

《生活原来可以如此有趣》

图书基本信息

书名：《生活原来可以如此有趣》

13位ISBN编号：9787500448303

10位ISBN编号：7500448309

出版时间：2005-2-1

出版社：中国社会科学出版社

作者：韦正翔

页数：335

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《生活原来可以如此有趣》

内容概要

韦正翔，女，出生于1963年12月，云南昭通，壮族。现为清华大学人文学院哲学系副教授，主要讲授《国际政治伦理》和《哲学专业英语》。正在北京语言文化中心（TBC）兼职，用英文讲授《中国哲学史》。为北京市哲学社会科学基金项目《国际政治的全球化与国际道德危机》和国家社科基金项目《国际经济中的伦理风险》的项目负责人。曾为北京师范大学哲学系学士，中国人民大学硕士生、博士。曾接受美国扶轮国际和南卡罗来纳大学的邀请，在美国用英文讲授了三年的《中国哲学史》。曾在墨尔本大学应用哲学和公共伦理研究中心做了一年的交换学者。主要代表作有：《软和平：国际政治中的强权与道德》和译著《金融领域中的伦理冲突》。

《生活原来可以如此有趣》

作者简介

本书是作者在墨尔本大学做交流学者一年间的思想笔录和生活体验。这是本可以一口气读完的书，不仅是因为它朴素直白的语言，更在于它给了你那么多看上去放松、随意、漫无边际，却又那样妥帖、细密、直逼人心的东西，每天的随心所欲的记录，已足以展示作者的清醒和超越、睿智和犀利、调侃和自嘲，让你感受一个如此丰富和奇妙的内心世界。

《生活原来可以如此有趣》

书籍目录

- 导言 在孤寂中也爱看鲜花的人
- 一 三月到五月是墨尔本的绿秋
- 二 六月到八月是墨尔本的暖冬
- 三 九月到十一月是墨尔本的花春
- 四 十二月到二月是墨尔本的酷夏
- 结语 墨尔本，淡淡的，就很美

《生活原来可以如此有趣》

精彩短评

- 1、清华大学哲学系访问学者在墨尔本2003-2004为期一年的随笔流水账 作者在曾经在美国用英语教授三年《中国哲学史》而且一直学习多门需要
- 2、如书名，文字相当有趣。
- 3、偶尔翻一翻，收获颇多
- 4、看过一遍不会再看第二遍的书
- 5、知性女子。四十岁的时候能成长至她一半的智慧，便已欣慰。
- 6、我最喜欢的一本书，真实的想法，善良的视角，最爱的韦老师
- 7、确实很疲软
- 8、文化人写字很流畅
- 9、一个哲学教授的生活随笔，温柔清淡的还不错。
- 10、一半讨论严肃的哲学问题，一半在那儿悠闲地体验异国生活
- 11、很拖拉，看完了对于墨尔本一点点印象都没有形成，感觉就是读作者的个人日记，记载她今天昨天干了什么。。。
- 12、随笔的非常随笔，充满女性的细腻观点
- 13、这本书我在学校的图书馆解除了两遍，写的很不错。
- 14、流水帐

《生活原来可以如此有趣》

精彩书评

1、很拖拉，看完了对于墨尔本一点点印象都没有形成，感觉就是读作者的个人日记，记载她今天昨天干了什么。。。至于所谓的文中哲理，感觉就是书的前几面说了，结果中间又说一次。哲理就那么一点点...来回写

2、这本书是偶然在图书馆发现的，打算找书看，不想要太死板或者太没内涵的书！突然间发现了韦正翔写的这本《生活原来可以如此有趣(在墨尔本大学的思想笔录和生活体验)》。翻了几页，感觉书很适合我阅读，立意深刻而不死板，思想内涵而又不拖泥带水，主要是书比较轻松活泼，日记形式，正迎合了当时的心情。语言干脆，言简意赅，很喜欢！看的同时，还会摘抄一些...很久没这么用心看书了！所以，推荐给大家，我在网上找到了电子版的资源！连续好几个晚上泡图书馆看这本书了，生活原来可以如此有趣。

3、我看了一小半的时候，才注意了一下作者的简介，然后哇哇大叫，我一直以为是个二十几岁的乐观的女生写的呢，居然写日记的时候已经40岁了，可是那分明是一颗那么富于感受和体验的年轻的心啊。之所以觉得作者应该年轻，是因为她的文字，毫无经历世事的沧桑，无论她是否经历了什么，但是都被放开，以毫无成见的眼光去关注身边的一切。很煞有介事的把脚涂黑看看黑人的脚，或是评价自己的矮鼻子在西方是美女，每天的日记都关注着“吃”这个永恒的话题。无论她作了多久的人，她都好像是才来这世上一般的有好奇心，象孩子般想要体验，这是这本书打动我的最大因素。她认真地讨论哲学以及人情处世之术，都和谈论做菜一样新鲜活泼，仿佛孩子一发现有趣的东西，一定要立刻告诉所有的人。我们在20岁时，就已经失去她40岁时仍然保有的年轻的心了。真的很羡慕。

4、《生活原来可以如此有趣》一书是作者送给我的导师，然后被我在实验室书架上偶然发现的。正如封面上的副标题所述，这本书写的是作者“在墨尔本大学的思想笔录和生活体验”。全书采用了日记形式，前半部分基本上是一篇思想笔录，一篇生活体验，后半部分则大部分是思想笔录，生活体验篇幅较少，因此后面读起来不如前面轻松——毕竟思考不是件让人轻松的事情。作者的思想笔录涉及面非常广泛，从做学问，教书，为人，处世到经营、管理，无所不包。其中不少内容给人很深的启发，但总体来说，由于记录的随意性，这些思想笔录缺乏系统整理，显得有些凌乱。相比之下，倒是作者在澳大利亚墨尔本的生活体验让人读起来津津有味，特别是作者年轻的心态在其文字中流露无余，完全不像63年生人，让人羡慕不已。如果有机会，我也希望能到国外学习、生活一阵子，肯定会有不少收获。

《生活原来可以如此有趣》

章节试读

1、《生活原来可以如此有趣》的笔记-第10页

我告诉他，我在做幻灯片时，用了这些字母（希伯来文）做装饰，因为我感到这种字母很特别，很好看。接到了中心经理的来信，末尾用的“愉快”（cheers）。这和美国不一样。哲学并不研究所有的事物。哲学只是研究事物的一般性。鸽子洞（Pigeon hole）信箱如果换个角度想的话，人不应该走路，因为会踩痛土地，人不应该呼吸，因为会憋坏空气。人和动物不一样。人有意识。一旦他要关照万物，那只有死去才能不受良心的谴责。我之所以还能心安理得地活着，感谢普罗泰戈拉的“人是万物的尺度”。Do not reshelve. Please sort shelves.人得成长的过程，就是不断犯错误，不断认识错误，不断原谅自己，不断完善自己的过程。心里舒服，自己才想活着。心难受的时候就去创作，难受的心能够创造出最生动的作品。本事立身，人品开道满足心脏需要的是亚里士多德所说的美德，也就是恰到好处地利用自己拥有的技能来实现一种善的才能。当自己的好被否定的时候，就说明自己处于优势地位了。当人开始有梦想的时候，他就开始有了独立的自我。他为了这个梦想去努力。人在努力实现他的梦想的过程中，锻造了一个独特的自我。在他成功的时候，他真正得到的一种别人没有的品质。这种品质就是他的自我。他成功的产品可能被消费了，而他从成功中真正得到的就是他的超群的品质。

2、《生活原来可以如此有趣》的笔记-全书

这些天在自己的 Kindle 阅读器上慢慢读完了韦正翔老师的这本书。远离来自网络新闻、微博等支离破碎的信息，开始放慢节奏地去用心阅读，一边读一边摘录、思考、回味，之后再去做，这样得到的启发和收获会更加丰富。该书对韦老师在墨大交流、访问的见闻和点滴感受娓娓道来，文字间不乏童趣，亦透出豁达的人生态度与生活的智慧。下面将书摘与大家分享。

[Digest1] “人经历过多少种逆境，就可能有多少种看问题的角度。逆境让思想丰富。顺生傲，傲易过，过易失。逆生虚，虚易实，实易得。人无奴性，即便身为奴隶，仍然是个顶天立地的人。人有奴性，即便是官袍加身，仍然是个奴隶。大难当头，笑傲江湖。人能顺势，便能大气磅礴”。

[Digest2] 一张被当成垃圾的小纸片，可能会意味着一段生死相许的感情。人作为一个孤立的人，爱什么，不爱什么，没有人可以来评判其好与坏和对与错的。我们都是同样的人，都是在追求着好的感觉和回避着坏的感觉的人。

[Digest3] 自己说话涉及到别人时，一定要想想是不是在抬高自己，贬低别人。

[Digest4] 人要修好身，才能时时处世和说话都比较妥当。自己在说了不妥当的话的时候，常常会因别人的态度反映而感觉到不舒服。自己感觉不舒服的时候，就要去思考这种不舒服的来源了。解决不舒服的方式，是要把问题想透。该原谅自己的要原谅自己，该原谅别人的要原谅别人。

[Digest5] 人的成长的过程，就是不断犯错误，不断认识错误，不断原谅自己，不断完善自己的过程。人之所以要不断去完善自己，是因为自己完善了，才能干好事情。干好事情通常才可能不断得到认可。不断得到外界和自我的认可，通常自己的心里才会感到舒服。心里舒服，自己才想活着。

[Digest6] 人间气象万千。用心去寻找，总是能够找到自己喜欢的人或事。天下无绝路。绝路是自己想出来的。世界在变，环境在变。活着就总是可能有机会的。心难受的时候就去创作。难受的心常常能够创造出最动人的作品。

[Digest7] 在帮别人的时候，不要为了讨人情而强调自己很忙。自己很忙可能是事实，但是决定应该去帮的，应该去做的，就去做。人其实不是什么时候都需要找借口的。借口通常和谎言是联系在一起的，尽管这种谎言可能是善意的。在没有必要找借口的时候，可以不找的。有很多事情直接说没有事，

《生活原来可以如此有趣》

而让人意识到是借口时，那就可能让人感觉反感，尤其是当借口是用来推卸责任的时候。

[Digest8] 有的人可能不知不觉地在信任方面被质疑，从而导致商业关系的中断，而且对方通常不会说明原因。它通常表现为似乎无缘无故地失去了联系。人在社会中生活，认识各种人的机会很多，很多人也有能力给自己提供机会。但是有的人能够得到这些机会，有的人则是有机会别人也不会给他，这主要就与个人修养有关。

[Digest9] 那时培养了边记笔记边开小差的能力。我能把老师说的话几乎全部记录下来，但不知道老师说了什么了，因为想自己的事去了。后来自己做同声传译时，感觉分配注意力的能力就是在那个时候练就的。现在我能在写作的时候能同时学外语，也得益于这种分配注意力的一心二用的能力。

