

改变人一生的

智慧书系
Zhi hui shu xi

汲取生活智慧

浓缩人生哲理

掌握成功之道

改变人生命运

人一生要懂得的

人生哲理

远方出版社

一生的
智慧书系
Zhi hui shu xi

汲取生活智慧

浓缩人生哲理

掌握成功之道

改变人生命运

人一生要懂得的

人生哲理

远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

人一生要懂得的人生哲理/冯强编. —呼和浩特:远方出版社,2007.5
(改变人一生的智慧书系)

SIBN 978-7-80723-231-5

I. 人… II. 冯 III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 066133 号

书 名:人一生要懂得的人生哲理

主 编:冯 强

责任编辑:王 福 刘卫伟

装帧设计:三石工作室

出版发行:远方出版社

社 址:呼和浩特市乌兰察布东路 666 号

电 话:0471-4919981(发行部)

邮 编:010010

经 销:全国新华书店

印 刷:北京一鑫印务有限公司

开 本:720×980mm 1/16

字 数:4160 千字

印 张:208

版 次:2007 年 6 月第 1 版

印 次:2007 年 6 月第 1 次印刷

印 数:1-3000

标准书号:SIBN 978-7-80723-231-5

定 价:980.00 元

远方版图书,版权所有,侵权必究

前 言

追本溯源、谈古论今，智慧就在我们身边。

如果有人问你，人一生要养成什么样的习惯、人一生要规避什么样的人、人一生要懂得哪些个商务礼仪、人一生要解决哪些关键问题、人一生要掌握哪些生活法则、人一生要注意的哪些细节、人一生要懂得的哪些人生哲理……这些问题你是否想过？这些都是说大不大，说小不小的问题，但很少有人去关注，因为这些知识都是零散的。但无论其影响大小，有趣的永远是其背后的历史和故事！为此，我们将那些读者可能感兴趣的、有意思的常识编辑成册，以管中窥豹。

本系列以丰富的知识，娓娓讲述各类事物的精彩历史，集知识性、趣味性、科学性于一体，内容包括中外古今，涵盖面广。本书即可以开拓视野，升华境界，丰富知识结构，又可以给人生活提示。既是一本知识储备辞典，又是生活之余的休闲。内容丰富、精彩、实用。是一套不可不读的智慧书系。

在选编的过程中，我们查阅了大量的相关资料。由于我们的水平有限，可能还有很多知识点，我们没有搜集到，而且内容来源借鉴不同报章、不同版本的书籍，其观点难免带有特定时期。因此，看本书时应抱着参考的态度来阅读其中一些内容，错误和不当之处仍在所难免，恳请读者批评指正。

本书编者

2007年6月

目 录

信心创造奇迹	1
成功的第一秘诀	3
贵在持之以恒	5
甩掉自卑的包袱	7
成功，从设定目标开始	9
磨难成就辉煌人生	11
不要让生命被别人设定	13
播种希望，收获奇迹	15
不要小瞧勇气	17
潜力无限	19
相信奇迹	21
勇敢说“不”	23
相信自己，别人才能相信你	25
让自己变得强大	27
要做就做到最好	29
恐惧阻碍成功	31
没有想像的那么难	33
把握抉择的时机	34
不同的理想，成就不同的人生	36
习惯影响成败	38

求人不如求己	40
积极应对挑战	42
追求梦想	44
学会学习	46
巧用劣势	48
不要跌倒在自己的优势上	50
为自己的过错承担责任	52
给自己一个悬崖	54
经验教训缺一不可	56
学无止境	58
合作才能生存	60
借力而行	62
丢掉多余的东西	64
用赞扬代替批评	66
沉默是金	68
改变自己，适应环境	70
推销自己	72
条件是可以努力创造的	74
说话有技巧	76
倾听让你受欢迎	78
创新让你与众不同	80
调整心态，走出困境	82
厚积薄发	84
听从自己的主见	86
将不利因素转化成有利因素	88
细节决定成败	89
接纳不完美的自己	91
克服焦虑	93
时间就是财富	95
不能丧失人格尊严	97

