更无法用常理判断事情的发展动向。这时要想保持一颗平常心，不为忧愁和烦恼所累，强求和妄为都不是正确的选择。只有用“尽人事以听天命”开解自己，一边努力创造新的形势，一边在旧环境中等待时机，才是真正的智者所为。

人生的真谛在于付出 / 52

以诚待人 / 56

中庸是道 / 59

满招损，谦受益 / 63

包容他人 / 67

失去与得到 / 71

做事胜于空话 / 76

取舍之间 / 80

勿以善小而不为 / 84

说话的艺术 / 86

第五章 朋友是一路前行的支持者

“相识遍天下，知己有几人”。朋友就是成功时为你喝彩的那个人；失败时默默安慰你的那个人；快乐时一起分享的那个人；也是痛苦时握住你的手的那个人。人生一路上芳华散落，朋友是你永远的支持者。

益友如财富 / 128

亲如蜜，淡如水 / 132

滴水之恩，涌泉相报 / 135

宽容别人，善待自己 / 139

打造自己的人际关系网 / 141

面子问题 / 143

交友原则 / 145

雪中送炭的智慧 / 149

己所不欲，勿施于人 / 152

第六章 把握自己，找对方向

人生是一场赛跑。不过这场赛跑可以自己定终点，胜利的奖品是自己的心灵。看清自己，再看准目标，你就会有在人生的赛场上一路领先。

人生要把握关键 / 158

心有劲，力无穷 / 163

给自己的人生一个意义 / 166

目标是灯塔 / 168

要有自立自强的精神 / 172

坚持才会成功 / 177

患得患失最终会失去 / 181

有计划地获得成功 / 184

第八章 孝敬父母是儿女应做的

人生最大的痛苦莫过于“子欲养而亲不待”。父母是我们的第一任导师，是照亮我们人生路的灯塔。他们把自己所有的爱都给了自己的孩子，任凭世事变迁，任凭年华老去。作为儿女，我们最应该做的就是孝敬父母。

百善孝为先 / 218

行孝尽早，莫留遗憾 / 220

给父母以真诚的爱 / 223

大爱无言 / 226

大孝天下 / 229

父母之年，不可不知 / 232

一味顺从父母不算孝 / 236

可怜天下父母心 / 240

发自内心的孝 / 243

第七章 如何做好的领导者

一个优秀的领导者应该具备什么样的品格？一个优秀的领导者又是如何搞好和下属的关系呢？借助南怀瑾先生的智慧，教你如何成为一个受人爱戴和尊敬的领导者。

不拘一格降人才 / 188

信任别人 / 191

得道多助 / 195

宰相肚里能撑船 / 200

上下梁的关系 / 203

在其位，谋其职 / 206

敢于担当 / 209

苛刻待人，孤立自己 / 211

你的智慧，借我用用 / 213

第九章 面对困难，让它助你成长

困难犹如船上的帆，带你驶向成功的彼岸；困难犹如一双翅膀，带你飞向成功之巅。没有人喜欢困难，但它却是助你成功的动力；没有人喜欢困难，但是它却不断地拉近你与成功的距离。走出困难，原来成功离你并不遥远。

失意不忘形 / 248

山重水复疑无路 / 250

在痛苦中成长 / 255

迎接每一天新的太阳 / 257

忧虑就是耗费生命 / 259

人生得意莫骄狂 / 263

身处困境，心在顺境 / 265

忍耐那些不如意 / 269

打磨顽石出美玉 / 274

第
一
章
Chapter 1

要想做事先学做人

一介布衣，言有物，行有格，贫贱不移，宠辱不惊。
南怀瑾先生用一面心镜，映照过眼的云烟，无常的聚散。虽不敢说纤毫必显，但确实并不迟钝。欲观人，先观己；欲立事，先立人。普天之下，谁敢放肆地说自己懂得做人。

做人是天下第一的学问

大师语录

学问不是文学，文章好是这个人的文学好；知识渊博，是这个人的知识渊博；至于学问，哪怕不认识一个字，也可能有学问——做人好，做事对，绝对地好，绝对地对，这就是学问。

人格教育、学问修养是贯穿一生的。所以社会除了政治、财富力量以外，还有独立不倚、卓尔不群的人格、品格修养，作为社会人心中的中流砥柱。

学问则是一生的事，学问不是知识，做人做事都是学问。

点亮智慧

南怀瑾大师不仅是一名学者，对于知识有自己的见解；他更是一名“隐者”，他的一生能在各种复杂的社会环境和人际关系中进退自如。他不仅知道如何去做好学问，更深知如何去学好做人这门学问。

