

迄今为止最全面、最实用、最具珍藏价值的版本

林一格◎编著

哈佛家训



**培养最杰出的青少年
造就社会精英的经典教科书**

300年哈佛教育智慧，最顶级的教育理念
培养孩子的精英意识，奠定一生的成功基石
让父母从中受到启迪，把孩子培养成社会财富

中国华侨出版社

哈佛家训

林一格◎编著



中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

哈佛家训 / 林一格编著. —北京: 中国华侨出版社, 2013.4

ISBN 978-7-5113-3526-5

I. ①哈… II. ①林… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第081421号

哈佛家训

编 著: 林一格

出版人: 方 鸣

责任编辑: 一 世

封面设计: 异一设计

文字编辑: 张 桦

美术编辑: 刘 佳

经 销: 新华书店

开 本: 1020毫米×1200毫米 1/10 印张: 44 字数: 757千字

印 刷: 北京德富泰印务有限公司

版 次: 2013年7月第1版 2013年7月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-3526-5

定 价: 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成大厦三层 邮编 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发行部: (010) 58815875 传 真: (010) 58815857

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

前言

创建于1636年的美国哈佛大学，被誉为高等学府王冠上的宝石，无论是学校的名气、设备、教师阵容，还是学生的综合素质，都堪称世界一流。300多年间，哈佛大学先后培养出8位美国总统、40位诺贝尔奖获得者、32位普利策奖获得者，以及数以百计的世界级财富精英，为商界、政界、学术界及科学界贡献了无数成功人士和时代巨子。正如哈佛大学第23任校长科南特所言：“大学的荣誉，不在它的校舍和人数，而在于它一代又一代人的质量。”

哈佛靠什么打造了这些巨人？他们的教育中有什么深藏未露的秘密？从这些成功者身上我们不难看到，在哈佛收获的东西是他们获得如此成就的决定性因素，是哈佛精神始终鞭策他们向成功的顶峰攀登，是哈佛大学成功的教育理念缔造了他们辉煌的人生。

哈佛大学的巨大成就，关键不是因为它的规模宏大、学科众多，而在于它先进的办学理念、追求真理的可贵精神和300多年沉淀下来的闪光智慧。在人生的旅途中，大学只是一段短暂的历程，但哈佛让学生在这段短暂的历程中汲取了智慧的营养，教会了学生怎样做人、怎样做一个成功的人，并引领他们思考和感悟人生，为实现人生目标、取得成功做好积极而充分的准备。

当然，哈佛取得巨大的成就，并不完全是学校教育的成果，这其中也有学生家长的功劳。他们成功的教育方法和理念、他们培养孩子成才的坚定信心和严谨态度，以及他们将教育孩子作为人生重要目标的信念，都是哈佛精英教育的重要组成部分。

每个家长都渴望自己的孩子拥有成功的人生，要想成功，就离不开教育的作用。父母是孩子的第一任老师，家庭是孩子的第一个课堂，家庭教育在很大程度上决定着孩子的未来。但是，如何更好地教育孩子是家长们公认的一大难题。随着社会竞争的激烈发展，家长的教育职责也越来越具有挑战性，其教育理念和教育方法直接决定着孩子将会取得的成就。哈佛家训的成功案例告诉我们，正确的学习习惯和生活习惯是父母给予孩子的最大财富。

本书汇集了哈佛大学最顶级的教育理念和哈佛家训的精华，从人生哲学、优秀品质、杰出本领、人性弱点等多个角度，充分诠释了哈佛大学教育理念中的精髓和哈佛家训的要旨，

触及了人生中最朴素的感情和人性中最本质的东西，并挖掘出成长路上最丰富的成功内涵，为成长中的孩子提供适合其心理需求的精神养分，铸就一个哈佛学子应有的优秀品质，并树立起明确的精英意识，学会在学习和生活中自我选择，自我塑造，为成长为社会精英打下坚实的基础。

