

與善人言,暖如布帛。  
 人的一身須練就兩項本領:一是說話讓人結緣,二是做事讓人感動。  
 惡語傷人心,良言利于行。  
 行事之惡,莫大於苛刻;心術之惡,莫大於陰險;言語之惡,莫大於造謠。傷人以言,甚于刀劍。古人說:口能吐玫瑰,也能吐蒺藜。  
 修煉口德,就是修煉自己的氣場,一身正氣才能好運多多。  
 口德好才能運勢好,運勢好才能少走彎路,多些成就。  
 惡言不出口,苛言不留耳。這是我們應該具有的修養,有了這樣的修養,你就能化腐朽為神奇,風生水起好運來。出言不慎,駟馬難追。  
 不知而說,是不聰明;知而不說,是不忠實。君子言簡而實,小人言雜而虛。

# 德,決定命運;善,改變人生

贈人以言,重於珠玉;傷人以言,甚于刀劍。語言切勿刺人骨髓,戲謔切勿中人心病。良藥苦口利于病,忠言逆耳利于行。  
 快樂之時說話,沒信用的多;憤怒之時說話,失禮節的多。  
 面責人之短,人雖不悅,未必深恨。背地言其短,令人不悅,懷恨甚深。  
 不必說而說,是多說,多說易招怨;不當說而說,是瞎說,瞎說易惹禍。  
 君子一言當百,小人多言取厭,虛言取薄,輕言取侮。對失意者,莫談得意事;處得意日,莫忘失意時。喜聞過者,忠言日至;惡聞過者,諛言日增。  
 言不可輕說,若說話更改,不如不說;言不可

輕諾,若應諾更改,不如不諾。  
 所以一言半諾,俱宜謹慎為要。有道德、信義、智謀者,必不多言;惟小人、狂人、妄人者,必會多言。  
 言不中理,不如不言,一言不中,千言無用。口舌禍之門,滅身之斧也。  
 與善人言,暖如布帛。  
 傷人之言,痛如刀割。刀瘡易好,惡言難消。口是傷人斧,言是割舌刀。  
 閉口深藏舌,安身處處好。得人善言,如獲金珠寶玉。  
 見人善言,美于詩賦文章。  
 與堅持夢想者同行與堅持信念者同行與相



日子,要和懂你的人一起過,才算值得。老人們常說:“別把自己的腳,伸進別人的鞋里”。  
 確實如此,環境不同,難以感同身受;經歷不同,很難完全理解。

# 別把自己的腳伸進別人的鞋里

正如作家村上春樹所說:“不是每一條魚,都生活在同一片海中。”  
 不用自己的標準,評論他人的生活,才能相處和睦,活得輕鬆自在。  
**不評價他人的言行,是一種教養**  
 《道德經》中講:“知者不言,言者不知。”  
 明智的人,不評價別人,專注自身;愚昧的人,東張西望,以談論他人為樂。  
 不輕易評判他人,是處事的境界,也是為人的教養。  
 有這樣一則故事:蘇軾被貶黃州後,苦悶抑鬱,為排解憂愁,常常和好友遊歷山水。  
 一日,他們來到一塊田地旁,看到老農正從很遠的河里挑水來灌溉,而在附近就有幾口水井。  
 好友說:“真是愚蠢呀,明明有更省力的方法卻不用。”  
 蘇軾看着遠方,沒有說話。  
 這時,老農過來,坐在田邊休息。對他們說:“別看我現在累,若是把井水用完了,等旱季來了,莊稼可就遭殃了。”  
 二人聽後,很是佩服老者的遠見,同時,好友也為自己的話慚愧不已。  
 白岩松說過:“每個人都是無知的,只是無知的領域不同”。  
 天地廣闊無垠,萬物玄妙至極。一個人能看到的,知道的,始終是有限的。  
 若總是站在自己的角度,去定義他人的言行,只能體現出自己的淺薄。  
 真正有智慧的人,不評價別人,不妄議言行,時刻反省自己,便會得到別人的尊敬,人生之路也會越走越順。  
**不指責別人的過失,是一種格局**  
 老子說過:“大道之行,不責於人。”  
 真正有格局的人,明白事物背後的本質,洞悉事態發展的規律。  
 所以,不會把過錯歸結於別人,更不會隨便指責他人。  
 唐朝時,有一位將軍,在帶兵打仗時,發現自己的馬極易受到驚嚇,幾次險些摔下來。  
 回到營地,眾人紛紛怪罪馬夫失職,要求殺了馬夫。  
 將軍沉思片刻,對馬夫說:“我不追究你,只是為何我的馬這麼容易受到驚嚇?”  
 馬夫回想片刻說:“馬是按照往常的飼料喂的,但是昨天的飲水,是從當地的井中取的。”  
 將軍聽後,命人取來水,發現,原來是敵軍在井中投了毒。  
 幸好發現及時,才沒有鑄成大錯。  
 對錯只是表面的現象,能夠透過現象看到本