[Digest10] 俗话说，男人四十一朵花，女人四十豆腐渣。有人说女人到了四十就成了男人的高尔夫球啦，被打得越远越好。我仔细想想，女人四十岁到底会失去什么呢。这是个色枯之年，这点没错。不过我感觉女人在短暂的漂亮消逝后，可能留下永恒的美丽。

色依赖于青春漂亮，使眼睛舒服，而美依赖于善良的心灵，使人的心灵舒适。成熟使女人的灵魂丰满了。修得一点善果，获得一份美丽。蒙娜丽莎并不漂亮，但是她很美，因为从她的笑容里看见的是纯粹的善。

[Digest11] 一个人可以用鲜活的语言来记录世界中的美丽景象，这种语言的效果就像艺术家的写真画。也可以用理论语言来记录世界的本质，这种语言就像毕加索的抽象画，本质的东西一点不少，非本质的东西一点不多。

[Digest12] 又比如笛卡尔的“我思故我在”，这里说明的是思维是人的本质，只有思维在人才在，换句话说脑死亡了，即使心脏还在跳动，人也死了。再比如说萨特的“存在先于本质”，这里的存在指的是人的肉体的存在，指人活着。而活着的人如果没有按自己的意志去造成一个独特的人格，也就是说人的本质，他就只是存在着而没有本质。

[Digest13] 由于研究希伯来文，又读了读圣经。我感觉虽然圣经的故事是假的，但编这些故事的人是真的，因此其中表现的价值观是真的，是代表着编故事的那个时代的人的价值观。比如说，为什么不编成亚当是夏娃的肋骨变的，为什么不是亚当而是夏娃先偷吃了禁果，为什么不是亚当诱惑夏娃吃禁果。小说的故事也是假的，而小说中表现的价值观是作者的真实价值观，因此从这个角度看，小说也是真的。

[Digest14] 想到了卢梭对华伦夫人的房间的亲吻，感觉他很疯狂。他不是法国人，但把法国的浪漫演绎的淋漓尽致。难怪和钟表一样守时的康德，也会因为看他的书而乱了时间表。不过我感觉如果人都能把自己的想法付诸于行动，那么他们也常常会做出些很疯狂的事。卢梭的疯狂体现在行动上了，而很多人的疯狂则常常被囚禁在大脑之中。

[Digest15] 在现代社会里，人不仅要学会一心多用，而且要学会每天很快地在多种工作中转换，在多种角色中很快转换。一心多用可以同时并进地干至少两件事，这样可以降低机会成本。在各种工作中转化，需要注意力转化特别快，马上进入角色，这样能够节省转换的时间。而不能很快地意识到自己的角色在不同场合的转换，就可能导致处世不当，从而可能遭到人的反感。这真是个需要人特别灵活的时代。人要具有把万事处理得恰如其分的美德，真是需要修炼，这不是仅怀有一颗善心就能万事大吉的。

[Digest16] 脏需要的是亚里士多德所说的美德，也就是能恰到好处地利用自己拥有的技能来实现一种善的才能。

《生活原来可以如此有趣》

[Digest17] 人生活在一个小环境里，自己的水平和为人都已经有了公论，这不会因为一个人抢来了什么头衔而改变很多。精神方面的东西是抢不来的。要靠自己不断去不断修炼自己的灵魂。如果自己总是处理不好人际关系，那要多找自己的原因，不要总是去怪别人。如果一个学者和强盗一样，什么都去抢，最后只能成为人人都躲避的瘟疫。事业上不断进取，利益上不断退却，有让无争，这样就能做好学者了。

[Digest18] 我在这里听着外语录音，开着电视，写着文章，心脏感觉特别舒服。我好像生来就是为了读书学习的人，只有在这种状态下我的心脏才感觉到充实。点点滴滴的收获都在滋养着我的心灵。

[Digest19] 不要刻意去奉承别人，这样会贬低自己。对于自己真心信服的人，要说出自己的感觉。但是如果自己心里很看不起什么人，就不要虚情假意地去吹捧。看人不要只看头衔，要看人品和业绩。

[Digest20] 生意不熟的不做，文章不熟的不写，小说不熟的不写，撒谎不熟的不撒，熟的也不应该撒。经验给人的就是熟。没有经验，细处把握不好，要么写不细，要么一写细就出漏洞。人的想象力通常超不出自己的经验和知识范围。

[Digest21] 会后我在中心经理那里问了问Lecture, Seminar, workshop, colloquium的区别。她说lecture要系统讲授，出席人比较多，通常是本科生。Seminar的词源来自seminate，和Brainstorm有点像，基本上是一半做presentation，一半讨论，主要

[Digest22] 是研究生或老师参加。Workshop则是专家参加，就像是mini conference，每个人都平等地提供论文。Colloquium则来自拉丁文，是对话的意思，主要是staff member参加。

[Digest23] 天天开着电视，不知不觉地开始喜欢上动画片了。里面表现的善和恶都是那么纯粹，因此给人的情感体验也很纯粹，而且总有些很好玩的事情发生。这是个想象的世界，也是个典型化的世界。

[Digest24] 要让学生注意，不要去乱造新词，不要用不经过解释很难看懂的翻译过来的概念。写作上不要故弄玄虚。没有思想的时候可以多读，不要写不出强写。有的学术书除了些翻译过来或自造的花花词和一些介绍性的资料外，就是把马克思主义的大套子套一遍，或者是崇洋媚外地渲染一通。

[Digest25] 书中没有自己的思想，没有自己的概念、判断和推理体系。而且资料和分析是分家的。对于二者之间的关系的把握牵强附会。外国的好的东西不是不要学，但不是这种学法。马克思主义不是不要用，但不是这种用法。要让学生避免受这种文风的污染。

[Digest26] 一个导师不要与学生议论学界的长短。该提醒学生注意的时候要提醒，但是对学者的看法还是由学生自己去形成。学生对导师说的情况，要做好保密工作。导师不和学生交流，不能很好地指导学生。一个导师不是心地善良就足够了，还要能够处事得当。有个时候学生和导师之间出现了隔阂，不是因为学生感觉到导师人不好，而是感觉到导师的嘴是个漏勺，而且漏出来的可能比听进去的还多。

[Digest27] 无事业者，空虚常始于衣食足时。有事业者，空虚常始于前途无亮之时。空虚是种心脏的饥渴状态。严重时可能会有闷心之痛。

[Digest28] 昨天去听了哲学系的讲座，是关于社会契约的。演讲者坚持的是社会契约论的观点，他说有两种契约，一种是社会契约，一种是政府契约。社会道德的目的是促使人们合作。

[Digest29] 如果人一想象就能有成功的感受了，一想象就不会有失败的感受了，那人就没有必要那么辛苦地去劳作了。人为获得好的感觉而活着。感觉痛苦，而且感觉将永远痛苦，就会对生活失望，就可

《生活原来可以如此有趣》

能会想自杀。感觉幸福，而且感觉将来会更幸福，就会对生活充满希望，就可能会想长寿。现在感觉痛苦，但相信自己在未来能够找到幸福，他就能够忍受这种痛苦。

[Digest30] 人在一个环境里痛苦，要么是让那个环境变好了，要么是离开那个环境。一直在一个很坏的环境中生存，就像一直在火上烤一样的。只可能想办法暂时摆脱痛苦的感觉，而痛苦会一次次再来。当然如果忍受可以换来以后的幸福，那还是值得忍受的。

[Digest31] 虚荣在很多时候表现为炫耀自己身上的光环。光环在需要用时不要少用，在不需要用时不要多用。关键是要有真才实学。纸做的花环会被毁之一炬。黄金做的花环才能经受得住烈火的考验。让自己去做块金子。一个能够超越环境的人，通常是好出自己的小环境中的人无数倍的人。

[Digest32] 相差无几，最可能比斗。相差悬殊，就无法比了。无法比，高处之人就超越了。人可以通过高于他人倍数，具有明显的优势，而超越一个比较腐败的环境。一个太好的人通常不可能被腐败的环境压制的，因为人太好，就会被更大的环境承认，就会有公论来支持他了。

[Digest33] 在说明自己做的事情重要的时候，不应该有意无意地贬低他人的工作的意义。为他人的成绩而骄傲，对他人的成绩给予充分的肯定，这应该是种美德。人不仅能够从自己的成功中获得幸福的感觉，而且在欣赏别人的才华和成功的时候，也能够得到幸福的感觉。

[Digest34] 人确实是一份耕耘一份收获，在学术上一点虚假都不能有。一个人的学术水平和为人，大家都认识得很清楚。人们形成的对人的看法，不是按个人刻意的表现来形成的，也不是按人的地位标识来形成的，而是以人在自然状态下流露的各种细节为基础形成的。所以说修身很成功的人，方能得到人的一致好评。藏在心里的必然会表现在言谈举止之中。不驱除心里存在的不良观念，必然会表现于外，成为人们厌恶的人。

[Digest35] 学者应该有意识地跳出在写作方面存在的数量经济模式。在管理上规定数量的目的是要让学者不要懒惰，要积极地去干活。规定一位学者去创新，那会是件很滑稽的事。不是所有的学者都具有创新能力。也不是学者想创新就能创新。也不是一个学者很勤奋就必然能够出创新性的成果。

[Digest36] 没有创新能力，或火候不到，规定了让创也创不出来。对于一个具有创新能力的学者来说，没有必要去管这些数量上的短线投资。在人品上，要求实。专业上要不断进取，利益上要不断退让。在科研上，要追求更高更难。在教学上，要追求更有影响力。在外语学习上，要追求更加精准的表达方式。四条腿齐头并进，则能够所向披靡。

[Digest37] 没有感情，非要抒发；没有思想，非要写作；不想笑，非要笑；不想哭，非要哭；不会幽默，非要幽默；心里对人不好，嘴里非要说好；心里想着利益，嘴上非要清高。这样的人会表现得怪怪的，让人感到不舒服。做人还是心里想什么，嘴里就说什么好。如果觉得心里想的不好，就先把心修好了，再求表现于外，这样方能给人与好感。

[Digest38] 很多人的失败在于他们没有坚持最后的几秒钟。几秒钟前也许大家都有希望获得成功的，而最后的成功者往往就是那些坚持了最后几秒钟的人。勇者在大难当头时能乐观处之，智者在形势趋好时能谨小慎微，智勇双全者多胜。

[Digest39] 哲学家的书难于看懂的原因主要有这么几个。第一，哲学需要抽象思维。在抽象思维能力没有被培养出来时，很难把握一个哲学家的完整的理论体系。第二，有的哲学家的用词比较特别，有自己独立的概念体系。只有深入地研究他的每个概念和建构理论体系的方法才能看懂他的著作。

第三，西方哲学的中译本在一定程度上无法把原著的思想完全表达出来，读外文原著比读译本更容易理解这些思想。第四，理论是经验的总结。读懂理论就是把理论再还原为经验的过程。经验贮备不足

