

沉得住气，方能放眼全局，助你进退自如。

拐得了弯，才能豁然开朗，助你行稳致远。

愿余生，不困于情，不惑于心，活在当下，尽心致胜，诸事皆顺。

人若善良，天必佑之

《西游记》有句话：“人心生一念，天地尽皆知。善恶若无报，乾坤必有私。”

利益当道的社会中，善良被当成愚蠢，作恶被当成聪明。

作恶者大鱼大肉，为善者势孤力弱。

然而，上天不会坐看好人吃亏、坏人享乐。

善良的人，人欺，天不欺；不善的人，人怕，天不怕。

果报不是不来，只是时辰未到而已。

1 人善，人欺天不欺

诶！

经常有人说：“人善被人欺，马善被人骑。”

看山是山

——山不是——

} 三种境界

在“谁大谁恶谁正确”的世道中，善良似乎是一种天真。

善良的人，经常被欺骗、伤害，弄得遍体鳞伤。但他们的伤不会白受。

日复一日的善良和人品，会照亮他们未来的路。

白隐禅师住处附近，有一位女孩未婚先孕，父母逼她说出情郎的名字。

女孩怕牵累情郎，便说：“这是白隐禅师的孩子。”

父母怒不可遏，大骂白隐禅师，乡邻纷纷指责他破戒失德。

白隐禅师知道女孩说谎，为了维护她仅剩的颜面，只是淡淡地说：“是这样的吗？”

孩子出生，父母不肯抚养，白隐禅师便开始照顾孩子。

为孩子乞食的过程中，他因为名声尽丧，受尽百般折辱。

一年后，女孩熬不住良心折磨，终于说出真相。

乡邻恍然，明白了白隐禅师的良苦用心，对他忍辱的善举不胜赞叹。

从那以后，白隐禅师受到乡亲们的敬重。

有句话说得好：“正义会迟到，但永远不会缺席。”

坚守道德需要耐性，甚至要忍受恶意的张牙舞爪。

但要深信：黑暗过后就是黎明。

黑夜中付出的代价，会变成太阳的曙光。

不要做个不敢善良的人，上天从不辜负你的善良。

假以时日，善因一定会遇上善果，这是世上最美的邂逅。

2 人恶，人怕天不怕

《醒世恒言》说：“铜盆撞了铁扫帚，恶人自有恶人磨。”

别怕了恶人，更别因为恶人而改变自己。

恶人再恶，恶不过老天。他们会在最适当的时候，接受命运的审判。

印象最深的是《琅琊榜》的夏江。

这个人心狠手辣、不择手段，蔑视一切天理道德。

为了巩固权位，他设计陷害赤焰军，导致十万大军枉死梅岭。

皇长子被诬陷造反，自尽于监狱。

夏江凭罪恶换来权位，坐在悬镜司至尊的座位上，洋洋自得。

可是，他忽视了，世间还有情义，还有因果。

12年后，赤焰军少帅梅长苏卷土重来。

夏江以情义为诱饵，设下毒计，想让梅长苏自投罗网。

但梅长苏岂同凡俗？他以惊天智谋，破解毒计，还令夏江锒铛入狱。

言侯爷曾经预言：“你一定会败在情义之下。”

最终，灭绝情义的夏江，被有情有义的人打败，在无情的监狱中走向人生终点。

是非可以搬弄，真假可以操控，但冥冥中，天理见证一切。

总有人说：“有些人坏事做尽，还风花雪月。”

其实，你只是没看到他们的终局。

在迎来可悲的结局前，他们已经跟幸福快乐绝缘。

没有底线的人，感受不到美好的情感，只有贪婪、烦躁、恐惧、空虚。

末日来临时，他们会捶胸顿足，满腔悔恨。

3 一生善良，必有后福

行善，有时未必会很快看到回报。

短视的人不免有所怀疑，怕做好心会血本无归。

佛经说：“纵使千百劫，所作业不亡，因缘会遇时，果报还自受。”

善的种子永不虚耗，将来一定生根发芽。

陈贤妹以拾荒为生，在社会底层艰辛过活。

2011年10月13日，她遇到了小悦悦。

小悦悦被碾压了两次，7分钟内，18个路人经过，他们一片漠然，见死不救。

只有她，不怕惹祸，立刻冲上前施救。

虽然小悦悦离开人世，但她的举动震惊全国。

她的身体在社会最底层，善良的心却高在云端。

后来，陈贤妹患病，到医院动手术，费用十分昂贵。

这时，看病的医生认出，她就是救小悦悦的老人。

为了表示对她的敬意，医院分文不收，免费为她做了手术。

常言道：“人有善念，天必佑之。”

做善事，结善缘，得善果。付出的善良，都会得到相应的回报。

别把善良当成傻，善良的心永远闪闪发光。

施恩不求回报，但惊喜总会在前方跟你相遇。

这可能是明媚的阳光、悦耳的鸟声，以及突如其来的好运。

最重要的是，心怀善念的人，活得心安、快乐。

俯仰无愧天地，堂堂正正、清清白白、一身正气。

心情愉悦、胸怀开阔，自然处处是秀丽的风景。

4 人若善良，天必佑之

把玫瑰赠予别人，最先沾到香气的是自己的手。

帮助别人，得到最大帮助的人是自己。

恶人自有恶人磨，善人自有善人助。

善良会汇聚一切美好，把人生点缀得熠熠生辉。

善良者，天必佑之，必有后福，必有厚福！

人败皆因狂，事败皆因贪，家败皆因怨

失败，是每个人的必修课。

面对失败的做法，则决定会继续失败，还是谷底反弹。

《格言联璧》说：“不自反者，看不出一身病痛。”