質,才是一個人的高明之處。  
 《淮南子》中有言:“大足以容眾,德足以懷遠。”  
 心胸寬廣的人,時常寬恕別人;德行高尚的人,總是看的長遠。  
 有遠見的人,不用自己的認知,去指責別人的過失,如此,才能回歸事物本身,從而解決問題,去除災禍。  
**不干涉他人的決策,是一種智慧**  
 《道德經》中講:“知足不辱,知止不殆,可以長久。”  
 懂得滿足,便不會羞愧;知道停止,才可以長久。  
 人和人相處,最忌諱的就是不知邊界,用自己的經驗,干涉他人的決策。  
 最終,只會不歡而散,也會讓自己陷入困境。  
 魏晉時期,嵇康和山濤,同為“竹林七賢”。  
 兩人性情相投,經常一起吟詩作賦,暢談人生。  
 嵇康娶了曹操的曾孫女為妻。  
 後來,司馬家族當政,嵇康就想要隱居起來,而山濤想要出仕為官。  
 這時,山濤覺得朋友很有才華,隱居山林,會埋沒了他。  
 於是,勸阻嵇康和他一起,入朝為官,並且向皇帝舉薦了他。  
 嵇康知道後,很是生氣,寫下《與山巨源絕交書》,宣佈從此和山濤絕交。  
 有作家曾說過:“朋友間再熟,分寸感不可失,自以為熟,結果卻生隔閡。”  
 人與人之間,立場不同,選擇就會不同。越是相熟的人,就越容易忘記了分寸。  
 人生在世,無論是至親還是朋友,學會尊重不同,說話注意分寸,做事留有餘地,相處不越邊界。這樣,相交才會舒服,關係才能長存。  
 一位哲人說過:“人生這場旅行,不是所有人都會去同一個地方。”  
 深表同感,人生這場答卷,每個人拿到的題目都不同。  
 不需要用自己的標準,去批改別人的答案。  
 人生在世,不輕易評價,不隨意指責,不過度干涉。終於本心,反省自己,如此,才是能活得灑脫愜意,自在順意。  
 餘生,願我們穿好自己的鞋,走好自己的路,看風景旖旎,歷人間百態。



# 把一切看淡,心就不累了

想開一些,眼前的世界自然開闊。一帆風順的人恰恰過得最乏味,沒有嘗過失敗的苦澀,怎么能品出成功的甘甜?  
 不必去追尋十全十美,因為,生命就是因缺憾而美麗。  
 無論發生什麼,都微笑面對生活,不焦躁,不抱怨,得之淡然,失之坦然。  
 別想着掌控所有的事,隨緣而行,最是自在。  
 命運總是愛跟我們開玩笑,你越是執着什麼人、什麼事,反而越得不到它。  
 但當你不再那麼在意它,而是心無旁騖地讓它自己變優秀時,卻發現它已悄悄來臨。  
 就好比掌心的沙子,你把手握得越緊,它掉落得越快,最終什麼也留不下。  
 不如放開拳頭,張開手掌,讓沙子停留在手上,如此,便不會流失。  
 做個知足常樂的人。已擁有的,就滿足,得不到的,就看開。  
**看淡愛恨**  
 世間最難的事,其實是“做自己”。  
 我們總是因為太在意他人的眼光,而改變了自己原有的樣子。  
 戴上厚厚的面具,假裝微笑,心底卻並不是真正的快樂。  
 愛也好,恨也罷,別人的看法其實都沒那麼重要,你做的任何一件事,不會讓所有人都滿意。  
 既然如此,何不放鬆心情,卸下重擔,做回那個灑脫、單純的自己,而不是別人嘴里的甲乙丙丁。  
 走自己的路,別人愛怎麼說就怎麼說。你走過的每一步,不一定要最正確,但一定要讓自己心里踏實。  
 不必想着討好每個人,那樣太累。  
 有的人,你付出再多他也當沒看見,你對他再好他還覺得煩,可能你注定就走不進他心里,倒不如瀟灑地離去。  
 活成自己想要的模樣,不取悅誰,也不為誰而卑微。  
 愛你的人,就好好珍惜,不愛你的人,就請他遠離。  
 無所謂的東西不用放心里,你的世界很小,只留給在乎你的人。  
 看過一句很經典的話:“你從 80 樓往下看,全是美景,但你從 2 樓往下看,全是垃圾。人若沒有高度,看到的全是問題,人若沒有格局,看到的全是雞毛蒜皮。”  
 當你看淡了很多無謂的東西,才發現接下來還有更好的在等着你。  
 人生處處有磨難,活着就是一種修行!

