

姚鸿昌◎著

河北教育出版社



你
活
明
白
了
吗



你活明白了吗

唤醒智慧心灵

姚鸿昌◎著

河北教育出版社

图书在版编目(CIP)数据

你活明白了吗/姚鸿昌著. - 石家庄:河北教育出版社,

2004. 12

ISBN 7-5434-5635-4

I. 你… II. 姚… 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 118012 号

责任编辑 袁淑萍 颜 达

装帧设计 张克瑶

版式设计 赵中伟

出 版 河北教育出版社 <http://www.hbep.com>
(石家庄市友谊北大街 330 号,050061)

发 行 河北麦田图书有限责任公司

制 版 保定市万方数据处理有限公司

印 刷 河北天润印刷有限责任公司
(石家庄市北二环西路 201 号)

开 本 880×1230 毫米 1/32

印 张 7.75

字 数 166 千字

印 数 1—5000

版 次 2005 年 1 月第 1 版

印 次 2005 年 1 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 7-5434-5635-4/B·34

定 价 16.50 元

版权所有,翻印必究 法律顾问:徐春芳 陈志伟

如有印装质量问题请与出版部联系调换。 0311—8641271,8641274

邮购地址:050061,石家庄市联盟路 707 号中化大厦 1101 室 麦田书友俱乐部

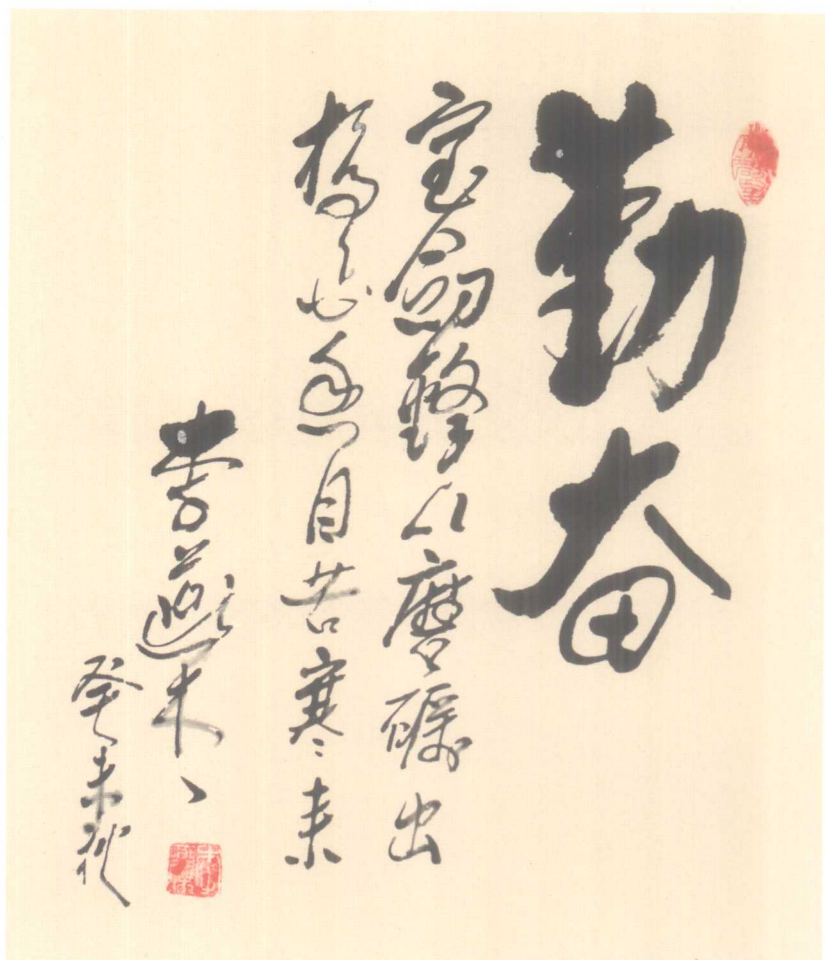
邮购电话:0311—7731224 E-mail:wfbbooksell@vip.163.com



