

# 悦 读

主管：中州大学图书馆

主办：信息咨询部

刊期：2016 年第 1 期

（总第 17 期）

## 目 录

### 读 书 明 智

只用 10 句话《史记》教你过好这一生

轰动全球的短文：《年轻》—— 大学生

必读文章

《穷爸爸富爸爸》读书笔记

### 感 悟 人 生

贫穷与落后阻挡不了知识的力量：看知

识怎样走进大山

能控制早晨的人，方可控制人生！

让一个人每天进步的方法、技巧和习惯

### 规 划 未 来

盘点五大毕业后适合考研的高考专业

人生最值得你投资的七件事 大学生必

看

给大三学生的 11 个忠告

### 励 志 学 堂

莫言：生命里，总有一朵祥云为你缭绕

勇敢地活着

一个人不成功 98% 的归咎于自己的脾气

生活箴言



### 只用 10 句话，《史记》教你过好

#### 这一生！

##### 一、富贵不归乡里，如衣绣夜行，谁人知者？

出自《项羽本纪》，意思是得到富贵以后，如果不回家乡晒晒，就好像穿了一身锦绣绸缎，却在夜晚出行，谁能看到你的好？

传统的农业社会，培养了中国人的家庭、宗族、乡邻地方等社团意识。一个人发达了，要回到家乡显摆一下，就像现在的企业家要为家乡修路、建学校一样。

暴发户、土豪总免不了晒富的冲动，特别是见了过去的熟人是要迫不及待地宣讲一番的。

##### 二、乘人之车者载人之患，衣人之衣者怀人

之忧，食人之食者死人之事。

出自《淮阴侯列传》，意思是做了人家的车子，心中就要考虑人家的患难；穿的衣服是人家给的，就要怀揣着人家的忧愁；吃的东西是人家给的，就要忠心为人家做事。

大致相当于后世的“食人之禄，忠人之事”这句话。今天看来，这和现代社会的契约精神有点接近，选择了一份工作来作为谋生手段，就应该为企业、单位负责，尽心尽力。

##### 三、丈夫生不五鼎食，死即五鼎烹耳！吾日暮途远，故倒行暴施之。

出自《平津侯主父列传》，意思是大丈夫活在世上应该追求富贵，只要能钟鸣鼎食（王侯之家的生活），承受鼎烹之刑罚而死也无所谓，我好不容易获得今天的地位，所以宁愿倒行逆施。

主父偃早年虽饱学却穷困，在齐地被众儒生排挤，不容于齐，借钱借不到，去北方燕、赵、中山等地，还是不遇，入关希望卫将军引荐给圣上，没有消息，手中没钱，诸宾客都讨厌他，最后豁出去伏阙上书，竟然获得重用。大臣纷纷向他行贿，有人劝他说：“你这样太过分了！”主父偃说道：“我从青年时就出外游学，达四十多年，弄得双亲不把我当儿子看，兄弟朋友不愿收留我，投在将军门下时其他宾客都厌弃我，我困厄的时间太久了。现在我有了一点权势，为了荣华富贵，法场上吃一刀也是心甘情愿！”

这说法类似于后世的“不能流芳百世，也要遗臭万年！”今天很多贪官往往小的时候都吃过苦，成克杰上学前根本没穿过鞋，王怀忠是要饭的出身，或许也有这种要把过去应该有而没的，一定要狠捞回来的心理吧！

#### 四、何乡者相慕用之诚，後相倍之戾也！

出自《张耳陈馀列传》中司马迁的评语，意思是当初两人互相倾慕信任，其相交非常诚恳，最终却反目成仇，非置对方于死地不可，这是为何？

张耳和陈馀早年刎颈交，就是可以抹脖子的生死之交。陈馀比张耳小，他对张耳像对自己的父亲一样。后来项羽分封天下，张耳为王，陈馀为侯，陈馀大大不服，因为张耳、陈馀对于恢复赵地的功劳是同样的。

陈馀用武力赶走张耳，使得张耳逃到刘邦那里。刘邦与项羽争斗时，刘邦要求陈馀归到自己一方，陈馀提出的条件竟然是要刘邦杀了张耳才会答应。

刘邦杀了一个和张耳长得像的人，把人头送给陈馀。陈馀发现受骗后，就投向了项羽一方。韩信与张耳破赵地，斩杀了陈馀。

有一话说：“再没有比曾经是朋友的敌人更恶毒的了！”越是最初相交深厚，一旦决裂，对另一方的怨恨越深。

#### 五、士为知己者死，女为悦己者容。

出自《刺客列传》，士为知己者用，意思是有本事的人只会为赏识自己的人做事，《刺客列传》后面还有类似的一句“众人遇我，我故众人报之。……国士遇我，我故国士报之。”（意思把我当成普通人来对待的君主，我就以普通人的态度报答他；把我当成国士来对待的君主，我就以国士的态度来报答他。）

女为悦己者容，可以说是对女性很深刻的洞察了，相信每个人都有体会。

#### 六、务正学以言，无曲学以阿世！

出自《儒林列传》，意思是学者要依据学术真理发言，不要为了阿谀世俗权势而撒谎。

汉武帝征召辕固生入朝廷做官时，公孙弘也在被征召之列，当时辕固生瞪着眼睛对公孙弘说了上面那句话。公孙弘做官后果然曲学阿世，证实了辕固生的先见之明。

陈寅恪1964年《赠蒋秉南序》有言：“默念平生，固未尝侮食自矜，曲学阿世，似可告慰友朋。”

据王鍾翰追忆，1945年他向陈寅恪请教，问及治学与政治有无关系，陈寅恪回答：

“古今中外，哪里有作学问能完全脱离政治之事？但两者之间，自然有区别，不能混为一谈。如果作学问是为了去迎合政治，那不是真正在作学问。因为作学问与政治不同，毕竟有它自己的独立性的。”

这段陈氏的夫子自道，正可以作为“未尝曲学阿世”一语的注脚。

但是现实中曲学阿世的学者还是很多的，正如食品安全问题出来以后，会有专家学者论证某某是没有毒害的。

### 七、人之贤不肖譬如鼠矣，在所自处耳！

出自《李斯列传》，意思是一个人是有出息还是没有出息，就如同老鼠一样，是由自己选择的环境决定的。

李斯年轻的时候做一个小吏，在上班地方的厕所里，看到老鼠在吃脏东西，每逢有人或狗走来时，就受惊逃跑；在官府的粮仓里，看到粮仓中的老鼠，吃的是屯积的粟米，住在大屋子之下，更不用担心人或狗惊扰。于是李斯深有感慨，说了上面那句话。

人类社会有不同的阶层，有贫富差距，人追求好的生活环境和地位是应该肯定的，但是保障社会的公平和谐也是很重要的。

### 八、非人情不可；非人情难近；非人情，难亲

出自《齐太公世家》，说的是管仲临终时，齐桓公去见他，问道：“若你不幸离世，你看谁可以接替你做宰相，易牙这个人行吗？他知道我爱吃美味，就把自己的亲生儿子蒸了，做成菜给我吃。”管仲回答：“人哪有不疼爱自己的孩子的，做出这种事情的人是可怕的。”齐桓公又问：“公子方这个怎么样？他抛弃自己父母亲人和公子的地位，来投靠我，对我很好啊。”管仲回答：“连自己的至亲都可以抛弃的人，不可亲近。”

齐桓公最后问道：“竖刁这个人怎么样？他为了伺候我，把自己阉割了，对我可好了。”管仲回答：“人哪有不爱惜自己的身体的，残损自己的肉体来伺候君主的，不可亲近。”管仲死后，齐桓公没有听他的话，重用了那三个人，结果他们联合起来作乱。