《生活原来可以如此有趣》

可能就无法实现这种还原。第五，有的历史已经逝去，现在人没有办法获得类似的经验，因此在理解总结那段历史的理论上就有难度。

第六，有的学者的文风晦涩。虽然思想深刻，但没有掌握表达思想的简明易懂的语言形式。第六，由于哲学的职业化，出现了一些假冒伪劣的哲学工作者。他们没有思想，但迫于生存的压力又不得不写作，这样就出现了通过故弄玄虚来掩盖自己的空洞无物的大脑的动机，由此便产生了一些故意让人看不懂的作品。

[Digest40] 理想主义者的理论最能有效地保持面子，而现实主义的理论能有效地谋取色财权，因此通世事的人通常会按理想主义的方式说话，按现实主义的方式办事。狡猾的人就像是个好演员，能够把这两个方面结合得天衣无缝。他既能被人们称为好人，又能够有效地谋取自己的利益。狡猾程度不够的人，则会做得很勉强，让人感到很虚伪。

[Digest41] 如果自己不能给予对方这种特别的帮助，就不能接受别人的帮助，否则不仅不会增加互相间的友谊，反而可能破坏原有的关系。个人应该尽量避免介入这样的相互利用的关系之中。自己帮助别人，不要指望有什么回报。但是自己如果得到了别人的帮助，要记住感恩，以别人最需要的方式感激别人。不会感恩的人通常不会受人欢迎。判断一个人是否有良心，主要看他是否有内疚、感激和义愤的情感。

[Digest42] 女人没有事业，可能就没有独立性，就可能会处在害怕被人抛弃的焦虑之中。女人事业能力不强，就可能处于恐惧被淘汰的焦虑之中。处于任何一种焦虑之中的女人都可能产生心理不平衡，而和一个心烦的女人在一起，自己也可能变得心烦。事业成功能够使女人的心理健康，能够使她有自信。自信的女人不一定是凶巴巴的女人。女人温柔与否和她的天性和所受的性别方面的教育有关，并不是自信就都会锋芒毕露。

[Digest43] 如果过分热情，自己想当然地去帮别人做别人并不需要帮忙的事，这也会让人感觉很烦。要做到万事恰到好处，确实需要修炼。人再小心谨慎也可能会做些不妥当的事，不过心诚和善意通常能够化解矛盾。

[Digest44] 一个人在树立自己的理想时，最好能够有机会接触实现了他的理想的人。与这些人交往或者生活在一起一段时间，他就能知道他自己是不是真正地要这样的生活。不少人事实上把并不真正知道他的理想实现后到底是什么状态。也许在他千辛万苦地实现了他的理想后，他发现这个理想的实现并不能给他带来幸福。

[Digest45] 人要赢得起也能输得起，输了就是输了，不管是在形式上输了还是在本质上输了。人输不起，心里就会不平衡，就可能有意无意地贬低别人的形式上的或实质上的成就。技能上的成就总是人外有人，天外有天的。也不要再用机会总是有的这样的借口来安慰自己。人生是有限的，机会也是有限的，有的机会失去就永远失去了。人可贵的不是在于不认输，而是在知道自己输了的情况下能够持续努力。努力的结果不一定是成功，但没有努力肯定没有成功。

[Digest46] 当专家遇到了自己感觉到有困难的事，甚至是没有把握的事，他也可能去冒险。其动机主要有两个。一个他感觉自己是专家，做不好自己应该能做的事情很没有面子。一个是他被认为是专家，他拒绝做人们认为他能够做的事，他可能会被人认为他不愿意帮忙。冒险的结果可能造成求助者的无法逆转的损失，帮忙者的无法逆转的痛苦。

[Digest47] 个人的行为方式过于落后或过于超前都会被攻击。让人感到最舒适的行为方式是当前大众接受的行为方式。个人在研究时应该适度超前，而在实践中还是得从众。有的东西是好的，但是目前还无法实现的。个人对好的但目前暂时无法实现的目标，不应该去攻击。那个目标可以供欣赏但不能放到实践之中来。在一个流行短期行为的市场氛围里，首先要考虑的是生存问题，然后才考虑长期利益

《生活原来可以如此有趣》

。在能够保证生存的条件下，应该为长期利益做准备。小公司更注重短期利益。

[Digest48] 有次盛中国在北师大的饭厅表演小提琴。他的额前有一缕头发，他拉到得意之时总会向后甩一下头发，我感到那个动作好看极了。那时我在民乐队弹中阮和月琴。回到宿舍，没人的时候，我就把月琴架到了肩膀上，弄了一缕头发在额前，对着镜子甩了好几下头，然后自己把自己笑得要断气。

[Digest49] 必须保证自己在为人、研究、教学和外语上都很令自己满意。这是一个学者的四条腿，缺了哪条都无法立稳。

[Digest50] 人最重要的是把自己的全部潜力发挥出来。如果自己的潜力发挥出来了，就是不如别人，那就为别人喝彩好了。如果自己的位置不合适，就让位好了。任何勉强而为之的事，都可能比原来更遭。

[Digest51] 个人没有多种选择就会因为生存的需求而被奴役。人在别人处于无可奈何的境地时，在语言上应该安慰别人，不要对他们讲那些让人感觉更加灰心的事物。在行为上应该尽量帮助别人，不要从绝望者身上获取丝毫的好处，不要强迫绝望者为自己做任何事情。利用他人的绝望是很残酷的事情。不要把别人推到陷阱里，又假装好人去救他。不要把本来就应该给人家的利益或机会当成恩惠给别人。不要让别人去吃不应该吃的苦。

[Digest52] 其实人最后的竞争是自己与自己的竞争。人如果有了自己的发展目标，专注于自己的事情，就能够超越小环境的压力。超越了小环境的压力，他就能喜他人之喜，悲他人之悲，小环境的人际关系自然就能够和谐。这就是不求者常胜，而求者反而常失的道理

[Digest53] 人不要指望一个不相信浪漫和崇高的人会作出什么浪漫和崇高的事来。个人的历史塑造出了一个现实的人。浪漫和崇高是教育的产物，而不是人的天性。注重精神生活的人会去追求浪漫和崇高，因为浪漫和崇高本身给他们带来幸福。人们在浪漫主义的文学作品中可以感受到这种精神力量。这些人与利用崇高来积累政治资本的人不同。崇高具有感召力，所以有的人心里追求着自己的利益，却满嘴的假大空。

[Digest54] 所以没事多看书，少找人辩论。在辩论中，面子和利益会介入，可能弄得大家不欢而散。你有的时候失败了，不是因为你不对，而是因为你损害了某人的面子或利益。遇到那种每个毛孔都在散发着假气的人，赶快跑得远远的，不要被熏着。最恨看到假笑得发抖的人，让人感到毛骨悚然。

[Digest55] 而对于自己认识的和自己在一起工作的名人则不一样。由于在一个环境里工作，可以会产生利益上的冲突。这个时候，一个人很容易去看名人比自己不如的地方，而忽视了名人比自己优秀得多的地方，因此感觉他有什么了不起的，为什么我和他工作在一起，他就能成名人，我就成不了。心里自然就会有酸溜溜的感觉。一不小心这种嫉妒心理就会表现出来。

嫉妒是种很痛苦的感觉，所以这种人与名人共同生活在一个小环境中是很不幸的。人不仅要学会去欣赏远处的名人，而且要会去欣赏近处的名人，多看名人的卓越之处，这样才能使自己愉快。名人确实是有许多不如自己的地方，但是也许这些地方对于他现在从事的工作来说是无关紧要的。自己虽然在这些地方优于名人，但可能这些地方不是从事这种工作必须的，所以好也没有用。

[Digest56] 社会上存在着各种各样的标签。有的人被贴上了各种人们喜爱和敬仰的标签。有的人被贴上了各种人们厌恶或歧视的标签。在各种场合，人通常是被按标签分类了的。标签耀眼的人被人们拥戴，而被贴上歧视性标签的人则可能被冷落。人生来就被贴上了家庭出身、种族、国家等标签，这些标签是个人无法改变的。

个人能够改变的是努力使自己贴上一张好的职业的标签，能够获得这个标签在很大程度上依赖于教育

《生活原来可以如此有趣》

。有的父母说，自己的孩子想要干什么，由他自己来决定。可是通常等到孩子能够自己决定干什么的时候，已经为时过晚。因为并不是他想干什么就能干什么，这依赖于他所获得的教育。如果一个人十八岁了，他决定他自己要当钢琴家，而他在这之前根本就没有任何音乐方面的培训，那他就只好遗憾了。

而且通常不知道标签的重要性，因为他还没有到社会上去承受过歧视。当他到了社会里，看到别人因为某种标签被拥戴，而自己因为某种标签被歧视时，这个时候他才会知道，原来标签会给他带来幸福或痛苦的。从社会改革的角度来看，理论家在努力想建设一个美好的，人人平等的社会，各种职业平等的社会，而事实上各种职业是不平等的，人不得不去面对不平等的社会。

[Digest57] 前天看到一位很漂亮的博士生扶着一个盲人到图书馆，昨天又看见她扶着他来听讲座了。看着她那么细心体贴地照顾着那个盲人，我感觉她的漂亮变成了美，她真美。我对盲人的那根竹竿特别感兴趣。我想在回国后装成盲人，拿着根竹竿在大街上走，见到违反交通规则的，就假装不注意使劲戳他一下。

见到乱扔垃圾的，尤其是见到那种当了教授还随地乱吐痰和乱说脏话的人，我就假装不注意，戳他好多下。当这样的业余警察也满有意思的。我对着镜子装了装盲人，好像难度不大，只要眼珠不动就可以了。不过别真瞎了啊。否则瞎戳一气，戳着不该戳的人就惨了。

[Digest59] 再次看到康德的意志为自己立法，让我想到了爱情为自己立法。当代不少男人生活在路边的花朵随便采的百花园里，他可以同时拥有玫瑰、百合和梅花等。他也可以今天采一朵，明天采一朵。显得很自由。而这种自由不是文明意义上的自由，而是生物学意义上的自由。

在商业社会中，没有爱情，男人就只能给女人当钱包啦。当爱情来临的时候，爱情就为自己立法了。这个时候百花无味，一花独秀。在爱情中的人仍然是自由的，他自由地选择了忠于那朵只属于他的花，他因此有了人的尊严，有了人的自豪，有了合乎爱情规则的崇高。他也因此有了人生最大的幸福。

每个人出生后都有个在社会中自我进化的过程。首先是个爱吃爱玩和贪生怕死和怕吃苦的人。为了生存和肉体的舒适才去从事工作。其次是个虚荣的人，知道和别人去比吃比穿比物质条件。但是这个人已经开始发展了，因为他开始不是为了吃而吃，不是为了穿而穿了，他需要通过自己的生活方式来获得他人的羡慕和认可。最后是个追求人的尊严和追求人的优秀的人。

进化到这个程度的人能够理解前两种人，而前两种人则理解不了最后一种人，因为他们缺乏对于这种人生的体验。不少人一生都属于第一种人，有的人发展到了第二种人的程度。但是第三种人是比较少的，有的人即使当了教授仍然停留在第一种人的程度上。人所以要进化到第三种人的程度，是因为这种人能够享有最美妙的心理感受。