得之坦然,失之泰然,爭其必然,順其自然。  
 回首過去,似乎走了很多彎路,放眼未來,又覺得一片迷茫。  
 說到底,我們之所以會心累,是想要的太多,而能做的又太少。  
 其實,如果靜下心來,不要管那麼多,只做好眼前的每一件事,生活就會簡單很多、快樂很多。  
 累了的時候,就給自己的心放個假吧。  
 想不開的事情就別去一直想,得不到的東西就別執念太深。  
 很多時候,我們都是在自己難為自己,不肯讓自己稍微鬆一口氣,所以才這麼辛苦。  
 人這一輩子就這麼短短幾十年,應該學會開心地活好每一天。  
 把很多事情看淡一點,換個角度去想,一切便會豁然開朗。  
 看淡過往  
 有句話說得好:“人生沒有如果,只有後果和結果。”  
 我們大多苦于兩件事,一是得不到,二是已失去。  
 生活總是這樣,有太多的遺憾,太多的悵惘,所有錯過的人和事,終將教會我們懂得珍惜。每個人都有過去,不一定要忘掉過去,但一定要放下過去。  
 沉溺在回憶中的人過不好現在,只盯着遺憾的人則看不到更美好的未來。  
 時間在走,日子還要繼續。  
 接受現實,無論你再怎麼努力,再怎么懊惱,逝去的都已經消散,別讓傷痛在心底紮根,等有一天就算你想放下,也放不下了。  
 所有的經歷,都是一種修煉。  
 人生就像蒲公英,看似自由,卻身不由己。  
 有些事,不是不在乎,而是你越在乎,痛得就越厲害,誰也改變不了曾經的結果,何必一遍遍地讓自己難過。  
 放下過去,讓心歸零,然後釋懷一切。  
 等到很多年以後再回首,會發現,你現在流過的淚、受過的傷,都使你變得越來越堅強。  
 這一路上,誰不是跌跌撞撞地前行,有歡喜也有哀傷,正如花開花落,雲卷雲舒。  
 做個內心強大的人,過去,一笑而過,將來,安然以待。  
 看淡得失  
 馮唐說:“實在放不下的時候,去趟重症病房或者墓地。你容易明白,你已經得到太多,再要就是貪婪。”  
 生活就是一個不斷得到和失去的過程,放平心態,才能擁有更多。  
 若總是在做事之前就計較結果、患得患失,幸福也會悄悄地離你遠去。

自省是認識自我的根本途徑。故知之始己,自知而後知人也。”

# 鬼穀子:做人最大的智慧,就是認清自己

意思是想要瞭解他人,就必須先從瞭解自己開始,瞭解自己以後才能瞭解他人。世上最重要的事就是認識自我。  
 遠在古希臘時期,雅典德爾斐神廟前的石碑上就鐫刻着阿波羅的神諭:認識你自己!  
 在事物繁雜、誘惑眾多的今天,人們應當從哲學高度深刻領會“認識自我”,並以此為人生起點,全面、準確地把握自我。  
 只有在充分認識自我的基礎上,才能在人生踐履中用遠大的理想和人生抱負來鞭策、激勵自己,不斷發展自我、完善自我、實現自我乃至超越自我,做一個有價值的人。  
**自省是認識自我的根本途徑**  
 實際上,認識你自己就是一種“反躬自問”的精神,而精神是理性和理智的產物。人是理性的,但是又是不完美的,所以在每日的生活中應不斷追問自己所作所為是否正確合理。  
 首先,自省是“修身之本”。  
 儒家認為,自省應是自覺的,而不是表面應付的;應是主動的,而不是被動的。人非聖賢,孰能無過?儒家強調自省,意在塑造理想的人格,克服人性弱點。  
 其次,自省是一種嚴謹的“日常工夫”。  
 在平時的日常生活中,即需要時時刻刻自我檢點,對於大事小事都應該自我剖析,遇到危才“臨陣磨槍”無濟于事。而且自省是非常嚴肅的事情,應該認真對待,容不得半點疏忽。  
 再次,自省是自覺主動進行的。強扭的瓜不甜,自省不應該是應付的。