常言道：“做人难，难做人”，可见，做人也是一门学问，而且是一门不太好学的学问。南怀瑾先生认为：做人好，做事对，绝对地好，绝对地对，这就是学问。他推崇做人之道，认为做人是天下第一的学问。

所谓的学问和知识是不同的。文章写得好只能代表你个人文学好；你知识渊博，也只能说明你广闻博见，知道的比别人多而已。知识多数都是从书本里学来的，或者是从老师那里教授出来的，是死板的，是平面的。而学问则是你一生都要学的事，是立体的，是生动的，是要不断学习的。知识就是一个工具，运用这个工具我们可以很快地到达成功的彼岸，但是学问确实告诉我们应该如何去运用这些工具。只有工具而不会运用的人，徒有工具；而懂得如何运用工具的人，即便没有工具，也



可以凭借工具的原理创造出工具来。一个没有知识的人并不代表他没有学问，他做人做得好，做事做得对，和别人的关系都很好，就说明他学问学得好。

其实，学问就是一个人的文化修养。有知识的人普遍具有较高的文化水平，但是文化水平并不一定和个人修养、个人道德水平成正比。没有知识而有学问的人，会自觉地学习知识，用所学的知识为自己的国家，为自己的小家作出贡献。而有知识没有学问的人，他们对某些方面极为精通，如果造福于社会，是社会之幸；如果把平生所学用于邪路，将是社会之害。

2007年初，熊猫烧香的病毒致使许多电脑瘫痪无法正常工作，给广大的电脑用户带来了不小的损失。而熊猫烧香的作者是一个25岁的年轻人。可以说他是计算机病毒方面的精通者，但是知识丰富而缺少学问的他却走了一条危害别人的道路，而他最后也受到了应有的惩罚。

那么我们要怎样学习做人的学问呢？其实，处处留心皆学问。尺有所短，寸有所长，每个人都有自己的长处和自己的短处。看到别人的长处，虚心学习；看到别人的短处，就要反省自己有没有同样的错误。随时随地地思考，反省自己的行为，每时每刻提升自己，这就是学问。

学问还是一门综合学科，是一种人生的态度，是一种心境，是一种感悟。学问是和别人交往时的以诚相待；学问是对别人永不欺骗的诚实守信；学问是路见不平的拔刀相助；学问是遇到难题时的灵活机动。学问是要我们学习人类所拥有的一切美德，学问是提高个人修养的大厦基石。

有学问的人，都能处理好人和人之间的关系。对待父母，他们知道关心疼爱，知道乌鸦反哺；对待伴侣，他们好好地珍惜与爱护，小心翼翼维护这个用爱连接起来的家；对待上司，他们尊重他，把他视作自己学习的榜样；对待同事，他们友善有加；对待朋友，他们珍惜来之不易的友情。

做人是一门学问，南怀瑾先生所言甚是。一个有知识而无学问的人

要比一个有学问而无知识的人更加地可怕。我们的社会要发展，我们的理想要实现，我们的人生要想获得成功，这一切的开始都应来源于对于学问的学习。所以我们应该扎根于生活，从生活中的日常小事做起，学习做人的学问，不断提高个人的素质和修为，做一个有知识、有学问之人。

难得糊涂的学问

大师语录

绝顶聪明的人，不是故意装糊涂，而是把自己聪明的锋芒收敛起来，而转进糊涂，这就更难了。吕端就是一个绝顶聪明的人，他知道对什么事该聪明，对什么事该糊涂，这对一个官场中人来说实是难得。

清朝名士郑板桥，说过几句很了不起的话：“聪明难，糊涂亦难，由聪明而转入糊涂更难。放一着，退一步，当下心安，非图后来福报也。”

点亮智慧

南怀瑾先生所说的吕端是北宋人，他是北宋一代名相，他是“小事糊涂大事不糊涂”的典型。吕端才华出众，受到宋太宗的赏识。宋太宗想任命吕端为宰相，但当时有人说吕端糊涂，而宋太宗却反驳说：“端小事糊涂大事不糊涂”。确实，吕端为人旷达，对于个人利益的一些事情从来不会计较，这确实有些“糊涂”，但是对于大事，吕端坚决果断，深谋远虑，这就不难看出，吕端其实并不“糊涂”。