[Digest61] 写思想家的历史背景，不能只是把那个时代发生的一系列的大事想当然地放在那里，假设那些事对那个思想家有很大的影响。其实并不是每件大事都每个思想家有影响，而且即使是有影响，那影响的方式也不一样。要把思想家写活，就要去关注他的点滴的生活，包括关于他的一些趣事和轶闻，包括他的长相，包括他的缺点。如果一个人很丑，但是他很有魅力，那就说明他的在某个方面有特别之处。

[Digest62] 每个时期人都得干该干的事，因为体制通常是和年龄相关的，可能一步后步步后，也可能一次遇到红灯就次次遇到红灯。事业发展比较顺利的人，通常是开始就点对了菜的人。那个一直在换菜的人，通常事业发展不会太顺。与一个吃过很多菜的人交往，在他的指导下，点对菜的可能性比较大。

[Digest63] 人选择的东西通常是具有两面性的，选择了它的好的方面通常就意味着必须得承受它的坏的

《生活原来可以如此有趣》

方面。如果在享受其好的方面时，总是在抱怨其坏的方面，那生活就不会很舒服。而且人在选择了某件事时，同时可能意味着失去了某些东西，这就是选择要付出的代价。但是如果一个人不去选择，虽然没有坏的方面，但也不可能得到好的方面，而且有的时候人是必须作出选择的。

[Digest64] 做极端事和说极端话的人，通常是处于逆境中的人。这个时候他的天空是灰色的，所以看什么都是灰色的。走极端是他发泄的一种方式。等他走出逆境的时候，他自己会改变些看法。一般说来，很难改变一个成人的行为方式，即便是他的观念改变了，可能行为方式还是改不了。对人的塑造要从小开始。道德行为习惯通常在童年时就养成，因此家庭教育对孩子的道德品质非常重要。

[Digest65] 喜欢抱怨的人，有的时候是只看个别事物而不看系统总体的人。任何一件单独的事情，单独想是能够解决的，而放到一个系统中想可能就是难以解决的。在一个系统中，可能同时有一百件单独的事要处理，而系统的管理者只有解决八十件事的能力和精力，这时候系统管理者通常会挑相对重要的八十件事先解决，留下二十件事没有解决，而这二十件事单独来看都没有处理的难度。

所以不懂管理的人，通常会感觉到管理者很笨，那么简单的事都不去解决，这就是因为他只是单独地去看这二十件事，而没有把它们放到系统中去看，所以无论如何他也理解不了管理者的智慧。在治国时，教会人们用这种系统的方式来思维，能够在很大程度上消除那些只看点的人的抱怨。而且有的事是冲突的，选择解决一件事就不能解决与他相冲突的那件事。在选择的过程中是存在着牺牲的。

[Digest66] 自己要做自己的主人。在工作时间内，要对自己绝对控制。控制的目标一是不能随意改变一天的计划。工作计划要严格执行。一是要专注。控制自己的注意力。在能够控制注意力的情况下，按时间控制比按工作量控制要好。按工作量控制，可能会导致心情过于紧张，那可能会影响工作的质量和创造性的发挥。做事情不赶，就能做得细致和做得好。每天要有一小段放松的时间。在放松的时间里，充分发挥随意性。自己想干什么就干什么，不要有什么计划，完全即兴发挥。太周密地安排自己的放松时间，可能达不到放松的结果。

[Digest67] 思想通常是痛苦和孤独的分泌物。幸福的时候通常懒得思考。经历过非凡的逆境，可能会有非凡的思想。逆境是思想之母。

[Digest68] 人总是爱与在某方面看上去与自己相似的人进行比较，在比较时自己处于劣势就会感到心里不平衡。心里不平衡就会心情不舒畅。心情不舒畅在很多时候会导致身体不好。其实人在比较时是很抽象地比较的。人的机会和机遇不仅是根据某个方面的因素来决定的，每个人都是个很特殊的人。他有他的特殊的综合才能，有他处于某个环境中的特殊的地位，这些综合的因素导致个人人生道路的不同。即便是在同样的工作单位工作，各个人的人生和对于人生的感悟也是不同的。人要多看自己拥有的，少看自己没有的，这样就能够保持比较好的心态。

[Digest69] 人遇好事不喜或遇坏事不悲，这都是不正常的事情，只有草木才能如此。但是处理喜与悲的方式是不同的，这里就把人的品德、智慧和毅力都能表现出来了。有好事喜时，要控制得住喜的方式。要能够按捺得住自己，尽快让自己恢复平静。有坏事悲时，要尽量想事物的好的方面，尽量想出解决问题的方法，并因此使自己的心情恢复到常态。

但是遇到好事或坏事时，情绪都容易激动。这个时候可以作出些决策，但是除非事情特别紧迫，否则暂时不要把这些决策发给别人，最好等几天再审视一遍。如果时间紧迫，最好先听听别人的意见。人在情绪好或坏时作出的判断都可能误差。平静时候作出的判断能够相对说来比较客观。当然人要尽量培养很快恢复平静并作出正确决策的能力，因为有的时候需要遇到事情马上就处理。

[Digest70] 人有时可能作出对自己的一生产生重大的负面影响的决定。这种决定可能是在别人的建议下作出的。而当自己发现作出了错误的决定时，很可能去怪罪那个提出建议的人。其实建议只要是自己接受了，那就是自己的决策。建议人和被建议人都可能因为信息不完全而作出错误的决策。当两个人

《生活原来可以如此有趣》

都得到了全面的信息时，两个人都会明白自己错在哪里了，两个人都会明白应该怎么做。

这个时候建议者可能会后悔提出了那样的建议，而被建议者可能会怪罪提出建议的人。实际上人应该不断总结经验，但没有必要后悔，也不应该怪罪别人的。人在很多时候都是在对陌生的环境或对未来不可知的情况下作出决策的。那个时候无论如何也不会得到完全的信息，所以决策完全是没法像知道完全的信息后那么准确的。在事情还没有结果的时候，可能性会是很多的。人那个时候不知道什么可能性会变成现实性。

[Digest72] 人只有拥有了对方的心，才真正拥有了对方。没有拥有对方的心，即使他拥有了对方的肉体，也没有真正拥有对方。如果拥有了对方的心，即使没有拥有对方的肉体，他也真正拥有了那个人。爱人的心是温暖的心。他会关注爱人的点点滴滴的感受，那种细微的关怀给人温馨与浪漫。上帝是公平的。让花心的人拥有无数个没有心的女人，而让专心的男人有可能拥有一个一生一世的至爱。

[Digest73] 昨天在回学校的火车上,看到一对白人恩爱夫妇带着一个几个月的小孩。那位年轻母亲那么亲昵地逗那个小孩。她不是很漂亮,但眼睛中流出来的那种特别的情感真迷人。那位父亲微笑着看着自己抱着的小孩。然后那位母亲喂了那个父亲一块糖,那位父亲亲了那个母亲的脸蛋一下,声音很响。那位母亲很爱美的,拿出了口红在自己的唇上抹了抹。但是她穿的衣服的表面已经起团,那位父亲穿的马甲上有个洞。他们显然生活上不是很宽裕,但是这是个很幸福的家庭。

[Digest74] 一个才能卓越的人通常具有自信,有自信就不会去嫉妒别人,不会嫉妒别人当然也就不会去让人穿小鞋。学会穿小鞋的过程,就是适应环境的过程。如果一个人很优秀,小鞋对于他来说可能就是一种机遇,因为在难度最大的工作面前,最能够表现一个人的才能;消化不良信息的能力表现着一个人的胸怀;做好大家不愿意做的事,更能够得到大家的好评;而优势在就是在的,那就像是皮球被按扁了,一放手又会弹回来。跳芭蕾就是要穿小鞋才能跳好,鞋大了就会掉。

[Digest75] 弄个水帽子戴着,遭人非议的可能性比遭人羡慕的可能性大得多。而且这顶帽子是戴上去就取不下来,结果被人笑得不可开交了,还是得戴着示众。人间没有比这更尴尬的事情了。记得有次听一个人的讲座,主持人颤颤抖抖地介绍说那人具有博士学位。我看他是害怕下面的人没有思想准备,突然作出什么表情来大家都难堪吧。

[Digest76] 在英语测试中,有一种测生词的题。有的人一看那个词是生词,就开始感觉心慌。其实英文再好的人也不可能认识很多生僻的词。就像一个人的中文再好,也不可能认识所有的中文词一样。这类考题考的不是单词量,而是考的推理能力。也就是考人的通过已知推知未知的能力。

[Digest77] 通过已知的条件,如果有很好的推理能力的话,是能够推理出那个生词的意思来的。如果自己原来就知道那个词,那反而没有真正测试到自己的推理能力。在阅读中,很多时候需要具有推理能力,因为有的词意思很多,只有通过推理才能知道在文中它到底是什么意思。

[Digest78] 康德的名字Immanuel很有意思。这个名字是基督教《圣经》中的先知Isaiah及圣徒 Matthew等对耶稣基督的别称,其希伯来文的意思是上帝与我们同在(God with us)。道德与宗教在本质上有不少地方是吻合的。不学好道德学,就理解不了宗教存在的根本原因。不学好宗教学,也很难完整地理解道德。康德这位道德学的大师,其名字正好有点点睛的作用。

[Digest79] 父母要对孩子的教育是两方面的。一方面是道德方面的。在道德上不知道无所是从,就会导致孩子不能很好地处理人际关系,而机会常常是存在于人际关系中的,没有机会智能上再优秀也无用武之地。一方面是智能方面的。人的基因是有差别的,个体在智力上具有很大的差异性和特殊性。父母要善于发现孩子在智能上相对特长,找到这种特长才能够很好地培养孩子的竞争优势。

[Digest80] 一个孩子从事的职业相对比较冷门,但是如果他具有竞争优势,他就能在这个职业做的最好

《生活原来可以如此有趣》

，他就能在很大程度上把握自己的命运。而如果一个孩子从事的职业比较热，而他在这个职业中并没有竞争优势，他就可能被淘汰。无论是冷门还是热门，走到高端社会是会汇合的。他们在高端时的社会地位是相似的。经济收入的差距对他们的事业成功感的影响并不是很大。

[Digest81] 刚气是温柔女性的气质所在。没有刚气的女人，可能成为一个软弱的女人，而不是一个温柔的女人。了解一个人的学问，也许读他的作品就可以了，而要真正了解那个人，得去与他打交道，得问那些与他共事的人的口碑。人常常在做事的时候表现自己的本质，在写东西的时候可能表现的是自己的理想，表现自己想要别人如何看自己的潜意识。

[Digest82] 人进入什么职业，有时比有钱要重要得多。有的人生体验只有进入一定的职业才能体会到。这些职业活动不是有钱就能体会到的。

[Digest83] 在读康德的著作时，可以把德文版、英文版和中文版对照起来读，这样可以知道其中的一些差异。法语、德语、英语、意大利语和拉丁语，这些语言的发音容易混。如果只是为了做研究，首先必须把英文掌握到家，其他的语言可以只学阅读。学会发音规则，在需要的时候能够很快地就会读就可以了。当然如果是要到一个非英文国家去留学，还是应该把那国的语言听说读写全学会的。