失败的根源不在别处，就在自己身上。

反省自身，让过失无所遁形，才能创造翻盘的机会。

1、人败皆因狂

狂，是最大的敌人。

它让你盯着别人衣服的污渍，却看不见自己脸上的疮疤。

曾国藩说：“傲乃败亡之道，言多贻害无穷。”

仰着头颅，目空一切，最终会被命运狠狠地收拾。

闯王李自成率领农民起义，攻陷北京，建立大顺王朝。

原本，李自成可以建立不世的功业，只可惜，他败在鼠目寸光。

京城是金山银山，李自成两眼放光，清理明朝国库后，又向明朝官员“借”银两。

明朝后宫的妃子，迷乱了李自成的双眼，他贪图逸乐，变得与昏君无异。

上梁不正下梁歪。主子如此，臣下自然跟着放肆张狂。

刘宗敏等大臣，搜刮银两，奸淫妇女，无恶不作。

当闯王大军在京师胡天胡地的时候，危机已经在逐渐迫近。

满清势力，一直是虎视眈眈的老虎。李自成荒淫，自然正中他们下怀。

李自成腐败的统治，终于惹来吴三桂背叛、清朝大军围攻。

浩浩荡荡的农民起义、轰轰烈烈的皇权统治，被一个“狂”字，搅得烟消云散。

预测一个人未来如何，看他狂不狂就好。

如果是一个谦谦君子，纵然没有大成就，也不至于祸从天降。

如果是一个狂妄小人，就算有滔天才略，最终也会损兵折将。

人生在世，千万别狂。天一狂，必有雨；人一狂，必有祸。

人败皆因狂，事败皆因贪，家败皆因怨

2、事败皆因贪

欲望是前进的动力，但贪欲过度，就成为灾祸。

这世上，很多人贪功贪名，走到最顶的时候，突然倒下，跌得粉身碎骨。

《管子》中说：“高飞之鸟，亡于贪食，深潭之鱼，死于香饵。”

不懂得见好就收，失败一定会找上门来。

丰臣秀吉出身于贫苦家庭，是个下级武士，身份十分卑微。

他在流浪的过程中，被织田信长看中，成为织田幕府的家臣。

本能寺之变，织田信长被杀害。机智的丰臣秀吉，便借着复仇的名义，剿灭叛军。

一战成名后，丰臣秀吉东征西战，终于统一了日本。

执掌大权后，丰臣秀吉励精图治，使日本恢复元气，国泰民安。

可是，野心家永远不会安享胜利。丰臣秀吉心里盘算着，要征服朝鲜、攻陷中国、决战印度。

以他的实力，这无疑是以卵击石，但丰臣秀吉已经被贪欲冲昏了头脑，看不清现实。

他不顾一切挥兵朝鲜，结果被明朝重重地挫败，落得大败亏输。

正因为他贪胜不知输，才把一手好牌全部输掉。

盖伊说：“贪吃蜂蜜的苍蝇准会溺死在蜜浆里。”

很多时候，挫败并不是源于能力不足，而是太过精明、太过贪求。

适时放下，后退一步，是能换取长久的胜利。

人败皆因狂，事败皆因贪，家败皆因怨

3、家败皆因怨

家，是放松歇息的港湾，不是剑拔弩张的战场。

要是经常指东骂西，充满怨气，屋里人会活得无比心累。

《壶天录》说：“和气致祥，乖气致戾，处家固然也。”

负能量满满的家庭，无法凝聚祥和的氛围，甚至会酿成灾祸。

北京有一位姓姜的男子，被怀疑酒驾。

民警来到现场，看到他坐在地上，一脸酒气。

报警人指着他说：“他一直缓慢驾驶，压得后面的车过不去。我超车后说了他两句，他就打人。”

警察一番调查，姜某酒精检测超标，打人罪证确凿，之后被刑事拘留。

这一切的源头，是夫妻吵架。

姜某和他的妻子，足足吵了两天，面红耳赤，谁也不让谁。

事发当天，他们又点燃战火，从家里吵到车上。姜某一时激动，就大口喝了几口红酒。

有时候，弥天大祸，就是由吵几句架、喝几口酒引起的。

《处世玄镜》：“未有和气萃焉，而家不吉昌者。未有戾气结焉，而家不衰败者。”

家和万事兴，家衰丑不停。怨恨，是家道衰落的源头。

身体的栖息地，最好是一团和气。和气充满，家庭成员才能凝聚幸福。

剑拔弩张，赢不了道理，还会输掉感情，增添一身戾气。

说话缓一点，脾气软一点，很多琐碎的纠纷，其实不难解决。

人败皆因狂，事败皆因贪，家败皆因怨

4、《礼记》说：“苟日新，日日新，又日新。”

人生在世，就是不断反省、持续攀登的旅程。跌倒不可怕，在哪里倒下，就在哪里起来。

只要坚持反省过错，戒掉导致灾祸的这三点根源，往后的路，自然会越走越顺。

人不自渡，天也难助

人总是越长大越明白，生活就是一场孤独的旅程。

我们都曾在落入低谷时，渴望有人能来拉自己一把。

也都曾在伤心失落时，期待有人说上一句“我在”。

可现实是，自己的苦只有自己懂，自己的累也只能自己去扛。

就像老话说的：靠山山会倒，靠人人会跑。

这世上真正能帮你疗伤，渡你过关的，只有你自己。

人不自渡，天也难助

人不自渡，天也难助

没有谁是谁永远的避风港。

前阵子在豆瓣上看到一个帖子：“你在哪些时候才发现人情凉薄？”