“难得糊涂”是很多人都比较信奉的处事原则，这也是南怀瑾先生比较赞赏的一种处世原则。一个人的聪明才智是很容易表现出来的，也可以被很多的人所效仿，但是这种难得糊涂的“糊涂”却并不是每个人都能学得来的。



“难得糊涂”是一种处世态度。对于很多的人而言，做到聪明和智慧是容易的。但是聪明处世总是会招来很多人的嫉妒。一个聪明的人难免会锋芒毕露，难免会引起众人的关注，也就很容易成为大家攻击的对象。而一个表现愚笨的人则正好恰恰相反，他不会成为人们关注的焦点，不会引起人们的注意，因此就可以过自己安宁自在的生活。

糊涂和聪明一样，是为人处世的一种方法。方法无所谓好坏，要看人怎么去运用它。懂得如何运用糊涂的人必然是聪明人。而聪明的人学习一点糊涂的处世方法，对自己则只会有利不会有弊。对一些琐碎的事情，一些非原则性的事情，糊涂一点。对于一些小细节的矛盾则更要糊涂一点，大事化小，小事化了，更何况是一些小细节。难得的“糊涂”为自己的心灵腾出了更多的空间，不去计较什么得和失，随之而来的烦恼自然就会减少了。聪明是智慧的表现，而“糊涂”更是聪明的体现。与人相处最可贵的就是把“糊涂”和聪明结合起来，该聪明时聪明，拿出自己的智慧，该糊涂时糊涂，藏起自己的锋芒。

一个人一直聪明于世很简单，一个人一直糊涂于世也不难，难的是聪明的人把自己聪明的锋芒收敛起来，转而糊涂。难得糊涂是一种智慧的体现，是一个人对社会洞悉所有后，最明哲保身的做法。

春秋时期卫国一位很有名的大夫叫做宁武子，他曾经历卫文公到卫成公两朝。《论语·公冶长》上说：“宁武子，邦有道则智，邦无道则愚。其智可及也，其愚不可及也。”也就是说，宁武子这个人，在国家繁荣太平时期他就是个聪明绝顶的人，而在国家混乱之时，他就变得愚笨不堪。但是，就是这个在卫文公时期是“第一聪明人”，而在卫成公时期“愚笨不堪”的他却凭借自己“糊涂”的本领安然度过了两个局面完全不同的王朝。所以可以看出，他的聪明是真聪明，但愚蠢却是假愚蠢。

糊涂在日常生活中可以让内心波澜不惊，好好享受生活；糊涂动荡的年代又可以使人明哲保身；糊涂让你在回首自己的一生时欣慰微笑；糊涂可以在让你与人交往过程中获得一个好的人际关系。对待别人的小错糊涂一点，既显得自己大度，又给别人以改正的机会；对待朋友糊涂

一点，就会让友谊之花开得更久；对待生活糊涂一点，就会让自己的烦心事少了不少。何乐而不为呢？放下那些困扰你的琐事，做一个糊涂而又快乐的人。

随着年龄的增长，阅历的丰富，我们会逐渐地发现，我们原本以为那个完美的世界其实存在着太多的不完美。所以我们只能学会用浊眼来看现实的世界。有些事情不需要我们去计较，有些事情不值得我们计较，该糊涂的时候就糊涂，即使不糊涂也要适当装糊涂。这样我们便能在繁华而又喧嚣的世界中保持一颗平静的心。

曲线是世界上最近的距离

大师语录

老子把我们老祖宗传统文化的原则抓住，指出做人处世与自利利人之道——“曲则全”。为人处世，善于运用巧妙的曲线，只此一转，便事事大吉了。

“曲成万物而不遗。”注意这个“曲”字，是非常妙的。老子有一句话“曲则全”，告诉我们不要走直路，走弯路才能全，处理事情转个弯就成功了。如小孩玩火，直接责骂干涉，小孩跑了，但用方法转个弯，拿一个玩具给他，便不玩火了。这是“曲则全”。老子这个“曲”字的原则，也是从《易经》这里来的，孔子也发现这个道理。现代科学也证明，到了太空的轨道也是打圆圈的，所以万物的成长，是需要走曲线的。人懂了这个道理，就知道人生太直了没有办法，要转个弯才成。现在讲美也讲求曲线，万事万物，都没有离开这个原则。

点亮智慧

在几何学中，两点之间最短的距离是直线，但是在人和人的交往中，