作者在石家庄市先进文化讲座中演讲



作者（左二）与疯狂英语创始人李阳（左三）合影



著名教育家李燕杰题词

序

鸿昌同志是我的好友。他的新作《你活明白了吗》即将出版。我听到这个信息，感到十分高兴。因为这是一本值得社会各界欢迎的书，是利于广大青少年成功的书。他请我写一序言，我是感到荣幸的。首先，我想说说我的一些想法，或者说是先和青少年谈谈心。

人，是要有梦想的。我自小有成功的梦想。我更希望我们每个中国青少年都有梦想。我坚信广大青少年一定会超过我们，超过所有的老一代，实现自己的梦想与辉煌。

要实现人生的梦想，就要顺应时代潮流，和道而行，在与时俱进中根据环境的变化及时做出选择和努力。即使后来的成功轨迹并不是沿着最初的设想延伸，但梦想中的奋斗和调整，却能让我们取得意想不到的成功。

我没有想当旅行家，却在地球上走了六百多个城市。

我没有想当演讲家，却演讲三千八百余场。

我没有想当教育家，却办一个大学收生逾三十万。

我没有想当诗人，却写诗三千余首。

我没有想当书法家，却写书法条幅两万余幅。



我没有想当什么名人，我的名字却进入了一百二十余种中外名人大词典。

我讲这些话的目的是告诉青少年朋友，一个人走向成功，是一个长期的实践过程，所谓“积沙成塔”、“集腋成裘”。一个人想走向成功是需要“干”的，即必须有实干精神，同时还应有相应的智慧。这里的一次演讲、一个书法条幅都在为青少年铸魂育才系统工程添砖加瓦。

我讲这些，并不是想夸耀自己，只是想告诉青少年，从小要有梦想，要有一个又一个的梦，在人生任何场合都要站在第一线队列里，为了理想，为了实现自己绚丽的梦，就要努力奋斗。一个人能合情合理顺乎自然地运用自己的生命，就可以达到圆满与成功。总之，回顾在人类历史上成就伟大事业，实现自己梦想的人，往往掌握这样一个公式：

资质 + 奋斗 + 机遇 = 成功

一个人要想成就一番事业，一定要有一个起码的前提，这就要有一个走向成功的条件，包括身心健康、智慧、智力的条件。据我所知，这是许多人所共同具备的。一个人有了成功的前提，还要奋斗，要把别人喝咖啡的时间都用在学业与事业上，特别要善于开掘自己的潜力，激发自己的智慧。这既要靠自己的努力，也要靠别人的引导与帮助。接下来就要在天地人中找到自己的坐标。要有天时、地利、人和。

今天，姚鸿昌先生《你活明白了吗》一书出版了，这是一件大好事。因为一个人有了走向成功的前提条件，就需要有人帮助开发潜能，激发智慧，而这本书恰恰是这样一本好

书，它能帮助青少年及其家长在学习与事业上得到成功。同时，还要懂得让自己的工作与理想符合社会发展法则：

顺风顺水顺民意，得仁得义得天时。

求真求善又求美，立德立言再立功。

姚鸿昌先生一贯倡导最具竞争力的教育——智慧教育。这一点与我不谋而合。

他的演讲与教学能启迪心灵，唤醒智慧，并突破传统教育观念。他再三强调世界上只有两种东西是无限的，一个是我们置身于其中的浩瀚宇宙，另一个是我们自己的心灵世界。作为大自然的杰出的作品，造物主不仅造就了人类独具魅力的艺术造型，也造就了人类聪慧无比的智慧心灵。“人生其实就是一首诗，而心灵才是这首诗的意境。”这话讲得多好啊！

他还强调，“美好人生不仅源于我们生存和生活的环境，更源于主动学习中的智慧心灵呼唤。其实，学习唤醒自己智慧心灵的过程，就是读懂自己智慧心灵的过程，就是读懂自己心灵这部书的过程，就是不断实现人生意义的过程”。这难道不是走向成功的哲理吗？

这本书全面、深刻地论述了开发潜能与智慧的哲理，文字清晰，如诗如画，堪称为诗化、美化、艺术化、哲理化的范例，其中许多内容都能引人入胜，并从中受到启迪。

我希望每个读者都能怀着美好的梦想，走向人生的成功。我赞成书中所提到的：

“读懂自己心灵这部书，不是简单地复归于婴儿的回忆，



你活明白了吗

而是理解人生意义之上的超越，是消化人生苦难和面对人生厄运的自信，是智慧之秋的一种心灵升华，是一种发自内心深处的人生责任感和社会责任感。”