评论里有条回复获赞上万：

“明明自己觉得痛不欲生，快要撑不住了，身边人却冷眼旁观，还要怪你小题大做的时候。”

是啊，人在顺风顺水时，往往很难看清世态人情的真相。

我们在最难熬的时候，才发现自己身后空无一人。

曾经以为可以无话不谈的人，却只把你的心酸当成一场笑话。

曾经以为可以依靠一生的人，在你最需要时只留下一个背影。

曾经觉得牢固无比的关系，一旦出了事就开始变得脆弱不堪。

这些年经历得越多，越能明白那句：

“求人如吞三尺剑，靠人如上九重天。”

成年人的世界，各人有各人要面对的苦和难。

有些事，没人愿意帮；有些事，别人也帮不上。

把希望寄托在别人身上，期望有多大，失望就有多大。

看过一句很扎心的台词：“想要朋友拉一把，酒换酒来茶换茶。”

这世上，没有谁是谁永远的避风港。

小雨天愿意给你撑伞的人很多，但暴雨来时谁不是只有力气顾自己。

人不自渡，天也难助

人不自渡，天也难助

能活成一棵树，就别做一根藤。

看过一句感触很深的话：

“人啊，这辈子能活成一棵树，就别做一根藤。

总是靠别人扯着往前走，倘若有天那人走了，难保你不会摔得鼻青脸肿。”

朋友也好，家人也罢，能帮得了你一程，却帮不了你一生。

问别人要来的安全感，就像风中的浮萍，一吹就散。

人生的重重难关，终究要你一个人去闯；想要的安全感，也要靠自己一点点挣。

跌倒了没人扶你，就自个儿站起来拍拍灰，继续往前走；

太累了没人帮你，就歇上一会，把担子从左肩换到右肩；

难过了没人关心，就安慰自己：熬过去，明天又是新的一天。

就像那句话说得：

“忘带伞，不能总指望别人施以援手；鞋坏了，不能次次要求别人送你回家。”

现实残酷，人心易变。你若不勇敢，没人能替你坚强。

与其在雨中苦求别人送伞，不如自己活成自己的屋檐。

事靠自己解决，才能成长；苦靠自己消化，才有体面。

多一样本事，就少说一句求人的话。

凡事靠自己，才是一个人最大的底气。

人不自渡，天也难助

人不自渡，天也难助

人生海海，苦乐自渡。

这几天重读倪萍的《姥姥语录》，对姥姥的一句话感慨很深：

“自己不倒，啥都能过去，自己倒了，谁也扶不起。”

人生最大的对手，不是那些落井下石的人，而是习惯抱怨和依赖的自己。

同样，人生最大的贵人，不是那些愿意拉你一把的人，而是从不言弃的自

己。

路遥一生命运多舛，年少时出身贫苦，险些辍学。

成年后又遭遇仕途不顺、投稿被毙、婚姻曲折等一系列打击。

可不管上天怎么捉弄，他却总能拼了命地把自己解救出来。

就像他在《平凡的世界》写的：

“生活不能等待别人来安排，要自己去争取，这样你才不枉在这世界上活了一场。”

人生就是这样，悲喜自渡，无人可助。

泪要自己擦，难要自己咽，痛要自己扛，委屈要自己忍。

生命中所有的劫难，都要你一步步走，一点点熬。

《三傻大闹宝莱坞》里说过：“学会成全自己，人生自会成全你。”

生活从来都不容易，但是上天从不会辜负任何一份努力。

也许眼前的风雨有些大，道路也充满了泥泞。

所有的辛酸与疲惫，扛下去，就是晴空万里。

▽

人活一辈子，没有谁能永远顺风顺水。

这个世界上，谁都靠不住，唯有靠自己。

该吃的苦别人替不了，该受的难终究要自己扛。

人不自救，天也难佑。

与朋友们共勉。

人贪三样，一生白忙

5P4 ✓
庄子说：“圣人安其所安，不安其所不安；众人安其所不安，不安其所安。”

违反规律、违反本性去追逐外物，难免会陷入欲望的陷阱，人生陷入乱局。与其贪求不属于自己的东西，不如清醒一些，守住简单的生活。

不贪、克己，是一个人最大的智慧。

人贪三样，一生白忙

01 行事，不贪图便宜 ✓

陷阱、垃圾、麻烦。

99%

贪小便宜的人，为了一些好处会花尽心思，不管是蝇头小利，还是不义之财。买菜时斤斤计较，磨破嘴只为了让菜贩多给几两菜；亲戚朋友一起吃饭，从不付账；路上看到有人掉的钱，快速装进自己口袋。

这样的人，自认为得了便宜而沾沾自喜，殊不知，他们是“捡了芝麻，丢了西瓜”。时间是讲平衡的，贪掉的便宜总会在未来几倍于当初的偿还。

曾国藩的弟弟曾国荃曾经就是一个喜欢占便宜的人。攻克景德镇后，曾国荃回家办理迁坟一事。他仗着自家的势力，擅自占用别人家的地，砍伐别人家的树。

此事被曾国藩知道后，气愤与恐惧并存。气愤的是曾国荃仗着自家的势力，占乡亲们的小便宜，损害了曾家的名声。恐惧的是，随着自己地位的上升，家里人越来越骄奢淫逸，想要保住富贵，求得善终，恐怕做不到。