[Digest84] 自己不要轻易承诺什么。如果承诺了，就要按时按质地兑现。如果在时间上或质量上因为客观原因不能兑现，那要提前与对方说明情况。如果造成了什么损失，自己也要支付损失。人不能因为这种承诺是因为自己的仁慈而随意违约。人无信不立。

[Digest85] 世界上真正的坏人不多，但是在关键时刻保护自己的利益的人多。与人相处，要注意的不是表面的东西，而是其中的利益问题。利益和谐了，对方的利益没有受到损害，关系就能处好。利益冲突了，自己又是既得利益者，那与对方的关系就很可能出问题。

[Digest86] 康德，一个幸福和幽默的人，一个知识渊博和聪明绝顶的人，一个没有一丝俗气的人。他因为有他的道德而幸福。在他那里，自由就是控制。自己无法控制自己的人，自己被自然冲动控制了的人，跟着感觉走的人，恰好是不自由的人。当自己能够控制自己了，当自己有了意志力了，他就是自由的人了。自由的人跟着理智走，不自由的人跟着自然冲动走。

[Digest87] 康德用词简单，说理清楚，全文均在理中游荡，没有太多的著名人物的语录的堆积，以理服人。思维非常清晰，推理严密。读康德的英文版作品，没有太多的生词。初读时不要停顿，一气呵成，这样能够把握他的思想的全貌。然后再回过头来细究。细究的对象主要是概念和概念之间的关系。可以把他的主要概念全部拿出来，根据中国人容易理解的习惯，重新阐明它们之间的关系。通过这种重构，能够使中国读者比较容易理解他的理论。在读他的作品的时候，可以德、英、中三种语言对照着读。

[Digest88] 有的时候一个人对一个著名哲学家的印象，是被一篇写得不好的关于他的文章或一堂讲的不好的关于他的课给破坏了的。不要轻易相信一个人对著名哲学家的彻底批驳。经典人物的著作是经过时间考验的，其中必定有其值得传世的精髓。人吃五谷杂粮，并不是把所有的东西都吸收的，但是每种食物中总有对人有益的东西。

[Digest89] 在与儿童玩耍时，如果在一个游戏中，你总是赢，他总是输，他要么是不玩了，要么他就会修改游戏规则。通过把规则定得对他有利来赢你。人之所以会这样做，是因为赢给人带来愉快，而输让人不快乐。人都是爱赢怕输的。有的儿童不爱学习，就是因为他在学习中老有输的感觉。

[Digest90] 而那些在学习中有赢的感觉的孩子就很爱学习。在一个家庭中和在一个课堂上，爱学习的孩子是那个的表扬最多，经常沉醉在赢的舒服感觉中的孩子。人赢什么就会好什么，输什么就会怕什么。而怕输的孩子，通常不会承认自己因为不够聪明而输，这样他就会故意装作是因为贪玩才学习不

《生活原来可以如此有趣》

好的。

[Digest91] 有的会议或活动组织的目的是为了给领导歌功颂德的，但可能以征求意见等方式存在。这个时候如果不想拍马屁的话，就该吃饭吃饭，该开小差开小差，想看笑话就听听别人是怎么拍马屁的，看看别人是如何满脸堆着假笑说应酬话的，总之不要说什么至理名言让大家扫兴。社会是不完美的。自己要去不断追求完美，但对于环境要包容，不要企图去改变尚不可能改变的事情。要改别人，先改自己。

[Digest92] 不要害怕别人的光环，也不要只是看别人的光环。自己没有得到某些光环，有的时候是机会问题而不是水平问题。自己应该永远追求的是一种使自己超越的东西。这种东西很特别，很震撼人心，有着种因智能和道德的卓越而产生的美。身在尘世中，心在尘世外。形式的东西是可以伪造的。人类真正需要的是那种具有本质的形式，伪造的形式，毁人毁己。

[Digest93] 不要因为自己获了什么奖，就开始听不进别人的意见。有的奖是宣传性的，有的奖是分配性的，有的奖是被已经落后的人授予的，当然也有的奖是对人的真才实学的肯定。不分析奖项的性质，被有的奖误导，结果可能使自己离时代越来越远。在一个社会激剧变迁的时代，鱼目混珠，自己没有自己的判断力，自己没有独立思考的能力，往往会作出错误的选择。有的奖被别人笑得要死，自己可能还以为是莫大的荣誉。

[Digest94] 人应该是对社会的弊端看得很清楚，但又不是个灰色调的人。人不应喜欢忧郁，应喜欢明快，要从幽默和讽刺的角度来对待社会的不完美，因为那可以使人总是生活在快乐之中。人有忧愁，但那只应该是像隔夜茶一样的，第二天就倒掉了。持续的不幸会给人带来持续的不快，但在持续的不快中，人应该总是能找到让自己笑得要死的事，让自己能够持续地面对这种不快。不快是暂时的，快乐是持久的。因为生活是充满快乐的，人才有理由活着，并希望永远活着，尽管这是不可能的。

[Digest95] 道德有的时候和多付出和少得到有关系。如果一个人虽然贡献大，但是他得到了他应有的回报，那人们不感觉到对他有什么亏欠，那人们就不会从道德的角度来评价他。而一个人贡献很大，而得到与他的贡献比要少，而且他心甘情愿地这样做，人们就会感觉到亏待他了，就会从道德的角度来评价他。从这个角度说，人都有道德行为能力。贡献大的不一定就是人们从道德上给予最高评价的人，而贡献小的，但是他牺牲了一些自我利益来为他人服务，人们也会感觉这个人在道德上很好。

[Digest96] 人每天都在进行价值评估，决定取什么舍什么，留什么和扔什么，追求什么和放弃什么。价值评估不好，把该扔的留下了，把该留下的扔了，慢慢的自己留下的东西如果都是从社会角度上没有价值的，个人就等于没有什么有价值的东西了。所以说，个人每天的抉择实际上都在塑造着自己的命运。

读与自己的价值观相符合的文章，舒畅。和与自己的价值观相符合的人聊天，舒畅。干和自己的价值观相符合的事，舒畅。否则则很痛苦。

[Digest97] 在社会中工作的过程就是把自己的时间变成钱的过程，花钱就是花自己的时间的过程。浪费钱就是在浪费自己的时间。自己的技能越高，可能自己的时间就能换来越多的钱。自己的钱越多，自己的时间就越多，自己就能够有越多的自由，自己就越能只干自己想干的事，而不干自己不想干的事，因为自己不想干的事或干不好的事都可以雇别人来干。不过因为人的生命是有限的，如果人把自己的所有时间都换成了钱，而没有花钱的时间，那人就没有时间生活了，除非他能够把工作本身就看成是种享受。通常说来，把自己的时间变成钱的最终目的是要把钱再变成自己的时间。

[Digest98] 当自己开始嫉妒别人了，那就说明自己的自信不足了。当对方开始嫉妒自己了，那就说明对方开始不自信了，因此可以把别人的嫉妒当成赞扬，那自己就不会受到嫉妒的伤害了。当别人鼓励自己的时候，那就说明别人感觉到他比自己好，那就说明他很自信。自己自信的时候，要注意不要居高

《生活原来可以如此有趣》

临下，这样可能遭到嫉妒者的恶意攻击。自己不要去嫉妒别人，而是找到自己的优势，在自己的优势方面找到实现自己的潜能的计划。干同样的专业有不同的方向，干同样的方向有不同的角度，有同样的角度有不同的写法。

[Digest99] 对于朋友，不要总是去想他身上的缺点或者说是对自己不好的方面。如果一个人企图去找一个完全没有缺点的和时时处处都只对自己有利的朋友，那自己只能是终生孤独。有的时候自己的孤独是自己的错。自己无法去适应环境，环境是不会来适应自己的。

[Digest100] 这些官员这么做实际上是在害自己。在没有经验的时候，什么都想尝试尝试，什么险都冒一冒。等人的眼界开阔了，看到这种行为对自己的最终损害的人越来越多的时候，当人真正感觉到尊严对于自己的幸福的作用的时候，这些现象就会变少了。人做事业在很多时候和玩游戏一样。做事业比的是谁更优秀。如果自己在玩游戏时作弊，赢得不光彩，那自己也没有什么成功的感受。

[Digest101] 在一个社会风气不好的社会中生活，有的时候成功标志的是人卑鄙的程度而不是优秀的程度。成功的高度越高，说明卑鄙的程度越高。他之所以成功是他能干别人能干而不耻于去干的事。不过在这种社会环境中生存，他可能也是被迫卑鄙，他卑鄙的结果给其他相关的人带来了好的环境，也就不好过分去指责他了，只是希望社会风气能够变得好一些。

[Digest102] 听到平时当着自己的面说好话的人，在背后不帮自己说好话，不要感到惊讶。人不要让别人说出什么不好的话来，那就很不容易了。有的时候人和人处在一种客观的竞争关系之中，自己的好不是被独立评估的。有的时候自己的好就意味着对方的不好。对方不愿意让他自己不好，就不愿意说自己的好，那也应该是可以理解的。不过自己不要做这样的人。对方好就是好，该为对方说话的时候，即使对自己不利也要为对方说话。其实很多事实是明摆着的，说不说只是个形式问题。有的东西不说也在那里，没有的东西说也没有用。说不说只是个度量问题。自己如果确实是不如别人，那就承认别人的好啊。其实人生能认识一群自己真正佩服的人是件很幸福的事情。

[Digest103] 这就是为什么一个国家的教育不普遍发达，现有的精英的高度不一定是最高的道理。官员的任用也是如此。能够得到提拔的机会并不是敞开的，所以并不一定是最适合的人获得了管理权。当自己占据了一定的位置，无论是在为学上、从政上还是经商上，都不要以为自己就牛得不得了，相反应该想到自己的幸运，不要辜负自己的职位，要去努力工作。自己在一流的位置上就要干一流的活，要想轻闲就不要呆在这种位置上浪费国家的资源。

[Digest104] 人有的时候就看钱，而没有看到比钱更重要的东西。有的时候在某种职位上，并不光是钱的问题，而是有一种只有在这个职位上才有的感觉。人到其他国家也一样。不是说要到一个能够挣钱的国家才好。到一些不挣钱的国家，人也可以得到不同的体验。痛苦的体验对个人来说不一定是好事，但是当他把这种痛苦变成思想的时候，可能会有一种很特别的凄惨的美。

[Digest105] 有的人只看到开高级车和住别墅是享受生活，而不知道更高级的享受在对于自己的智能的挑战那里，在于拥有美德那里。人们以为贵族学校就是那些有钱人的孩子上的学校，而其实真正的贵族是把道德和智慧完美地结合在一起的人。它本身具有着自己独特的文化，它在智能和道德上都走在社会的前列。人因为具有美德而高贵，因为失去美德而低贱。所谓气质就是美德在人的行为举止中的体现，这就是人的人格魅力。没有美德，人的行为举止就会低俗，有再高的地位，有再多的金钱，同样不具有高贵的属性。