管仲所说的这三句，指出了凡是能做出超越正常人性、人情范围之外的事情的人，都是不可亲近的，一个人连自己的性命都不放在心

上，也不会把别人的性命放在心上；一个人连自己和自己的孩子都不爱，也很难相信他会爱别人。

### 九、此一人之身，富贵则亲戚畏惧之，贫贱则轻易之，况众人乎！

出自《苏秦列传》，意思是同样是我这个人，富贵了亲戚就敬畏我，贫贱时都轻视我，其他一般人更不用说了。

苏秦学纵横术，早年游说诸侯不成功，衣衫褴褛地回到家中，父母兄长都不搭理他，嫂子见了他连织机也没下，妻子也不给他做饭烧水。

苏秦后来又去游说诸侯，成功后衣锦还乡，车马行李无数，他的父母兄长、嫂子、妻子跪在地上，不敢抬起头来看他。

苏秦问嫂子：“为什么以前态度傲慢而今天如此恭敬呢？”他的嫂子回答：“因为小叔子你现在地位高，钱又多啊！”

于是，苏秦大发感慨，说了上面这句话。

《战国策》中的记载是：“嗟乎！富贵则亲戚畏惧，贫贱则父母不子，人生世上，势位富贵，盍可忽乎哉！”（哎呀！若有富贵则亲戚都畏惧巴结，若贫贱则父母都不当成儿子看待，人活在世上，权势富贵，千万不要不当回事啊！）

这很像今天很流行的一段话：“如果你没有钱，你拿什么维持你的亲情……稳固你的爱情……联络你的友情……靠嘴说吗？别闹了，大家都挺忙的……”

### 十、苟富贵，无相忘。

出自《陈涉世家》，意思是咱们这群人中，将来若有得到富贵的，别忘了其他人。

陈涉早年雇给人家耕地干活，干活累了，在地垄上休息的时候，陈涉发出了上面那个感叹。当时人都嘲笑他：“你一个雇给人家干活的，能有什么富贵？”陈涉的回答是壮志凌云的一句话：“燕雀安知鸿鹄之志哉！（燕子麻雀是不知道大雁天鹅的志向的！）”

等到陈涉真的富贵了，当初的穷兄弟真的找来了。这帮穷兄弟一看陈涉豪华的宫殿，惊叹了一句：“夥矣，涉之为王沈沈哉！（“夥矣”是楚人的感叹词，大致相当于现在的“哇塞”，后面的意思是陈涉这个大王做得好爽啊！）

刚开始陈涉对这帮穷兄弟还行，后来有人对陈涉说，和这些土包子一起影响大王的形象。陈涉也就疏远了当初的穷兄弟。

共患难易，共富贵难。今天经常听到有夫妻白手起家，创下亿万财富后，丈夫做不到“苟

富贵，无相忘”，而是与曾经共患难的妻子“相忘于江湖”，别寻另一片天空和另一处美景了。



## 轰动全球的短文年轻大学生

### 必读文章

德裔美籍人塞缪尔·厄尔曼 70 多年前写的一篇只有四百多字的短文，首次在美国发表的时候，引起全美国轰动效应，成千上万的读者把它抄下来当作座右铭收藏，许多中老年人把它作为安排后半生的精神支柱。美国的麦克阿瑟将军在指挥整个太平洋战争期间，办公桌上始终摆着装有关短文《年轻》复印件的镜框，文中的许多的词句常被他在谈话或开会作报告时引用。后来此文传到日本，文章的观点成为许多日本人生活哲学的基础。松下公司的创始

人松下幸之助说：“多年来，《年轻》始终是我的座右铭。”

年轻，并非人生旅程的一段时光，也并非粉颊红唇和体魄的矫健。

它是心灵中的一种状态，是头脑中的一个意念，是理性思维中的创造潜力，是情感活动中的一股勃勃的朝气，是人生春色深处的一缕东风。

年轻，意味着甘愿放弃温馨浪漫的爱情去闯荡生活，意味着超越羞涩、怯懦和欲望的胆识与气质。而 60 岁的男人可能比 20 岁的小伙子更多地拥有这种胆识与气质。没有人仅仅因为时光的流逝而变得衰老，只是随着理想的毁灭，人类才出现了老人。

岁月可以在皮肤上留下皱纹，却无法为灵魂刻上一丝痕迹。忧虑、恐惧、缺乏自信才使人佝偻于时间尘埃之中。

无论是 60 岁还是 16 岁，每个人都会被未来所吸引，都会对人生竞争中的欢乐怀着孩子般无穷无尽的渴望。

在你我心灵的深处，同样有一个无线电台，只要它不停地从人群中，从无限的时间中接受美好、希望、欢欣、勇气和力量的信息，你我就永远年轻。一旦这无线电台坍塌，你的

心便会被玩世不恭和悲观失望的寒冷酷雪所覆盖，你便衰老了一—即使你只有 20 岁。但如果这无线电台始终矗立在你心中，捕捉着每个乐观向上的电波，你便有希望超过年轻的 80 岁。

所以只要勇于有梦，敢于追梦，勤于圆梦，我们就永远年轻！  
千万不要动不动就说自己老了，错误引导自己！年轻就是力量，有梦就有未来！



## 《穷爸爸富爸爸》读书笔记

罗伯特·清崎，清崎生长在夏威夷，是第四代日裔美国人。他出生在一个教师家庭。大学毕业后加入美国海军陆战队，作为军官和舰载武装直升机飞行员。被派往越南战场。1977 年，清崎创建了一家生产尼龙钱包的公司。开始自己的商业生涯，并大获成功。后来，他经历了 3 次商海沉浮。1985 年，第三次成为百万富翁后，他离开商界，与人共同创建了一家

商业教育公司，向全球学员教授商业和投资课程。他长年主持财务和投资教育的课程，并通过有线广播电视网在全美播放。他还发明了一种教育玩具——“现金流”游戏，帮助人们学会原本只有富人才懂的金钱游戏，被誉为“百万富翁的教父”、“金钱教练”。他的“富爸爸”系列图书畅销全球，长居《商业周刊》《纽约时报》《华尔街日报》《今日美国》等畅销书排行榜，1999 年已发行 109 个国家和地区，总销量超过 2900 万册。

以下是《穷爸爸富爸爸》的读书笔记

第一点，富人不为钱工作

穷人和中产阶级为钱而工作，富人让钱为他们工作。

这里强调用头脑思考的作用，不要被缺钱的恐慌控制和支配。工作只是面对长期问题的一种暂时的解决办法。大多数人心里只有一个问题，并且是短期的，那就是月末要付账了，于是又感到恐惧了。钱控制了他们的生活，或者说对钱的无知或恐惧控制了他们的生活。他要人们学会用头脑去思考，去发现别人看不见的机会，去寻找更好的挣钱方法。大多数人看不见这种机会因为他们忙着寻找金钱和安定，所以他们得到的也就有限。

## 第二点，学习财务知识

大多数人没有意识到在生活中能不能积累财富，不在于你挣了多少钱而在于你留下了多少钱。

1、你必须明白资产和负债的区别，并且尽可能地购买资产。

资产就是能把钱放进你口袋里的东西，而负债是把钱从你口袋里取走的东西。一旦你明白了这种差别，你就会尽力去只买入能带来收入的资产，这是你走上致富之路的最好办法。不断地这样做，你的资产就会不断增加。同时还要注意降低你的负债和支出，这会让你有更多的钱投入资产项。

