

悦 读

主管：中州大学图书馆
主办：信息咨询部
刊期：2015 年第 1 期
(总第 13 期)

目录

成功导行

是什么决定企业的成败
用智慧赚钱：无法偷走的财富
接近完美的创业六要素

职场纵横

职场上 18 种积极进取的生活方式
职场上，改变拖拉的毛病
职场上从细微处观察人

智慧人生

如何给人留下好印象
注意把握好场合的说话分寸
做人，要积点德

心灵驿站

人生应该拥有一颗自勉之心
平淡如同一杯清茶，点缀着生活的宁静和
温馨
豁达淡泊

科苑漫步

当太阳变成红巨星 岩石圈成生命最后庇
护所
地球之水比太阳更古老
文件传输新技术问世：内涵电影传完只要
三秒

感悟

苦难中多一点坚忍
一棵大树成长的启示
诚己

成功导行



是什么决定企业的成败

究竟是什么决定企业的成败

文/余正水

本人自1982年参加工作以来，单位从国企到私企、合资企业多次变故，工作岗位也从国企的技术员到质量技术副科长、生产技术科长、副厂长兼总工程师；私企从厂长秘书兼供销负责人到副厂长兼工会主席；合资企业从总裁助理到董事、副总经理。而且知识也在拼搏学习中不断提升，从最初的工

程技术型发展到质量管理和现代管理型。一路走来，回想国企的兴衰、私企和合资企业的存亡，无不感慨万千，个中渗透着企业成败的原由。现总结几点与大家共同分享。

一、产品决定企业的成败

质优，价廉，适销对路。

二、生产决定企业的成败

高效，低耗，安全生产。

三、管理决定企业的成败

科学，有序，以人为本。

四、细节决定企业的成败

小事，大事，制度精确。

五、人——决定企业的成败

德智，技能，团队素质。

.....

综上所述，企业是一个有机的整体，从产品定向、生产控制到销售管理，其整个过程的任何环节的失误都会给企业带来毁灭性的打击，滞销的产品能拖垮企业，低质

量高成本也同样会被对手挤败，而且由于一个人的腐败也能直接导致企业的破产。虽然这些细节决定着企业的成败，但这一切均取决于问题的主宰者——人。为此，余正水认为，企业从开始掌控者的德智到选人的标准和用人的管理每一处都潜藏着巨大的风险，最终人——决定着企业的成败。

（来源：网易博客 高扬）



用智慧赚钱：无法偷走的财富

在不久前揭晓的“2005年胡润百富榜”上，中国太平洋建设集团董事局主席严介和从前年排名

66位跃居到第二位，成为财富增长最快的人。他在前不久做客新浪网时语出惊人：“我觉得中国遍地是黄金，想怎么赚就怎么赚。不过经商靠的是智慧。”

用智慧赚钱有一个更加典型的例子。

第25届奥运会在西班牙巴塞罗那举行。该市一家电器商店老板在奥运会召开前宣称：“如果西班牙运动员在本届奥运会上得到的金牌总数超过10枚，那么顾客自6月3日到7月24日，凡在本商店购买电器，就都可以得到退还的全额货款。”这个消息轰动了巴塞罗那全市，甚至西班牙各地都知道了这件事。显而易见，大家此时在这家电器商店买电器，就等于抓住了一次可能得到全额退款的机会。于是，人们争先恐后地到那里购买电器。一时间，顾客云集，虽然店里的电器价格较贵，但商店的

销售量还是猛增。

然而人们梦想的事情发生了。才到7月4日，西班牙的运动员就获得了10金1银，正好超过了该商店老板承诺的退款底线。此时距7月24日还有20天的时间。如果以前购买电器的退款已成定局，那么在后20天内购买的电器无疑也得退款，于是人们比以前更加卖力地抢购该商店的电器。

眼看老板要亏死了，但别急，老板是一位充满智慧的人。他在发布广告之前，他先去保险公司投了专项保险。保险公司的体育专家仔细分析了西班牙往届奥运会，西班牙得到的金牌数最多也没超过5枚，一致认为不可能超过10枚金牌，于是接受了这个保险。这位老板这一次可以说是赢定了。西班牙运动员在本届奥运会上得到的金牌总数超过了10枚，电器商店要退的货款，届时将全部由保险公司

赔偿。

犹太人被誉为最会做生意的人，他们在孩子小的时候就会教育：要用智慧赚钱，当别人说一加一等于二的时候，你应该想到大于三。一天，一位犹太人父亲问儿子一磅铜的价格是多少？儿子答35美分。父亲说：“对，整个得克萨斯州都知道每磅铜的价格是35美分，但作为犹太人的儿子，应该说成是3.5美元，你试着把一磅铜做成门把看看。”20年后，父亲死了，儿子独自经营铜器店。他做过铜鼓，做过瑞士钟表晒上的簧片，做过奥运会的奖牌，他曾把一磅铜卖到3500美元，这时他已是麦考尔公司的董事长了。

ooopic.com 我国网



接近完美的创业六要素

美国人有一句谚语：当一个知道自己想要什么时，整个世界也将为之让路。近期，业界关于高级白领、大学生创业的大讨论方兴未艾，而沿海地区松绑在职创业的相关政策更可被视为自主创业环境日臻成熟的一大标志。本刊应广大读者要求从本期起特新增“创业前锦”栏目，以期与读者共同期待和体验创业时代的到来。

要素一：要有独到的见解或独家技术拥有独到的见解或独特的技术是走向成功的关键，但也是最难做到的一点。显然，你独到的见解或技术（当然最好是有专利）是你的优势所在，就好比如果你掌握

苹果公司麦金拖什微机操作系统，那么你就掌握了这个关键一样。企业家舒尔茨对此如是解释，“如果你能竖起一座屏障挡住许多竞争者冒出来在你立足之前抢走你的市场，你的成功机会就大大提高了。”当今社会如何找到独到的见解或独特的技术呢？专家建议在如下领域寻找市场：生物技术、软件、电讯。注意这里可没包括咖啡馆。

要素二：经营得当，追求完美

吉姆·考克，波士顿啤酒公司的创始人，非常喜欢谈他与哈佛大学商学院的学生们会面的经历。考克应学生们的要求给他们讲一讲他作为企业家的经验。其中考克问这些未来的工商管理硕士们一个问题：如果考克打算创建自己的公司，他首先应该做什么。学生们的回答非常具有商学院学生的代表性：“做市场调查。”

“雇广告代理。”

“找一个好的公共关系公司。”

有一个学生提示说他的同学回答得都不对。这位未来的企业领袖对考克建议“最重要的事情是将重心放到质量上”。考克回忆说他当时的反应是，“这句话到底是什么意思？”考克说他非常吃惊地发现所有的建议中竟没有一个学生提到他认为既明显又关键的一件事——酿制好一点的啤酒。

如果你没有独到的见解或独家技术——即使你有——企业家们建议只有经营得当，才能稳操胜券。对此，迈克尔·戴尔解释得更加详细：即使你拥有某种产品的专利而且对此严格保密，也不能保证你将来能赢利。真正的竞争佼佼者那些经营得当的企业：企业的关键不取决于一个伟大的观点或专利，而是取决于对某种策略不断提高的经营和改善。

要素三：冲在竞争前列

冰球明星哥瑞斯基，谈到他的成功秘诀时说，成功不是因为你有往冰球所在方向滑的能力，而在于总是往冰球将要落脚的地方滑。如果你将其用于企业，你就掌握了成功的关键。那么你怎样确定你的商业落脚点呢？迈克尔·戴尔建议你考虑一下“顾客在购买习惯的变化。还有技术方面，现存的和潜在的竞争方面，以及最最重要的，你的企业和你的竞争者们都在做什么，你怎样才能做得与众不同”。要素四：扮演弱者