《菜根谭》说过：“不求非分之福，不贪无故之获。”清白之心不可无，贪欲之念不可有。

所有的算计，不过是自己给自己设的局。总想占便宜的人，失了人缘，滋养了侥幸之心。而当侥幸变为常态，心存侥幸之人终将亲手毁掉自己的底线，丢掉自己的人品和格局。

人贪三样，一生白忙

02 处世，不贪图虚名 ✓

95%

世人千面，多是虚名而已。年少时，总是汲汲营营，四处争高下、争意气、

争虚名，等到吃了亏、跌了跟头，方知不争不抢、不图虚名才是做人的大格局。

晚年季羨林，名声接踵而至，“国学大师”、“学界泰斗”、“国宝”成了他的便签。但对他来说，这不但不是欣喜，反倒是压力。所以，他曾“三辞桂冠”。

一辞“国学大师”：“环顾左右，朋友中国学基础胜于自己者，大有人在。在这样的情况下，我竟独占‘国学大师’的尊号，岂不折煞老身。”

二辞“学界泰斗”：“这样的人，涛涛天下皆是也。但是，现在却偏偏把我‘打’成泰斗。我这个泰斗又从哪讲起呢？”

三辞“国宝”：“是不是因为中国只有一个季羨林，所以他就成为‘宝’。但是，中国的赵一钱二孙三李四等等，也都只有一个，难道中国能有13亿‘国宝’吗？”

对于季羨林老先生来说，老实做人，踏实做事，有自己的生活，也有自己的坚持，身份不过是个虚名。

《颜氏家训》有言：“上士忘名，中士立名，下士窃名。”

品格优良的人是淡泊名声的，贪图名声的人反而会被名声所累，甚至被名声所害。好名声从来不是靠吆喝得来的，需要时间的沉淀考验，该你的自然是你的。

上善若水，润泽万物而不争。凡事不争不抢，张弛有度，才能收获好名声。

人贪三样，一生白忙

03 做人，不贪图安逸

罗兰说，懒惰是很奇怪的东西，它使你以为那是安逸、是休息、是福气；但实际上它给你的是无聊、是倦怠、是消沉；它剥夺你对前途的希望，割断你和别人之间的友情，使你心胸日渐狭窄，对人生也越来越怀疑。千万别让你对安逸的一时贪恋，毁掉了你的一生“风水”。

有生而富足却依然在办公室奋战到天亮的姑娘，也有考上名牌大学后就
夜夜在宿舍通宵打游戏的少年；有坐在高档写字楼里与业绩死磕的都市白领，
也有躲在父母羽翼下活的啃老一族……前者辛苦，后者安逸；与之相应的，生
活会对前者温柔，对后者残忍。

很喜欢一句话：这个时代的高手，^仅不再是默默无闻埋头努力的人，^{还有}而是那些不可替代的有创造力的人。

不难发现，越是优秀的人，越有危机意识，越懂得突破固有的思维，接受新的挑战。千万别在最好的年纪，活得太安逸。 安逸要与年令和責任
配对。

人与人最好的相处模式：尊重是标配，靠谱是高配，厚道是顶配

短期交往看脾性，

一生交往看品行。

马克思说过：人生离不开友谊，但要得到真正的友谊却不容易。

想要拥有一段长久的关系，总是需要彼此付出，相互磨合。

走过半生，才明白，原来人与人之间最好的相处模式，大抵都遵循一个逻辑：

尊重是标配，靠谱是高配，厚道是顶配。

1

尊重是标配

席勒说过一句名言：“不尊重别人的人，别人也不会尊重他。”

只有尊重别人的人，才能让人尊重。

曾看过喜剧大师卓别林的故事。

在一次巡回表演中，卓别林认识了一个对他仰慕已久的观众。

两人相谈甚欢，于是这位观众便邀请卓别林到家中做客。

对方是个棒球迷，他带卓别林参观自己的棒球收藏室，兴高采烈地向卓别林介绍各种收藏品。

卓别林全程微笑，始终认真倾听。

回家后，他马上联系一位棒球明星，请他给这位朋友的棒球帽签名。

身边的人都对此感到很奇怪，因为卓别林天性喜静，对棒球运动并不热衷。

卓别林却说：“虽然我不喜欢棒球运动，但是我的朋友喜欢。”

这让我想起作家白先勇的一个故事。

有段时间，白先勇的青春版《牡丹亭》轰动全国，很多人都在夸赞和讨论这个作品。

但他的朋友陈文茜却一点也不感兴趣，于是他从未在陈文茜面前提起这部戏。

后来陈文茜知晓后，对此感慨地说：“对此，我非常感谢！他可以创新，我可以顽固，谁也不去说服谁。”

想起哲人康德的一句话：

“我尊敬任何一个独立的灵魂，虽然有些我并不认可，但我可以尽可能地去理解。”

这个世界上，每个人的经历和立场都不一样。

不必求同，但求互相尊重。

与人交往，我们要做的第一件事就是给予对方足够的尊重。

尊重别人的兴趣，尊重别人的三观，尊重彼此的差异。

只有你尊重别人，别人才会尊重你。

平等对待，相互尊重，是人与人交往最基本的规则。

2

靠谱是高配

听过一句话：“真正交朋友要找靠谱的人，聪明的人只能聊聊天。”

