

《人生知与行》

书籍信息

版次：1

页数：329

字数：260000

印刷时间：2006年01月01日

开本：

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787501772254

编辑推荐

一部融汇西方人文哲理、砥砺人生卓然创造与奋进的书。

书中从一个全新的视角给予理性剖析，所论观点独特新颖、发人耳聩、引人深思，帮你找到成长的“金钥匙”。

内容简介

本书作者立足于国情及本土文化，阐释青年人在成长、奋斗与实践中所必经的学习认知、立身处世、爱情婚姻、奋斗创造、追求成功等阶段中遇到的种种问题与困惑，作者以经历和实例给予深刻而独特的分析与设计，旨在端正心态，正确选择追求航向，挖掘自身潜能、积聚成功基因，通过不懈地努力，实现奋斗的理想。

开发你自己，只有找到你自己，才能发掘自身潜能，沿着成功方程式，创造机遇，掌握方法，从而纵横四方，方圆今生……

目录

高占祥序 燃放青春的火炬

黄志坚序 成长的动力

学习篇 - - 砺炼心志

成功与失败代表了人生的两极与两种境界，而这完全取决于人的综合素质与能力的高下。不学无以成行、无术难以成器。人口危机其实是素质危机，因为世界上任何形式的财富都潜藏在人的“脑袋”里。

第一章 学习是一种新的生存竞争方式

一、叩响成才之门

一位中国老师曾问一位著名的牛津哲学家说：“你认为最好的学生应该是什么样子？”

他的回答竟然是：“最好的学生就是能教给我一些东西的学生或把我问得哑口无声。”

这个回答令中国老师十分惊讶。

二、开发潜能

学习或教育应当实现人的全部价值，不仅是工具价值，更应是人本身的价值。真正的教育是值得我们去投资获取能力的那种教育，它可以开发、挖掘我们的智慧与潜能，实现我们全面、可持续发展。

三、终身学习乃生存发展第一要务

终身学习是增长才识、生存竞争第一要务，要想可持续发展，就要一生不辍耕耘，终身学习业已成为21世纪的新学习观。

第二章 走出传统素质教育的误区

一、误区在哪里？

卡耐基言：“一个人事业上的成功，只有15%是由于他的专业技术，另外的85%要依靠人际关系与处世技巧。”事实上我们花费着90%的时间、精力、金钱来学习那15%的专业技术，这是多么大的浪费与失误。

二、在对比中寻找当今的教育价值

教育理念的大突破，主要在于教育思维方式的大突破。正确的教育目的就是要实现教育的整体价值，使受教育者既实现人的社会价值又实现人的自我价值，既能满足社会需要，又能满足自我需要。

三、成才启蒙教育的大目标

主体性可以使人较早确立人生理想，明确奋斗的方向；创造性可以使人在立志的事业上能获得独树一帜的成就；意志力可保持这种成就的延续性，升华到最佳状态。

第三章 为学的战略转变

一、人才的价值标准如何界定

培养理想人才的目标不只是能够满足社会在某一领域或一定时期内的特殊需要，还必须使他成为能适应现代社会竞争、创新的需要和全面发展的高素质的创业者，永远充满创业激情，与时俱进，不断把智慧转化成现实成果的探索者与追求者。

二、君子因何而学？ - - 从毛泽东“为学”谈起

毛泽东为何从一名农家子弟、一个师范中专生一跃为伟大的领袖与导师，诗以言志、文以载道，我们从他儿时的诗作中能悟出许多：“问苍茫大地、谁主沉浮”、“孩儿立志出乡关，学不成名誓不还”、“春来我不先开口、那个虫儿敢作声”……

三、为何学？ - - 确立学习目标，成就人生理想

在学习上必须以成就人生为目的。实绩与贡献是最终衡量人才的尺度，而贡献取决于成功。成才必须以事业上获得成功为最终学习目的。而只有将知识组织成明确的行动计划，并导向一个明确的目标时，知识才能转化为现实真正的力量。

四、学何物？ - - 因志选材、趣学乐达

千招会不如一招绝。与其花许多时间和精力去挖一片坑，还不如花同样的时间和精力去掘一口深井。本领有很多种，只要你在某一方面胜过所有的人，你就了不起。因此，理想中的学者，既能博大，又能精深。精深是专门学问，博大是务于博览。博大几乎无所不知，