很快，钱会多到可以让你进行一些投机性的投资了，这些投资能产生从 100%到无限的回报，5000 美元的投资很快就能翻到 1 百万或更多。这种中产阶级称为“太冒险”的投资实际上并无风险，只是因为你缺乏某些很重要的财务知识而不知道究竟该怎样去看待这些投资机会。只要你拥有足够的财务知识，你就不必害怕去“冒险”。

## 2、读懂数字

富爸爸说：“定义资产的不该用词语而是数字。“如果你想富有，你必须读懂并理解数

字。”数字本身意义不大，正如文字本身意义不大一样，重要的是数字或文字所要表述的东西。在财务报告中，读数字是为了发现情况、了解流向，即钱在向哪儿流。

## 3、对于财富的定义

财富就是支持一个人生存多长时间的能

力，或者说如果我今天停止工作，我还能活多久？财富是将资产项下产生的现金流与支出项下流出的现金流进行比较而定的。每个月从资产项得到的现金流与支出等量，即可说你拥有财富。如果想增加支出，首先必须增加资产项产生的现金流来维持财富水平。注意，这时不再依赖工资，如果辞职了，每月还能用资产项产生的现金流维持支出，也就是说仍能够生存。

下个目标是从资产中得到多余现金再进行投资。流入资产项的钱越多，资产就增加得越快；资产增加得越快，现金流入得就越多。只要把支出控制在资产所能够产生的现金流之下，就会变富，就会有越来越多除自身劳动力收入之外的其他收入来源。随着这种再投资过程的不断延续，最终走上了致富之路。

## 第三点，关注自己的事业

存在财务问题的人经常是一生为别人工作的人,许多人在他们停止工作时就变得一无所有。

你的事业围绕着的是你的资产,而不是你的收入。富人关心的焦点是他们的资产而其他人关心的则是他们的收入。只有你把增加的收入用于购买可产生收入的资产时,你才能获得真正的财务安全。

真正的资产可以分为下列几类: 1. 不需我到场就可以正常运作的业务。我拥有它们,但由别人经营和管理。如果我必须在那儿工作,那它就不是我的事业而是我的职业了;2. 股票; 3. 债券; 4. 共同基金; 5. 产生收入的房地产; 6. 票据(借据); 7. 专利权如音乐、手稿、专利; 8. 任何其他有价值、可产生收入或可能增值并且有很好的流通市场的东西。

你对会计和现金管理懂得越多,你就能更好地进行投资分析并开始建立自己的公司。

#### 第四点, 要懂得税法

如果你对法律一无所知, 你将很容易做错事; 如果你了解法律, 你就可以充分利用法律赋予你的权实现自己的事业。

财商是由四个方面的专门知识所构成的:

第一是会计, 也就是我说的财务知识。如果你想建立一个自己的帝国的话, 财务知识是非常重要的技能。你管理的钱越多, 就越需要精确, 否则这大厦就会倒下来。这是左脑要处理的, 或者说是细节。财务知识能帮助你读懂财务报表, 借助这种能力你还能够辨别业务的优势和弱势。

第二是投资, 我称为钱生钱的科学。投资涉及到策略和方案, 这是右脑要做的事, 或者说是创造。

第三是了解市场, 它是供给与需求的科学。这要求了解受感情驱动的市场“技术面”。

第四是法律。它可以帮助你有效运营一个进入会计、投资和市场领域的企业并实现爆炸性地增长。了解税收优惠政策和公司法律的人能比雇员和小业主更快致富。

#### 第五点, 富人的投资

看到学生们明明知道该做什么, 却缺乏勇气付诸实践, 我就感到十分悲哀。在现实世界里, 人们往往是依靠勇气而不是聪明去领先于其他人的。

变化无处不在, 旧的东西消亡, 新的东西产生, 要更新观念, 适应变化。培养创造性的

财务思维。财务知识丰富意味着拥有更多的选择机会。

我们惟一的、最重要的资产是我们的头脑。如果受到良好训练，转瞬间它就能创造大量财富，并使财富从此不再只是三百年前国王和王后们的专属。而一个未经训练的头脑通过教给自己的家庭不正确的生活方式，将会延续给后代极度贫困的生活。

如果你清楚自己在做什么，那就不是在赌博；如果你把钱投进一笔交易然后只是祈祷，那便是在赌博。

大部分人不富有的主要原因就在于他们太担心失去。胜利者是不怕失去的，但失败者都害怕失去。失败是成功之母，如果避开失败，也就避开了成功。

#### 第六点，不要为金钱工作

大部分人需要学习并掌握不止一项技能，只有这样他们的收入才能获得显著增长。

我劝告年轻人在寻找工作时要看看能从中学到什么，而不是只看能挣到多少。当我对那些想挣更多钱的成年人演讲时，我总是建议他们对自己的人生要有一个长远的眼光。我承认为了金钱和生活安稳而工作是非常重要的，但我仍然主张去寻找另一份工作，以从中学到另

一种技能。我常常提议，如果想学习销售技能的话，最好进入一家拥有连锁营销系统或称为多层次市场的公司。这类公司多半能够提供良好的培训项目，帮助人们克服失败造成的沮丧和恐“惧心理，而这种心理往往是导致人们不能取得成功的主要原因。

成功所必要的管理素质包括：1. 对现金流的管理；2. 对系统(包括你本人、时间及家庭)的管理；3. 对人员的管理。

最重要的专门技能是销售和懂得市场营销。销售技能是个人成功的基本技能，它涉及到与其他人的交往，包括与顾客、雇员、老板、配偶和孩子的交往。而交际能力，如书面表达、口头表达及谈判能力等对于一个人的成功更是至关重要。我还不知道是否有比销售和市场更重要的技能，但掌握销售和市场营销技能对大部分人来说是困难的，这主要是因为他们害怕被拒绝。所以，你在处理人际交往、商务谈判和控制被拒绝时的恐慌心理方面做得越好，生活就会越轻松。

除了成为好的学习者、销售者和市场营销者外，我们还需要成为好老师、好学生。要想真正富有，我们要能付出也要能得到。对于那些被财务或职业所困的人来说，他们常常既缺

乏给予，也无力索取。我知道许多人之所以贫穷是因为他们既不是好教师也不是好学生。

第七点，克服困难

胜利意味着不畏惧失败”。

那些成功者，在最初并不是追求“平衡”的，追求平衡的人只会在原地踏步而不会前进。要取得进步，你就必须先做到“不平衡”，并注意你怎样才能使自己不断取得进展。我们无法向前迈进，因为我们想守着那些安全的东西，而机会却从身边溜掉了。我们眼睁睁地看着时光流逝，心中的结使我们无所作为。在生活之中或多或少我们都会产生这样的状态。

我的观点是：顾虑和愤世嫉俗的心态使大多数人一直生活得贫困但很安全。现实世界等着你去致富，可就是这些顾虑使人们摆脱不了贫穷。正如我所说，摆脱“老鼠赛跑”的生活在技术上讲是十分容易的，这不需要接受太多教育，可那些顾虑使得大多数人寸步难行。

他们把忙碌工作当作逃避自己不想面对的一些问题的途径。没有人去告诉他们这些，他们把难题掩盖起来。事实上，假如你去提醒他们，他们还常常会感到不快。

富爸爸并不太关心我实际上想要买的是什么，他只是想通过促使我们不断思索“我怎

样才能支付这个”来创造一种更强有力的思想和更有活力的精神。要勇于去追求并得到自己所想要的生活。：“做你心里认为正确的事——因为你不管怎么做总会受到批评。如果你做的话，会受到指责；而你不做的话，还是会受到指责。”