努力吧，朋友们！让我们在读这本智慧之书的时候，增强自己走向成功的信心，逐步走上成功之路，实现梦想——创造辉煌！

李燕杰

2004年8月25日于病中

目 录

第一章 读懂自己的心灵这部书…………… (1)

带着心灵去旅游：大视野观察 …………… (3)

——读懂自己的心灵，理解人生的意义，升华智慧的心灵，激发你内心深处的人生责任感和社会责任感。

播种智慧的春天：快乐展曲 …………… (11)

——童年的好奇心是“金子”。聪明的家长不会放弃让“金子”发光的机会。

生长智慧的夏天：美的旋律 …………… (30)

——什么叫不简单？把简单的事做好了就是不简单！
什么叫不平凡？把平凡的事做大了就是不平凡！

收获智慧的秋天：幸福乐章 …………… (36)

——人生没有终点，只有起点，永葆青春，永远奋斗不止。

第二章 观念反思：社会热点问题思考…………… (45)

走向健康长寿之路…………… (47)

——关心你的生理健康，更要关心心理健康和心灵健康。



你活明白了吗

远离下岗待业的思考 (53)

——我们几乎把一切希望寄托到孩子身上，当他们一天天长大成成人时，却发现没了自我。

让我们的子女成才 (60)

——孩子的未来取决于家长的素质和家庭环境。

第三章 从“知识人”到“智慧人” (71)

话说“知识人” (73)

——知识经济时代需要创新型的知识人。

唤醒“智慧人” (74)

——“智慧人”正如当今的计算机一样，已经插上了“奔腾”的翅膀，具备了高速发达的本领和能力。

走好“人生路” (86)

——人生是全面发展的智慧之路，是以梦想和追求为目标，在快乐生活中尽情表演。

塑造“智慧环境” (88)

——智慧人的成长，正是智慧环境对人的再造——从我做起，从现在做起。

第四章 学习智慧：观念第一 (91)

积极改变的观念 (93)

——改变不了别人，就改变自己；改变不了环境，就改变观念。我们一旦改变自己，就会发生奇迹，

营销“服务”的观念	(96)
——“行行都是服务业，人人都是服务者。”“营销服务”就是营销人生学做人，营销产品学做事，营销服务学相处，营销智慧学创新。	
智慧整合的观念	(97)
——用“智慧”驾驭人生是智慧人的必然选择。人生其实就是智慧对自身人格、能力、习惯和与环境融合链接的智慧生命信息网资源的艺术整合与创新。	
创造机遇的观念	(99)
——机会是留给有准备的人的。造就与时俱进的时代“智慧人”，是成就希望事业的新机遇。	
心灵突破的观念	(101)
——人需要自我实现，也需要自我超越，还需要变“小我”为“大我”。	
智慧教育新观念	(103)
——智慧教育是“从我做起”，是用诚挚的“爱心”、痴迷的“爱好”和勤奋的“爱学”塑造人格、能力及习惯的教育，是成长创新的教育。	
第五章 智慧生命之路	(115)
研究“我”是“谁”？	(117)
——人是万物之灵，人类未来教育的首要任务应当是教人懂得“人是什么”和“人应当怎样做人”。	
智慧生命的“春”、“夏”、“秋”、“冬”	(119)
——用你一生的激情——播种智慧的春天，创造智	



你活明白了吗

慧的夏天，收获智慧的秋天，浓缩智慧的冬天。

人的智慧生命信息网 (122)

——人类的后天智慧教育就是要激活、发展、完善一个属于智慧人自身的智慧生命信息网。

唤醒“智慧之神” (134)

——智慧教育重在全面唤醒人的智慧，通过自主教育实现所有人的主动改变。

第六章 从“电磁场”到“环境激励场” (141)

环境场激励与激励环境场 (143)

——用“善”战胜“恶”，用“智”战胜“愚”，用“乐”战胜“苦”，用“勤”战胜“懒”——在维护自尊与自信中，改变自己、改变环境。

“以人为本”的智慧教育环境 (145)