通过本书，每个家长都可以与自己的孩子一同品味哈佛教育精华，帮助他们在成功的道路上迈出坚实的一步。对于孩子来说，这里没有冗长的说教，只有无穷无尽榜样的力量。对于成人来说，这里没有累赘的语言，只有深刻的人生哲理感言。所有阅读这本书的读者——无论是涉世未深的青少年，还是经历过世事风雨的成年人，都可以与哈佛学子一起感悟人生，追求成功的真谛；听从梦想的召唤，为成功的人生树立航标；聆听成功的声音，奋勇攀登并征服生命的高峰。希望这本书中的某一个故事或者某一句话能改变你的人生，从而使你由平庸变得非凡，从失败走向成功。



第一篇 百年哈佛教给学生的人生哲学

第一章 人生是什么 2	奉献会让生命没有遗憾..... 22
活的是过程..... 2	自私是“坟墓”..... 23
人生没有输赢..... 3	声誉永不贬值..... 24
人生不是用来享乐的..... 3	宽容是金..... 25
过属于你自己的生活..... 4	正直是快速成功的有效方法..... 25
用平和心态对待死亡..... 5	富有责任感是人生必备的品质..... 26
懂得热爱生命..... 5	忠诚是无价之宝..... 26
人生没有往复..... 6	
第二章 合理规划自己的时间 7	第六章 原则是不可逾越的底线 27
时间的意义..... 7	哈佛之所以是哈佛..... 27
合理利用零碎时间..... 8	迁就别人也要有底线..... 28
恪守时间，珍惜时间..... 9	尊重他人的立场和原则..... 29
做时间的主人..... 10	做人要有底线..... 30
零碎时间可以成就大业..... 10	守住你做人的底线..... 31
	既要坚守原则又要懂得变通..... 31
第三章 幸福在你心中 12	第七章 缺陷是一种恩惠 32
什么是最大的幸福..... 12	失去是一种获得..... 32
别让欲望抢走幸福..... 12	没有人是全才..... 33
幸与不幸全在于自己..... 13	人生需要运算..... 34
拥有一个健康的身体..... 14	放弃是为了更好的选择..... 34
从感恩中获得幸福..... 14	
第四章 学习到底是为了什么 15	第八章 人生没有终点 35
学历不是“通行证”..... 15	享受不断超越的过程..... 35
大学毕业不等于学习终结..... 16	不要给你的未来穿上“鞋子”..... 36
真正要学习的是学习方法..... 17	拥有享受每一天的智慧..... 37
成绩不等于成就..... 18	生命是一种过程..... 37
能力比知识重要..... 18	准备一个丢弃错误的垃圾桶..... 38
	挫折可以为你增值..... 39
	最美的是过程..... 40
第五章 美德验证人生价值 20	第九章 快乐根植于心 41
做人是根本..... 20	阳光人生需要阳光心态..... 41
用真诚赢得信任..... 21	别让贫穷压弯了腰..... 42
信用是人生的一笔财富..... 21	