第八点，十个步骤开发财商

1. 精神的动力

不想过怎样的生活，想要过怎样的生活。我想自由自在地周游世界；我想以自己喜欢的方式生活；我想在自己年轻的时候就能做到这些；我想自由自在地支配自己的时间和生活；我想要金钱为我而工作。

2. 每天作出自己的选择：选择的力量。

这是人们希望生活在一个自由国度的主要原因。

事实上我们每天都应该进行一个选择：即选择如何利用自己的时间、自己的金钱以及我们头脑里所学到的东西去实现我们的目标，这就是选择的力量。

3. 慎重地选择朋友：关系的力量。

首先，我不会把财务状况作为挑选朋友的标准。我既有穷困潦倒的朋友，也有家财万贯

的朋友，因为我相信”三人行，必有我师“，而我也愿意努力地去向他们每个人学习。

4. 掌握一种模式，然后再学习一种新的模式：快速学习的力量

“你学习什么，就会成为什么样的人”。也就是说，你得注意你所要学习的内容，因为你的精神力量非常强大，你学到了什么，就会成为什么样的人。

补充说一句，在今天这个快速变化的世界中，并不要求你去学太多的东西，因为当你学到时往往已经过时了，问题在于你学得有多快，也就是我前面所说的要具备快速学习的能力，这种技能是无价之宝。如果你想赚到钱，寻找一条捷径是非常关键的。

5. 首先支付自己：自律的力量。

如果说你不能控制自己，就别想着能致富。

开创你自己的事业所必备的最重要的三种管理技能是：1. 现金流量管理；2. 人事管理；3. 个人时间管理。我想说，这三项管理技能不仅适用于企业，而且适用于任何事情。比如，你對自己日常生活的管理或对家庭、企业、慈善组织、城市及国家等的管理。自律精神可以增强上述的任何一项技能。我非常重视“首先支付自己”这句话。

所以，答案就是：1. 不要背上数额过大的债务包袱。要使自己的支出保持低水平。首先增加自己的资产，然后，再用自己的资产中产生的现金流购买大房子或好车子。陷在“老鼠赛跑”中不是明智的选择。2. 当你资金短缺时，去承受外在压力而不要动用你的储蓄或投资，利用这种压力来激发你的财务天赋，想出新办法挣到更多的钱，然后再支付账单。这样做，不但能提高你赚钱的能力，还能提高你的财商。

富人知道储蓄只能用于创造更多的钱，而不是用来支付账单。

6. 给你的经纪人以优厚报酬：好建议的力量。

7. 做一个“印第安给予者”：无私的力量。

8. 资产用来购买奢侈品：集中的力量。

9. 对英雄的崇拜：神话的力量。

10. 先予后取：给予的力量。

因此最后我要说，“先予后取”。我发现，越是真诚地教那些想学习的人，我从中学到的就更多。如果你想学习有关金钱的知识，那就要先告诉别人你的看法，然后，新的思想和好的灵感就会如同山洪爆发，喷涌而出。你所应

当做的是：对自己拥有的东西慷慨大度一些。

反过来，你也一定会得到慷慨的回报。

不要做那些无效的事情，找一些有效的事情去做。

寻找新的思想。我经常到书店寻找独特的、与众不同的主张，以从中获得新的投资理念，我把它们称为模式。



## 感悟人生

### 贫穷与落后阻挡不了知识的力量

#### 看知识怎样走进大山



盛夏七月，四川农业大学熊猫支教小分队队员于七月十八日星期六前往雅安市名山区蒙阳镇律沟村参与支教活动，与律沟村的小朋友们度过了一个愉快的周末。小朋友们对知识的渴求和执着让我们看到了中国的未来。

经过蜿蜒曲折的乡间公路，我们来到了律沟村村委会处。通过与相关人员的沟通交接，我们开始与律沟村的小朋友们接触熟悉。起初，我们是有些羞涩与紧张的，但是孩子们的天真与热情感染了我们，队员们热情也愈发高涨。我们与孩子们进行了多项体育运动，在乒乓球、篮球、羽毛球等项目的玩耍中，大家一起放声欢笑，相谈甚欢。

小朋友们很可爱，很听话。在我们的提醒与帮助下，他们拿起清洁工具，一点一点地将垃圾打扫干净，面对难以扫动的垃圾，他们愿意用手去拾起。在我们的支持与鼓励下，他们愿意尝试他们本来不敢尝试的游戏，也愿意不断练习，以求达到好的效果。

或许这些孩子没有很多的培训班可以培养自己的技能，但他们珍惜每一份来自山外的爱心和知识，他们那充满渴求的知识让我们倍感心酸，希望这次的活动可以让更多的人关注他们，希望他们将有一个明朗的将来。

## 能控制早晨的人，方可控制人生！

南怀瑾先生曾说过，“能控制早晨的人，方可控制人生！”早睡早起，当别人还在被窝做着梦时，你已经走在为梦想拼搏的路上。

### 1. 快乐感更强

加拿大多伦多大学一项新研究发现，无论是年轻人还是老年人，早起者的情绪更积极，自我健康感更好。早起者沐浴晨光可能是心情舒畅的一大原因。

### 2. 成绩更好

美国“网络医学博士”网站刊登得克萨斯大学一项研究发现，“百灵鸟型”（早起）大学生的成绩点比“夜猫子型”（熬夜）大学生整整高出一个点。研究负责人丹尼尔·泰勒博士说，“百灵鸟型”学生生活更规律，准时上课，学习更主动，且没有熬夜带来的健康问题。

### 3. 精力更旺盛

研究发现，早起者通常醒得更快，而且头脑更清醒，能够快速投入注意力要求较高的活动，也不容易犯困，精力更旺盛。

### 4. 上午效率高

“夜猫子”睡眠惺忪的时候，早起者可能已经完成晨跑、做好早餐、处理完一大堆事务。对于当天更具挑战的活动，早起者更可能会早早制订计划并及时付诸实施。

### 5. 做事更认真

多项性格研究发现，责任心强的人效率更高、组织性更强、目标更明确、更关注细节。一些研究发现，早起者头脑更清醒，遇事提前计划，行动更加果敢。

### 6. 抑郁风险小

研究发现，爱熬夜的人更容易罹患抑郁症。习惯早起的人做事更井井有条，准备充分，极少慌乱，因而更少抑郁。另一大原因是，早起者睡眠充足，缺少睡眠也是抑郁症的一大诱因。

### 7. 为人更和善

2013年，悉尼大学一项心理学研究发现，习惯早起的人通常更和善。更少出现“黑暗三性格”，即自我中心（自恋者）、热爱冒险刺激且心狠手辣（心理变态者）和善于撒谎喜将人玩弄于股掌。

南怀瑾先生曾说过，

“能控制早晨的人，方可控制人生！”

早睡早起，当别人还在被窝做着梦时，你已经走在为梦想拼搏的路上。

我通过心理的角度给大家做一些总结。



## 让一个人每天进步的方法、技巧和习惯

### 一. 有活力的生活

#### 1. 起床不要拖拉，越拖你只会越痛苦。

即使最冷的冬天，咬牙起床到完全适应只需要几分钟，如果你总是想着小睡一会儿，只不过是延长你痛苦的时间。

每次起床困难时只要告诉自己：只要难受3分钟就好。

#### 2. 起床第一件事就是打开自己的身体。

你可以选择做些锻炼，让自己的血液开始流动；你可以喝上一杯白开水，静静的坐着等便意来袭；又或者只是打开窗户呼吸一下新鲜空气。

你可以做任何你能够养成习惯的事情，但是一定要记得，做这些事情的时候告诉自己，我的身体已经醒来，美好的一天开始了。

#### 3. 有计划的生活能让你的生活更舒适。

很多时候的压力来自与我们不知道自己该干些什么。

#### 4. 一定要把自己收拾的整洁了再出去。

当你自己觉得自己当下的状态不适合见人的时候，做什么你都会退缩，人们都喜欢和自信活泼的人交流。

#### 5. 越是忙碌而有压力，越是要学会休息。

之所以忙碌，不是真的工作量大，而是你没有学会休息，大脑和身体大量的时间在消极怠工。我们平均的注意时间是45min左右，并且在15min和后10min最有效率，把自己的任务分割，并且中途给自己休息的时间，你会发现效率增长的非常快。