——教育的真正责任是什么？创造适宜的环境，这就是智慧教育的真谛。

创建学习型社会从家庭开始 (153)

——所有通过家庭而成长起来的人，都会在记忆深处留下家庭环境世界的深刻印象，都会带着这种印象进入另外一个更大的世界——社会。

第七章 明智的选择：创建学习型家庭 (155)

时代呼唤创建学习型家庭 (157)

——随着信息时代来临，现代家庭不仅是家庭成员休养生息的聚居之地，也是进行国际化信息交流和

终身学习的主要场所。

树立终身学习观 (158)

——创建学习型家庭就是要求营造一个家长与孩子共同求知求发展的家庭学习氛围，读懂孩子这本书，与孩子一起成长。

努力成为现代社会新型父母 (158)

——向孩子学习，与孩子共同成长，塑造高素质家庭，已成为现代父母的新理念。

第八章 全方位转变家长形象 (161)

家长角色的转变 (163)

——教育并非单纯说教，更重要的是用行动“做”出来的。家长只有变“说教者”为“学习者”，才会真正实施智慧教育。

家长行为的转变 (166)

——孩子是什么？是一颗颗即将点燃的火种，家长的责任就是燃起走向成功的熊熊火焰，创造出奇迹。

教育手段的转变 (168)

——随着信息时代来临，单向说教和读写形式正渐渐被视听教育所取代，图文声像并茂的多媒体世界向孩子们展示了更具魅力的知识源。

思维方法的转变 (170)

——决定孩子命运的是智慧，当潜能发挥出来后，不仅学习成绩会提高，而且更适应未来社会需要。



你活明白了吗

第九章 智慧教育之路：“三爱”激励新理念 …… (173)

从“智慧人”模型谈起 …… (175)

——人生就是智慧对人格、能力、习惯及自然资源和社会资源的艺术整合。

学生的主要任务是什么 …… (177)

——学生的主要任务是成长，是发展，是要通过自身的努力塑造一个适应社会需要的活生生的人。

用诚挚的“爱心”塑造人格 …… (177)

——孩子是未来世界的主人，为了孩子，让我们用“爱心”唤醒他们心中的“爱”和责任心吧。

用痴迷的“爱好”锻炼才智 …… (180)

——爱好是成才者之“神”，在激发孩子的兴趣中培养他们的主动学习能力、动手实践能力、表达能力、和谐相处能力和创新能力。

用勤奋的“爱学”养成习惯 …… (188)

——乌申斯基有句名言：“良好的习惯是人在某种神经系统中存放的道德资本，这资本不断增值，而人在其整个一生中享受着它的利息。”可见好习惯对于人是多么重要。

第十章 早期教育新思路 …… (191)

学龄前教育的反思 …… (194)

——早期教育的重心是培养孩子的综合素质基础。

为学校输送“智慧启蒙型”人才	(196)
——让孩子成为对大自然和人类社会充满兴趣的探 宝者。	
爱的选择：再做一次“好孩子”	(200)
——为了孩子的未来，让我们再做一次“好孩子” 吧。	
爱的交流：平等相处	(206)
——您敢向孩子道歉吗？您能与孩子共舞吗？您愿 意倾听孩子的故事吗？在爱的交流中，您的孩子一 定会变得懂事理，爱生活	
 第十一章 学习型社会中的个人、家庭和企业	(211)
 走向学习型社会	(213)
——时代发展的目标：构建学习型社会——全民学 习、终身学习。	
创建学习型组织	(219)
——学习型组织：自我超越，心智模型，共同愿 景，团体学习，系统思考。	
提高个人和组织学习力	(225)
——学习力就是比你的竞争对手学习得更快！更 强！更全面！	
启迪智慧心灵的先进文化	(227)
——先进文化是人类走向和平发展的历史驱动力。	
造就唤醒智慧心灵的成长顾问	(229)
——在创建学习型家庭、学习型企业、学习型城市	



你活明白了吗

过程中，需要塑造一支庞大的智慧成长顾问队伍。

从学习型家庭到学习型企业…………… (230)

——人人都在学习，全社会都在学习，关键是看在这场学习竞赛中，谁起步更早一点儿、快一点儿、多一点儿、新一点儿。

后 记…………… (233)