精深几乎唯他独尊，无人可及。

五、如何学？ - - 学习的最优化策略

对于每个领域的成功者来说：“他们的共同特征是围绕自己的志向与能力进行科学的人生设计与开发，那么我们在挖掘自身的素质优势，实现学习的最优化上该从何处着手呢？”

第四章 治学成行的方略

一、“三项砺炼”的新超越

每一个人的综合实力，如同是一只由参差不齐的木板构成的木桶，一只木桶的盛水量取决于最短的那块木板。如果在某一方面存在重大缺陷，就会严重影响整个实力提高。那么针对极度竞争的现实，我们又如何对症下药、培养自己的全面本领与核心竞争力呢？

二、素质教育的最优化策略

列宁夫人克鲁普斯卡雅说：“实现既定目的的最适当手段，即用最少的精力和时间而又能很好地达到既定目的的那些手段。”人的时间与精力非常有限，要讲究时间的投入产出值，重视特长学习，就能把人的时间、精力花在刀刃上。

三、情感因素的渗透

人类本质中最殷切的要求是渴望被肯定。尊重人性便能激发人的情感，而情感的力量比理性的力量更神奇和强大。天下“望子成龙”心切的父母，世界上没有不可救药的顽童，就看你是如何引导他。

四、读书乃治学的阶梯

对于治学的方向，每一个人学习的目的及发展理想都是不一样的，每一个人都应当根据自身的实际情况进行个性化的设计，并遵循由浅入深、循序渐进的规律，才能步步为营，迈上成功的台阶。

谋身篇 - - 游刃人性

古人云：“以铜为镜，正衣冠；以史为镜，知兴衰；以人为镜，知得失。”说明了一个简单的道理，一个人、一个民族、一个国家如果没有不同的声音，不同的见解，他就无法借鉴、对比，无法明确并修正自己的前进方向，也就不可能取得卓越而伟大的成就。

第一章 成长与处世

一、认知人性 砺炼个性

生命就像一种回声，你送出什么它就回报什么，你给予什么就得到什么。人际关系就像播种一样，播种越早，收获越早，撒下的种子越多，你的收获就越丰富。对症人性的优劣，我们何不对症下药，擦亮自身而魅力四射呢？

人性的解码 / 满足人性的需要 / 因症施治、驾驭人性 / 砺炼生活角色、塑造魅力个性

二、纵横“方圆”之道

兵法云：“上兵伐谋，其次伐交，其次伐兵。”“伐交”与“伐谋”一样都属于“全胜策”，达到“不战而屈人之兵”的境界。我们在立身处世中不可忽视交际的能量，学会驾驭IQ、EQ两轮，做到刚柔兼济，方圆得体，你会发现周边同样的人和物，对你的态度前后竟然大不同。

交际的神奇力量 / 把握法则、游刃人性

纵横方圆之道 / 开发IQ、驾驭EQ

三、处世的辩证策略

处世中要讲究辩证策略，凡事预则立，不预则废，只要有备而来，方可得心应手，游刃有余，最终满载而归。

四、发展环境的创造与拓展

无论是企业创业或拓展市场、还是个人的立身行事，都要“求同存异”，主动地去适应市场、去适应别人，才可能创造自身良好的发展环境。

第二章 创造友情人生的支点

一、读书与交友

人就是活的信息，是知识、智慧、素质等多重载体，多交朋友，就会多一些成才的际遇，知心知己实际上是我们心理、情感的外延，友情的价值便在同一境遇下的默契配合与真诚付出时频频闪现。

二、人情与世相

在商品世界里，人的感情、仁义、道德、友情等相对变得简单而苍白，似乎都被蒙上了一层功利性的色彩，而人性原本就有为满足私欲而自我作贱的本能。

三、提升个人魅力的法则

人之魅力是由于拼搏出来的成功才因而塑造出来的价值形象，不是因为其地位而有其形象，是因为有所作为和其成功形象才有其地位，只有做得更好，才能赢得别人的赞赏。

四、如何分辨敌友

依赖面大，两人就是朋友；对立面大，两人就是对手。你和最要好的朋友彼此交往愉快，能互相取长补短，相互促进提高，你们现在就是真的朋友。

第三章 爱与理性

婚姻是一种物质的、社会的产物和过程，物质上的真空难以架设甘美的爱情。社会价值的不平衡或难以相互支撑，家庭就最终难以维系。

一、缤纷的伊甸园

婚姻是一所大学，那些明白自己想要什么的，是学士；懂的对方想要什么的，是硕士；那些能把日子过得如春天一般愉快，不给自己留下遗憾，也不给对方制造遗憾的，则是博士。要想从这所学校毕业，需要一分天资，两分勤奋，七分智慧……