由於反省本身有時是一件非常痛苦的事情,它需要勇氣,它要求自剖臆痛,有時還事關人格與尊嚴。  
 儘管如此,要自覺地把不便說的話說出來,然後捫心自問:“我為什麼會這樣?如何更正?”惟有如此,人才可以完善自己。  
**通過他人認識自我**  
 由於自身知識水平和認識能力具有局限性,單靠個人力量容易造成視野狹隘、思維單一弊端。  
 為了保證自己瞭解的情況符合客觀實際,需要積極傾聽來自不同方面的意見和呼聲,群策群力,善於博採衆人,補己之短。  
 使人盡其才,物盡其用,方能減少自己判斷上的失誤。  
 唐太宗是一位成功的皇帝,他之所以能獲得對自己的正確認識,給自己正確定位,是因為他善於吸取歷史的經驗教訓,虛心聽取不同意見,以此找出自身不足,及時糾正錯誤。  
 唐太宗還把忠臣比作鏡子,因為用忠臣可以照出君主的過失,魏徵即是他的一面鏡子,幫助唐太宗認識自我、正確定位。  
 “以銅為鏡,可正衣冠;以史為鏡,可以知興替;以人為鏡,可以明得失。”



意思是說,通過照鏡子可以使自己的衣服整齊得體;以歷史作為參照,可以瞭解王朝的興衰更替;以人作為參照,可以知道自己做事的得與失。  
 每個人都會有缺點和不足,一個人的缺點和不足,有時候自己是很難發現的,需要由別人指出來。以鏡子、歷史和人作為中介,發現錯誤、糾正錯誤。  
 唐太宗的三鏡,在今天也理應成為我們每個人的三鏡,它會成為我們成就事業、為人處事的好幫手。  
**做人要有自知之明**  
 《道德經》中老子說:“知人者智,自知者明。”意思是能瞭解、認識別人叫做智慧,能認識、瞭解自己才是真正聰明。  
 沒有人能一開始就認清自己,大多數人都要在人生路上經歷不同程度和數量的挫折,才能逐漸懂得和踐行自知之明的道理,逐步找準自己的位置。  
 認清自己,既不能把自己看得太高,也不能把自己看得太低。高估自己容易妄自尊大,低估自己又可能裹足不前。要清楚自己的能力所在,把握好自我評價的尺度。  
 最近有件事鬧的沸沸揚揚,在 2019 游泳世

錦賽 400 米自由泳決賽中,孫楊以 3 分 42 秒 44 的成績拿了冠軍,再度不敵孫楊獲得第二名的澳大利亞名將霍頓卻拒絕站在領獎臺上。  
 本來高高興興的頒獎儀式卻被霍頓給搞砸了,場面一度搞得很尷尬,連央視解說都說:“有點不禮貌哦”。  
 霍頓本身技不如人,卻沒有自知之明,顯得既沒有氣度又沒風度,最終得到輿論批評和國際泳聯的警告。  
 最後恭喜孫楊,不管對手怎樣作妖,金牌在手,實力就是最好的回擊。  
 韓愈在《師說》中說:“聞道有先後,術業有專攻”。  
 即便再有本事的人,也未必是萬事通、無人能及的全才。孔子被尊為聖人,但並不認為自己已經窮盡一切。  
 《論語·子路篇》記載孔子弟子樊遲向他詢問種田的學問,孔子回答說:“吾不如老農。”  
 樊遲又要學種菜,孔子回答說:“吾不如菜農。”  
 種田不如老農,種菜不如菜農,應該說這是很自然也很合乎常理的事情。如果工人比老農還會種莊稼,農民比建築工人還會造樓,銀行職員比醫生還會看病,那反倒不正常了。  
 人需要並且能夠憑智慧去生活,也需要並且能夠以超邁的精神去創造和享有美好的人生。人應從“認識自我”開始。  
 在人生踐履中以超邁的精神,努力實現自我,不斷超越自我,形成新的自我,鑄就並享受美好人生。