不要让心智老去.....	42	自负的人很难进步.....	62
平常心成就美丽人生.....	43	放下架子.....	62
活在今天.....	44	不要看低任何人.....	63
成功由心态掌控.....	44	低姿态可以保全自己.....	64
要快乐就要简单生活.....	45		
第十章 热忱让生活更生动.....	46	第十四章 梦想是成功的翅膀.....	64
学会适应压力.....	46	分大目标为小步骤.....	64
不为打翻的牛奶哭泣.....	47	贫穷只因无梦想.....	65
相信脚比路长.....	47	确信目标终究会实现.....	66
热情创造奇迹.....	48	确定自己的职业目标.....	67
把热情带入工作.....	49		
热忱让生活更生动.....	49	第十五章 每个人都是金子	68
强迫自己采取热忱的行动.....	50	经营你的强项.....	68
		每个人都是金子.....	69
第十一章 真实是人生的最高境界...50		一味攀比会使你迷失方向.....	70
多追问事情的原委.....	50	不要开错窗.....	70
以真理为友.....	51	走出别人给你画的圆.....	71
敢于说出事情的真相.....	52		
演绎好自我角色.....	52	第十六章 人生需要自我激励.....	71
真实的高度.....	53	告诉自己“我可以”	71
自然是美的最高境界.....	54	人生需要自我激励.....	73
向未知的事物“进军”	55	别吝啬对自己的犒劳.....	73
拒绝虚荣心的入侵.....	56	在自我赏识中肯定自己.....	74
		自己拯救自己.....	75
第十二章 爱是终生受用的财富.....56		最难战胜的敌人是你自己.....	76
爱心可以丰富人生.....	56	丧失信心就等于放弃了自己.....	76
父母的爱是伟大的.....	57		
爱可以创造奇迹.....	57	第十七章 正视思考的巨大力量.....	77
善行是心灵最好的医药.....	58	正视思考的巨大力量.....	77
富有同情心.....	59	挣脱你的“思维栅栏”	78
付出是一种享受.....	59	敢想才能敢干.....	78
用爱温暖人心.....	60	创新来自思考.....	79
		留点时间思考.....	80
第十三章 放低姿态是一种智慧.....61		提出一个问题比解决一个问题重要.....	80
不要好为人师.....	61	别忘了思考自己失败的原因.....	81
		善于发现问题.....	81

第十八章 好习惯受益终生82	第二十二章 不要迷失了自己96
习惯的力量..... 82	世界会因你的与众不同而精彩..... 96
耐心的习惯助你成功..... 83	保持自我本色..... 97
自我反省的习惯引领你进步..... 84	有破茧而出的魄力..... 98
珍惜时间的习惯会延长生命..... 85	个性创意让你与众不同..... 98
注重细节的习惯助你成大事..... 86	
节俭是一种美德..... 86	第二十三章 成为备受欢迎的人99
	有效沟通缔造友谊..... 99
第十九章 倒掉鞋中的沙砾87	收起你的嫉妒心..... 100
远离懒惰部落..... 87	不要吝啬你的赞美..... 101
远离“找借口”的习惯..... 88	与人方便自己方便..... 101
倒掉鞋中的沙砾..... 88	任何时候都要给别人留有余地..... 102
刚愎自用只能让你自闭..... 89	
	第二十四章 成功有很多种 103
第二十章 别让习惯牵着走90	成功没有止境..... 103
从今天起改掉不良习惯..... 90	什么是成功..... 104
别让习惯牵着走..... 91	拥有名利不等于成功..... 105
寻找习惯的空隙..... 91	拥有成功的心态..... 106
好习惯需要用心培养..... 92	
多和有好习惯的人交往..... 92	第二十五章 等待是成功的天敌 ... 107
	等待是成功的天敌..... 107
第二十一章 性格决定成败93	心动不如行动..... 107
坚忍的性格让你成为不倒翁..... 93	行动创造奇迹..... 108
善于合作才能发挥最大的价值..... 94	现在就去..... 108
勇于冒险..... 95	成功与绝望为敌..... 109
自信成就未来..... 96	成功属于坚持到最后的人..... 109

第二篇 百年哈佛教给学生的优秀品质

第一章 自信 112	找到属于自己的音符..... 118
每个人心头都隐伏着一头雄狮..... 112	树立自信,走出自卑的泥潭..... 119
信念是所有奇迹的萌发点..... 113	
自信多一分,成功多十分..... 114	第二章 自立 121
勇于挑战自己的缺憾..... 116	自立是生存的开始..... 121
不要受他人评价的左右..... 116	自助者天助..... 123