什么叫靠谱？

有人曾做过一个精辟的定义：处处有交代、件件有着落，事事有回音。

一个人值不值得交往，能不能相处长久，往往取决于他有多靠谱。

我老家有一位表哥，他有个朋友开了一家装修公司。

平时这个朋友总是一副热情的样子，和别人称兄道弟，经常说，大家有什么需要帮忙的，都可以尽管来找他。

去年，表哥新房要装修，自然想到了那位朋友。

对方侃侃而谈，很快拿出设计方案，表哥一看正合心意，就迅速和他签订了装修合同，交了定金。

等到真正开始施工后，表哥才发现根本不是那么回事。

原本说好保证材料的质量，结果送来的都是劣质品。

表哥连忙让他更换，那人满嘴答应说没问题，实际上却迟迟拖延。

本来3个月能够完工的事，最后硬生生拖了大半年才搞好。

表哥也是有苦说不出，只能暗自吃了这个哑巴亏。

不靠谱的人，永远只顾嘴上应承，却总是事无着落。

生活中，有很多这样的人，口头上说得天花乱坠，但从不落实到实际行动上。

出现问题时，他们只会推卸责任，能拖则拖。

与这种人相处，不仅时刻要提心吊胆，还会让你蒙受不必要的损失。

作家池莉说过：

“靠谱，说起来简单，落下去复杂；听起来像感觉，做起来是原则。”

真正靠谱的人，都拥有让人放心的能力。

在这个世界上，从来不缺聪明的人，缺的是为人处世可靠踏实之人。

余生，一定要和靠谱踏实的人同行。

同时也要时刻提醒自我，要做一个有担当，办事牢靠的人。

只有自己一直靠谱下去，才会遇到与你一样可靠的朋友。

3

厚道是顶配

曾看过这样一则新闻。

同学结婚送出了 8888 元的大红包，自己结婚却收到对方 1314 元的回礼。当事人小刘说，他与陈某上学时关系非常好，互相承诺了结婚必送 8888 元红包。

两年前陈某结婚，小刘如约送上了红包。

他说：“这相当于我两个多月工资，但我觉得必须要兑现承诺，才对得起我们的兄弟情谊。”

结果轮到小刘办婚礼的时候，对方只是随礼了 1314 元，甚至连本人都没到场。

这么多年的交情，到头来居然不值那几千块钱。

小刘回想起他们俩当年的诺言，想到自己这些年的付出，更是一阵心寒。

自那以后，他与陈某的关系，就慢慢变得疏远了起来。

一段情谊的维系，通常需要双方同等的付出，倘若出现偏颇，再好的情分也会变淡。

俗语说得好：**“计较不如坦诚，精明不如厚道。”**

真正在乎你的人，不仅不会占你的便宜，反而会替你着想。

我有一个同事阿川，刚认识的时候，有次我们一起约着看电影。等到电影看完，回家后，我发现他给我转了41块，而电影票才25块。后来他告诉我，检票前买了两杯可乐，那16块就是他付的两杯可乐钱。自打那次过后，我就发现这个人值得深交，他不占人便宜，对朋友也特别大方。

有人说：“欣赏一个人，始于颜值，敬于才华，合于性格，久于善良，终于人品。”

漫漫人生路上，我们会遇到许多人，会与许多人相知相识。

可只有与人品好的人交往，感情才会随着时间的沉淀，变得更加深厚而稳固。

相处，靠缘分；深交，看人品。

为人厚道，品行端正的人，最值得我们深交一辈子。

与人相处，是一场修行。

苏芩曾写道：

跟谁在一起舒服就和谁在一起。能入我心者，我待以君王；

不入我心者，不屑敷衍。

归根结底，人与人之间，能不能处得来，首先看的是彼此是否尊重；能不能深交，主要看是否靠谱；能不能走得长久，最终还得看人品如何。

短期交往看脾性，一生交往看品行。

人生的旅途漫长曲折，一定要与对的人并肩同行。

一个人，一辈子，什么最重要？

人字一撇一捺，看似好写，实则艰涩。生活的真相，从来都是得到与遗憾并存。听过这么一句话：“人生是一个不断选择和取舍的过程。聪明的人，在于他知道什么是选择。”一辈子忙忙碌碌，有人注重外表的光鲜亮丽，有人注重内在的才高行洁。我们穷其一生，都在追寻如何过好这一生。人生不过3万天，一辈子最重要的，无非是这3句话。

01 健康比面子重要

经济刊物主编巍巍说：“为了面子坚持错误，是最没有面子的事情。”

总有些人，在参加酒席时，明明已经喝到烂醉如泥，却还是对递来的酒来者不拒。殊不知，此举吃亏的只有自己。到头来，脸面没保住，健康也没了。作家莫言成名之后，每次回到老家，总有赴不完的酒宴。宴会上，免不了被劝酒。莫言的母亲担心他的身体，劝他不要喝醉，点到为止。但莫言抹不开面子，他觉得，如果不喝，自己脸上挂不住，所以即使喝醉，也要逞强喝。最终每次都酒醉到被人扶着回家。

有一次，莫言和兄弟们喝酒，喝了40多杯白酒，和十几扎啤酒。第二天，还未酒醒的莫言去酒厂参观，又喝了半瓢热酒。中午架不住别人再三邀请，陪记者喝了十几杯。当天下午，莫言便扛不住趴下了。几位朋友一见，着急了，赶紧把他送到医院，又是打吊针，又是催吐，抢救了大半天，总算有惊无险，保住了性命。