二、男人情感“多棱镜”

爱情是在共同价值观基础上所迸发出某种共鸣的诱引，加上共同的志趣，在奋斗的过程中把两个人燃烧并融化到一起。大凡男人都有征服欲，他的情感也表现得参差不齐、千差万别，那么衡量一个好男人的标准又是什么呢？

三、理智、情感交织中的婚姻与性

完美的婚姻是用心去经营的“理性的爱情”，是一种选择的成功，它会成为一种奋进的动力，带动你的人生、事业迈向成功。为何多数人不会在50岁之前有所成就呢？主要原因在于他们把太多的时间耽于“身体控制头脑”的行动上，因而消耗了整体能量。

四、都市情感扫描 - - 婚姻危机与“精神外遇”

“精神外遇”是对时下家庭生活的一个侧面反映和真实揭露，为什么会有这种现象的存在，由先前的“精神外遇”而导致真正意义上的“事实外遇”呢？

奋斗篇 - - 跨越梦想

不经风霜彻骨寒，哪得梅花扑鼻香。能在贫瘠的土地上生长的种子才是最富有生命力的种子，只有能在任何环境中脱颖而出的人才是永远不垮的强者。

第一章 人生的意义

一、理解生命、荡涤灵魂

生命是一个人的物化与自然形式，是一种使命和创造的历程，而思想则是一个人灵魂的社会形式，生命的形式基本相同，而思想却千姿百态，各有千秋，人的区别就是在思想支配下生命价值上的不同，我们必须要用更大的信心与责任心来实现自己有力量的理想。

二、竞争的真谛

屠格涅夫说：“你想成为最幸福的人吗？但愿你能首先学会吃得起苦。”有竞争，就会有压力，有压力，就能产生动力，忍受最大的压力，才能站在常人难以期及的峰巅。

三、人生定位决定人生境界与状态

科学的人生设计，其核心就在于进行正确的人生定位，明确人生事业的总目标。人生定位的核心关键就是把自己的愿望与社会需要、个人利益与社会利益结合起来。成功的人生就是合理的人生定位加上执着目标及迅速行动的人生。

四、你的价值实现了吗？

人类最大的悲剧并不是自然资源的巨大浪费，而是人力资源与时间上的巨大浪费，人力资源不同于自然资源，不运用它，就会消磨殆尽。那么，怎么做才能尽可能避免蹉跎光阴，浪费生命呢？

第二章 奋进的支点

力学大师阿基米德有句名言：给我一个杠杆，找到一个支点，我可以把地球撬起来。

一、培育成功的基因

成功的第一要素是什么？爱迪生答道：能够将你身体与心智的能量锲而不舍地运用在同一个问题上而不会厌倦的能力……自身的奋斗是为成功不断地播种、施肥、耕耘、酝酿成果的过程，只有根深才能枝繁叶茂。

二、自信是迈向成功的第一步

人的一生中，当成功来到之前，它必然会遭遇许多短暂的挫折或失败，当一个人被失败压倒时，最容易做到的且最合逻辑的事莫过于放弃，而放弃将你置于被动局面，因为没有失败的人生，只有放弃的人生。自信却能激发人奋进的动力等潜能的释放，进而超越自身当初难以期及的高度，也惊讶自身能创造出如此奇迹。

三、有勇尚需执著

许多人不理解为什么要耗费人力、物力去攀登珠穆朗玛峰，甚至很多人为此而献出了生命。一次记者采访一个登上珠峰的队员说：“当我登上珠峰后才发现，原来我什么也没征服，征服的只是我自己。”

四、孤独也是一种境界

孤独是一切优秀人物的必然命运，是一个成功人生的必要前提，是创造人类尖端文明与科学创举必然积累过程。忍耐孤独，往往能凝结成果、磨练意志以至升华品质，正象爱因斯坦所言：所有那些具有高尚品质的人都是孤独的。