自食其力才能赢得尊严.....	125	第八章 注重行动.....	163
学会自己拿主意.....	126	只有行动才能让计划变成现实.....	163
		不要只生活在梦想里.....	165
第三章 乐观.....	127	用目标激励行动.....	166
变更心境就能够变更生活.....	127	做好行动前的准备.....	167
在心灵播下快乐的种子.....	129	拒绝拖延，今日事今日毕.....	168
每天送给自己一个希望.....	131		
对自己说“不要紧”.....	132	第九章 负责.....	170
		责任是一个人成长的动力.....	170
第四章 坚韧.....	134	责任伴你走向成熟.....	171
挫折是大自然的计划.....	134	责任传递责任.....	172
在困难面前你需要重新站起来.....	135	责任让你更加勇敢.....	173
用行动反击失败.....	137	学会对自己的行为负责.....	174
用笑脸迎接挫折.....	139	尝试着自己作决定.....	175
为成功付出耐心.....	140	勇于负责，不要推卸责任.....	176
坚持到底，永不放弃.....	142	对小事负责才能担当大任.....	177
磨炼坚韧的意志力.....	144		
		第十章 自制.....	178
第五章 勇敢.....	144	控制自己让你更强大.....	178
推开虚掩的成功之门.....	144	不要成为情绪的奴隶.....	180
勇于冒险，没有尝试就没有成功.....	146	冷静沉着，遇事应付自如.....	181
挑战生命中的“不可能”.....	147	培养坚强的自制力.....	182
在行动中忘掉恐惧.....	148		
勇气的一半是智慧.....	150	第十一章 宽容.....	182
		宽厚容人，不过于苛求别人.....	182
第六章 进取.....	151	用和平的方式处理冲突和愤怒.....	184
害怕前进只能停留在原地.....	151	不为小事争执.....	185
欲望是开拓命运的力量.....	153	用宽容化解仇恨.....	186
每天都是一个新起点.....	155		
超越自我，和自己比赛.....	156	第十二章 尊重他人.....	187
		敬人者，人恒敬之.....	187
第七章 勤奋.....	157	让别人感觉到自己重要.....	189
成功属于有刻苦精神的人.....	157	尊重他人的人格.....	190
勤奋是克服“先天不足”的良药.....	158		
美好的生活要靠勤劳获取.....	160	第十三章 乐于合作.....	191
享受劳动的快乐.....	162	合作才能共赢.....	191
每天多做一点点.....	162	信任是合作的基石.....	192

学会欣赏对方·····	193	第十五章 崇尚运动·····	199
		挑战生命的极限·····	199
第十四章 分享·····	194	拼搏是成功的前奏·····	200
开放的花园最美丽·····	194	养成热爱运动的好习惯·····	202
给予是快乐的源泉·····	196	学会放松，释放心中的压力·····	203
分享促人成长·····	197		

第三篇 百年哈佛教给学生的杰出本领

第一章 给自己一个准确定位·····	206	善于用曲线战术解决问题·····	228
给自己做个“盘点”·····	206	釜底抽薪，不留后患·····	229
选自己能胜任的工作·····	207		
切勿盲目自大·····	209	第五章 正确把握感情·····	231
学会从最低级的事情做起·····	209	认识“青春期”·····	231
天生我才必有用·····	210	“早恋”不是罪·····	232
		是爱还是懵懂·····	234
第二章 终生学习·····	211	长大以后再说爱·····	235
知识是登上成功顶峰的基石·····	211	了解必要的性知识·····	236
学习知识也要有所甄选·····	212	不因情感而荒废学业·····	237
学习要选用适合自己的方法·····	214	学会情感转移·····	238
尝试用各种方式为头脑“充电”·····	215		
学习切忌浅尝辄止·····	217	第六章 合理安排时间，努力提高效率·····	239
		时间在你眨眼时偷偷溜走了·····	239
第三章 不错过任何一个机会·····	218	充分利用闲暇时间·····	240
机遇出现时你应一眼认出它·····	218	时间是“挤”出来的·····	241
机遇来临时你要一把抓住它·····	220	不要让明天为今天“买单”·····	242
机遇之花需要汗水来浇灌·····	221	学会时间统筹·····	243
机遇只偏爱有准备的头脑·····	222		
机遇喜欢那些愿意“多付出一点点”的人·····	223	第七章 快速处理各种有效信息·····	245
		我们生活在信息风暴中·····	245
第四章 善于排除障碍，解决问题·····	224	对信息要保持高度的敏感性·····	246
尽量做到防患于未然·····	224	广泛收集信息·····	247
善于找出问题的症结所在·····	226	对众多信息进行有效筛选·····	248
善于利用各种资源来解决问题·····	227	加工信息，使之更适用·····	249