这句话让人脸红，因为扮演弱者听起来不像个好主意。有意地跟在你同行业的巨人后头似乎只会给你带来灾难，其实不然。联邦快递成功了（仿效美国邮政等），网景成功了（效仿微软），泰德·特纳成功了（仿效其他网络），理查德·布朗森成功了（仿效英国航空公司和

可口可乐)。布朗森解释说仿效一家有名的大公司(比如可口可乐)的好处是,这些大企业往往已经吃得太饱,太自以为是,因而往往不堪一击。对这种企业,你可以既利用它的劣势,又可以利用它的优势。吉姆·巴克思戴尔说他正是从创建联邦快递时学到的这点经验:小企业在与有名的大企业竞争的时候也有其优势。比如说,“大企业想要迈大步子很难。他们的员工都比较保守,不善于接受挑战。并且他们有太多的事情要做、要担心。”

企业家们透露,与大企业竞争有两个秘密:第一,利用你小而灵活的特点,“出手迅捷,偷偷袭击,在对手明白过来之前打它个措手不及,不让他们有喘息的机会,”泰德·特纳如此形容这一点,“这是惟一一条行之有效的办法,也是

惟一以小胜大的法宝。不要气馁。不要因为你弱小就害怕没有机会因而止步不前。兔子也许可以逃脱狐狸的掌心,但更胜一筹的是弓起后腿,再跳出去进行更有力的反扑。”

第二,避免迎头正面作战。你的策略应该是利用自己的优势与同一领域的大公司竞争,而不是硬碰硬。用巴克思戴尔的话说就是“从熊和鳄鱼的争斗中得到启示:它们的战斗结果取决于它们的战唱——是陆地还是水中”。举个例子来说,如果你是一个小零售商,想与超市巨霸沃尔玛竞争,那么你最好避免与大企业面对面作战。山姆·沃尔顿称:“我建议这些小店主做我一直做的并引以为荣的事情:与顾客直接接触。让你的顾客知道你对他们有多么感激,亲自收钱找钱。这种人与人之间的直接接触对

这些小店来说十分重要——它是沃尔玛这样的大店想做而又做不到的事情。”

要素五：变劣势为优势

避免正面冲突的另一种说法是变劣势为优势。迈克尔·戴尔曾经在20世纪80年代中期运用过此策略：“从一开始，我们就瞄准了一个被我们的竞争者们所没有看到的售后服务的巨大机会，然后我们以此作为本企业的最初目标。1986年，我们实施了第一个服务项目——上门修理计算机。如果你的计算机出了毛病，不管你是公司、在家里或宾馆，我们都会上门服务。我们会在第二个工作日或当天赶到。后来，戴尔还提供了4小时甚至2小时内及时上门服务。

突然间我们的竞争对手们的服务显得有些落伍，而且实在太慢。即使在今天，如果你把计算机拿到经销商的服务中心维修，维

修时间可以达到两星期长——跟第二个工作日比起来时间未免太长。即使如此，也不能保证计算机完全修好。我们占据了明显的优势。这样，我们把计算机行业最初的劣势变成了巨大的优势。”

要素六：为他人着想——要有人情味

最后一个创办企业的要素——要有人情味——听起来有些令人吃惊。但这是我们的一些企业家们竭力提倡的要素。为他人着想是任何企业成功的最关键所在，许许多多公司的经验证明，“做到有人情味儿”会对企业大有裨益。早在1994年，两家民意测验的结果便佐证了这一论点。

●78%的成人回答他们更愿意买那些与他们所关心的事业相关联的产品。

●66%的成人回答他们更愿意更换牌子来支持他们所关心的事

业。

●54%的成人回答他们宁愿多付钱来支持他们所关心的事业。

●33%的美国人承认，除了价钱和质量，他们在选择一个牌子的时候最注重的是这个公司的负责程度。

松下幸之助认为：“商人同样应该在创造一个物质充足、精神丰富的社会方面贡献自己的力量”，同样的，只有这么实践着的企业，才能在积累财富的同时赢得社会的尊重。这也是在创业之初就必须明白的简单道理。

职场纵横



职场上 18 种 积极进取的生活方式

一个人如果拥有积极进取的精神，那么任何客观缺点，也不能阻碍他的上进心。反之，尽管某人其他条件很好，可是态度非常消极，那只会浪费了大好条件。

给人积极的印象，从而获得别人的信赖，这是事业上必须的方程式。

以下是种种表现积极的方式：

1. 清楚地报上名字

不少人在报上名字时，有点尴尬的感觉，含糊不清同时也不管对方是否听得清楚，这是最差劲的行为。

向对方介绍自己，除非对方是个深谙沟通技巧的人，否则多数不会立刻牢记你的名字。为表示重视与对方的交往或获得再次联系的机会，应在道别

时，再提一次自己的名字，让对方感到你的积极与诚意。

2. 站比坐更好

商谈公事时，站比坐更能显示你的积极。除非是深入研究的问题，否则应建议站着谈。

3. 接电话的速度快

很多人听到电话铃声，刻意让它多响几次，才接听。这种态度给人不良的印象，特别是在办公室，会让同事们觉得你很懒散。

无论多忙，除非事先向同事表示你不接听电话，否则听到电话铃声，应立刻接听，显示你对任何事都非常积极。

4. 动作要显积极

积极不一定要用言语表示的，一些小动作便能显示一个人的根本态度。无论面对什么困难，都不应垂头丧气，相反应立刻找资料进行解决，这才是积极的态度。

一些小动作如坐在椅上摇摇晃晃，对别人的要求或发问慢条斯理作答，都是消极的举动。

5. 早到好处多

不迟到固然是美德，而早到更加给人好的印象。

试想每天早上你回到办公室，看着同事们陆续回来，那份超然的满足感，消极的人是永不能感受到的。或许开始时，你遭到同事们的嘲笑，有些更指责你故意表现；但日子一久，别人就不会有那种感觉，反而习惯了你的积极。

6. 握手的学问

你试过跟某人握手，对方一点力气也没有，当时你就会怀疑对方的诚意，甚至有点不满。

握手的学问很简单，就是一定要用右手握，左手则表示绝交了。握手的力度应强而有力，让对方感受到并留下深刻印象，但当然不能弄痛对方的手。

7. 侧耳倾听

有些人喜欢将声音压低，或对方的个子较矮小，这时候，应该将自己的身体或颈部略加前倾，表示重视对方的说话。

不过，留意别过分倾听，否则会被认为行为不检点。

8. 立刻做笔记

为了表示积极满足对方的要求或牢记约会，应在对方说完之后，立刻拿笔写在记事本上。

9. 卷起袖子

某位经理级的人，他在下午工作时，下属必见他的袖子卷起，都以为他正在干得起劲，因而也积极调整自己的工作态度。

办起事来怕弄污衣服，经常用纸巾抹这抹那、拍衣拨裤的人，对衣服的清洁比对工作更积极。上司对这种下属，必然不会欣赏。

10. 字迹显示性格

字体不妨写得大一点，且用力写。小而轻的字迹给人懦弱及消极的感觉，也加重了观者的困难。特别是签名时，快、有力度而且大的字，能给人好感。

11. 尽量减少犹豫的字眼

“或许”、“可能”、“到时才算”等字眼，这表示缺乏自信及不打算寻根究底。别人听得多，以后就不再征询你的意见了。

12. 平凡中显示突出

很多时候，相识的人之间会问些没多大意义的问题，例如“吃了早餐没有”、“喔，回来了吗”、“回家晚餐了吗”等等，一般人的答复往往以“是”、“吃了”、“对”，没啥特别。如果加上其他，如“是的，我回来时看见大堂贴了一张通告。”“我今天回家晚餐后，与家人看录像。”“吃了早餐，那间餐厅的食物