[Digest106] 中国的优秀人才的智商不差，差的是一些智慧方面的教育。人做事在技能基本上相同的情况下，拼的是大智慧。在大智慧面前，技能属于小聪明。而大智慧的培养和高质量的哲学社会科学的教育相关。哲学和社会科学教育质量差，使自己的国民普遍缺少大智慧，这就会在技能相同的情况下照样输给别人。国家需要的人，应该既是千里马又是伯乐。自己的智慧就是自己的技能的伯乐，这样就千里马常在，伯乐也常在了。

《生活原来可以如此有趣》

[Digest107] 学生选课要注意考虑三方面的问题：一个是为了学习，一个是为了让自己的课程结构看上去有深度而且与自己未来要从事的事业关系比较密切，一个是自己能学得很好。从未来的角度上看，如果英文不好，最好就还是放弃当学者的想法，因为没有好的英文，几乎是无法成为一个合格的学者的，更不要说是个优秀的学者。未来英文不好，可能博士学位也拿不下来了。

即便是拿下博士学位来也没有太大用，因为研究不仅需要博览中国的群书，而且需要博览外国的群书。即便是研究中国文化的，也需要中西贯通，才能找到好的研究视角。古人已经有的东西，后来的学者之所以要去重复研究它们，其实有点借用春秋笔法的意思，借古喻今而已。用古人的嘴来说出对现在的人有启发的话来。就此目的而言，不通今，博古也无用。通今是重新研究好古典作品的前提。

一个人在成功上了一个台阶的时候，再有机会处于一种比较弱势的位置，对锻炼自己的承受力，变换自己思考问题的角度是有好处的。记得大学是在反面看过露天电影，那种味道是从正面看感受不到的。有的特定的角度只有在特定的位置才看得到。人在不同的位置，在不同的领域呆过，看问题的视角与别人就不太会一样。人具有的可以组合的角度越多，可供用来进行不同搭配的可能性就多，创作灵感就越多。

[Digest108] 看理论书如果不从中获得了启发，没有使自己具有灵感，没有从中产生出思想的火花，那就等于白看了。理论书不是用来背的，而是用来发酵的。

[Digest109] 现在有的学生还有从英语国家回去的留学生，英文基本上是被学糟了。主要表现在用词不确切，语法很别扭，小词大量用错，直译现象严重，从而导致言不达意。由于没有养成英文思维的习惯，所以有说英文让人感觉结结巴巴的现象，而且说话时能够用对语法的时候比较少。这些人的英文，就是在英文国家呆一辈子，英文水平还是不行。如果人的头脑能够被格式化，把原来的没有学好的英文全部从大脑中删除，重新学，那就能学得更好。但问题是无法格式化，那唯一的出路就是采用覆盖法。

[Digest110] 用三年时间，重新找一套很好的美国英文教材，从头学起。每个字都重新学，主要采用模仿的方法。模写和模读。每个字都要听懂。练习说的时候，可以先慢说一遍，然后再快说一遍。慢说不容易把语法说错。快说就能达到练习的目的。最忌讳的是乱说和乱写。乱说和乱写，形成习惯了就不容易改了。语言学习不能图快，不能跳跃式前进，否则说的话和编的鱼网一样的，尽是漏洞。有的时候英文虽然学好了，但是由于专业水平不行，即使会说也不知道该说什么。

[Digest111] 不少成功者的路不是一步一个脚印，而是一步一个血印走出来的。人生啊，就像是在走路。社会指的路是条大路，只有大路两边才有来自社会的奖品。如果自己选择了走自己的小路，自然是没有来自社会的奖品的。要获得奖品就选择大路走，要获得自由就选择小路走。大路有奖品但可能人得承受很多心灵的不适，小路有自由但是可能就能承受得不到奖品的痛苦。社会是有不公正地获得奖品的现象，但是作为正直的人是不稀罕那样得来的奖品的。正直者自有正直者的心灵幸福。人因为正直而高贵。

[Digest112] 人生常常是场心理战，能持久者胜。失败常常来自心理上的溃败。锻炼自己的意志，就是锻炼自己的心理承受能力的过程。人要失去的就是会失去，不会失去的就不会失去，关键是自己要走得正和要做得对。只要自己做的是对的，就要坚持走下去。思想家的思想常常是来自逆境的。人生变幻莫测，未来永远是个迷。今天以为自己永远就会这样下去了，过一段时间自己可能会发现人生完全不是按自己的设想发展的。社会很复杂。居安思危。人对于稳定的追求只是来自人内心的。人可以凭着只是人自己的才能，自己不变的追求，自己对于逆境的承受力。痛苦使幸福来临时感觉更加幸福。

[Digest113] 人的一生，有两种东西不能放弃，一是事业，一是爱情。二者兼有才有人的幸福。有事业，没有爱情，人生可能会乏味些，但不会很痛苦。如果有爱情而没有事业，那痛苦就会挥之不去。

《生活原来可以如此有趣》

事业是一个人的精神生命。爱情则给予这种精神存在与快乐。有了事业，人就在精神上存在着了，而这种存在可能是无聊的存在。而有了爱情，精神存在就开始发光了。

[Digest114] 中国传统的争夺权力的方法主要分为三个阶段，第一是爱将阶段，第二是杀将阶段，第三是任用奴才。为了争夺权力，首先必须用贤能。获得权力后，贤能的才该用的已经用了，已经没有再继续使用的必要。而爱将通常是立过大功的，又爱居功自傲，主要表现为不顺从，这就成为杀将的理由。即便将士并无篡位之意，但是其存在让当权者感觉不舒服。而争夺权力，最后也就是图个舒服而已。在权力稳定的时候，并不需要大才就能维持权力。这个时候任用奴才，当权者最能获得心灵上的舒适感。喜爱权力的人要争夺的是一把手，因为只有这个地位才能完全贯彻自己的意志，才能有舒适的感觉。

[Digest115] 而现代行政管理的思路与上述方法是不同的。权力的获得主要是靠美德而来。有美德的人能得众，能得众者势力大，势力大者能当权。在解决利益冲突的时候，采取善的方式来解决冲突，这是最佳方式，也是获得胜利的最好的保障。尤其不能忽视对年青人的利益的保护，因为他们代表着未来。自己要随时审查自己的美德。如果感觉到自己开始嫉妒下属了，那就说明自己的能力已经不是很称职了。这个时候硬要去毁人保己可能会输得更惨。从一个人对自己从前的爱将的态度的变化，就能看出当权者的心理状况。

[Digest116] 人什么都能够失去，但是本事是不会失去的。在痛苦和绝望的时候，最好的出路就是去练就本事。这是个充满了机会的时代，也是个任用贤能的时代，真正的输家是无德无能之人。生活在这个时代，真是很幸福的一代。

[Digest117] 人在自己的地位不稳定的时候，对于上级对能忍受。而在自己感觉基本稳定了，或者基本需求得到满足了，认为有资本和上级对抗了。这个时候最容易与上级发生矛盾。以前忍着的可能会全部爆发出来，以前可以忍受的，现在也不能忍受了。人通常就是在这个地方栽跟头的。权力不仅能够给予人好处，而且能够毁灭以前给予的所有好处，而且能够让人无立身之地。

[Digest118] 世界抽象地看是很大的，而真正适合自己的才能发挥的地方并不多。人越是优秀，能够充分展示自己的优秀的地方越少。人不是能力不行才需要保护，自己太优秀更需要保护。保护无能的人需要给予好处，而保护优秀的人则通常是要让他拥有现在的位置。优秀的人在他最适合的位置上是个能人，而离开了这个位置他可能就是无能的人。

[Digest119] 人到一单位，开始阶段在人品和水平上都需要得到认可，所以需要表现表现。但是过了这个阶段，当自己在人品和水平上都被认可了，就得学会收敛。可是人往往会忽视这点，越是成功越是张扬，结果给周围的人造成难以承受的压力，结果把自己的生存环境给破坏了。有的时候人在一个地方无法立足，不是因为自己不好，而是因为自己过于好了。

[Digest120] 人越是往高处走，自己能够选择的地方越少，所以保护自己的生存环境也越重要。自己破坏了自己的生存环境，可能使自己无路可走。权力和职位不是永远能有的，那些东西是保不住的。修成大德和大才，人才能立于不败之地。目前的教授面临的最大的挑战主要是来自读者和学生的。人是否拥有未来，主要是看是否拥有心悦诚服的读者和学生。如果写的东西没有人看，如果教的东西没有人听，那才是最大的悲哀。这种悲哀不是因为有了权力和地位就能避免的。一直努力去更新自己的知识结构，一直与社会发展同步，一直成为自己的学生的知识同龄人，一直具有学生喜爱的人格，这样才能成为学生真正崇敬的人。

[Digest121] 社会都会是有等级的，但等级形成的方式不同，则让人感觉不同。真正能够让人都感觉到幸福的等级，是按真才实学形成的等级。这个时候，等级低的人会因为崇拜等级高的人而获得幸福，等级高的人会因为被崇拜而感到幸福。这就是说，并不是任何等级都是给人带来痛苦的。在台上看到演艺高超的演员，尽管自己可能永远也达不到他的水平，但是自己会因为能够欣赏到那么精彩的节目

《生活原来可以如此有趣》

而感到愉快。而按权力和金钱构成的等级则会让等级低的人感到不舒服，他们或者是感觉压抑，或者感觉不公平，或者感觉嫉妒。自己遇到了才能高的人，确实佩服那个人时，自己会感觉很高兴。自己遇到权力比自己大或钱比自己多的人，不断指使自己干自己不愿干的事，那自己就会感觉很痛苦。

[Digest122] 新官上任在烧前三把火的时候最容易去按幻想设计未来。他不会太明白以前的官为什么会那么保守。保守的目的不一定是维护自己的利益，有的时候是受客观条件的制约。新官上台最关键的是要保持冷静，尤其是在大众对自己期望值比较高的时候。确实要从自己的思想中去掉任何的幻想。

[Digest123] 个人认为对自己好的，不一定就对自己好。由于经验和知识的限制，个人可能选择未来对他不好的事情，而当时他意识不到。有经验的人则一眼就能看清楚。有的人梦想着出国，感觉到出国就能住上大房子和开上汽车，而不知道自己的条件在中国是很有竞争力的，而到了国外自己的长处可能用不上，用的都是自己的短处。用自己的短处去竞争，则不具有竞争力，因此自己可能没有表现自己的优秀的机会。个人有能力做的很优秀，而由于机会不允许自己去显示自己的才能，那就会感到很遗憾。