五、忠诚的力量

诚实是一个人有力量象征，可以极大地节约人生奋斗的成本。它显示着一个人的高度自重和内心的安全感、责任感与尊严感。诚实具有吸引力，会把别人吸引到你的光环下且追随你一起干，创造出灿烂成果。

第三章 机遇的创造

一、人的命运为何各不相同？

凯恩斯说：“观念可以改变历史的轨迹。”成功者与无成者相差的主要不是出身、背景、资历等条件，最主要的是心态和观念。陈胜、吴广呐喊“王侯将相，宁有种乎”，却遭到农夫们阵阵讥笑……

二、想成才如何造势？

弱者等待机遇，强者创造机遇。世上所有伟大的成就，就是由于战胜了看来不可能的事情而取得的。生活并不缺少机遇，而是缺少发现机遇、抓住机遇的素质。没有利用机遇的必备素质，再多再好的机遇也会失之交臂。

三、“怀才不遇”怎么办？

“怀才不遇”往往不是他人造成的，并不是你有才华，就准能成器，这是为何呢？在人性丛林中，一位“怀才不遇”者渐渐会变成一个碌碌无为者。

四、走出逆境

“河出潼关，因有华山之抵抗而日益增其狂奔；风回三峡，因为巫山之隔而日益增其怒吼”。有追求必然有动力，动力不一定是顺境，逆境照样促使我们奋发有为，逆境、失败、烦恼都带有等价的机遇和更大利益的种子，能否把逆境化为机遇，就看你如何把握？

逆境中创造机遇 / 危机中开发潜能

第四章 价值的实现

科学研究表明：人的大脑可容纳5亿本书籍的知识，但是人的一生最多能学到的知识，不

到这个数的万分之一。 - - 《生命科学》

一、激活你的潜能

将一只蟋蟀放入一只封盖的烧杯中，蟋蟀天天锻炼自己的弹跳能力，可是当它达到杯子瓶口时便被弹回来，几经反复，把瓶盖拿开，可这只蟋蟀依然跳到瓶口高度时便自动落到瓶底。对人亦然，那将是一个什么样的结局呢？

二、重压之下有勇夫

美国总统罗斯福在进入白宫前他似乎是美国公民中最不适合当总统的料，瘸腿、说话沙哑、长得难看，他却发誓说“我还要走路，我要走进白宫”，最终成为美国历史上少有的连任四任的总统。

三、管理你的人性弱点

有句成语叫“蚌病成珠”，蚌因体内嵌入砂子，使之分泌出一种物质疗伤，久而久之，便形成了一颗晶莹的珍珠。同时有医学资料表明，一年里不患一次感冒的人，患癌症的概率是经常患感冒人的6倍，正因为患症才使肌体产生抗体。

四、成长有用的“金钥匙”

比尔·盖茨的办公桌上有五只带锁的抽屉，分别贴着财富、兴趣、幸福、荣誉和成功五个标签，盖茨总是只带一把钥匙，而把其他的四把锁在抽屉里，请问盖茨带的是哪一把钥匙？聪明的你，是否能猜出答案？

成功篇 - - 决胜巅峰

三国时的曹操煮酒论英雄便道出了当时的英雄定律：“夫英雄者，胸怀大志，腹有良策，有保藏宇宙之机，吞吐天地之志者也。”当我们“撞击”英雄的冲天的斗志，当我们呼吸到英雄们的气息时，无不被他们铿锵有声“肺腑”及万丈豪情所感染。英雄之所以成为英雄：就外因而言，是时势造英雄；就内因而言，则是雄心造英雄。

第一章 成功的牵引力

一、追寻人生的“幸福快车”

古人对成功层次的释义为：修身、齐家、格物、致知、治国、平天下，涵盖了事业、学问、家庭、智慧等多方面，幸福的内涵是什么？要把握幸福的真谛，我们有必要去学习和掌握现实成功的规律。

二、冲向20%的成功团队

哈佛大学做过研究，发现全美国80%的财产仅被少数的20%的人所拥有，余下的20%的财产却被占人口绝大多数的80%的人拥有。假设将全美国的财产平均分配，每人一份，那么若干年后，仍然将出现这种“二八分配规律”。这是何故呢？