第八章 熟练掌握至少一门专业技能 250	第十二章 充分展示最棒的自己 275
百门通不如一门精..... 250	做演员，不做看客..... 275
一技在手，事半功倍..... 251	良好的语言表达能力是精彩人生的基石... 276
结合兴趣学习技能不会觉得累..... 252	在辩论中挥洒激情..... 278
熟练不能只停留在课本中..... 253	展示自己并不是炫耀..... 280
成功来自对自己强项的极致发挥..... 254	
第九章 懂得创造性合作 255	第十三章 深谙人际交往的技巧 281
我们需要与别人合作..... 255	诚信是人际交往的第一准则..... 281
学会与别人合作..... 256	说话要注意场合与分寸..... 282
相互包容是合作的前提..... 257	学会待人接物..... 284
学会借鉴他人经验..... 258	学会倾听..... 285
	学会赞美别人..... 287
第十章 用口才影响他人 260	集体活动为你提供更多与人交流的机会... 288
不畏听众的目光，放松些..... 260	乐于接受别人的忠告..... 289
丢掉你的羞怯感，勇敢点..... 261	
学习优秀演说家，勤锻炼..... 263	第十四章 控制自己的行为 and 情绪 290
将激情注入演讲，燃烧吧..... 264	要想打败他，就先激怒他..... 290
形体语言配合你，更精彩..... 265	自制力是日常行为的一把保险锁..... 291
	学会忍耐，不骄不躁..... 293
第十一章 良好形象，完美塑造 ... 267	没有人会为你的坏脾气“买单” 294
成功形象很重要..... 267	冲动误大事..... 295
健康使外表靓丽..... 268	控制自己的情绪..... 297
社交着装有讲究..... 270	
良好礼仪少不了..... 271	第十五章 充分挖掘自己的潜能 299
优雅谈吐印象好..... 273	人的潜能无限..... 299
	积极的暗示能够激发潜能..... 301
	积极的行动能够激发潜能..... 302

第四篇 百年哈佛教学生克服的人性弱点

第一章 不自知 304	对自己进行“盘点” 307
如此“自知” 304	
没有金刚钻，还揽瓷器活..... 305	第二章 嫉妒 308
宽以待己，严于律人..... 305	宁可变成独眼龙，也要别人失明..... 308
人贵有自知之明..... 306	嫉妒别人是承认自己不如人..... 309