[Digest124] 人要保住道德底线的最好方式去追求崇高。没有对于崇高的追求，在大是大非之时，大善大恶之时，通常是保不住底线的。

[Digest125] 刚开始读英文经典原著时，可能通过如下方法提高阅读速度：第一，有目的地读。要确定自己读这本具体的书是要达到什么目的。读有的书是为了学习论证，那就得精读，而且读的过程中把注意力集中在要学习的论证上。读有的书是为了获得与自己的研究课题相关的资料，那就集中注意力找资料。目的越是明确，读书的效率越高。不要以为对于经典著作的阅读是一劳永逸的。经典著作是要重复地读很多次的。当然每次读的目的是不一样的。读书的重点在于理解而不是背诵。理解力强了，用到什么资料时能够马上就用起来。人通常也是在理解的过程中产生灵感的。

[Digest126] 第二，可以找汉译本对照着读。一般经典著作都有汉译本。但是不能依赖于汉译本。先读英文本，再读汉译本，看自己的理解是否与汉译本一致。有的时候自己的理解与汉译本不一致，不一定自己就是错的，也许是汉译本错了。第三，没有完全理解的词或句子先划下来跳过。等全书看完后，再反过来看这些词和句子比较容易理解。有的暂时没有理解的，先放着。留着用来衡量自己的英文水平。过一年后再来看这些词和句子，这样可以发现自己的英文水平是否有长进。

[Digest127] 人在托人办事的时候，不应该送礼，因为送礼可能会影响办事的公正性。人只应该托别人办应该办的事，而不应该去找人办不应该办的事。托人办不应该办的事，一方面让对方看到自己在道德上有缺陷，一方面也让帮办事的人为难。但是在别人帮自己办了应该办的事时，不管事情是否办成，只要是别人尽了努力，都应该对别人表示感谢。这种感谢是对他人的好意的感谢，与贿赂和交易不同。这是一种人情世故关系。

[Digest128] 学术之路就是解经之路。先解经，后发现经之不足，补之，生新经。一代代解经，一代代补经，学脉由此代代相传。不熟经，不知学问之深浅，则可能大讲古人已说之道。

[Digest129] 位于战争首位的是计战。古人说上兵伐谋，这种策略是建立在破坏对手的计划基础上的，但对方的计划也就限制了自己的视野，所以再好也只能为上兵。上将则创计。大计出，能不战而屈对方之将。计好能把自己的学生培养为一个精兵和未来的帅才。现在的学生在专业上应该有两个支点，一个支点在基础方面，一个支点在应用前沿方面。有了这两条腿，就能够稳步向前了。

[Digest130] 写作忌脉断，忌思乱，忌多词，忌漏洞，忌旧说，忌套化。

《生活原来可以如此有趣》

[Digest131] 要看一位作者是否有真才实学，要去读他的作品。有的作品读起来让人激动万分，有的作品读起来让人难受万分。语言的简洁流畅无论对于中文还是英文都是必须的。不要加太多的具体案例，否则让人感觉理被割断了，得不到一气呵成的感觉。智慧之学主要在说理。理之气断，读者就不会有畅快之感。用词越是简单，读者理解的速度越快，意思越能够很通畅地流入读者的心田，对读者的心灵的撞击力也越大。着淡雅之服，谈深刻之意，为佳文。

[Digest132] 社会和战场不一样。战场中的敌人是可以从肉体上消灭的，而社会中的对手是不能从肉体上消灭的。所以斗来斗去，最后的结果是两个人心情都不好。人生追求的无非是快乐而已。

[Digest133] 在学术上无法搞圈地运动。并不是谁先做了什么领域，那个领域就是他做得最好。他可能是最好的，但也不一定就是最好的。他可能把这个问题给提出来了，而做得最好的还是那种最有说服力的，最能给予人以启发的，最能够被读者认可的，最能够在实际中被运用的理论。新来者不要因为什么领域已经被占领就不去涉足那个领域。

自己要选择做的是自己最有优势做的领域。有的领域是空白，但是如果自己的优势和兴趣不在那一点，也不要去做。一个领域已经很发达，但是自己的优势在那里，也不要因为它发达而望而生畏。在这种传统的领域里，通常能够发现本领域的老哥猜想。它代表着本领域的高精尖，是本领域的皇冠，有实力是可以去摘皇冠的。

[Digest134] 看到一个典故，说凯撒死后让人把他的两只手放在棺材外，告诉世人他死了也是两手空空。人生中能够得到的物质性的东西都是空的，留不住的。人贪求名利，带来的多是痛苦。不求虚名，真实为学，会给人充实的感觉。人活着为了一种好的感觉而已。人可为的是才学，而命则不由己。人的命，缘注定。万事随缘，这也许就是无为了。

[Digest135] 在跨领域研究的时候，自己所跨过去的那个领域的学者最可能通过假设他高起来否定自己。面对这些意见要抵制。虚心容忍，坚决不改。哲学的高处在总体、在结构、在看问题的角度、在击中实质。具体科学的优势在细节、在技术方面。在宏观研究方面，高超的哲学，无敌手。此谓，大牛。

[Digest136] 有的学者善解古人之作，而不善自己创作。善识他人之才，而自己却不是很有才。冯友兰说过，学者应该才学识皆备。从当代人的角度看，学就是积累的信息，才就是组织这些信息的能力，识也就是创新能力。有才学而无识者呆。

[Digest137] 人太自满或太自卑都会使人失去学习他人的长处的机会。自卑或自满的人都把自己的杯子盖上了盖子，所以什么好的也进不去了。有的时候人遇到了送上门来的老师，可能就是因为自己的原因，而错失了这种学习的机会。就是在自己面前的老师，也不会去学习。虚心的人是总感觉到自己只有八分满的人，总是能够不断地去增加最后的两分，而这两分永远都在长高，所以他永远都在跟着长高。

[Digest138] 要注意从变化的角度去看问题。世界在变，国家在变，个人的小环境在变，个人的自身条件也在变。人只要永远是在对于卓越的追求过程中，他就会有所进步，他就会找到机会实现他的果。现在对自己有利的环境不一定能够持久存在，所以得居安思危，所以得务实而不是务虚。在虚名上，如果没有可以不要。在实力上，没有则会让人失去信心，最终失去自己赖以获得精神幸福的源泉。

[Digest139] 意志是和人的欲望有关的。没有欲望的人是不可能有意志的。如果家长让孩子去实现他自己没有欲望的目标，那他是不可能有意志去坚持的。让他去实现他有很强的欲望的目标，那就是家长挡着他不让他去努力，他也会偷偷摸摸地去努力。所谓对于学习兴趣的培养，就是点燃孩子的欲望的过程。当欲望之火熊熊燃烧的时候，也就是意志最坚强的时候。

《生活原来可以如此有趣》

[Digest140] 好的导师不应该把很多的课堂时间用来讨论。讨论是应该有的，但是不应该在课堂时间里进行。课堂时间主要用来把导师的思想体系系统地教给学生。这就像是给学生的大脑安装一套应用软件一样。没有教给学生很系统的思想，学生讨论就可能是杂乱无章的，而且得不出什么大家公认的结果。最后课上完了，脑袋还是乱的，也不知道到底从老师那里学到了什么。当然如果导师自己的思想也是乱的，或者也没有什么新思想可教给学生，那让学生讨论是最好的灌水方式。导师在课堂上要教给学生的是他们在别的地方学不到的东西，不应该是介绍资料。资料学生可以自己读的。

[Digest141] 艺术是门外语。即便是本国的艺术，对于本国人来说也是门外语。自己不学其中的艺术表达方式，就理解不了艺术，也就不可能欣赏艺术。高雅的艺术需要学习，而后才能够欣赏。很多人没有接受艺术教育的机会，因此不懂艺术。在看艺术表演时，就和在外国听别人说话一样，看不懂，所以也就感觉很无聊。个人的音乐欣赏能力可以是成人后再培养，而演奏能力则得从小就培养，七岁都已经太晚。

[Digest142] 对于自己所处的逆境要去消化而不是忍受。想开了与想通了不同。想开的人可能是对于自己所承受的不幸具有了承受力。这种不幸像石头一样压在自己的心脏上，他没有把石头搬开，只是培养了自己的承受力。但是当不幸的感觉在不断积累，总有一天他就再也承受不了而崩溃。所以想开了的人到最后可能成为了人们感觉到最想不开的人，因为他积累了太多的不好的感觉。而相通了则不一样。想通了的人是把每次不幸的感觉都消化了的人。

[Digest143] 他能够通过合理的方式把这种不幸合理化，从中看到对方应该获得的地方和自己应该失去的地方。在他的心脏上就不会积累石头，他的心情就能够很快地调整到正常状态。人要警惕与自己最近的人的情绪影响。不要因为对方与自己亲近，在遇到问题时就偏袒对方，这样做是在害他而不是在帮他。当一个人做错事的时候，最需要自己最亲近的人来以适当的方式指出，这样才能使他不错再错。一般的人看到了可能会暗笑，也不告诉他这样做不好。只有自己亲近的人也会很真诚地指出这种错误。

[Digest144] 吃好吃的，交到了好的对象，能够不断感到自己的优秀在步步提升，都会给自己带来快乐的感觉。厌倦了吃的，厌倦了自己的对象，厌倦了自己已有的思想，都会让人感到无聊。人并不是曾经有过思想，就能够永远快乐。人要不断有新思想才能够不断快乐。快乐的源泉之一是不断有成绩来肯定自我。人如果不断有失败来否定自我，他就会比较痛苦。思想活跃的人不仅能够知道原则，而且能够知道原则之外的特例。他因为知道了原则，更能够知道什么是特例。他更能够利用特例来实现诙谐的效果。阳光男孩是那些总是看生活的光明面的男孩。真正的阳光来自心灵。心灵的世界是充满阳光的，自己的表情就是灿烂的。

[Digest145] 人在与不同的人交谈的时候，要学会去聆听和分析而不是去辩论。每个人都是个绝版。他有来自他自己的特殊的经验的知识。这些知识中有珍珠在闪光。每个人都是一个独特的人，这也就是每个人都有存在价值的依据。不要只是重视放在皇宫里的珠宝，要到每个人的大脑里去淘金。

[Digest146] "Flesh from my flesh, bone from my bones."这是希伯来的一个习语，来自《圣经》，也就是骨肉相联的意思。这首先指的是亚当和夏娃之间的关系，因为夏娃原来是亚当的一根肋骨。对夫妻关系的这种解释，比中国的解释要亲近。中国古语说夫妻本是同林鸟，巴到天明各自飞，可近可分的。中国的儒、释、道三家都重视孝、弟，而不是很重视夫妻之间的关系，认为夫妻只有红线相联，没有血缘关系。

也因此有庄子的扇坟和敲盆庆祝第三个妻子上吊之说。这些故事中表达着一种不可信任女人的观念。这主要和中国古代女人嫁男人多属于老鼠爱大米的类型，而男人娶女人，多为传种接代和好色之由。二人之间无真正的因为精神世界的吸引而互相爱慕的感情。男女之间无信，则不可能有真爱。没有真爱，则不可能得到人间最珍贵的爱情。