#### 6. 别让午睡成了你的压力。

很多时候，知道午睡重要，但是不那么容易睡着，因为睡不着而担心下午的效率低，越是担心越睡不着。

午睡时，你可以闭上自己的眼睛，想象自己在春天里散步，或者只是关注自己的呼吸，

用腹部呼吸，感受空气从鼻子进入自己的身体，慢慢的到达腹部，慢慢的减缓呼吸的频率。你也可以听一听轻音乐，或者到网络上找一些渐进式放松催眠的录音。

## 7. 学会休闲。

休闲不同于娱乐，休闲能够更加放松自己的身心，一天的工作结束之后，散散步，聊聊天，或者写点日记，都可以让你的灵魂得到休息。

## 8. 睡前热水泡脚是件幸福的事情。

## 9. 睡不着你就不睡了。

很多人在第二天需要早起又或者第二天有重大的事件发生时，会在前一天晚上睡不着。因为睡不着，担心第二天起不来或者没精神，强行想要让自己进入睡眠，但是越是强求越是睡不着。

你放心，即使你今晚睡不着，对你第二天的考试和工作不会有任何影响，我们的身体是很强大的，往往导致效率降低的，是你因为前一天没有休息好产生的担心与焦虑，你的身体没有任何问题，关键是你的心理。

如果睡不着，你就不睡了，起床喝点水，看看笑话书，又或者躺在床上闭着眼睛都是可以的。

## 10. 作息规律。

你可以是夜里很迟睡，第二天很迟起床的猫头鹰，也可以是早睡早起的大公鸡，但是你一定要规律，当然最好还是能早睡早起的，如果做不到早睡早起，一定要让自己的生物钟规律起来。

## 二. 情绪调节

生气的时候思考，只会让你越来越生气；

焦虑的时候思考，只会让你越来越焦虑；

悲伤的时候思考，只会让你越来越悲伤。

有情绪下的思考，很多时候是在收集偏见。

认知层面是很难改变情绪的，一种感受不可能被压抑下去，压抑只会让你一次性爆发，但是是一种感受可以被另一种感受代替。

## 1. 学会设置快乐锚点

当你快乐的时候，你可以运动，可以打球，可以读书，可以交流，慢慢的这些都会成为你快乐的锚点，我们的记忆的方式是感受，我们很快会忘了一个人长什么样子，这件事到底是怎么发生的，但是那些感受会存在我们的潜意识里面。

当你这些锚点设置成功，下次等你再难受的时候，做这些事情会唤醒你的快乐，一个情绪可以代替另一个情绪的。

## 2. 别想着逃避

很多情绪是由现实激发的,带着情绪很多时候我们的选择是逃避,只会让事情越来越糟。主动解决你会发现其实没有你想像的那么困难。

## 3. 心灵是需要寄托

有信仰的人更容易调节自己的情绪,更能在困难时感受到寄托与归属。

我小时候胃疼,到了医院门口就好,因为我知道下面的事情不需要我来管了,医生会帮助我的。

经常有来访者和我讲,交以钱我似乎情绪就不大了,我觉得他们是觉得最起码现在有方法了。

我们需要承认自己的弱小,找到属于自己的寄托。

你可以坚定自己的理想,你也可以选择一个信仰,又或者与所爱的人一起,都会让很多困难的事情变的简单。

## 三. 人际交往

### 1. 决定一个人对你的态度的,不是你是什么样的人,而是你们的关系。

这点职场的人一定要记住。

有些人奉承你,其实并不一定是你足够优秀,而是你们的关系需要他这样做。

### 2. 尊重别人,不是因为他的优秀,而是你的素质。

### 3. 我们记住一个人的方式是感受。

第一印象之所以重要,因为你给别人的感受别人会牢牢记住。

不要总是想着展示自己的才华,给别人足够的关注,适时的展示自己,注重别人的感受,相信你的人际关系时非常愉快的。

### 4. 倾听是一种非常重要的能力。

倾听不是只要听而已,你要把听懂别人的表达作为第一要义,你要真的愿意去懂他所说的是什么,女孩子有时候所表达的“你不懂我”不是想你做什么,而是你能真的去听她想表达什么。

倾听时,最好的反馈是感情。

你可以用眼神表达你的悲伤,你可以拥抱表示你的关心,你可以握紧拳头说出自己的愤怒,你给出了合适的情绪反馈,倾诉者就能明白你的陪伴。

### 5. 到了一个新环境,如果你不够坚定,远离那些整天抱怨的人。

人的情绪非常容易被感染,到了一个新的环境,长时间接触负能量会让你对这个团体越来越失望。

当然,如果你足够坚定,从那些整天抱怨的人你可以得到很多有用的信息,他们大多口无遮拦。

#### 6. 抽烟并不帅。

个人体验,抽烟之后的人际距离拉远了,有时候一个女生不太愿意和你讲话只是因为你身上的味道,即使抽烟的人也不大喜欢二手烟的味道。

#### 7. 人们更多关注的是与自己相似之处。

试图接近一个人的时候,你可以尝试模仿他。

8. 你想要别人怎么对待你,你就先怎么对待别人。

#### 四. 处事

1. 建立自己的思维模型,拥有自己独特的思维导图

很多事情没有想到,忘了,没有做好,是因为你没有条理,之所以没有条理是你没有方法。

比如,我分析人一般用“三我”模型,分析这个人做出这样的事情更多是哪部分作用的。

分析一个团体我一般使用结构互动,寻找每个符号互动的结果。

这个思维模型很多时候受你专业的影响,大学本科学知识不重要,重要的是思维方式。



## 规划未来

### 盘点五大毕业后适合考研的高考专业

考研是一件好事,可是并不是所有的人和任何专业的人都适合选择考研,一定要具体情况具体分析。同时,在考研时一定要了解社会的需要和所学专业知识的特点,否则就会事与愿违,以致出现学历越高就业率越低的落差。

许多同学因为当时的年少或一时盲从的原因，到了大学后发现自己根本不喜欢或者不适合学习本科期间的专业。因此，就想通过考研来改变曾经的错误选择。事实上，人的一生中或多或少都会犯错误，有些错误是可以避免的，有些错误是可以加以调整的，然而，还有一些错误无论怎样都无法挽回，在考研的路上也是如此。

### 第一类：工科类专业

很多工科类专业都是一些实践背景强的专业，考生须结合社会用人实际和本专业的学科特点认真作出判断，不适合立即作出考研的选择。即使选择考研，也应先到实践中磨练数年，再返回到研究生课堂当中。工科是培养学生技术和工艺水平的操作性很强的专业，它是理科与工程技术之间的桥梁，是将科学研究成果转化为工农业生产的纽带。工科的专业名称往往不带“学”字，而是多以“技术”、“工程”以及“科学”为后缀或直接以技术名称命名。如计算机技术、通信工程、热能与动力工程、材料科学、机械、电机、电子、自动化、建筑工程、石油化工等等。工科各种专业是为国家经济建设的需要所设的，这个行业需要很