这次酒醉，让莫言的身体受到了极大的伤害。此后，他闻到酒味就恶心，喝酒也谨慎了许多。亦舒说：“面子是一个人最难放下的，也是最没用的东西。”习惯了为面子和交情喝酒，却不知，真正的情谊，从来都不需要用酒来维系。听过这么一句话：“人之所以活得累，是因为放不下架子，撕不开面子，解不开情结。”为了颜面，喝垮身体，实在是得不偿失。

余华在《活着》中写道：“人是为了活着本身而活着，而不是为了活着之外的任何事物活着。”放下无谓的面子，保重身体，才是人生第一要事。

02 心相比长相重要

《礼记》中说：“有深爱者必有和气，有和气者必有愉色，有愉色者必有婉容。”面相，不单指一个人的面貌，更是一个人的内心世界的呈现。有些人眉清目朗，却令人生厌；有些人平平无奇，却大受欢迎。谁都想拥有一张漂亮的脸蛋，但比长相更重要的，其实是你的心相。曾在网上看过这样一个故事。

一位年轻的女模特，前去整形医院整容。医生看她五官精致，长得很好看，便问她为什么整容。模特回答说，自己最近的事业屡屡受阻，她觉得可能是因为自己不够漂亮，所以来整容。事实上，最近模特因家里突发变故，心烦意乱；因职场钩心斗角，怨气满腹。她整天沉浸在这样的负能量中，相由心生，面相自然变得狰狞，旁人也不敢靠近。

《无常经》中说：“有心无相，相随心生；有相无心，相随心灭。”一个人的容貌，会随着心念善恶而改变。再精致的面容，也会因戾气变得丑陋；再普通的五官，也会因和气变得俏丽。面相是由心相决定的，我们内心的哀怨和愤懑，最终都会反映到脸上。

汪国真说：“假如你不够快乐，也不要把眉头深锁，人生本来短暂，为什么还要栽培苦涩？”想得太多，心就累了。与其沉溺于无法改变的痛苦中，不如放下心中的怨怒，追求实实在在的幸福。烦恼丢掉了，才有云淡风轻的光景；心灵快乐了，才有光彩照人的面容。

03 人品比能力重要

高尔基说：“走正直诚实的道路，必有问心无愧的归宿。”世间纷扰无数，唯有人品，才是立世的根本。年少时看《射雕英雄传》，总会为杨康感到唏嘘，生下来一手好牌，却打得稀巴烂。

反倒是被人当作傻小子的郭靖，不仅抱得美人归，还成为一代大侠。如今却是明白，杨康的命运，早在最初就埋下了伏笔。杨康明知养父是他的杀父仇人，却为了荣华富贵认贼作父，甚至卖国求荣，人品差到了极点。他以伪

善的样子，欺骗身边人，还设计杀害郭靖的六位师父。虽然郭靖对他多次规劝，希望他迷途知返，回归正道，但他一意孤行，不思悔改。最后，他惨死在铁枪庙内，也算得到了应有的报应。反观郭靖，虽然表面上傻傻的，但他心地善良，尊师重道，还有家国情怀。

对待爱情，他一心一意；

对待师长，他尊敬有加；

对待敌人，他嫉恶如仇。

他的正直憨厚，为他赢得很多武林前辈的喜爱，他也因此习得一身武功，最终成为一代大侠，保家卫国。作家石陈金说：“无愧于事，不如无愧于身；无愧于身，不如无愧于自己的良心。”做人，光明磊落；做事，无愧于心。哪怕历经艰险，也依然会用人品，为自己拼出一番天地。哪有谁比谁运气好，不过是积攒的人品多了，福报也就多了。你选择做精明的利己主义者，得到的自然是别人的嫌弃和冷眼。你选择做憨厚的利他主义者，收获的自然是别人的青睐和回馈。能力固然重要，但比能力更重要的是品德。只有德才兼备，才能广结善缘，人生之路也会越走越宽。

04 一辈子，什么最重要 健康 善良 品质

奥斯特洛夫斯基说：“人的一生应当这样度过：当回忆往事的时候，他不至于因为虚度年华而痛悔，也不至于因为过去的碌碌无为而羞愧。”面对酒桌上的推杯换盏，最聪明的手段不是逞强，而是认怂。毕竟，没有任何一场酒局，值得你拿命去拼。与其追求面容上的极致完美，不如努力修炼内在性情。世间万物，皆是逆流而上，把心安顿好，人生已是圆满。人品是内功，能力是招式，只有内功深厚，招式来辅助，人生才能锦上添花。但人品不过关，能力再强，也是白费。巫哲在《撒野》中说：“当成一种经历吧，人活一辈子，总会有很多经历的，各种各样的经历是你活过的证明。”回首过往，喜忧参半，五味杂陈。然而，来这世上走了一遭，与其为过去悔恨羞愧，不如趁此时此刻，活出自我。前路漫漫，星河长明，愿你实现了理想，温柔了岁月。

《心》：命随心转，你的心是什么，你的人生就是什么 ✓

1997年一个深秋的傍晚，一位年过花甲的僧人疲惫地赶回寺院。他头戴斗笠，身穿袈裟，光脚穿着一双草鞋。几个月前，他被查出胃癌，接受手术后，他便出家修行。他不知道要修行多久，才能有开悟的感觉。