善良是一种胸怀	99
勇于承担责任	101
取舍的智慧	103
常怀善念	105
三思而后言	107
纠正错误，内心坦然	109
财富也可以分享	111
拒绝诱惑	113
宽容让人生更美丽	115
知己知彼不容易	117
善恶只在一念间	119
克服自负	121
钓鱼的诀窍	123
贪心猛于虎	125
上帝是公平的	127
发现生活的美	129
做快乐的主人	131
厄运就像一阵风	134
总能找到快乐的理由	136
心态决定命运	138
戒掉忧烦的习惯	140
微笑的力量	142
情感需要分享	144
宽恕他人就是宽恕自己	146
把握现在的幸福	148
胸怀雅量	151
展示真实的自己	153
把握平衡	155
合适的才是最好的	157
莫为小事烦忧	159

让自己放松些	161
你可以改变心情	163
最大的满足是付出	165
每个年龄都是最好的	167
贫困但不潦倒	169
不必生气	171
常怀感恩之心	173
别让心智老去	175
爱情创造奇迹	177
有亲情，就有快乐	179
爱，超越死亡	181
爱，需要自由的空间	183
婚姻需要宽容	185
爱，就是为对方着想	187
母爱之门永远不会关闭	188
人生需要原谅	190
金钱替代不了亲情	192
超越生命的友情	194
友谊要经得起磨难	196
苛求回报，友情会打折	198

信心创造奇迹

宋朝时候，有一段时期战争频频，国患不断，大将军李卫带领人马杀赴疆场，不料自己的军队势单力薄，寡不敌众，被困在小山顶上，注定将被敌军吞没。就在士气大减，甚至有要缴械投降之际，将军李卫站在大家的面前说：“士兵们，看样子我们的实力是不如人家了，可我却一直都相信天意，老天让我们赢，我们就一定能赢，所以我这里有9枚铜钱，向苍天祈求保佑我们冲出重围。我把这9枚铜钱撒在地上，如果都是正面，一定是老天保佑我们，如果不全是正面的话，那肯定是老天告诉我们不会冲出去的，我们就投降。”

此时，士兵们闭上了眼睛，跪在地上，烧香拜天祈求苍天保佑，这时李卫摇晃着铜钱，一把撒向空中，落在了地上，开始士兵们不敢看，谁会相信9枚铜钱都是正面呢?!可突然一声尖叫：“快看，都是正面!”大家都睁开了眼睛往地上一看，果真都是正面。士兵们跳了起来，把李卫高高举起喊道：“我们一定会赢，老天保佑我们了!”

李卫拾起铜钱说：“那好，既然有苍天的保佑，我们还等什么，我们一定会冲出去的，各位，鼓起勇气，我们冲啊!”

就这样，一小队人马竟然奇迹般战胜强大的敌人，突出重围，保住了军队。将士们说：“如果没有上天的保佑，我们就没有办法出来了!”

这时候李卫从口袋里掏出了那9枚铜钱，大家竟惊奇地发现这些铜钱的两面都是正面!

人生感悟

信心能创造奇迹！所以，身陷绝境仍要努力争取！

很多时候，人们那种无助、绝望的心情来自以往的经历，是一种学来的行为。当医务人员治疗垂危的患者时，发现那些受到高度鼓舞的患者往往活得更长些；另外，那些满怀希望的患者比失去信心的患者更容易康复，心情也更愉快些。

库特·理希特博士曾用两只老鼠做过一次简单研究。他用手紧抓住一只老鼠，不管老鼠怎么挣扎，他都不让它逃脱。经过一段长时间的挣扎后，老鼠终于不再反抗，几乎是一动不动了。然后，他把这只老鼠放入一个温水槽里，它立刻就沉底了，甚至根本没有试图游泳来求生，它死了。理希特博士把另一只老鼠直接放入温水槽中，老鼠很快就游向了安全的地方。

以上研究证明了一个观点：凡是更加努力去争取的人，就会做得更好些。正因为无助无望的心理是学来的，所以，你可以不去学它。

你是否学会了在生活中出现困难与障碍时充满希望呢？这是成功者和失败者的又一个分水岭。成功者不会丧失希望，他坚持不懈，他会去寻找其他可行办法，坚持把事情办成。



成功的第一秘诀

多年前的一个傍晚，一位叫亨利的青年移民，站在河边发呆。那天是他30岁生日，可他不知道自己是否还有活下去的必要。因为亨利从小在福利院长大，身材矮小，长相也不漂亮，讲话又带着浓厚的法国乡下口音，所以他一直很瞧不起自己，认为自己是一个既丑又笨的乡巴佬，连最普通的工作都不敢去应聘，没有工作，也没有家。