在嫉妒中奋起直追·····	310	依赖是内心缺乏安全感·····	332
		用大脑指挥自己·····	333
第三章 盲从 ·····	311	第九章 虚荣 ·····	334
为迎合别人而存在·····	311	何谓打肿脸充胖子·····	334
跟风之前，先做理性分析·····	312	虚荣之害·····	335
不要加入议论人非的群体中·····	313	虚荣心与愚蠢等高·····	336
用自己的大脑支配自己的行动·····	314		
第四章 懒惰 ·····	315	第十章 自负 ·····	337
摆脱懒惰的纠缠·····	315	自负就是自以为了不起·····	337
业精于勤荒于嬉·····	315	纵身一跳的身影·····	338
成功来自勤奋工作·····	316	自负只会错失机会·····	339
“永不动摇的时间表”·····	317	谦逊是通往进步之门的钥匙·····	340
第五章 贪婪 ·····	318	第十一章 崇拜 ·····	341
贪婪到极致是虚无·····	318	做你自己·····	341
贪欲不止，祸流滔天·····	319	傻瓜崇拜信条，聪明人崇拜超越·····	342
欲望越小，人生越幸福·····	320	有什么样的目标，就有什么样的人生·····	343
诱惑面前，保持自制·····	321	创造出一条属于自己的成功之路·····	344
贪婪是怎样形成的·····	322		
第六章 吝啬 ·····	323	第十二章 自欺 ·····	345
“铁公鸡”的下场·····	323	自欺欺人，归根结底是欺骗自己·····	345
形形色色的吝啬鬼·····	324	自欺其实是一厢情愿·····	346
吝啬不分远近·····	324	不要自欺欺人地想象一切·····	346
金钱买不到的·····	325	适应不可避免的事实·····	347
用小钱儿创造和谐生活·····	326	第十三章 完美 ·····	348
第七章 自卑 ·····	327	完美爱人如完美本身一样不存在·····	348
别抓住自己的劣势不放·····	327	没有不遗憾的人生·····	349
只看你有的，不看你所没有的·····	328	没有完全准备好的旅途·····	350
自卑给失败创造机会·····	329	第十四章 虚伪 ·····	352
喊出自信·····	330	刘可的“伪装”·····	352
第八章 依赖 ·····	330	虚伪是人性中最丑恶的弱点·····	353
让别人替你健身，无法增强你的肌肉·····	330	真诚是朋友交往的基础·····	353
		真诚是人与人相处的润滑剂·····	354

虚伪之事无大小·····	355	如何克服成见·····	365
第十五章 虚幻 ·····	355	第十八章 逞能 ·····	366
虚幻是人类的天性·····	355	逞一时之能·····	366
你追求的虚幻只是空中楼阁·····	357	“能”不能逞逞·····	367
不停留在幻想上·····	357	永远不要证明给人看·····	368
小鱼也虚幻·····	358		
		第十九章 逃避 ·····	369
第十六章 苛求回报 ·····	359	为过错买单·····	369
博取同情也是苛求回报·····	359	有时候，逃避是因为怯懦·····	370
不要总指望别人感恩·····	360	避重就轻·····	372
不以自己的标准要求别人·····	361	承担责任是不会褪色的光荣·····	372
第十七章 成见 ·····	362	第二十章 侥幸 ·····	374
光环效应·····	362	侥幸心理普遍存在·····	374
首因效应的微妙作用·····	363	心怀侥幸，悲过赌徒·····	374
别用有色眼光看人·····	364	内心强势，让投机无机可乘·····	375
放弃自我偏见·····	364	不能怀有丝毫的侥幸心理·····	376

第五篇 哈佛家训金典

第一章 真爱 ·····	378	母亲眼中的儿子·····	386
如果爱·····	378	我有两个愿望·····	386
小狗的主人·····	379	我仍然爱着你·····	387
把爱请进来·····	379	女儿的算命袋·····	387
你是上帝的妻子吗·····	380	1996年的情人节·····	388
最高奖赏·····	380	父亲留给女儿的遗书·····	389
10美元的肖像画·····	381	一位母亲的来信·····	390
每个孩子都是天才·····	382	贝多芬的吻·····	390
看重坏孩子·····	382	借我20美元·····	391
两个预言·····	383	10万英镑的爱·····	391
最不可思议的称赞·····	383	贝利的第一个进球·····	392
看得见的上帝·····	384	父亲的奇迹·····	392
地上的孩子怎么了·····	384	大作家与小作家·····	393
秘密职业·····	385	三个人的平安夜·····	393