强的动手能力和实践背景，因此不太适合立即选择考研，学生可考虑先到实践中磨练数年后，再返回到研究生的课堂中。我们最近了解到一则关于大学生开展社会实践的新闻：一位某重点科技大学毕业的大学生参加社会实践，在与工人师傅一起工作时居然把螺丝都拧反了，这位工人师傅叹息道：“大学培养出如此大学生，怎能找到工作？！”所以，攻读工科专业的学生一定要将自己和社会现实需要联系在一起，为自己确立一个实实在在的发展起点，不要盲从选择读研。

### 第二类：教育类专业

教育类专业以培养教师尤其是培养中小学教师为主要目标，在决定是否考研的时候，同学们应该慎重。教师职业是一项实践性非常强的工作，不但需要教师有较专业的基础知识，而且在教学实践中不断总结获取一线教学经验尤为重要。

本科阶段学习教育类专业的同学，最好能在获取一定的教学实践经验后再选择考研，为将来能成为既有一线教学经验，又有较高的理论研究水平的复合型教育人才做好长期的个人职业发展规划，在国内，这类人才是比较稀

缺的。根据针对许多中小学包括一些著名中小学开展的调查发现,在许多的学校,教学一线的教师的教学水平很高,但理论研究水平却很低;另一类则恰恰相反,在高校里的研究生、教授们,教育理论水平很高,但却距离实际的教学十分遥远,所写的教育论着对现今的教育教学常常是“隔靴搔痒”。于是形成了从事教学的人不搞教学科研,而那些从事教育科学研究的人却又往往不搞教学的局面,致使在教育领域教学与科研严重脱节,而真正能做到两者兼而有之的则是凤毛麟角。这一较为普遍的现象值得当今的教育类专业大学生深思。所以,读教育学类专业的学生可以考虑在毕业后不要立即考研,不妨先选择走近学生、走进课堂,为自己确立一个好的发展基点。

### 第三类:语言文学类中某些侧重实践性的专业

如新闻学专业、外语类专业,需要到实践中去学习锻炼,试看有多少知名记者是从课堂里培养出来的。所以,像新闻学这类专业应先到社会中实践,锻炼几年后再根据自己的发展需要决定是否考研,这样才能够将实践和理论很好地结合在一起。例如,小莲同学大学新

闻学专业毕业后没有立即选择考研,而是选择了到新闻单位就业,通过孜孜不倦地工作,几年下来不仅工作出色,而且在多家报刊发表了大量的文章,其中在全国中文核心期刊上发表的有影响的文章就有七八篇,正在她工作事业如日中天的时刻,通过科学备考如愿考入了某著名大学的新闻学研究生,良好的知识积累,加上丰富的新闻工作背景,使她很快出类拔萃,最后以优异的成绩完成学业,当即就被一家大报社“抢”走。再如小吕同学,毕业于北京第二外国语学院阿拉伯语专业,毕业后她并没有选择读研,而是看准了目前国内阿拉伯语人才短缺的现实,应聘国家水电公司去了利比亚。她准备工作一两年,一来使自己得到了很好的锻炼;二来也能积攒下来一笔可观的收入,再返回高校读研,之后准备在高校从事教学与科研。

### 第四类:财经类专业

这类专业以培养实用型、技能型人才为主,社会需求导向也如此,因此更适宜工作后再考研。例如会计学类及相关分支专业,开设此类专业的院校达到90%,虽然社会对这类专业人才的需求量较大,可是对于学习这类专业

的学生而言,社会上各种用人单位对财务人员需求人数远远大于从事教学科研人才的人数。而现实状况是,众多财经院校所培养的毕业生本身的能力和素质,与实际工作的需要距离很大,如果在本科毕业后立即选择考研,就会与实际需要相差更远。以前曾遇到这样一个真实的事例:小王是一名毕业于普通院校的本科生,他为人聪明机灵,毕业后没有立即考研,而是选择了就业。他先从小企业的会计做起,由于他勤奋好学,很快就熟悉了会计行业方方面面的情况,工作频频受到企业老板的赞扬,专业技能也不断提高,几年后他就被一家知名的大企业“挖走”,并晋升为财务总监。

用人单位在招聘时,一般会要求财经类专业应聘者要有多年的工作经验,也因此这类专业的学生不适合毕业后立即选择考研,最好是在工作一段时间后再考研,以便有更好的发展。有心的同学,看到这里应该可以发现“新大陆”了:自己所学的专业适不适合考研,上网浏览所学专业的用人信息,看看此专业的人员需要具备专业以外的什么样的条件。或者还可以去招聘现场了解本专业的用人要求。这样做到心中有数,以便做出客符合实际的决定。

## 第五类:已经饱和或过剩学科专业

一位中学物理教师,由于觉得在小县城当中学教师教书太清贫太寂寞,想改变一下自己的现状,于是就辞去了原来正式岗位的教师职业,报考了西北某知名政法大学的法学研究生,可等到毕业后才发现,法学学科方向研究生早已人满为患,不仅失去了原来的工作,新的就业岗位又找不到,最后只有加入到了“失业”的行列,另谋出路。目前我国百分之九十九的高校都开设有法学等专业,如果选择这类专业方向考研,那就是一条“不归路”了。大家可能认为言重了,在此不妨分析一下,首先是法学等专业开设院校多,门槛高、关口多,而就法学专业来说,如果就业选择律师,那么就一定要取得律师资格证,考取此证比考研难多了。如果想要有效避免这位中学教师所犯的错误,就要多关注目前考研动态,做到知己知彼。



## 人生最值得你投资的七件事

## 大学生必看

听到投资，你会想到什么，投资公司，投资房产，投资家人……人生最值得你投资的事是什么，你有想过吗？

### 1、时间

时间就是金钱，时间就是生命。时间是最值得你去投资的事情我觉得。你也是这样觉得的吧。

### 2、健康

身体可是革命的本钱，没有健康的身体，其它的一切都是浮云。

### 3、家人

家人，是我们最亲最爱的人，如果没有他们，你是否会觉得孤独，如果没有他们，你是否会觉得人生都没有意义。

### 4、人脉

如果你没有朋友，如果你没有人脉，当你要创业的时候，或是你要做什么事情的时候，都没有人会帮你。

### 5、爱人

爱人不用说了，那是一生的伴侣，如果你不投资你的爱人，你投资谁啊。

### 6、事业

当然，并不是说每个人都要创业，每个人都要有自己的公司，每个人都要有自己的事业，其实在我看来，事业并不一定是一家公司，事业也可以是一种工作。

### 7、爱好

我觉得一个人肯定会有各种兴趣爱好，如果你没有一点爱好，我只能说，赶紧的去投资一个你的爱好吧。



## 给大三学生的 11 个忠告

大三，这其实是你大学最好的时光，没有大一懵懵懂懂的青涩，没有大二在学业社团的两头忙碌，没有大四求职就业的压力，恭喜你走入了大三。

1、开始学习专业课了，现在才发现大一、大二学的很多课程其实是为了学习专业课做准备的吧？就是已经全还给老师了，重温还是

继续混？这是个问题。别抱怨专业课太难，我倒觉得不能让你的智商需要充值的课程，都对不住“专业”两个字。不要在大三时哀叹晚了，要明白大学四年，其实大部分人，花在学习上的时间都没有超过一年，你要追回进度，半年时间足够了。

2、你已经能很熟练的给新生们调侃老师的各种段子了，这个很土鳖，那个很装逼，谁是混日子谁是名捕。你自以为已经了解大学的教学其实就是那么回事，打瞌睡或逃课不再是堕落，而是你嘲弄教学体制的个性。这个时候你更应该认识些积极向上的朋友，可以在大学生网中多去交流，这一年是树立人生观最主要的一年。不要嘲笑那些大三了还在努力的人，实际上真正愚蠢的人是你，你可以逃离课堂，但你从来就没有雄心做一个真正有“专业主义”精神的人。

