

改變命運的法寶，就是改變自己。

《易傳》有言：“窮則變，變則通，通則久。”好的人生，在於不斷成長。身處低谷，唯有改變認知，才能認清自己；改變圈子，才能成就事業；改變人生態度，才能過好今生。

改變認知

《道德經》有言：“知人者智，自知者明。”生活中，我們時常會產生偏見，尤其是對自己認識不清，從而影響判斷。

有這樣一個故事。一個青年向慧能禪師求教：“大師，我有件事情搞不明白，整夜都睡不好覺，請您給我指點迷津。”禪師點點頭。青年苦惱道：“有人夸我是天才，必有一番作為；也有人罵我是笨蛋，這輩子都不會有出息。您覺得我是什麼呢？”禪師反問：“你是如何看待自己的？”青年搖搖頭，一臉茫然。禪師語重心長地說：“舉個例子，同樣的一斤米，眼光不同，價值也不同。在主婦眼中，它能做兩三碗米飯；在賣粽子的人眼中，它可賣出三元錢；在釀造商看來，做成酒可以賣到四十元。”青年還是不太明白。禪師接着說：“這世上，有的人把你抬高，有的人將你貶低，但你就是你，究竟有多大出息，取決於你自己如何看待自己。”青年豁然開朗。

其實，人這一生，最大的認知陷阱，就是自己。我們不是陷在別人的偏見里，就是落在自己的執着里。如同，被布蒙上眼睛的驢子，誤認為走了很遠的路，其實是繞着磨盤在打轉。一旦將布拆下，就會發現真相。

作家劉潤曾說：“認知突破，是一個人立於不敗之地的根本，也是人生逆襲的最佳途徑。”不因一時低谷，妄自菲薄，就能突破認知壁壘，做出更明智的決定，發揮更大的潛能。《心經》有言：“觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時”。所謂的行深，就是我們要站在更高的維度上，去看待別人的評價，站在一生的場景下，去評價當下的自己。

世間一切皆是幻象，我們究竟是誰，皆源於我們內在的認知。當我們改變了認知，正確地評價了自己，就能成為生活背後的編劇，從而改變人生。

改變圈子

《後漢書》中曾說：“與善人居，如入芝蘭之室，久而不聞其香；與惡人居，如入鮑魚之肆，久而不聞其臭。”

結交的朋友，所處的平台，會影響我們的發展方向。圈子，就是人的溫室，它往往決定着我們的能走得有多高，活得多好。

諸葛亮就是如此。他之所以能夠成功，得益的可不僅僅是他的個人才華，更重要的是他有一個好圈子。他在游學期間，常常到龐德公家中拜訪，相處久了，龐德公欣賞他這個後生，便將他推薦給了名士司馬徽。司馬徽桃李滿天下，在他的提攜下，諸葛亮成了諸侯圈里炙手可熱的人才。而諸葛亮足不出戶，便能說出天下三分，並建立

# 改變認知、改變圈子、改變人生

日後的蜀國偉業，則離不開他的老丈人，名士黃承彥給他的眼界。

不得不說，圈子的成敗，決定着一個人的成敗。



敗。正如荀子有言：“蓬生麻中，不扶自直；白沙在涅，與之俱黑。”研究表明，人是最容易接受暗示的動物，身邊人潛移默化的影響，恰好處處的推崇，令一個人的人生不斷升級。圈子更像一個能量場，周圍都是勤快的人，我們就很難懶惰；身邊皆是智者，我們也會增長心智；旁人都是樂天派，

我們總能笑對人生。正所謂，和什麼樣的人在一起，將決定我們是什麼樣的人。想要改變不濟的命運，當下的困境，就要致力於改變所處的圈子。

圈子就是一個人的信息源、加油站，能夠助力更好的人生，創造更優質的生活。多給自己一些挑戰，勇敢地跳出舒適區，去多接觸一些好人、好事情吧！當你改變了圈子，也就是改變人生。