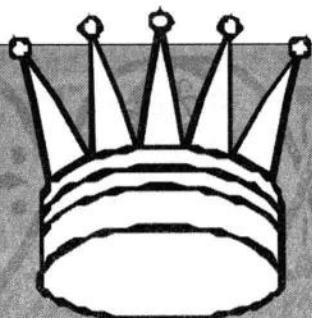
第二章 梦想	394	幸运的小偷.....	408
穷人的野心.....	394	简单的世界.....	408
一块石头的梦想.....	395		
给非洲孩子挖一口井.....	396	第四章 快乐	409
寻找戴维.....	396	穷人与富人.....	409
让我飞给你看.....	397	拖鞋的力量.....	410
山本的英语成绩.....	398	第三局的胜利.....	410
犹太人的赞美.....	398	耶稣的安排.....	411
乞丐的三个愿望.....	399	三条规则.....	412
抓住凶手.....	399	养生之道.....	412
工人的梦想.....	400	无形杀手.....	413
		35张贺卡.....	413
第三章 细节	401	选择.....	414
被马掌钉打败的国家.....	401	两种态度.....	415
漂亮的女秘书.....	402	幸福的黑面包.....	415
形象的价值.....	402	快乐即成功.....	416
盲人打灯笼.....	403	与蜗牛散步.....	416
两张车票.....	403	死于苍蝇.....	416
致命的冰柜.....	403	不幸的人生.....	417
教授遛狗.....	404	快乐的种子.....	417
邮局职员的发型.....	404		
小图书管理员.....	405	第五章 社交礼仪	418
尽职的信差.....	405	礼节为你赢得一切.....	418
紧急降落.....	406	酒桌上的礼仪.....	419
列宁眼中的纽扣.....	406	吃喝的礼仪.....	420
美味的泡面.....	407	递接名片的礼仪.....	421
死亡的距离.....	407	待客的礼仪.....	422
细节构成内涵.....	408		

哈佛家训

第一篇

百年哈佛教给学生的人生哲学

哈佛大学的巨大成就，不仅在于它高超的学术水平，更重要的是它积累的一系列深刻而珍贵的人生哲学。人生的要义、做人的根本、生存的智慧……这些人生哲学不仅教会每位哈佛学生立身处世的准则，锻炼自我、成就卓越的进取精神，同时也指引广大成长中的学生思考感悟人生，合理处理生活、学习、事业之间的关系，不断超越自我、适应社会，从而获得成功，走向辉煌。



第一章 人生是什么

——思考生命的意义



哈佛告诉你

人生是旅途，也许终点和起点会重合，但我们如果一开始就站在起点等待人生的完结，那人生就会是一片苍白，其中没有美丽的风景和令人难忘的过往。当我们告别人生的时候，也不知道生命的色彩和意义。

活的是过程

人生如一出戏：重要的不是长度，而是表演得是否出色。

——塞涅卡

一位澳大利亚商人到东南亚去旅游，他住在海边的一个小渔村里。他注意到那里有一位渔民，每天在大海中打捞几条鱼便回来了。

商人很奇怪，问：“你为什么不多花些时间多捕一些鱼呢？”

渔民说：“这些鱼已经够我吃的了，何必多操那份心呢？”

商人问：“那你每天还有那么多时间都干些什么？”

渔民说：“回来和孩子们玩一会儿，和老婆聊聊天，到黄昏的时候，和老哥们一起喝喝酒。”

商人很不以为然，他告诉渔民：“如果你能按照我说的去做，也许你会生活得更好。”

渔民笑着点了点头。

商人又说：“你在大海中多停留一会儿，抓到更多的鱼，可以卖到更多的钱。有了钱之后，你可以拥有一只大船，甚至一支船队。这样你每天有几十吨的鱼，可以自己开办加工厂，进行直销。你就会拥有大量金钱，有了钱之后你可以去洛杉矶甚至纽约。”

渔夫问：“到那儿做什么呢？”

商人说：“到了那里，你可以做更大的生意，变成一个大富翁，你的钱财一辈子也花不完。”

渔夫问：“那么，再然后呢？”

商人哈哈大笑：“然后你就可以退休啦！到时你可以搬到你家乡的小渔村去住。每天睡到自然醒，出海随便抓几条鱼，和孩子玩儿玩儿，与老婆说说话，到了黄昏再和老哥们喝喝酒，快快乐乐享受后半生。”