就在亨利徘徊于生死之间的时候，与他一起在福利院长大的好朋友约翰兴冲冲地跑过来对他说：“亨利，告诉你一个好消息！”

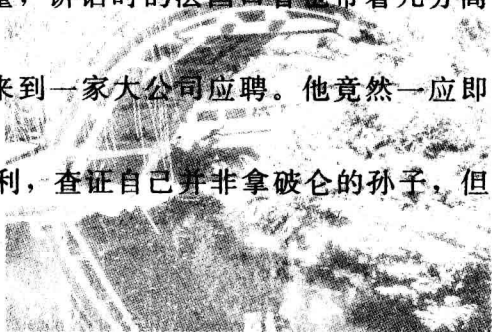
“好消息从来不属于我。”亨利一脸悲戚。

“不，我刚刚从收音机里听到一则消息，拿破仑曾经丢失了一个孙子。播音员描述的相貌特征，与你丝毫不差！”

“真的吗，我竟然是拿破仑的孙子？”亨利一下子精神大振。联想到爷爷曾经以矮小的身材指挥千军万马，用带着泥土芳香的法语发出威严的命令。他顿时感到自己矮小的身材同样充满力量，讲话时的法国口音也带着几分高贵和威严。

第二天一大早，亨利便满怀自信地来到一家大公司应聘。他竟然一应即被聘了。

20年后，已成为这家公司总裁的亨利，查证自己并非拿破仑的孙子，但这早已不重要了。



人生感悟

对自身的蔑视和残忍有不同的表现方式，自卑便是最常见的对自我的憎恨和与自己过不去，轻视自己，没有主见，用别人的判断标准扼杀自己的信心，这是许多悲剧的根源所在。因此，自卑是自信的天敌，是人生的陷阱。

科学家爱迪生说：“自信是成功的第一秘诀。”自信是独立个性的一个重要成分，是人们从事任何事业的最可靠的资本，自信能排除各种障碍，克服种种困难，使事业获得完美的成功。

记住，不是因为有些事情难以做到，我们才失去自信；而是因为我们失去了自信，有些事情才难以做到。所以，学会接纳自己，学会欣赏自己，将所有的自卑抛到九霄云外，是成功最重要的前提。



贵在持之以恒

开学第一天，苏格拉底对学生们说：“今天咱们只学一件最简单也是最容易的事儿。每人把胳膊尽量往前甩，然后再尽量往后甩。”说着，苏格拉底示范了一遍。“从今天开始，每天做300下。大家能做到吗？”

学生们都笑了。这么简单的事，有什么做不到的？过了一个月，苏格拉底问学生们：“每天甩手300下，哪些同学在坚持着？”有90%的同学骄傲地举起了手。又过了一个月，苏格拉底又问，这回，坚持下来的学生只剩下八成。

一年过后，苏格拉底再一次问大家：“请告诉我，最简单的甩手运动，还有哪几位同学坚持了？”这时，整个教室里，只有一人举起了手。这个学生就是后来成为古希腊另一位大哲学家的柏拉图。

人生感悟

世间最容易的事常常也是最难做的事，最难的事也是最容易做的事。说它容易，是因为只要愿意做，人人都能做到；说它难，是因为真正能做到并持之以恒的，终究只是极少数人。

半途而废者经常会说“那已足够了”、“这不值”、“事情可能会变坏”、“这样做毫无意义”。而能够持之以恒者会说“做到最好”、“尽全力”、“再坚持一下”。

龟兔赛跑的故事也告诉我们，竞赛的胜利者之所以是笨拙的乌龟而不是灵巧的兔子，这与兔子在竞争中缺乏坚持不懈的精神是分不开的。

巨大的成功靠的不是力量而是韧性，竞争常常是持久力的竞争。有恒心者往往是笑在最后、笑得最好的胜利者。



甩掉自卑的包袱

从前，在夏威夷有一对双胞胎王子，有一天国王想为大王子娶媳妇了，便问他喜欢怎样的女性。

大王子回答：“我喜欢瘦的女孩子。”