味道不俗”等等，都为下面创造了话题。不过，在办公时间，还是少谈私事为好。

13. 坐在上司旁边

公司召开会议时，大多没有刻意安排座位次序，员工总爱选择与上司距离较远的座位，这是缺乏自信的表现，上司一般都会产生反感。

等别的同事选择了座位后，坐到上司的身边；

或有意无意地选择接近上司座位，给人积极自信的感觉。不过，爱搬弄是非的同事，总喜欢攻击具有自信的人，可不必理会他们。

14. 主动搞员工聚会

对工作岗位有归属感，工作效率自然提升。归属感是可以制造的，搞员工聚会就是方法之一。

除了参与别人搞的活动外，主动建议和策划，更显出个人的积极性。

15. 乐意做额外工作

同事因赶不及某项文件而要加班，你可主动问他是否需要帮忙，或替他买食物，行动上表示支持。

一些只是口头上支持同事的人，并非积极帮助别人。

16. 主动请教

有上进心的人不耻下问，不会因为对方的年纪比自己轻，感到向他讨教而羞耻。不要等待别人为你寻找资料，应积极地到别人面前，谦虚且表示谢意，别人才乐意指导你。

17. 发表意见

凡事都表示谢意，并不一定就是积极，阳奉阴违的人多的是。只要认为是对的，可行的，你不妨将意见表达出来，不管上司本来是否持相反的意见。

专制的上司对有主见的下属，持一定的反感；但聪明的上司最喜重用有主见的下属。如果你根本不满意眼前的工作，每天胡混过去，那么无论你如何遵从上级命令，也不会有任何发展机会。

18. 确定目标

人的一生有大大小小的目标，为自己定下无数小目标；逐一达到后，心里犹如增加了动力，不断地朝向另一个目标前进。

积极与目标脱不了关系，如果缺乏目标，人干到某一程度时，往往产生“为谁辛苦为谁忙”的迷惘，因而消沉下来。

积极也会因客观因素，如失恋、健康状况不佳，而有所递减，在这方面，朋友的鼓励帮助就很重要了。



职场上 改变拖拉的毛病

大家或许知道，做事拖拉是一个毛病。如果你作为经理，你肯定不会喜欢做事拖拉的下属。然而，我们许多人自觉不自觉地形成了这样的习惯，染上了这样的毛病。或许我们每个人都有一种不良的习惯——拖延时间，这种现象我们不时遇见，以至于看见或者自然发生时都不以为然了。

然而，拖延时间却是一种极其有害的恶习。鲁迅先生说过：耽误

他人的时间等于谋财害命。那么你呢？是否经常拖延时间？你也许已经讨厌这种毛病，并希望在生活中改变它。但是，你总是无法将自己的愿望付诸切实的行动，其实，有了这样的想法而没有实施，这又是一种拖拉。

也许其中确实存有某种“原因”。

我们每个人都知道，拖延时间的确是一种不正确的行为，然而却很少有人能够说他自己从不拖延时间。这本身就是一种无可奈何。事实上，对大多数人来讲，拖延时间不过是让自己避免投身现实生活而采取的一种手段。

造成拖延恶习的原因有很多，其中的主要原因是缺乏信心，缺乏责任感、安全感，害怕失败，或无法面对一些有威胁性、艰难的事。潜意识也是导致人们拖延的因素。他们知道该做些什么事情，但原因

不明，就无法去做。有的时候是因为某些潜意识的恐惧，拖住了他们行动的脚步。

停止拖延的最好时机就是现在。那么，就让我们现在开始改变自己！

首先，你要有一颗快乐的心。你对自己所从事的工作的感觉，会大大地影响你做事的方式。你如果十分快乐地接受实施某件事，这事就会更好更顺利地完成，而且你的愉悦心情可以与别人一起分享。相反，如果你对工作感到生气和不满的话，工作就会变得冗长，你也更有可能犯下许多错误，而周围的人也会慢慢疏远你。

其实快乐是很简单的事情。你想让自己有多快乐，你就会有多快乐。只要你一开始就想些快乐的事情，把恐惧、愤怒、挫折感全部从心中除去，即使面对诸多困难，也会阳光满面。快乐起来，周围的事

情就会变得轻松，有时候还会让你感动。尽量找些快乐的事，看些令人快乐的书，看些喜剧片，碰到好笑的事就开怀大笑。假如你能养成快乐的习惯，脚步就会加快一些。

养成一种快乐、健康的态度，然后开始去做你所搁下的工作，你会发现以往的拖延是多么的不必要，你会发现你的生命充满了生机和活力，你会发现自己能轻易地感染别人。

克服你心中的畏惧感。对于那些导致你拖延的因素，你要敢于面对。假如你怕自己会犯某些错误，就把它写下来，然后写下你准备如何去解决这些头痛的问题。如此一来，你的恐惧就会消失得无影无踪，但你一定要训练自己做这些练习。

恐惧总是躲在黑暗的角落里，慢慢地消磨你的意志。但如果你把它们挖出来，迎头痛击，它们就会

枯萎而死。

训练你的心智。每天你都必须训练自己的心智，不能让它一直处于休眠状态。假以时日，你就会培养出一种好习惯，并使你从拖延的陷阱中跳出来，而找到另一个充实而有价值的人生。这种心理训练要尽可能多做。下面是一些具体的训练方式：

(1) 体验——把自己的思想集中于精神方面的体验。用点时间去闻闻花草，看看夕阳、日出，充分享受景物、声音、味道，体验这些感觉的乐趣。

(2) 学习——每天让自己学点新鲜东西，以保持心智的新鲜成分。

(3) 回想——想想过去所发生的事情，它们会对现在和将来具有一定指导意义。

(4) 开始行动——做些需要责任感和想象力的工作。

(5) 完成——把一件工作，或生活中的某些事加以完成，尤其是那些你忽略过的东西。

(6) 创造——给予这个世界一些东西，这些东西也许在你离开这个世界后仍能有用。

此外，你还可以自己设想很多练习方式，这些练习不仅能帮助你行动，而且能帮助你完成你以前所不可能完成的工作。

学会自我激励。你也许因为缺乏动力，或是感到灰心，觉得自己无用而拖延工作，假如确是如此，你就必须改造自己，并且克服你的弱点。

不妨自夸一点，那样会增加你的信心，并且增加你对工作的热情。你越是相信自己，你所能完成的工作就越多，做得也越好。

找个记事本来，记录下这些积极的刺激方法。你可以把你想到的灵感，或别人给予你的认可和奖励

都记上去。幽默感也有难以想象的治疗效果。所以一定要画上一些插图，还有些什么秘史之类的，任何能让你发笑的都可以。只要能让你保持精神振奋，并给你自信，就多用它来帮助你达到目标。

你也可以偶尔给自己所做的好事一个最高的评价，这样可以使你的自我感觉充分得到滋润。

改变某些习惯。在你不再拖延之前，你必须除掉一些习惯或改变一下你的行为方式，只要你开始去工作，就给自己一些奖励，即使稍后你气馁不干了，也没关系，这总比为了气馁不干，而惩罚自己要好多了。这样一直做下去，你会养成许多重要的好习惯。

你所有的习惯中，有一个是你必须马上革除的，那就是拖延的恶习。一种好的态度可以在你改变自己时给你冲劲，但同时你也要了解，你想完成的是什么。

分析你的行为。试着去分析你必须做的每件事情，这点做起来很容易，而且往往也很有用。对于自己的行为，要仔细地研究。因为你越了解自己的工作，你就越容易去完成它。如果你对你的行为一无所知，就会对它漠不关心，而漠不关心正是导致拖延的先头部队，如



职场上从细微处观察人

汤姆·凯利说：“善于观察一般人习以为常之事，从细微处入手，才会拥有打破常规的能力。”一个无心的眼神，一个不经意的微笑，一个细微的小动作，都有可能决定一个人的成败。察言观色是一切人情往来的基本技巧，熟练地掌