路边一位扫地的婆婆看见僧人后，从身上摸出一枚一百日元的硬币，走到僧人面前，温和地说道：“您是出家人吧！肚子一定饿了吧！您拿去买点面包吧！”说着，将硬币递到僧人手中。

僧人看着手中的硬币，浑身顿时像电击一样，顷刻间泪流满面，就在那一瞬间，他体会到一种前所未有的幸福，瞬间开悟了。

这位僧人不是别人，他是日本的“经营之圣”稻盛和夫，他即是企业家又是哲学家。他亲手创办了两家五百强公司，退休后捐出自己的股份，他最不缺的就是钱。

小小的一枚硬币，让他感受到人间的善良，使他瞬间开悟：人生的幸福是去传达自己的善心。

开悟后不久，稻盛和夫重新入世，去履行自己的社会责任。78岁时，稻盛和夫临危受命，拯救了破产的日航，做到了三个世界第一。

但是，稻盛和夫却说：“在赚钱这件事上，我觉得自己好像没什么才能。”他将自己的成功归结于他的心：努力心、利他心、感谢心、谦虚心、正道心。在他88岁高龄时，他将自己对人生的领悟总结在《心》一书中。

稻盛和夫认为，人生的一切际遇都是由我们的内心塑造的，内心的想法可以影响改变周围的环境。

一个人的成功主要取决于三个因素：思维方式、热情、能力。起主导作用的是思维方式。一个人如果在思维方式上误入歧途，即便他拥有杰出的才能，他的人生也会走向没落。

而思维模式是由心决定的。人的一生始于心，终于心。人生就是不断提高心性的过程；在工作和生活中，践行真善美，让良心释放光彩。

用感谢之心去生活

1932年，稻盛和夫出生在日本的鹿儿岛市。在幼年时期，父亲要带着他走很远的路去念佛。从那时起，稻盛和夫每天都要在心中念“谢谢”，向佛表达感谢之心。

此后每天，在洗脸、吃饭的时候，稻盛和夫耳边都会响起“谢谢”的声音。

人们总是对难以得到的东西表示感谢，对轻易得到的东西不觉得珍贵。其实，当我们学会珍惜时，就会在端起一杯茶、一碗饭的时候，心生感谢之心：感谢阳光、水、食物让我们维持生命；感谢身边的家人、朋友让我们感受温情。

当然，这并不是说遇到好事才表示感谢，遇到困难和不幸的时候，也要说一声“谢谢”。

稻盛和夫在创办京瓷几年后，遇到了一件让他身心疲惫的事情，因为医院急需，在没有膝关节的许可证的前提下（只有骨关节的许可证），他们为医院提供材料。

这件事受到了媒体的强烈谴责，稻盛和夫在摄像机面前多次道歉谢罪，电视上反复播放。

舆论的压力使稻盛和夫心力憔悴，为了驱散心中的苦闷，他去请求法师的指点。法师说：“很好啊，灾难降临之际，也就是过去造的业消失之时。”

稻盛和夫仔细品味话后，心中的阴霾消失了。他不再消沉，带着“感谢之心”走出了人生的低谷。

稻盛和夫在《心》中写到：不管遭遇怎样的苦难，都要坦然接受自己的命运和境遇，在忍耐的同时，以积极乐观的心态，持续不断的拼命努力，这样的人才能不断开拓自己的人生。

每个人活在世上，总会遭遇一些不幸，如果能够以积极、乐观的心态去面对，不怨天怨地，带着“感谢的心”去接受，就会走出逆境，开启新的生

活。

用努力之心去工作

稻盛和夫大学毕业后，进入了一家绝缘瓷瓶公司。当时，这家公司正在走下坡路，业绩出现亏损。为了研发陶瓷材料，稻盛和夫吃住都在公司，在他的努力下，他的科室成了全公司唯一盈利的部门。

后来，新任的部长排挤他，想抢走他的研发项目。稻盛和夫忍无可忍，辞职创业。1959年1月，27岁的稻盛和夫创办了京瓷公司。公司从创办第一个月就开始盈利，后来进入了世界500强企业。

稻盛和夫总是告诫自己要有努力之心。努力之心是指积极、专注地去做事情，有一种不达目的不罢休的决心。

京瓷公司起初只是一个没有名气的街道工厂，为了销售产品，稻盛和夫经常吃闭门羹。同行的员工常常因为委屈而落泪，稻盛和夫仍然给他们鼓劲，说：“觉得不行的时候才是工作的开始。”

稻盛和夫有一种永不放弃的努力之心。他不仅在销售产品时四处奔波，在产品技术的开发上也永不放弃。

当有人问稻盛和夫“产品研发的成功率是多少”时，他说：“一旦开始研发，就一定会让它成功。”

京瓷公司稍有起色之后，接到了一笔大订单，但是当时，他们没有测量仪器，没有生产设备。为了抓住机会，稻盛和夫搬进了工厂，付出了不亚于任何人的努力，7个月后，交出了合格产品。

努力工作能触及事物的本质。事物的本质是客观存在的，不是主观意识决定的。如何看待事物的本质，反映事物的客观规律，就在于我们的内心如何看待世界。

人不能改变客观事实和规律，只有在努力时，心灵才会处于纯粹状态，发现事物的本质，获得智慧。

努力工作能净化人的心灵。人在努力时，会在精神上产生愉悦感，获得

心流的感觉。心理学家米哈里在《心流》中提出了心流理论，就是人在全神贯注地做一件事情的时候，会忘记时间的流失，产生高度的充实感和愉悦感。比如：孩子在专心拼图的时候；画家在专心作画的时候。