而知道了这消息的岛上年轻女性想：“如果顺利的话，或许能攀上枝头作凤凰。”于是大家争先恐后地开始减肥。

不知不觉，岛上几乎没有胖的女性了。不仅如此，因为女孩子一碰面就竟相比较谁更苗条，甚至出现了因为营养不良而得重病的情况。

但后来却出现了意外的情况。大王子因为生病一下子就过世了，因此仓促决定由弟弟来继承王位。

于是国王又想为小王子娶媳妇，便问他同样的问题。“现在女孩都太瘦弱了，而我比较喜欢丰满的女性。”小王子说。

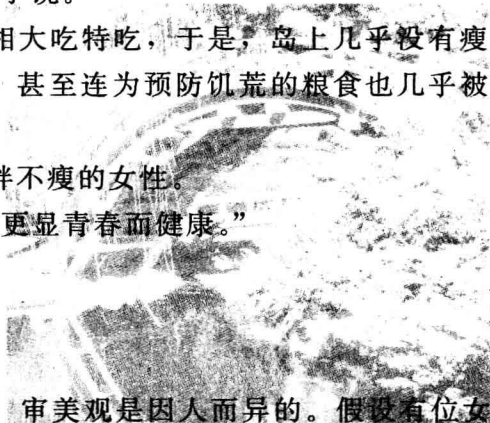
知道消息的岛上年轻女性，开始竞相大吃特吃，于是，岛上几乎没有瘦的女性了，但岛上的食物也被吃得匮乏，甚至连为预防饥荒的粮食也几乎被吃光了。

最后王子所选的新娘，却是一位不胖不瘦的女性。

王子的理由是：“不胖不瘦的女性，更显青春而健康。”

人生感悟

为缺点和自卑感到烦恼的人请注意：审美观是因人而异的。假设有位女



性，也许 A 先生会认为她是非常美的，而 B 先生却不这么认为。也就是说，每个人的审美观并不相同，太看重别人的评价或因为自己一点的缺陷就自卑，不但没有必要，而且会影响自己正常的生活。

一个人自卑的特点是：认为别人芳比自己强，自己处处不如别人，轻视、怀疑自己的力量和能力。

自卑感在每个人身上都或多或少地存在，但我们不应被自卑吓倒，而应超越自卑，让它升华为一种良好品格：谦虚谨慎，不骄不躁，并转化成进取的动力。只有这样，你才会活得开心，活得顺利，你的人生才会充满希望。



成功，从设定目标开始

比塞尔是西撒哈拉沙漠中的一颗明珠，每年有数以万计的旅游者来到这儿。可是在肯·莱文发现它之前，这里还是一个封闭而落后的地方。这儿没有一个人走出过大漠，据说不是他们不愿离开这块贫瘠的土地，而是尝试过很多次都没有走出去。

肯·莱文当然不相信这种说法。他用手语向这儿的人问原因，结果每个人的回答都一样：从这儿无论向哪个方向走，最后都还是转回出发的地方。

比塞尔人为什么走不出来呢？肯·莱文非常纳闷，最后他只得雇一个比塞尔人，让他带路，看看到底是为什么。他们带了半个月的水，牵了两峰骆驼，肯·莱文收起指南针等现代设备，只拄一根木棍跟在后面。

10天过去了，他们走了大约八百英里的路程，第11天的早晨，他们果然又回到了比塞尔。这一次肯·莱文终于明白了，比塞尔人之所以走不出大漠，是因为他们根本就不认识北斗星。

在一望无际的沙漠里，一个人如果只凭着感觉往前走，他会走出许多大小不一的圆圈，最后的足迹十有八九是一把卷尺的形状。比塞尔村处在浩瀚的沙漠中间，方圆上千公里没有一点参照物，若不认识北斗星又没有指南针，想走出沙漠，确实是不可能的。

肯·莱文在离开比塞尔时，带了一位叫阿古特尔的青年，就是上次和他合作的人。他告诉这位汉子，只要你白天休息，夜晚朝着北面那颗星走，就能走出沙漠。阿古特尔照着去做，三天之后果然来到了大漠的边缘。阿古特尔因此成为比塞尔的开拓者，他的铜像被竖在小城的中央。铜像的底座上刻