果你对自己的行为多加认识，你就可以克服这二者。全身心投入到你的事业中去。假如它值得你去做，它也就值得你去研究。假如你不清楚某些具体情况，就多观察，收集更多的资料，这也可以当作一种准备工作。它会给你一股力量去工作。

握人的身体语言，就能够迅速、深入地揣摩出对方的心态和意图，从而在说话办事的过程中掌握主动权。

言辞行为常常会透露一个人的品格，表情反映一个人的内心，衣着、坐姿会在不知不觉中出卖它的主人。无论我们做什么工作，都难免与人打交道，而身体的这种沉默的表达方式，值得每个人去学习。一旦你能够熟练地掌握这种技巧，就会得到丰厚的回报。

很多人在不知不觉中表现出来的动作、下意识脱口而出的语

言、无意中做出的姿态等，都可以成为我们洞悉其心态的线索。只要我们用心，就可以从这些细微之处洞悉其心机，识别其本质，体味人情冷暖。

看透人心其实并不难，只是我们没有掌握正确的方法。我们常说“日久见人心”，可是在这个快节奏生活的时代，人与人的接触已经成了速食式，因此，在短时间内洞悉一个人的内在世界就成为迫切需要掌握的技巧。

不论你想看透一个新结识的朋友、一个生意夥伴，还是你的上司、同事，或者只是一个陌生人，在这里你都可以找到瞬间掌握他们心理的密码。

一个人在说话的时候，有太多的细节可以暴露他的内心。如果你能够把握这些信息，何愁沟通不畅？在交谈的过程中，语速、语调、抑扬顿挫以及润饰等，极大地影响

着表达效果。人们有意无意地通过这些因素，表现出所谓的言外之意。当你和别人交流时，需要设法从这些因素中来了解对方的心理。只要你仔细琢磨，便不难听出弦外之音，看出某些端倪，了解对方真正的意图。

在说话方式的各种因素中，首推速度。速度快的人，大都能言善辩；速度慢的人，则较为木讷，此均为每个人的固有的特征。依人的性格与气质而异，不过在心理学中所要注意的，便是如何从与平时相异的言谈方式中了解对方心理。像有些平日能言善辩的人，有时候忽然结结巴巴地说不出话来；相反地，也有些平时木讷讲话不得要领的人，却突然会滔滔不绝地高谈阔论。遇到这种情况，我们应小心，必定出现了什么问题，应仔细观察，以防意外。

大体而言，当言谈速度比平常

缓慢时，表示不满对方，或对对方怀有敌意；相反地，当言谈的速度比平常快速时。表示自己有短处或缺点，心里愧疚，言谈内容有虚假。

在一次电视座谈会上，有位评论家曾经说：“男人如果在外面做了亏心（风流）事，回到家里，必定滔滔不绝地与太太讲话。”从心理学的角度看，这种情形是因为，当一个的心中不安或恐惧情绪时，言谈速度便会变快。凭借快速讲述不必要的多余事，试图排解隐藏于内心深处的不安与恐惧。但是，由于没有充分的时间冷静反省自己，因此，所谈话题内容空洞，遇到敏感的人。便不难窥知其心理的不安状态。

在工作岗位上，也经常会发生类似情况。平时沉默寡言的同事。假使忽然变得格外多嘴时，则其内心必定隐藏着不欲人知的秘密。

智慧人生



如何给人留下好印象

待人处世，势必要与人打交道，这样给人的第一印象就显得格外重要。因为一般人有着第一印象最可靠的错觉，而不再修正自己最初所得的印象。如果你很幸运地给对方一个很好的第一印象，那么待人处事就变得容易多了。

怎样才能给人留下一个好印象？

（1）发挥自己的长处。

如果你发挥自己的长处，别人就会喜欢跟你在一起，并容易同你合作。一个人要首先了解自己，把握自己的特点，如外貌、精力、说话速度、声音的高低和语气、动作、手势、神情以及其他吸引别人注意的能力等等。要知道，别人正是根据这些特点来形

成对你的印象的。所以，与人交往，要充满自信，并尽可能发挥自己的长处。

(2) 保持自己的本色。

最懂得待人处世的人，永不会因场合不同而改变自己的性格。保持真我，保持最佳状态的真我是给人留下美好印象的秘诀。不管是与人亲密地倾谈，还是在发表演说，都要保持自己的本色不变。不要给人造成言行不一的不诚实的感觉。

(3) 善于使用眼神、目光。

不管是跟一个人还是一百人说话，一定要记住用眼睛望着对方。有些人在开始望着你，但才说了几个字，目光就移到了别处。进入坐满人的房间时，应自然地举目四顾，微笑着用目光照顾到所有的人，不要避开众人的目光。这会使得你显得轻松自若。

(4) 先听后行。

待人处世时，切勿急于发表意见。要稍微等一会儿，先了解一下当时的

情形。看看社交场合的气氛如何？别人的情绪怎样？是高涨还是低落？他们渴望聆听你的意见，还是露出厌烦的神色？只有你觉察到别人的情绪，才能比较容易地接触他们。

(5) 集中精力。

怎样集中精力？一位专家说：“我在跟别人见面之前，通常会静静地坐下来集中思想，然后深呼吸一下。我会思考这次见面的目的——我的目的和别人的目的。有时候我步行几分钟，使心跳加速。这样踏进门口，就不会再想着自己。我把注意力全集中到那人身上，尝试找出他值得我喜欢的地方。”

(6) 态度肯定。

肯定的态度很重要。我们常常看到有些人说起话来声音越来越小，甚至用手捂住自己的嘴巴。没有人愿意跟一个态度迟疑的人打交道。冷静是必要的，小心谨慎也可以，但切勿迟疑不决。

(7) 放松心情。要使别人感到轻松自在，你自己就必须表现得轻松自在。不管遇到什么严重的事情，心理上都要尽量放松。学点幽默，不要总是神色严峻，或做出一副永远苦闷的样子。你应该把心情放松一下，否则家人、朋友和同事会对你感到厌倦。

总之，不要突然改变自己的性格。不要摆出虚假的姿态。只要保持真我——最佳状态的真我——就足够了。事实上，你已有了给别人留下良好印象的神奇力量，因为没有人能比你把自己表现得更出色。



注意把握好场合的说话分寸

寸

很多人小时候都听到过大人类似这样的训诫：出门在外，讲话一定要注意分寸！

大人为什么要强调“出门在外”这四个字呢？因为“出门在外”的小孩要面对各种各样的场合，那些场合可以说的话不像在家里那样，可以不计后果。其实即使对大人而言，场合分寸也是说话中非常难把握的事。在许多时候，人与人之间的交谈一旦进入主题，便很容易沿着惯性思维一路而去，从而忘却了“言出如箭，不可乱发；一入人耳，有力难拔”的古训。这正是很多谈话出现中途吵架或不欢而散的最主要原因。

有一位叫颂华的作者写过一篇题为“说话要注意场合”的短文，我觉得这篇文章举的实例对那些平常说话不注意场合分寸的人来说，真的应该好好借鉴借鉴。我摘得部分内容如下：

一位早年毕业于某高等院校中文系、勤勤恳恳工作了几十年的老教师退休了，为此，学校为他和

另一位曾多次荣获过“先进”的退休老同志一并举行了一个欢送会。与会同志和领导对他们的工作和为人进行了热情洋溢而又非常得体的肯定和赞扬，相比之下，对那位曾多次荣获过“先进”的老同志的美誉则尤多。当轮到两位受欢送的退休老同志致答辞的时候，他们对大家的赞誉做了深情的感谢。一时间，会场里充满了一种令人动情的温馨气氛。作为答谢，话本该说到这里为止；然而，那位老教师却并未就此打住，却由人们对另一位“先进”的赞扬中引起了感触，并做了颇为欠当的联想和发挥：“说到先进，很遗憾，我从来也没有得过一次……”话犹未尽，坐在他对面的、平日与他相处得不很融洽的一位青年教师突然抢了话头：“不，那是我们不好，不是你不配当先进，是怪我们没有提你的名。”话语中带着一种不肯饶人