3、如果你还要考四级，我就不打击你了，如果你已经过了六级，我觉得你千万不要放弃提升英语。四六级根本不能证明你的英语能力，除非你能用英文读说听写。还有两年的时间，你可以彻底让一门外语成为展示你能力的工具，坚持看一个英文网站，坚持用英文做国际交流，无论是求知还是求职，掌握一门世界

通行的语言，是你未来打开格局的关键。别犯大叔曾经犯过的错误，只是考过了四六级，但从来没有真正掌握英语。

4、那些和你玩得来的人，两年的时间里面已经开始分化。他们中的大部分也许已经习惯晚睡晚起，白天点卯晚上游戏的生活，想改变又无能为力。你开始想成为积极的人，但是前者总是用嘲笑和热情把你邀回到牌局或游戏前。那些曾经让你感觉到友谊的人，如今又让你感觉到他们的不思进取，人啊，怎么可以在青春时如此没有梦想，没有动力，没有期待？送你一句话吧，做值得做的事情，永远不要放弃你真正想要的东西，每一个平庸的人获得安全感的方式，就是让你变得和他一样。

5、如果没有混到社团副主席的话，你的社团生涯也就走到尽头了，其实这个时候你也厌倦了这些忙碌和热闹了吧。说起你的社团经历，是泡到了哪个师妹还是认识了一堆基友？很多人到了大四才发现简历上没有拿得出手的经历，那么现在请尝试为自己的社团经历写一份收获清单。相信我，马上就用得上，大三已经很多人要申请实习生了。别发愁自己没有收获，一定是你误会了什么叫收获。从很小的事情里面总结出做事的方法是更难的能力，想

当年我在班上做生活委员的时候,最大的收获是我是全班最会记账的那个人。

6、不管你的成绩如何,你不得不面对一个问题,你是不是要为考研做点准备?有的同学已经毫不犹豫做了选择,但是你,还在纠结,我并不想在专业上发展,我有必要考研吗?请允许我说句真话吧:就专业而言,读研不过是让你们达到过去本科生培养质量的补救措施。你还真的以为你现在的本科文凭能和二十年前的我们拿的本科文凭比质量么?在一个通胀时代,文凭也在贬值,其实大部分读研并不是为了求学,而是为了求职。如果你没有求职的把握,有些事情还是有个备胎做准备比较好。

7、即便还没有恋爱,也见过身边的人分分合合。在每个打着爱情至上的节日,总有人欢笑也有人流下眼泪。你一定也听说过很多我的前任是个极品的故事,你是不是发现,所谓大学里有最纯真爱情,不过是让我们肆无忌惮消费自己的青春的借口,为我们幼稚的情感贴上一个自我感动的标签?一个不了解自己的人,其实很难给别人爱。经历过争吵也好,经历过分手也好,期待继续牵手也好,担心未来走向也好,你现在应该懂,虽然都打着爱的名

义,但是有些真爱显然比另一些真爱更有内涵。

8、面对父母最大的愧疚已经不是成绩了,而是如何解释你每个月的生活费超越了通胀?做家教太慢,想创业没本,等等,还记得两个词吗?一个是百无一用是书生,一个是眼高手低。开始尝试找一份实习的工作吧,体验一下你们父母挣钱的感觉,也为你未来的求职完整积累一遍写简历面试试用的经验。别担心没有经验别人不要你,那个企业会把大学生当有经验的人招来实习?勇敢去试不怕被拒就是你要收获最大的经验,总是在患得患失中错失机会的人会成为悲剧,别还没开始,就给自己贴上他就是一个被拒的账户的标签。

9、读过一本有深度的书吗?认识过几个优秀的师兄师姐吗?和有学问的老师认真聊过一次天吗?搜过一个感兴趣的话题并写篇论文吗?安排过一次独自旅行吗?听过一场摇滚现场会吗?陪自己的父母做过一次饭吗?为心爱的TA写过一首诗吗?人生有很多选择,不需要太多成本,也不需要太多时间,把你的手从游戏键盘上拿开,想想,现在,它还能做些什么?

10、男生也许是你电脑里的硬盘深处有一个文件夹，每当夜深人静的时候你会打开它。女生也许是收藏夹有一堆淘宝店，每到无聊烦闷的时候你会登录它。你越来越大，但是你也变得越来越不耐烦，甚至你的思考能力还不如你在高三。别不信，一个人的阅历不是一定随着年龄增加而增长，在高三，随便什么话题你都能在一个小时写出一千字的说理文章，现在你发条微博都不知道自己要表达什么。如果在大学，你变成一个物质人，没有了思考，你的灵魂何处安放？

11、大三和大一的区别有多大？大一我们不知道自己知道什么，大三我们知道自己不知道什么。有一点我很确定，在成为一个能独立思考，掌握自学的要求面前，大部分大三的孩子并不比大一的孩子进化多少。也许你比大一的同学多了经历，但是你能找回你大一的行动力么？也许这是你常驻大学校园的最后一年了，大四你们在哪里，大家都懂的…人生苦短，梦想太多，现实容不下我们小小的雄心？找到适合你的方法，让你每一分每一秒，从现在开始，就可以高效利用起来。基本上我可以预测你们马上会问，能推荐一本时间管理的书吗？

好吧，我直接提供答案吧：直接去借《高效人士的七种习惯》、《番茄工作法图解》、《吃掉那只青蛙：拒绝穷忙把时间留给最重要的事》、《尽管去做：无压工作的艺术》，这是懒人的做法，希望遇到问题自己解决。



## 励志学堂

### 莫言：生命里，总会有一朵祥云为你缭绕

这个世界，总有你不喜欢的人，也总有人不喜欢你。这都很正常。而且，无论你有多好，也无论对方有多好，都苛求彼此不得。因为，好不好是一回事，喜欢不喜欢是另一回事。刻意去讨人喜欢，折损的，只能是自我的尊严。不要用无数次的折腰，去换得一个漠然的低眉。纡尊降贵换来的，只会是对方愈发地居高临下和颐指气使。没有平视，就永无对等。

也不要喜欢不喜欢上，分出好人和坏人来。带着情绪倾向的眼光，难免会陷入褊狭。咬人的，你不能说它是坏狗。狗总是要咬人的，这是狗的天性和使命。也就是说，在盯着别人的同时，还要看到自我的缺陷和不足。

当然了，极致的喜欢，更像是一个自己与另一个自己在光阴里的隔世重逢。愿为对方毫无道理地盛开，会为对方无可救药地投入，这都是极致的喜欢。这时候，若只说是脾气、情趣和品性相投或相通，那不过是浅喜；最深的喜欢，就是爱，就是生命内里的粘附和吸引，就是灵魂深处的执着相守与深情对望。

这是一场诡秘而又盛大的私人化进程。私人化的意思就是，即使无比错误，也无限正确。有时候，你的无数个回眸，未必能看到一个擦肩而过。有时候，你拿出天使的心，并不一定换来天使的礼遇。如果对方不喜欢，都懒得为你装一次天使。谁也不需要逢场作戏。尽管，一时的虚情假意，也能抚慰人陶醉人，但终会留下搪塞的痛，敷衍的伤。