每个人都可以获得心流的感觉，当我们集中精力做事的时候，就会沉浸其中，消除了烦恼、怨恨、无聊的情绪，获得精神上的愉悦，提高心性。

“全力以赴”本身就是一种修行的态度。普通人只要在日常工作和生活中，极度认真，极度专注，就是在努力，在净化心灵。

用利他之心去践行

《心》中写道：一切成功都归结于利他之心。利他之心就是关爱他人的善良之心，是人类拥有的最崇高的情感。以利他之心为动机的行为，会产生远超于预期的结果。

2010年，日本首相亲自出面，邀请78岁的稻盛和夫出任日航的董事长，拯救破产的日航公司。

稻盛和夫再三思考后，意识到工作的社会意义：能够重建日本的经济；能够保住留任员工的生活；能够给国民带来便利。出于利他的动机，稻盛和夫接受了请求。

但是，他也提出了两个要求：不带团队过去；不要报酬。不带团队过去是因为没有人懂航空，不要报酬是因为他年事已高，不能每天上班。

他做出了利他的榜样，将利他理念带入日航，要求每个人都为他人和公司着想，将利他之心融入到工作的细节中。

他说：“我会竭尽全力经营日航，不是为了股东，也不是为了政府部门，而是为了我们全体员工的物质和精神两方面的幸福！”

《心》：命随心转，你的心是什么，你的人生就是什么

在他的带领下，14个月后，日航就创造了三个世界第一：盈利第一；准点率第一；服务第一。之后，日航公司股票重新上市。3年后，稻盛和夫在盛名中卸任，完成了他的“利他”使命。

在日航的重建过程中，稻盛和夫听到的不仅有称赞，还有诽谤。稻盛和夫对周围的恶意都置之不理，不反驳，不辩解。因为当有战胜对方的想法时，自己的心灵也被玷污了。

每个人的内心深处都存在一个最纯粹、最美好的“真我”，就是关爱他人，为他人着想的利他之心。

但是，每个人的内心深处也存在着一个“自我”，就是利己之心。人都有本能的自我生存欲望，没有自我意识，人就无法生存。

多数时候，人们总是基于本能、喜好做出选择，这种选择往往是利己的，不是利他的。

利他之心是从灵魂深处的“真我”出发，不以得失，而是以善恶的标准去做出判断。用“善心”作为行动的标尺，心灵就会更加美好。

普通人的利他之心就是在善用自己的能力的前提下，以他人优先，多为身边的人做力所能及的事。抱有利他之心做事，命运自然会随之好转。

如果在利他的过程中，遇到心术不正之人，最好的方法是不纠缠、不对抗，远离纷争。

《心》：命随心转，你的心是什么，你的人生就是什么

结语：

《心》中写道：不管过去如何，只要心变得美好，任何人都能开拓幸福美好的人生。

人的心灵就像一座庭院，可以栽种美丽的花草，也可以任其荒芜凄凉。

磨炼自己的心灵就像打理庭院一样，将感谢心、努力心、利他心注入其中，就会提高自己的心性，让自己的心保持美好、纯粹的状态。

《无常经》说：“命由己造，相由心生，境随心转，有容乃大”。心态决定命运，一个人的心改变了，命运也就改变了。

人生智慧全解读

“自带贵气，一看便知”：自带贵气的人，身上往往有这3个做人品质；一个人，身上有3个做人品质，往往也是自带“贵气”的表现，错不了。

做人品质 1：包容。

我们知道，每个人都有可能犯错，但我们更应该记住每个人都有自己的价值。在别人犯错的时候，我们应学会用一种更明智的方法来对待他，要学会包容对方，为彼此留下进退的余地。有时候，当我们能够包容别人的过失，也可能为自己埋下一颗希望的种子。这时你会发现，宽容并非仅仅是一种胸怀和智慧，更是一个人自带贵气的体现。

在生活中，我们或许都有这样的体会：人和人的交往，多数时候是依靠感性和直觉进行沟通的，并不是你说得对，对方就一定心悦诚服。更多时候，对方看重的是你对他的态度，如果你能包容他的过错，给他留面子，他就会自发地改正自己的错误，还会格外地感激和信任你。反过来，如果你以为自己掌握着真理，就咄咄逼人，妄图使对方服从自己的意志，往往会适得其反，遭到无理地反驳，甚至反而会让你陷入骑虎难下的尴尬。

经常听一些人这样说：“人敬我一尺，我敬人一丈。”其实，这不是说话者的自我标榜，他不过是在阐述一个非常普遍的道理。可以说，不论身份、职位的高低，每个人都是有自尊心的。如果你能以宽容对待他人的过失，会让对方对你产生感恩之心，从而用十倍的回报来感谢你。所以说，当你给别人一分包容时，将会给自己带来十分的从容。

总之，一个懂得包容的人，一定是个受大家欢迎的人；包容，可以让你建立更具魅力、自带贵气的个人形象，从而更有利于你人脉的拓展，为你事业的成功打下坚实的基础。

做人品质 2：厚道。

做人厚道，是对一个人最诚恳的赞美，厚道和老实常常连在一起，但厚道的内涵更丰富，也更能让一个人具有一种淳朴的贵气。一般来说，所谓的做人厚道，主要是指善良、诚恳，守住自己良心，不欺骗，不要诈，不