而又让人难堪的“刺”。冷不防，老教师的眼角眉梢被“刺”出了一股感伤的表情，一时间会场中出现了一种怏怏不悦的尴尬气氛。一位领导见势不对，马上接过话碴儿，想把气氛缓和一下。照理说，这时，他应避免“先进”这个敏感的话题，转而谈论其他。然而，他却反反复复劝慰那位退休老教师，叫他对“先进”的问题不要在意，说没有评过先进，并不等于不够先进，先进不仅在名义，更要看事实，如此等等，一席话，等于是把本应避免而不谈的话题做了重复和引申，使本已尴尬的局面显得更为尴尬。

就事论事的话，我想如上这段引文给人带来的教训无非有二：一是把可以宣泄的情绪用于不合适的场合，结果改变了宣泄的性质；二是把好心的劝言用于不恰当的谈话氛围中，结果好心反而坏了事。中国有句谚语，叫“哪壶不开

提哪壶”，将其引至说话的效果，我们则可以进一步理解为：说话不注意场合就容易失去分寸，更会使话的本意出现扭曲，造成双方不快。

场合是衡量一个人说话分寸的试金石。就像一个正常的人发现自己在众人面前裤子拉链开了，就会潜意识地背过身去把拉链拉上一样。说话场合的分寸把握，也应该时时地融进正常人思维的潜意识中。所不同的是，说话的场合把握涵盖着太多的玄机，甚至还有数不胜数的暗道机关，不像背过身拉裤子拉链那样单一。但是如果不注意场合分寸的把握，只图自己一时之快，或者骂骂咧咧，或者絮絮叨叨的话，其结果就会像当着众人的面拉裤子拉链一样简单：出丑！

场合似乎与“敏感”二字总是有着千丝万缕的内在情结，以至在公开场合，人们都会潜意识地告

诫自己要把握说话的有尺有度。在没有把握的前提下，要么予以回避，要么轻描淡写，王顾左右而言他。上例中的那个老教师触及到了敏感话题，会把握场合分寸的人本应该将其淡化，无奈那个年轻教师的解释却把话题深化了，其用心之良苦固然可嘉，但就因为“敏感”复“敏感”，越是深化就越会调高人的情绪，越是解释就越让人心乱，所以出现后来那种始料未及的尴尬局面是可想而知的，也是不足为怪的。

场合衡量一个人说话分寸的另一种试金石就是问话方式。比如本来是一个再正常不过的问话，因为选择错误或根本不注意场合地随口便问，结果就很可能给自己造成意想不到的麻烦。

举一个比较极端的例子。上海有一家公司规模颇大，求职者络绎不绝。某日，王女士前去应聘，她

很快就被这家公司的招聘官相中。招聘官让其马上办理相关手续。不料王女士在满心喜悦之余问了一句实在不应该问的话：“我能否过完节再来上班？”结果，招聘官表示她不再被录用。王女士一头雾水，要求给个说法，招聘官则躲进房里，不再出来。

随后不久，王女士的手机响了，传来部门经理的声音，说她不该多说话，并明确告诉她：“我们公司永远不会录用在不恰当的场合说不恰当的话的员工。”

这家公司的做法固然有矫枉过正之嫌，但留给王女士的思考则是：在不恰当的场合，说一句不恰当的话，也会因此丢掉饭碗！

无论是说话还是问话，都要注意把握好场合的分寸。不看场合，不注意分寸，一味地随心所欲，口无遮拦，这是很拙劣的。从那对新老教师的一段对话，到王女士的问

话，仅此两例，我想就足以说明场合是说话分寸的试金石——这是普通的常识。这个常识所能提醒世人的是：场合与说话分寸的对应关系全在于理解。什么场合该说什么话不该说什么话，这不是真理，但一定是道理。由此看来，那些迄今为止仍不把场合分寸当回事的人真该好自为之了！

做人，要积点德

做人，要积点德！

1. 口德

得饶人处且饶人：1. 直话：可以转个弯说；2. 冷冰冰的话：可以加热了说；3. 批评人的话：一对一的说，要顾及别人的自尊。

2. 掌德

赞美别人，学会鼓掌：1. 每个人都需要来自他人的掌声；2. 为他人喝彩是每个人的责任；3. 不懂鼓掌的人，人生太狭隘。

3. 面德

不给面子是最大的无礼：1. 中国人最讲究的是面子；2. 任何时候，给对方一个体面的台阶；3. 看破别说破，面子上好过。

4. 信任德

生性多疑的人不可能有真朋友：1. 被人信任是一种幸福；2. 有多少信任，就有多少成功的机会；3. 疑人不交，交人不疑。

5. 礼节德

有“礼”走遍天下：1. 彬彬有礼，方能魅力四射；2. 礼多人不怪；3. 送礼送到位。

6. 谦让德

锋芒毕露者处处树暗敌：1. 切忌锋芒毕露；2. 放下身段，降低自己；3. 人前勿张狂，人后别得意，为人应低调。

7. 理解德

人人都渴望他人的认可：1. 理解，就是给人方便；2. 理解一般人不能理解的事；3. 换位思考，替

别人着想。

8. 尊重德

把别人的自尊放在第一位：1. 努力使人感到他的尊严；2. 给弱者的尊重更可贵；3. 把别人放在心上。



心灵驿站



人生应该拥有一颗自勉之心

人活着要有个目标，不然就会飘渺和空虚。有目标而觉得难以实现，是自己做得不够，有人是内因式的，有人是外因式的，内因式的人是多找数自身的原因，外因式的是多找数环境的因素。

中国传统文化博大精深。古人云：“此皆自勉，以役其德者也。”——这都是用来劝勉自身而拘执真性的。确实，在人生的道路上，做人应要时刻拘谨，摆正心态，心态的魔方全在于自勉。身处一个纷扰的世界里，一个人的内心，难免积存灰尘，只有常扫，清洁心灵的污垢，让自勉去整洁而梳容。

中华文化素以注重自身道德修养闻名于世，而座右铭正是这种文化传统的表现。古往今来，许许多多仁人志士正是用座右铭作为自己行动指南，登高望远，身体力行，自勉自励，自省自戒，而成就一番事业的。如“横眉冷对千夫指，俯首甘为孺子牛”是鲁迅的座右铭；“戒怒”是林则徐的座右铭；“清贫”是方志敏的座右铭；“对同志像春天般的温暖”是雷锋的座右铭。

人生变幻莫测，不如意十之八九。生活的阅历是人生的财富，磨难可以铸造坚强的自我！在生活中学会爱自己，学会珍惜自己，永远不要丧失自我，永远不要失去自己！因为拥有自己就拥有了生命的动力；因为拥有自己就拥有了生活的自信

那么，做人应该怀着一颗自励之心的内涵有那些呢？个人认为主要有以下六点：

自勉是一种高超的智慧。

智慧是最有魅力而又古老的人生追求，这是人类认识事物和运用知识、经验解决问题的能力，一切从先天获得、后天培养的悟性、技能和才思都可归结为智慧之果。

人类正是恃有这种智慧和智慧的不懈追求，才成为大千世界的万物之灵。一个有智慧的人，肯定是自勉的人，他对人生有最合理的安排；他能明白事物的本末先后；他能在各种场合中说出最适当的话，做出最适当的事，表现最适当的态度，他能应付各种问题；他能见微知著，鉴往察来。

自勉不仅仅是个人智慧的规范，自勉更是规范在个人品德中使用，在人生征途中应做到自勉发奋进取。实际上自勉的人自己对自己有信心，充分认识自己，相信自己的力量。所以，只有养成良好的行为习惯，才能不断提高道德境界。