改變人生

曾看過這樣一個真實的故事。有一個女人生活非常不如意，於是找到了心理學家。心理學家聽了她的經歷後，一言不發，轉身從書架上拿了一盤磁帶。他說：“這里面有三段錄音，來自於三個求助者。現在請你認真聽，然後找出三段錄音中都有的，一個兩字詞語。”心理學家見女人有些疑惑，“請放鬆，照我說的做就好。”女人聽完錄音，內容是生意失敗的男人，埋怨自己缺乏遠見；多年未嫁的女人，後悔自己錯

失良緣；還有孩子坐牢的母親，不停地自責，他們三人都很不開心。

心理學家問道：“這三段錄音里，有個詞出現了6次，危害極大。就在剛剛聽你講述時，我也聽到過3次，你發現了嗎？”女人搖搖頭，心理學家將磁帶盒遞給她，女人念出了標籤上的兩個字：“要是”。

“對，就是‘要是’。要是我能更明智些，事情就不會那樣；要是我不那麼挑剔，現在的生活可能會很幸福；要是我能多管管他，或許他就不會被抓。”心理學家喃喃道。

他頓了頓，突然說：“可‘要是’能解決任何問題嗎？‘要是’只能讓你向後看，而不是向前看。”女人贊同的點點頭，身體前傾，“請問，有什麼補救的辦法嗎？”心理學家肯定地說：“當然有！你只要去掉‘要是’，換成‘下次’就好了。”“下次？”“是的，我已經多次在這個房間里，看到它創造出的奇蹟。”

人生不如意常有，每當遇到阻力的時候，我們總會不由自主地想起“要是”，而它正是人生最大的絆腳石。一味地沉淪於過去的錯誤中，人就會陷入抱怨、悔恨之中，無法自拔。是人就難免犯錯，在錯誤中吸取經驗教訓，才能在未來做得更好。

“要是”永遠屬於過去，“下次”才是面向未來。下次更明智些，下次好好把握機會，下次再做得好一些，當我們改變了對待生活的態度，人生就會悄然改變。《金剛經》有言：“過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得。”

一切都將流逝成空，所有的存在，不過當下的一呼一吸。凡事看開點，淡然些，我們所經歷的那些人和事，皆是自我提陞的契機。不再回頭，把眼光都放在前方，纔能看清前路，走好此生。

古人有言：“君子有造命之學，命由我立，福自己求。”人人皆手握改變命運的法寶，那就是改變自己。提高認知，提陞自信，潛能得以釋放，拓展圈子，打破舒適，自有貴人相助；不計得失，把握當下，好運不請自來。人生是一場修行，其意義就在於，不斷尋求最好的自己，願你我皆能日日精進，過得如意，活得順意。

## 原来老天爷让你生病、受苦和变穷，是有这三个目的的

人生的旅途充滿了起起落落，其中的坎坷和挫折常常讓人感到困惑和痛苦。

有時候，我們會不禁問自己，為什麼老天爺要讓我們生病、受苦和變窮？然而，如果我們從更深層次去思考，就會發現這些困難背後隱藏着一些意義和目的。

培養堅韌和毅力

生病、受苦和變窮，雖然讓人感到痛苦，但也是培養堅韌和毅力的不二途徑。面對健康問題，人生困境和財務挑戰，我們需要堅持走下去，不放棄。這種堅持不僅是對自己的一種鍛煉，也是一種積極的心態。通過克服困難，我們會逐漸變得堅強，學會適應和應對各種不同的情況，從而更好地面對未來的挑戰。

培養感恩和珍惜

生病、受苦和變窮，讓我們更加懂得感恩和珍惜。當我們身體不適或處於困境中時，會更加意識到健康、幸福和穩定生活的珍貴。這種體驗讓我們對生活中的小事更加感激，同時也會更加關心和關愛身邊的人。通過經歷困難，我們學會感受生命的脆弱，從而更加深刻地珍惜所擁有的

培養智慧和成長

困境是人生成長的催化劑，生病、受苦和變窮也不例外。面對困難，我們會思考和探索，尋找解決問題的方法。這種過程培養了我們的智慧，讓我們在逆境中不斷成長。經歷了磨礪，我們會更加清晰地認識自己，更加理解人生的複雜性和多變性。這種智慧和成長，會在未來的生活中帶來更多的優勢和機遇。