同样的人生结局，因为有了不同的过程，而显得意义不同。如果省略了那些曲折动人的奋斗历程，那么也就失去了辉煌而精彩的人生。我们每个人的生始点和终点在表面看来并无差别，但有的人在即将告别人世时面对的是一张白纸，而有的人面对的是一张色彩斑斓的图画。当走到人生尽头，回首人生过往的时候，只要你能无悔于自己的一生，你就可以欣慰地和自己的生命告别了。

懂得人生意义的人往往不喜欢平稳平庸的生活，而是有胆量去尝试一些困难的、冒险的但却有内容、有意义的生活。当困难被克服了，险境过去了，才会尝到一些人生的真味，才会真正懂得人生的苦乐。

人生没有输赢

人生如弈棋，一步失误，全盘皆输，这是令人悲哀之事；而人生还不如弈棋，不可能再来一局，也不能悔棋。

——弗洛伊德

人生就如一盘棋，需要你朝着一个目标，踏踏实实地走好每一步。人生没有输赢之分，只要你走好每一步，就成就了无憾的一生。

一只屎壳郎，推着一个粪球，在并不平坦的山路上奔走着，路上有许许多多的沙砾和土块，然而，它推的速度并不慢。

在路正前方的不远处，一根植物的刺，尖尖的，斜长在路面上。植物根部粗大，顶端尖锐，格外显眼。也许是冥冥之中的安排，屎壳郎偏偏奔这个方向来了，它推的那个粪球，一下子扎在了这根“巨刺”上。

然而，屎壳郎似乎并没有发现自己已经陷入困境。它正着推了一会儿，不见动静。它又倒着往前顶，还是不见效。它还推走了周边的土块，试图从侧面使劲……能试的办法它都试到了。但粪球依旧深深地扎在那根刺上，没有任何移动的迹象。

观众不禁为它的行为感到好笑，因为对于这样一只卑小而智力低微的动物来说，怎么能解决好这么大的一个“难题”呢？就在这时，它突然绕到了粪球的另一面，只轻轻一顶，咕噜……顽固的粪球便从那根刺里“脱身”出来。

它赢了。

没有胜利之后的欢呼，也没有冲出困境后的长吁短叹。赢了之后的屎壳郎，就像刚才什么也没有发生过一样，几乎没有做任何停留，就推着粪球急匆匆地向前去了。

推得过去，是生活；推不过去，也是生活。这正如下棋，要的就是一种享受和学习的过程，而不是最后输赢的结果。我们每个人在人生舞台上都担当着不同的角色，只要演绎好你的角色就可以了。

人生不是用来享乐的

一旦你知道你对别人还有些用处，这时候你才感到自己生活的意义和使命。

——茨威格

人活着不只是为了享乐，人存在的最大价值在于被他人需要。当你感到这个世界需要你的时候，你就会产生旺盛的精力。这股力量促使你不惧怕面前的困难和挫折，勇往直前。

在某一城市一家医院的同一间病房里，住着两位相同的绝症患者。不同的是，一个来自乡下农村，一个就生活在医院所在的城市。

生活在医院所在城市的病人，每天都有亲朋好友和同事前来探望。家人前来时宽慰说：家里你就放心吧，还有我们呢，你就安心养病吧。朋友探望时劝慰说：现在你什么也别想，就一门心思养病就行。公司来人时开导说：你放心，公司的事，我们都替你安排好了，你现在的工作就是养病……

来自乡下农村的患者，只有一位十四五岁的小女孩守护着。他的妻子半个月才能来一次。或送钱，或送些衣物。妻子每次来，总是不停地说这说那，要丈夫为家里的事情拿主意：快要春种了，今年是种“西瓜”还是“茄子”？再过两天，他大叔就要嫁女了，你说送多少贺礼啊？女儿说要跟她表姐去大城市打工，我还没答应，这事要你拿主意……

几个月后，情况发生了戏剧性的变化。

生活在医院所在城市的那位病人，在亲人、朋友、同事一声声“你放心吧”“你就安心养病吧”的宽慰声里，意识中感觉他们已不再需要自己，自己已失去了活着的价值和意义，渐渐地失去