自勉本意也是自信，这样人才

能自主，才不对别人抱有幻想。依附于别人的人，往往是缺乏自信的人。应该明确信心就是力量，力量来源于信心。人因为失去信心而自我萎缩，人也因怀有信心而自立自勉。但是自信不是自高自大，孤芳自赏，自勉是建立在对自己全面认识的基础上的。

自勉是一种处世的策略。

古人云：人到无求品自高。敬人者，人敬之。自勉是一种力量，是伟大的力量，自勉的过程需要坚实，自勉的结果却是美好的。刚强的柱石支撑起了百年不倒的大桥，坚韧的钢轨支撑起了呼啸奔驰的列车。因为它们都得益于三角形结构的支撑。我们只有把握好人生的“三角形”，以自勉做支撑，才能撑住我们的生活，撑出我们的力量，撑起一个光彩的人生。

自勉是做人的基本准则，是一种优秀的品质，古往今来，许多成就伟大事业的人，都是自勉的人。人不仅要生存发展，而且要创造超越。一个人真正的对手是自己，努力克服自身的弱点，才能变得自立自强。面对人生困境，不能消磨意志，丧失信心。哪怕千难万难，也要勇敢面对。自勉，才能提升人格境界，从而创造出人生的崭新乐章。自勉决非一朝一夕的易事，不是所有人都可以轻松做到的。它需要毅力的支持，凡是自勉的人，往往都有坚强的毅力。

对自己的要求严格了，总能发现自身的不足，积极进取，久而久之，厚积薄发，自然能得真才实学。有了真才实学，自然是谦谦君子，自然是厚德之人了，自然也能服人了。宋高濂说：“天地有万古，此身难再得。人生只百年，此日最易过。幸生其间者，不可不知有生之乐，

亦不可不怀虚生之忧。”（《座右编》）要想把握住匆匆而过的人生岁月，处理好人生的各种问题，我们不能不利用前人的人生经验和智慧。

自勉是一种宽阔的情怀。

生命是盛开的花朵，绽放得美丽舒展，绚丽多姿，它离不开自勉的灌溉；生命是精美的小诗，清新流畅，意蕴悠长，它离不开自勉的点缀；生命是优美的乐曲，音律和谐，宛转悠扬，它离不开自勉的美韵；生命是流淌的江河，奔流不息，滚滚向前，它离不开自勉的号角。

一个人的成长过程中，当然需要各方面的帮助，但是，归根到底，只有依靠自己的力量，才能提高和发展。特别是在身处逆境、身处困境的情况下，更要坚持自勉的精神，别人的帮助只有在你自己努力的基础上才能有作用。

要做到自勉还要有自信的力量。相信自己，因为“天生我才必有用”，珍惜自己，因为这世上只有一个自己，如果我们连自己都不珍惜，又会去珍惜谁？如果我们连自己都不能看重自己，肯定自己的存在，又怎么去要求别人来肯定我们呢？有句话是这样说的：“伟人的必要气质，是他自以为必须伟大起来。”

可见，在别人肯定你之前，你先要肯定自己。“自勉”能产生一种强大的力量，它能够在困难和失败的环境下给人以勇气、给人以希望，我们常说，“坚持下去，就是胜利”，就是说的“自信”的力量。

自勉是一种自我的自慰。

自我安慰是一个人迈向成功的引擎，自我安慰是指个体不需要外界奖励和惩罚作为激励手段，能为设定的目标自我努力的一种心理特征。通过不断的自我安

慰，就会使人有一股内在的动力，朝所期望的目标前进，最终达到成功的顶峰。

自我安慰有两种境界，第一种仅仅顺应自己的特长。第二境界是顺应时代社会潮流而激励自己的行为，这种自我安慰与第一种相较，其发展空间会越来越大。安慰的力量来源于自我奋发向上的心理。如果自己以为不行，就不可能产生力量。

只有通过自我磨砺意志，努力形成良好的意志品质；养成良好的生活态度，树立积极向上的人生信念。要做到这一招，就应该志存高远、选准基点、持之以恒、脚踏实地。同样在生活中，做任何事情，都要持之以恒，善始善终，不能半途而废。即使做一些不平凡的小事，经过长期不懈的坚持和努力，也能够逐渐形成坚强的意志。

自勉是一种必要的修养。

对于任何一个人，自勉是一份挑战困境、培养意志的精神套餐，是一道战胜困难、重塑自我的精妙处方。只有知悉自勉的人，才能不断完善人生，成为一个闪光而缺陷极少的人。

自知自主是自勉的前提，自知指自我认识，自主指个人在选择、决定时自我做主；自超自善是更为深刻的自勉。人的气质源于本身的实力和修养，散发出不同的人格特点不同人不同本性。自励反映着一个人的价值取向，也决定着一个人的价值取向。

做人当应自励，应该支撑着人追求人生真善美这个目标，努力培养自己高尚的情操。可以说自励是一个人的脊梁，自励是一种无畏的气概，自励是一个人必须必备的操守。更是一种至高的人格体现彰显的是个人和民族的灵魂。自励给人的生命提供的不只是一种依托、一

种凭借、一种支撑；还是生命永远的充实、永远的能量、永远的精神动力。一个人有了毅力，就能勤奋，就能自信，就能坚强，“不管风吹浪打，胜似闲庭信步”，就能在喧闹的世界里沉静下来，积累人生中的美丽。

自勉是一种激励的力量。

人世间虽然没有只靠自勉便可成功的人生，但成功的人生一定是通过不断的自励有所获得。自勉是一种自觉，一种在困难面前不卑不亢和不屈不挠支持下的自觉；自勉不求人恩赐，不靠人同情，不怨天忧人；自勉用人格立身，用本事安命，用清醒为人。

自我激励是一个人迈向成功的引擎，自我激励是指个体具有不需要外界奖励和惩罚作为激励手段，能为设定的目标自我努力工作的一种心理特征。通过不断的自我激励，就会使人有一股内在的动力，朝所期望的目标前进，最终达到成功的顶峰。

自我激励有两种境界，第一种仅仅顺应自己的特长。第二境界是顺应时代社会潮流而激励自己的行为，这种自我激励与第一种相较，其发展空间会越来越来大。激励的力量来源于自我奋发向上的心理。如果自己以为不行，就不可能产生力量。

自勉的人只有通过磨砺意志，努力形成良好的意志品质；养成良好的生活态度，树立积极向上的人生信念。要做到这一招，就应该志存高远、选准基点、持之以恒、脚踏实地。同样在生活中，做任何事情，都要持之以恒，善始善终，不能半途而废。即使做一些不平凡的小事，经过长期不懈的坚持和努力，也能够逐渐形成坚强的意志。



平淡如同一杯清茶，点缀着 生活的宁静和温馨

人生要有“三得”：一是沉得住气，二是弯得下腰，三是抬得起头。沉得住气，是睿智的彰显，是理智的沉淀，是成熟的标志。弯得下腰，就是做人要低调谦卑，海纳百川，能屈能伸。抬得起头，无论身处逆境还是顺境中，都要保持一种乐观进取的心态。

人生要把该放下的放下，让心轻松。走得最急的，都是最美的风景；今天再大的事，到了明天就是小事；今年再大的事，到了明年就是故事；今生再大的事，到了来世就是传说。人生如行路，一路艰辛，一路风景。你的目光所及，那个也就是你的人生境界。

人生不过几十年，似水一样流淌，不可遏阻。一场轮回的时间，能遇见一场烟火的表演，本身就是一种幸福，即使结局是烟花熄灭，

但终究在天空中绽放了笑脸。我们在哪一年可以用一个决定让一生改变，谁都算不出流年。过好每一年、每一天，俗物养人，平凡是真。

人生本来很简单，只要快乐就好。世上没有太完美的人生，也没有一帆风顺，只有披荆斩棘才能路路通顺。生活中多一些微笑，多一些宽容，多一些付出，少一些自私，少一些贪婪，少一些怨言。不付出就想得到回报，就好像把月光变成金子一样渺茫。