儘管生病、受苦和變窮帶來了痛苦和挑戰，但它們也有着深刻的意義和目的。老天爺讓我們經歷這些困難，是為了培養我們的堅韌和毅力，讓我們學會感恩和珍惜，同時也為了培養

我們的智慧和成長。在人生的旅途中，困難和挫折是無法避免的，但正是這些經歷讓我們更加深刻地理解生命的價值和意義。通過積極地面對困境，我們可以在痛苦中成長，在挑戰中收穫，最終走向更加充實和幸福的人生。



## 老祖宗留下的10句箴言，看完醍醐灌頂

老話雖老，智慧永存。俗話說：“不聽老人言，吃虧在眼前。”老人說的話，雖然淺顯易懂，但是句句都蘊藏生活和做人的大智慧。因為這是他們從自己吃過的虧、走過的路里總結出來的，值得反復研讀。能流傳至今，也證明有一定的道理。老祖宗留下的10句話，幫你看清人性，看透人生。

0 不跟渾人辯理，講話要順人心。

《道德經》中說：“善者不辯，辯者不善。”

層次越低的人，越喜歡與人爭辯，彰顯優越感；而層次高的人，都懂得最好的爭辯方式，是不辯。人這一生，難免會遇到一些無法接受不同觀點，講話缺乏邏輯的“渾人”。和這類人爭辯，不僅爭不出是非對錯，還會白白浪費我們的時間和精力。真正聰明的人，說話時會關注對方的感受，順着對方的心意說。這不是圓滑，是人際交往中的大智慧：既讓對方覺得自己被重視，也能幫你積攢好人緣，獲得他人的幫助。

0 寧打金鐘一下，不打破鼓千聲。

《太子少傅箴》中有雲：“近朱者赤，近墨者黑。”無論生活還是工作，寧願只和能人打一次交道，也不要與低劣的人多來往。因為人與人之間，是有磁場的。和什麼樣的人在一起，慢慢就會成為什麼樣的人。

和能人相處時，你能學到他們的做人原則，做事方法。面對困惑，可能只要他的一兩句話，就能幫你解開煩惱，為你指點迷津。但低劣的人，只會教你耍小聰明。與這種人待久了，自然會被他們影響同化。未來切記：只與優秀的人同行，只和靠譜的人做事。

0 用心計較般般錯，退步思量事事寬。

周國平曾說：“人生要有不較勁的智慧。”可生活中，卻隨處可見較勁的人：他們有的爭強好勝，追求完美；有的對凡事

都很在意，導致自己每天生活在內耗中。但人生又不是戲劇，哪能事事如意？

事與願違，才是常態，酸甜苦辣，才是人生。若對每件事都在意，不但會時刻感到壓力，還容易陷入消極的情緒中，進而做出錯誤的選擇。相反，如果能後退一步，學會以退為進，以平和的心態看待問題。自己的視野就會越來越開闊，路也越走越寬。往後餘生，專心生活，別想太多。盡人事，然後聽天命。

0 弟兄不和鄰里欺，將相不和鄰國欺。

自古以來，小到一個家庭，大到一個國家，和睦都是最重要的。正所謂：“兄弟齊心，其利斷金。”一個家庭要想興旺發達，兄弟姐妹就要團結起來。只有這樣，才能勁往一處使。

但實際上，卻有很多兄弟姐妹，常因為分不清金錢利益，或相互攀比，而產生矛盾，形同陌路。要知道，兄弟姐妹之間一旦不和睦，像一盤散沙一樣整天爭鬥，便很容易被外人鑽空子，奪走原本屬於你們的利益。同時也會成為鄰里之間的議論對象，飯後談資。

0 不怕虎狼當面坐，只怕人前兩面刀。

孫臏和龐涓，是同拜於鬼穀子門下的師兄弟，私交甚篤。後來，龐涓為了實現政治理想，下山投奔魏王。臨行前，兩人揮淚分別，十分不捨。然而，當他發現孫臏的才能遠勝於自己時，竟然設下毒計，誣陷孫臏私通齊國。以至於魏王一怒之下，下令挖掉孫臏的膝蓋骨。