所以，这个世界最冒傻气的事，就是跑到不喜欢的人那里去问为什么。不喜欢就是不喜欢了，没有为什么。就像一阵风刮过，你要做

的是，拍拍身上的灰尘，一转身沉静走开。然后，把这个不喜欢自己的人寂然忘掉。

一个人，风尘仆仆地活在这个世界上，要为喜欢自己的人而活着。这才是最好的态度。不要在不喜欢你的人那里丢掉了快乐，然后在喜欢自己的人这里忘记了快乐。

勉强不来的事情，不去追逐。你为此而累的时候，或许对方也最累。你停下来了，你放下了，终会发现，天不会塌，世界始终为所有人祥云缭绕。

谁都在世俗的泥淖里扑腾着。有的人天生是来爱你的，有的人注定要来给你上课的。你苦心经营的，是对方不以为意的；你刻骨憎恨的，却是对方习以为常的。喜欢与不喜欢之间，不是死磕，便是死拧。然而，这就是生活，有贴心的温暖，也有刺骨的寒冷，不过是想让你的人生，变得更加丰富，更加完整。

在辽阔的生命里，总会有一朵或几朵祥云为你缭绕。与其在你不喜欢或不喜欢你的人那里苦苦挣扎，不如在这几朵祥云下面快乐散步。天底下赏心快事不要那么多，只一朵，就足够足够。



## 勇敢地活着

作者：何惠娟

总是觉得一辈子是一段很长很长的时光，但回过头看看以往走过的那些深深浅浅的脚印所留下的印记。细细数数，其实也过了不知多少个春夏秋冬。那些过往在脑海中像看电影般飞快地闪过。才知我在这世间原来已经经历了不少的波折。原来我们都在不知不觉中长大，在不知觉中步入社会。但多数人还处于被保护的阶段，纵使身体条件已趋于成熟，而心理年龄却还处于孩童阶段，不知如何去品佳这种现象，说是单纯，又有点像自欺欺人的感觉。总该学会从象牙塔走出，去闯出属于自己的一个落栖之地。

面对未来，正是因为未来不可知，才会让人充满期待，总觉得自己的未来必会是光明一片，这是人的普遍心理。纵使知道未来的艰辛

同样很多，但为了有希望。不同于行尸走肉般地活着，必须告诉自己的未来是美好的，以此作为前进的动力。这样也好，反正生活总是要继续的，与其没有目的的活着，那还不如带着梦带着希望的活着。用这些来鼓励自己，让自己成长。

人生总是充满着许多不如意，不是你说不愿意经历，它就不会出现的。事情往往可能总是事以愿违，又何必去抱怨。抱怨也不会有任何更好地结果，也不会换来任何的转机，只会让自己生活得更加不愉快。反而会愈来愈糟糕。所以，如果想活得没那么痛苦就应该学会坦然的释怀，学会淡然。那样你便不会觉得生活亏欠了你，才更加有勇气和自信的活着。

人们常常不是说上帝为你关了一扇门，会为你打开一扇窗吗？只是你要用心去发现，用心去体会，其实机遇一直都在伴随着你，就看你细不细心的去发现它了。所以请相信自己，相信自己在这世间中犹如夏花般灿烂。记得微笑面对生活，热爱生活。



## 一个人不成功 98%的归咎于自己的脾气

人只要脾气好，凡事就会好。很多人来到这里都问我：我的事业好不好？家庭好不好？孩子好不好？/姻缘好不好？我只是回答一句：你的脾气好不好？

人的一生都在学做人，学习做人是一辈子的事，没有办法毕业的。人生不管是士农工商，各种人等，只要学习就有进步。

### 第一 学习认错

人常常不肯认错，凡事都说是别人的错，认为自己才是对的，其实不认错就是一个错。

认错的对象可以是父母，朋友，社会大众、上帝，甚至向儿女或是对我不好的人认错，自己不但不会少了什么，反而显得你有度量。

学习认错是美好的，是一个大修行。

### 第二 学习柔和

人的牙齿是硬的，舌头是软的，到了人生的最后，牙齿都掉光了，舌头却不会掉，所以要柔软，人生才能长久，硬反而吃亏。

心地柔软了，是修行最大的进步。一般形容执着的人说，你的心、你的性格很冷、很硬，像钢铁一样。如果我们像禅门说的调息、调身、调心，慢慢调伏像野马、像猴子的这颗心，令它柔软，人生才能活得更快乐、更长久。

### 第三 学习生忍

这世间就是忍一口气，风平浪静，退一步海阔天空；忍，万事都能消除。忍就是会处理、会化解，用智慧、能力让大事化小、小事化无。

要生活、要生存、要生命，有了忍，可以认清世间的好坏，善恶，是非，甚至接受它。

### 第四 学习沟通

缺乏沟通，会产生是非、争执与误会。

最重要的就是沟通，相互了解、相互体谅、相互帮助，大家都是龙兄虎弟，互相争执、不沟通怎么能和平呢？

### 第五 学习放下

人生像一只皮箱，需要用的时候提起，不用的时就把它放下，应放下的时候，却不放下，就像拖着沉重的行李，无法自在。人生的岁月

有限，认错、尊重、包容才能让人接受，放下才自在啊！

### 第六 学习感动

看到人家得好处，要欢喜；看到好人好事，要能感动。

感动是一个爱心、菩萨心、菩提心，在几十年的岁月里，有许多事情、语言感动了我们，所以我们也努力的想办法让别人感动。

### 第七 学习生存

为了生存，要维护身体健康，身体健康不但对自己有利，也让朋友、家人放心，所以也是孝亲的行为。

☆☆☆☆☆☆☆☆

## 生活箴言

☆ 所见所闻成就一生，不知不觉断送一生。

☆ 空空的口袋不能阻碍你的将来，空空的脑袋你将永远贫穷。

☆ 我们的脑袋里可以长皱纹，但我们的观念里却不能长皱纹。

☆ 一个人无法放弃过去的无知，就无法走进

智慧的殿堂。

☆ 人无远虑，必有近忧。生于忧患，死于安乐。

☆ 给人金钱是下策，给人能力是中策，给人观念是上策。

☆ 机会就像小偷，来的时候无影无踪，走的时候损失惨重。

☆ 看不到机遇的人是蠢人；抓不住机遇的人是庸人；有机遇不抓的人是罪人。世界上最大的市场，在我们的脑袋里。

☆ 人好的时候要找一条备胎，人不好的时候要找一条退路

☆ 量身高要用尺子，称体重要用秤，衡量真理，要用时间和实践。

☆ 我们可以长的不漂亮，但绝对不能让自己的人生不漂亮。

☆ 金钱在高尚人的手中，就会变得高尚；金钱在庸俗人手中，就会变得低级庸俗。

☆ 我们今天的生活是三年前的抉择，我们三年后的生活是今天的抉择。

☆ 不要抱着过去不放，而拒绝新的观念和挑

战。

★改变您的观念和态度，你就能得到您想拥有的一切。

★如果你经济上完全依赖别人，那么你就拱手放弃了你的力量。整天和碌碌无为的人在一起，我们将变得碌碌无为。

★一个人可以年华老去，但不能言而无味。与其让生命生锈，不如让生命发光发热。放弃有限，赢得无限。

★承担责任的生命，才叫真正的生命。

★年轻很值钱，但不努力就不值钱。

★一句好话，可以受用一生；一本好书，可以改变一生。

★抉择一定要放在努力的前面。命运不是等待，而是把握。

★吃别人所不能吃的苦，忍别人所不能忍的

气，做别人所不能做的事，就能享受别人所不能享受的福。

★我们人这一辈子不是别人的楷模，就是别人借鉴的对象。当时间的主人，命运的主宰，灵魂的舵手。

★世界上有多少才华横溢的失败者，世界上有很多高学历的无业游民——因为抉择错误。

★世界上什么都可以失去，不可以失去希望；世界上什么都可以失去，不可以失去信心。