人生没有假设，当下即是全部。生命的意义不在于活多长、活多久，而是在于活得精彩、活得充实、活得有价值。我们每个人身上都有一些特性，它是与生俱来，是其他人不可能拥有的，学会用坦然喜乐的心，来接受上苍赐给我们的这些最美好，最合适的一切吧！

人生处处有磨难，活着就是一种修行。没有人陪你走一辈子，所

以你要适应孤独；站在时光的彼岸，回看此岸的光阴，茫茫人海，每一场相遇，都是一场美丽；每一场离散，都是一场放逐。人生是一种承受，我们要学会支撑自己。

人生如水，有激越，就有舒缓；有高亢，必有低沉；不论是绚丽还是缤纷是淡雅还是清新，每个生命必定有其独自的风韵。一个人的一生，有轰轰烈烈的辉煌，但更多的是平平淡淡的柔美。人是需要一种平淡的，这种平淡无声无息，但又无处不在。

人生一场路过，匆匆忙忙一场路过。你醉了，岁月无动于衷；你醒了，岁月麻木无言；你来了，岁月简单如斯；你去了，岁月春秋依然。来和去的热情与岁月无关，人生从头到尾都是你一个人的独舞，个中曲折，自己承担，怎么活，自己斟酌。

人生是杯酒，苦辣都要品；辣会满眼泪，醇会满腔醉，不苦不辣没滋味；人生是场缘，聚散总会有，擦肩的是客，携手的是情，不来不往没缘分；珍惜人生梦一场，珍惜快乐的时光，别怨，情深意浓，缘分薄；别让，快乐时少，烦恼多；无怨无悔才是人生的最美。

学会承受淡淡的孤寂与失落，承受那挥之不去的枯燥与沉寂，还要承受那遥遥无期的等待与无奈，生活本身就是一种承受。

豁达淡泊



当一个人处于风口浪尖的时候，最重要的是什么？是懂得急流勇退，为自己留下一分余地。

当一个人心潮澎湃、意气风发、志得意满之时，最应该牢记的是什么？是人生自修，是心灵的归隐，是一分冷静的清醒，才会让成功的花朵开得饱满而艳丽。

宋朝的怀深禅师写过一首《退步偈》：“万事无如退步休，本来无证亦无修，明窗高挂菩提月，净莲深栽浊世中。”

世间似乎所有的人们都在争名逐利，都唯恐落在别人后面，担心自己成为众生的异类，有谁能够急流勇退回头一步呢？

其实，当你感到力不从心，当你感觉困难重重，当你感觉希望渺茫的时候，如果你再一味强求，只能适得其反，徒添烦恼。

退一步海阔天空，如果那个遥远的目标无法达到，就转而追求内

心的安宁。这个时候，你会发现，眼前的世界顿然开阔明亮，你的内心也如生出一颗清静莲花，烦恼殆尽，忧愁不再，你的周身都散发着人生觉悟的芬芳。

弥勒菩萨的化身布袋高僧也写过这样的句子：“手把青秧插满田，低头便见水中天，六根清静方为道，退步原来是向前。”

在这里，退步，是为了更大的进步，是韬光养晦，是一张一弛。

培养自己的一颗豁达淡泊的心境吧，放下那些自己强迫自己背在肩上的沉重的负担，放下那些本来不属于你的欲望，不再执著于那些没有希望的执著，你就进入了人生的澄明之境，人生的前方，皆是开阔的世界。

文 | 鲁先圣

步 科苑漫



当太阳变成红巨星 岩石圈成生命最后庇护所

再过几十亿年，当年老的太阳体积膨胀，烈焰烘烤着地球表面的

时候，将会是地球上生命的末日。科学家进行研究发现，地球上的生命并不会完全灭绝，岩石圈将成为它们的最后庇护所。当然，那里只能是细菌等低等生命的最后家园

了。实际上，我们非常幸运，因为太阳在主序期尚有很长的时间。

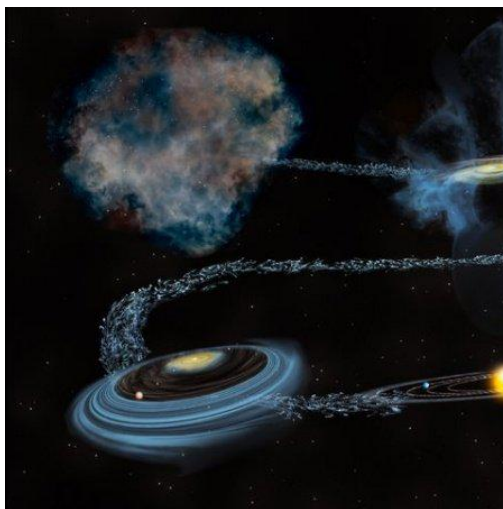
然而，随着时间的推移，太阳的亮度是会慢慢增加的。大约10亿年后，地球就能开始感觉到明显的变化。地表温度开始随着时间的推移而逐渐升高，这样就会增加大气中的水汽的含量，大气中水汽含量的上升就会进一步升高大气的温度，这种正反馈效应(negative feedback)最终会导致地球上绝大多数生命的灭亡。

随着温度的不断攀升，海洋开始加快蒸发，失去了海洋水的润滑作用，地球板块运动很可能会逐渐停止运动，这样会导致火山停止活动，失去了火山活动，大气层中的碳元素也就不能得到进一步的补充。大气层中缺少了二氧化碳，植物也就无法进行光合作用，大气中也就没有了氧气的补充。没有了氧

气的补充，对地球上的动物来说是一场灾难，哺乳动物以及鸟类首先会灭绝。鱼类、两栖类以及爬行类生存的时间相对较长，它们需要较少的氧气并对高温有较强的忍耐能力。

最后一种灭绝的较高等的生命很可能是无脊椎动物，一旦它们最终也承受不了高温的烘烤，地球就会退回到几十亿年前只有微生物统治的时期了。那么，最终的生物圈将会退缩进岩石当中，在那里微生物可以找到暂时的安全栖息地。

地球之水比太阳更古老



46 亿年历史的太阳系内所有天体都古老，然而我们在地球上喝的水被发现比太阳更为古老。新的太阳系化学模型发现，最多半数的地球之水是源自太阳形成时的星际之冰。这一发现增加了在宇宙其它地方发现生命的希望。

研究人员是根据水的氢氘比率判断其年龄，星际冰由于是在极冷的温度下形成的，因此有更高的氘对氢比率。研究人员估计，30%到 50% 的太阳系水是孕育太阳和行星的古老分子云的一部分。报告发表在今天出版的《科学》期刊上。

文件传输新技术问世：

内涵电影传完只要三秒

等待电影、音乐和照片通过 USB 记忆棒传输的日子可能很快就将成为历史。这是因为，创业公司 **Keyssa** 开发的一种新技术允许用户在不到五秒钟的短短时间里即可完成大型文件的传输，而且无需插入式设备。

Keyssa 开发的这种所谓“亲吻式连接” (**kiss connectivity**) 技术允许用户将一部设备与另一部设备轻轻互敲，即可在两部设备之间来回传输信息，这在某种程度上与近场通信技术类似，但传输速度却快得多。从本质上来说，这种技术是利用高频无线电在两部设备之间传输信息的。

这家创业公司背后的支持者是托尼·法戴尔 (**Tony Fadell**)，他曾负责领导苹果公司

的 iPod 团队，随后成立了智能家居公司 Nest。

Keyssa 的“亲吻式连接”技术曾在去年 11 月份见诸报端，而在 2015 年消费电子展 (CES) 上，与会者得以亲身体验这种技术。

Keyssa 产品副总裁 Mariel van Tatenhove 在消费电子展上做了演示，证明这种技术只需短短三秒钟就能传完一个 1.8GB 的文件，大致相当于一部标清电影的大小。他的演示过程也很简单：用带有 Keyssa 连接器的小硬盘与笔记本进行接触，然后数到三，文件就传完了。