三、知足常乐还是勇往直前？

“知足常乐”是一种的心理麻醉剂。“没有花香，没有树高，我是一颗无人知道的小草……”许多外国人大惑不解：为什么中国人要谦卑到甘做无人知道的小草，而不是参天大树呢？

第二章 积聚成功的能量

一、人皆可成尧舜

罗休夫柯说：“伟大的灵魂与普通的灵魂相比，不在于他情欲小，道德多，而在于他有伟大的抱负。”马克思也曾指出：“搬运夫和哲学家之间的原始差别，要比家犬和猎犬之间的差别小得多。”改变动物的本能需要进化，改变人的能力只需要很短的时间，甚至有的能力在顷刻之间就可拥有。

二、挖潜能、聚实力的秘笈

美国心理学家指出：我们最大的悲剧不是恐怖地震、连年战争，而是千千万万的人生活着然后死去，却从未意识到存在于他们身上的巨大潜能。黑格尔说：方法是任何事物所无法抗拒的、最高的、无限的力量。最有价值的知识是方法的知识，今天就向你介绍几种开发潜能奏效的方法与君共勉。

三、成功的知、行、意

成功是正确认识（知）与正确实践（行）的综合结果。汲取伟人们的成功经验，不妨从自我认知、意志植基、行动要诀三方面去探寻一下成功的规律。

第三章 探寻成功之道

一、英雄的成才定律

王安石曾在一篇游记中写道：“夫夷以近，则游者众，险以远，则至者少。而世之奇伟瑰怪非常之观，常在于险远，而人之所罕至焉，故非有志者不能至也。”只有有大志，才能不惧“险以远”，才能够攀登成功的峰巅。

志向激励的驱动效应 / 目标导向的聚焦效应

二、孕育卓越的秉性

伏尔泰说：“造就政治家的绝不是超凡出众的洞察力，而是他们的性格。”思路决定出路，性格决定命运。成功者一般具备特有的性格，让人不由自主地跟随他一起去拼搏。

性格决定命运 / 培养独立自主的秉性 / 坚定立场后果断行动

开发时间效益 / 良好的情绪驾驭能力 / 驾驭他人的策略

三、如何雕琢成器

1948年牛津大学举办了一个关于“成功秘诀”的讲座，邀请丘吉尔首相前来助兴，丘吉尔上台后用手势止住掌声后大声嚷道：“我的成功秘诀只有三个，第一是决不放弃，第二是决不、决不放弃；第三是决不、决不、决不能放弃！我的演讲结束了。”全场在短时间沉默后再次响起雷鸣般的掌声。

积聚成功的基础 / 培育成功的性格 / 你具有领导才能吗？

第四章 成功的至高境界

一、走近至高权力

托夫勒在他的名著《权力的转移》中指出：权力是有目的性的支配他人的力量，使人按一定的方式行事。他同时把权力分为暴力、财富、智慧三个等级，但除此外，还有没有更高级的权力形式呢？

二、至高权力的“核能量”

语言不是箭，却能穿透心。一切精神力量、智慧力量，只有以语言表达为载体，才会焕发无穷的生命力，二战时，美国人把“原子弹、美元和舌头”看作是征服世界的三大法宝，到了60年代后，美国人又把最有力量的三大法宝定为“舌头、网络和美元”。这是为何呢？

二、角逐名利场

功名、权力、利禄倍受世人宠爱并竞相追逐，历史上演绎了千秋万代的悲欢离合和经久不衰的轰轰烈烈。我们不妨来看看名利的勃勃能量与迷人神韵。

四、谋取成功的“魔法石”

《圣经》中有一句话：“黄金和白银可以提供安全的保证，但是比不过腹有良谋。”曹操与袁绍在争天下的凭借方面不尽相同，袁绍认为：“我南据黄河之天险，北据燕、代之险阻，兼有戎狄之兵力，南向以争天下，或许可以成功吧？”曹操却说：“吾任天下之智力，以道御之，无所不可！”

五、开发成功“金字塔” - - 有道才有成

1942年，美国研制原子弹，结果找到了杜邦公司。为了保密，要求把杜邦公司的60000名员工及设备从东到西搬迁4000多公里。在整个过程中，杜邦公司开发出的原子弹技术统统归陆军拥有，他所获的报酬离奇得惊人，只有一美元！这是何苦呢？

附：A．成功指数测试

B．青年性格与职业心理倾向测试

后记

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

[更多资源请访问www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)