老話說：“畫龍畫虎難畫骨，知人知面不知心。”我們最該警惕的，就是那些當面一套背後一套的小人。他們雖然表面上和氣，但說不定什麼時候在背地里使絆子，遠比虎狼更可怕。因此，與人交往時，記得留個心眼，以免被

小人利用算計。

0 不做中人不做事，一生一世無煩惱。

不知道你是不是也經常看到這種情況：中間人非常努力地在兩方之間牽線搭橋，結果雙方的合作並不愉快。於是，他們都埋怨中間人沒給自己介紹靠譜的合作對象。都說做中間人或擔保人時，一定要三思而後行的確，在合作過程中，如果雙方都能按契約中的內容行事，萬事大吉；可一旦有一方毀約，中間人就必須站出來說公道話。這時無論他說真話還是說假話，都會得罪其中一方，吃力不討好。所以，切不可因為抹不開面子，或一時沖動，就隨便答應做中間人。

0 險山不絕行路客，水深也有渡船人。

世上無難事，只要肯攀登。人生在世，只要你想，就沒有做不成的事。

神州十六號航員桂海潮，出生在一個2020年才脫貧的縣城里。但有限的教育資源，從來都沒能阻擋住他對航天夢想的追逐與熱愛。高中期間，桂海潮一直努力學習，以優異的成績考入北京航空航天大學。在之後的9年里，他一路從本科攻讀到博士。如今又突破重重篩選，成為我國第一位進入空間站的荷載專家。困難與挫折，從來都不是限制夢想的決定性因素。只要你信心堅定、持續付出，終能踏平荆棘，收穫成功。

0 知過不難改過難，言善不難行善難。

有句話說：“一切的知道都毫無意義，除非我們能做到的。”深以為然。人與人之間的差距，是由一個又一個的行動拉開的。比如同樣面對過錯，有的人會因為害怕丟面子，或羞於否認過去的自己，而選擇逃避；也有的人，總能直面錯誤、

克服惰性，把改正的機會當成向上的階梯。人生最難得的修行，就是知行合一。任何事情，只有去做了，我們的知道才有意義。否則只是紙上談兵，無法解決實際問題，錯過成長的機會。

0 成家猶如針挑土，敗家好似水推沙。

晚清名臣曾國藩，雖為朝廷重臣，可生活卻極為簡樸。他穿的布袍鞋襪，都是夫人做的。平時吃飯，除非家中來客，否則不加葷菜。除此之外，他還在家訓中告誡後代：“家儉則興，人勤則健。”正是由於曾國藩勤儉持家的理念，才能讓整個家族長盛不衰。

其實，每份家業的積累，都是一個漫長的過程，就像針挑土一樣困難。但敗家恰恰相反，猶如大水沖沙般簡單。只有時刻保持節制與理性，不鋪張浪費，家族才能長久興旺，福澤綿綿。不然再富裕的家庭，只要有一個人揮金如土，家業也遲早被敗光。

0 紙上畫藤不結瓜，蘆花雖白難紡紗。

紙上畫的藤，再像也不會結瓜；蘆花再白，再像棉花，也無法紡線。很多人的腦海里，常會冒出各種美好、奇妙的想法。但想法再好，不去行動，只靠空想和理論，永遠都無法達成真正的目標。大部分人之所以沒取得理想中的成就，並非能力不行，而是只想不做。凡事只有先開始，然後腳踏實地地做下去，才有可能成功。

正如《荀子》中所言：“不積跬步無以至千里，不積小流無以成江海。”每份成功，都是由一點一滴的努力疊起的。唯有付出實踐，不斷改進，才能收穫想要的結果。

老話雖老，智慧永存。這些富有哲理的古老箴言，將如明燈一般，指引並照亮我們的人生道路。若能理解其中深意，並應用到生活中，定會收穫意想不到的驚喜。願我們都能從中汲取力量與智慧，更從容地應對人生風雨。