这种连接器的尺寸之小也同样令人印象深刻。有些硬件厂商不得不加大 智能手机、平板电脑和笔记本的厚度，以便适应 USB 记忆棒的尺寸要求，但由于 Keyssa 连接器的尺寸远小于传统

的 USB 记忆棒，因此未来的移动设备可以变得像剃须刀一样薄，同时仍可提供迅速到令人难以置信的文件传输功能。

Keyssa 称，该公司的第一批客户是智能手机、平板电脑和电脑公司，但并未透露具体包括哪些厂商。此外，该公司的技术可能还将派上其他用场：据《彭博商业周刊》此前报道，这种技术最终可令用户在音乐会场馆和机场等地点的售卖亭瞬时下载音乐和电影。

感悟



苦难中多一点坚忍

幸福的日子不要只想到自己的所得，多一眼去看看你身边的朋友，也许其中就有身处痛苦中的人，你要明白，在这个世界上不是所有的人都和你一样拥有幸福。

快乐的日子时时牢记自己应有的责任，面对所有的生命，把自己的快乐分享给更多的人，带给他们无穷的力量，爱的能量可以化解开所有的不平与忧伤，把握好自己心，多一点善念待人，才会拥有更大的快乐。

生活中充满了智慧，生活中又充满了问题，每一道难题等待着我，用智慧的心灵去化解开所有的

矛盾，世上本无事，做的人多了也就成了事，大事小事的背后，只要用一颗真诚的心去做，最后做成的必定是一件大好事。

苦难中多一点坚忍，多一点宽容心对待身边的人，生活中没有永远的好日子，也许每一天总有那么一点点不开心的事情在等待着你去面对，其实真正烦恼的不是事情本身，而是你那颗还没有放下的心，你的心一天不放下，那烦恼就一天不离开你，真的，朋友，请相信我的祝福，放下心吧，再多的苦难终将会过去，美好的未来等待着你，就是现在，能够做出明智的选择。

人生的脚步，总在匆忙中忘了跨出自己最重要的那一步，总在徘徊中任时光流失，岁月在无形中消逝，离你远去，你的心是否有过片刻的停留，为了你的未来，更为了现在的你能够勇敢的做好此刻的

自己，机遇就在你的面前，你能够抓在手中的机会，请不要任它流走，也许你会说你没有看见，其实它一直就在你的身边，只要你用心聆听，真理的光芒从来没有远离过你，当你看到希望的那一天，千万不要让真正的幸福从你身边擦肩而过。

无悔的人生需要你智慧去寻找它的美丽，用你的心去领悟身边善意的表达，真正的爱是发自心底无私的天使，虽然世上的人不是完美，但慈悲的力量却可以创造奇迹，请相信真爱就在你的身边，慈悲就在你的心中，只要你真心的去寻找，你要的幸福并不遥远。

生活中无处不是希望，做一个勇于付出的人，而不是没完没了的索取，要知道你能够享受的快乐是有限的，你能够付出的爱却是无限的。

无悔的人生犹如画卷一般美丽而丰富，百年后如梦初醒，珍贵的记忆里，不变的爱与给予成为永恒，佛法的无边广大点亮一颗颗沉睡的心灵，使我们在孤寂的旅途中，寻回那条圣洁的归家之路。



一棵大树成长的启示

课堂上，有学生问，一个人怎样才能创造人生的奇迹呢？

老师指着窗外的一棵大树说，那是一粒种子。

明明是一棵大树，怎么是一粒种子呢？学生想。

怎么不是一粒种子呢？这棵大树，就是一粒种子成长而来的，就是一粒种子所创造的奇迹，其

实，每一棵大树，它的前身，都曾是一粒种子，一粒微不足道的种子。老师说。

说到这里，老师把话题一转，说，每一棵大树都曾是一粒种子，但不是每一粒种子都能长成大树，一粒种子怎样才能长成大树呢？一个人怎样才能创造人生的奇迹呢？

老师说，一粒种子长成大树，不是从天上长出来的，而是从地处长出来的，所以，一个人要创造人生的奇迹，不能空中楼阁，而要脚踏实地。

老师说，一粒种子长成大树，是从冒出地面的一点芽苞开始的，所以，一个人要创造人生的奇迹，哪怕是一星一点希望也不能放弃。

老师说，一粒种子长成大树，不是一天就长成的，所以，一个人

要创造人生的奇迹，就别指望一蹴而就。

老师说，一粒种子长成大树，是因为每天都在长高一点点，所以，一个人要创造人生的奇迹，每天都要有新的长进。

老师说，一粒种子长成大树，既享受着阳光的沐浴，也承受着风暴的袭击，所以，成全我们人生奇迹的，不全来自阳光的爱抚，还有那痛击我们的风暴。金沙娱乐城。



诚 己

在现实生活里，我们很容易发现，许多人在受到批评之后，不是冷静下来想想自己为什么会受批评，而是心里面很不舒服，总想找

人发泄心中的怨气。其实这是一种没有接受批评、没有正确认识自己错误的一种表现。受到批评后心情不好可以理解，但批评之后产生了“踢猫效应”，这不仅于事无补，反而容易激发更大的矛盾。

每个人都喜欢听好话，谁都不愿意被别人批评。然而，当我们面对批评时，一定要正确地对待，不管自己有没有过错，一定先要诚恳地接受，有则改之，无则加勉。切不可采取错误的态度来对待批评，更不能把批评我们的人当成仇人来对待。要知道，智者只对值得批评的人提出意见，谁都不愿意冒着被别人仇视的风险去批评别人，只有真正为你好的人才不会真诚地向你提出批评。

春秋战国时期，墨子与他的弟子耕柱之间发生的一件事情就很巧妙地说明了这一点。

耕柱本是一代宗师墨子的得意门生，但却总是会因为这样那样的事情挨墨子的责骂。

有一次，墨子又因为某件事而批评了耕柱，耕柱觉得非常委屈。因为在墨子的众多门生之中，耕柱是公认的最为优秀的门生，然而他却偏偏经常会遭到墨子的批评，这让他感到很没面子，为此而郁闷不已。

这天，耕柱愤愤不平地问墨子说：“老师，难道在这么多门生中，我竟是如此的差劲吗？为什么您老人家总是会时不时地就责骂我呢？”

墨子听了耕柱的话后，反问道：“假如我现在要去太行山，依你之见，我应该要用良马来拉车，还是用老牛来拖车呢？”

耕柱回答说：“再笨的人也都知道应该用良马来拉车。”

墨子又问耕柱说：“那么，为什么不用老牛呢？”

耕柱回答说：“理由非常简单，因为良马足以担负重任，值得驱遣。”

墨子说：“你答得一点也没有错。我之所以时常责骂你，也是因为你能够担负重任，值得我一再地教导与匡正啊。”

耕柱听了墨子的这番话后，立刻明白了老师对自己的良苦用心。从此以后，耕柱再也不觉得遭受到批评会没面子了，相反，他为此更加地发愤努力，最终成为了墨子思想的继承者。

做错了事情就应该被人谴责，掩饰自己的错误，只能错上加错。当你蛮横地向别人发泄愤怒，你就应该遭到别人的谴责，这是理所当然的。这时候你绝不应该为自己开脱，而应该认真地对待别人的指责，并接受别人的批评。

一个人能接受批评，就能从善如流，少犯错误；如果善听批评，就能做到虚怀若谷，工作、学习、生活中就能少走弯路。若一听到批评的意见就生气，或则暴跳如雷、刚愎自用、固执己见，这样的人早晚要摔跟头。俗话说得好，当局者迷，旁观者清。我们应该记住，良药苦口利于病，忠言逆耳利于行。批评虽然让我们一时生气，但只要我们冷静下来思考，就可以看到自己的不足，从而在批评中受益前进。