《生活原来可以如此有趣》

[Digest147] 社会还是处在一个受自我利益驱动的阶段，不去理解别人从利益出发做出的行为，心境就不可能平静，自己就会心情不好。个人应该对于这种行为加以理解，然后再用合理的方式去加以解决，这就是人处世的一种智慧。

[Digest148] 哲学的力量来自理性能力。通俗地说，就是会讲道理的能力。能够通过比较系统的方式讲道理说服对方的能力。劝说别人，最好的方式是从对方的价值观出发，说明什么对他最好。一是要分析可见的利益，二是要分析不可见的利益，三是要分析风险性。

[Digest149] 不在不必要时谈学问，否则让人感觉到自己夸夸其谈。平时与人相处，多学少教。对于不是来学而是来炫耀自己的人，不要与之争。争则会吵，吵则会伤和气。要养成沉默的习惯，只是在有必要说话是再说话。多听少说。多问少答。自己处于优势地位时，常会有人来挑衅，因为他自卑。他要通过战胜对方来获得自信，那就成全他好了。争则对双方都无益。

[Digest150] 人受苦的时候爱思考，孤独的时候爱思考，受苦和孤独加在一起时更爱思考。思考的结果可能改变一个人的行为。

[Digest151] 并不是说人知道了道德规则，就能够在现实中做得很好。没有智慧帮忙，道德规则可能帮倒忙，让人感觉很可笑，很古怪，很离群，因为道德规则总是高高在上的，看上去具有脱离现实的表象。一个追求道德而没有智慧的人，可能常常为自己所追求的道德所伤。智慧是种恰当，是中恰到好处，是种从他人的角度理解问题的方式。

[Digest152] 道德规则可以在一天背得滚瓜烂熟，而实现这些道德规则的智慧可能终身也把握不好。知道了道德规则，追求道德的过程，就是个不断地练就自己的智慧的过程。不要以为自己的动机是好的，那做错了事就可以去怪别人或怪自己运气不好，在很多时候是因为自己没有与好的动机相配的智慧。

[Digest153] 一个人永远不要以为自己被一个领导给小鞋穿，就认为自己在那里没有前途了。世界在变。一个不公正的领导是不可能长期得势的。自己要记住的是，就是在自己最绝望的时候，也要做个公正不阿的人，也要做个善良的人。只要自己是善良的，矛盾就总是可以消解的，自己就总会是处于有利地位的。有的人就是在绝望的时候露出了凶相，或在绝望的时候变成了特别残酷的人，从而断送了自己的前程。

[Digest154] 一个正直的人，不只是在风平浪静的时候对别人微笑的人，而是处在极端绝望状态的时候，带着泪花还会微笑着迎接生活的人。也不要因为自己遇到了一个不公正的领导，就认为天下的领导都是如此的。人都会追求好处，但不同的是有的人是通过伤害别人来获得好处，而更多的人是通过合作来得到自己的好处。正直的人并不是对好处不感兴趣，而是他们只获取自己应该有的好处。不是自己应该得的好处，给也不要。这就是高贵。

[Digest155] 心中充满仇恨的人，很容易偏激，而且不会感到很幸福。有的人就因为他感觉自己是最好的，而领导在分配利益时分配给了别人而怀恨在心，结果闹得失去了工作，而且在心中留下解不开的死扣。抱怨领导不公平，抱怨得到利益的人不该得，并可能认为得到利益的人是会拍马屁。其实自己可能有几种情况没有考虑到：第一，自己好不好，不是自己能够评价的，主要是要看大家如何看。第二，有的时候需要照顾年纪比较大的人，因为属于不同的时代，比较标准不能一样。当自己属于年纪比较大的人的时候，自己也可能处于同样的状况。第三，有的时候需要照顾比较年轻的人，因为他们是这个单位的未来。

第四，资源不能全部集中在一个人身上。不是一个人最好，就所有好的都要给他。因为这个单位是靠大家，而不是靠一个人来发展的。如果个人只是认为自己是最优秀的，就什么都应该给自己，不给就生恨，这样的人是很自私的人。领导要考虑这个集体的整体利益。人如果跳出自己的利益的圈子来看

《生活原来可以如此有趣》

问题，就更能够理解领导的行为。当然不排除有故意袒护自己喜爱的人的领导存在，但情况不总是这样的。学会去理解比较公正的领导，学会去理解别人，自己就不会留下心结，自己就会愉快地去生活和工作。

[Digest156] 人到过什么地方，不是用来吹牛用的。自己主要是要知道自己在那些地方得到了什么经验。不要在不必要的时候故意卖弄。人不仅不应该卖弄自己的学识，也不要卖弄自己的经验。有的时候人会遇到在自己面前卖弄一些很不得一提的事情，这个时候不要去和他比，也不要轻视他，跟着高兴高兴就过去了。不要在不必要的时候去让人感到痛苦。能让别人快乐快乐的，就让别人快乐快乐，不要光顾自己快乐了。不是每个人都有机会经历很多光彩的事。有的人一辈子可能就有那么几件值得自己炫耀的东西，不要轻易去否定他的这几件事，这也就是积善行德了。

[Digest157] 现代女性应该是野柔顺相济的。现代独立的女性通常是有事业的女性。这种女性必须具有自己的主见，有的时候就表现为一种任性，一种刚性，一种野性。在该坚持的时候，要能够坚持。在自由时，要能够顺应自然。在爱恋时要有柔性。因爱而生柔，而非因依赖而生柔。在公共场合要给人面子，这个时候应该有顺性。恰到好处地发挥了野性、柔性和顺性，就会是个充满魅力的现代女性了。

[Digest158] 看到马可吐温说，紫罗兰把香气留给了踩她的那只脚，那就是宽容。该舍的舍了，该留的留了，心里不再有什么结，人的心理就能保持健康了。开心最重要。得到好处的人可能失去了快乐，失去好处的人可能保有了快乐。只要人是快乐的，就没有吃什么亏。人去追求好处，最终目的还是为了得到快乐。

[Digest159] 如果长得老了，就去充实自己的灵魂。人的相貌是必然要老的，但是灵魂是可以永远年轻的。有颗年轻的心，灵魂就会不老。

[Digest160] 人追求的价值主要有两种，生存快乐的价值和优秀快乐的价值。为了生存的快乐，人需要更多的是物质上的东西。为了优秀快乐，人更需要的是被社会的肯定。优秀快乐主要属于精神快乐，快乐的器官主要是心脏。生存快乐的器官主要是五官。心脏不快乐，五官通常不会很快乐。这两种快乐都是人所需要的，但是缺什么就想什么。通常说来，人首先追求生存快乐，然后才追求优秀快乐。

人最关键的不是要去谋取什么职位，而是要去谋求实学和实才。有实学和实才，没有职位也能为人尊重。无实学和实才，某得职位也遭人耻笑。在人们的耻笑中，可能不仅没有获得优秀的快乐，而且获得了卑鄙的痛苦。在这种痛苦中，就连生存快乐也会失去了，可能痛不欲生。

[Digest161] 如果看书能给人有清泉入心的感觉，这本书写得就比较成功了。如果让人看了心情烦躁，那这种书写得就比较失败了。文字之美在通达和巧配，文章之美在思想的独到，人性之美在善而有效。

[Digest162] 论文写作在于把很多看上去没有关系的事情合理地联系起来。写作过程可以分为这么几个步骤：第一，看书，收集资料。第二，自己按逻辑把头脑中的东西全部写出来。第三，看自己的整个体系中有什么矛盾的地方。把矛盾的地方全部想通。第四，重新写作。第五，看资料，把看资料获得的灵感写入文中。第六，一气呵成地修改全文。第七，找与自己无利益关系的读者阅读获得反馈。第八，再次修改文章，后可交稿。

[Digest163] 现在检查研究生学位是真是假，最有效的两个方法，一是看论文，一是看英文状况。没有英文阅读能力的人，通常学位是水的。

[Digest164] 人的命运，永远都是个迷。未来充满了变数。人本来以为一辈子就是如此了，但可能因为一件很偶然的事情，就走上了另外一条不归路。人生可归路少，不可归路多。切忌盲目地选择走上一

《生活原来可以如此有趣》

条陌生之路。不要以为大家都去抢着走的路，就一定对自己是很好的路。世间之路千万条，但最适合自己走的路是最能够利用自己的长处之路。自己愿意走的路，但是自己在上面没有实力，还是放弃为好。如果发现自己走上了没有前途的路，还是越早放弃越好。什么都想要的人，什么都不舍得放弃的人，最后可能什么也得不到。人做选择的过程就是承受舍弃之苦的过程。

[Digest165] 领导与部下私交危险比较大。这与吃窝边草同理。关系好时，则至好；关系恶时，则至恶。上为刀俎，下为鱼肉。下者常忍气吐声，上者常趾高气扬。此后若下者谋得合意官职，善者仍能忠上为友，恶者则可能与上反目为仇。

[Digest166] 与贼眉鼠眼的人在一起呆惯了，自己可能也会变得贼眉鼠眼。人的魅力和才气主要是通过眼睛外泄的。而眼神要具有才气和魅力，主要要修心才能得。从眼能看到心。

[Digest167] 一个人是否真正具有魅力，要看他在无钱无权的状态下的情况。一本作品是否具有影响力，要看它在没有权力和金钱支持的情况下的状况。有影响力的作品，即便没有出版，人们也会私自传抄。没有影响力的作品，花钱送到人家的手上，也会被当垃圾扔了。

[Digest168] 真正的朋友和真正的夫妻打不散。在这两种关系中，双方都有共同的出发点，就是为对方好。但是可能在如何为对方好的认识上有差别，因为这种差别而可能吵架。可是吵去吵来，双方都知道对方是为自己好，所以最后还是吵不散。但是如果其中发现了恶意存在，即便双方不吵架，最后还是散伙。

[Digest169] 不积跬步，无以至千里，但积了跬步，也不一定就能至千里，如果只是原地踏步。发文章的道理同此。天天写同样的文章，没有长进，这与原地踏步一样，浪费时间和纸张而已。

[Digest170] 今天去炒葱头，想起一个笑话来。有个人问他妈妈，怎么切葱头才能不呛眼睛。他妈妈说，在水里切啊。他照办了。切完后，他妈妈问他，效果怎么样。他说，效果还不错，就是他差点被水憋死了。我今天把葱头放在水里切了，感觉效果确实不错。眼睛不呛。而且发现用咖喱粉炒葱头，很好吃。

[Digest171] 作为一个学者，一定要分配好学习和写作的时间。不花时间来不断学习，只是在不断写，那可能就是为了写而写，那就会制造很多垃圾，尽管这些垃圾可能会给自己带来实惠。在获得实惠的同时，却影响了自己的名誉。读者看他的文章，就会知道这个学者是靠什么吃饭的。虚的实不了，假的真不了。

[Digest172] 靠搭花架子过日子，未来的路会越来越窄。学者应该以学为本，只写有所感的作品。没有真才实学，写得越多，只能证明自己越无知。人的精力是有限的。张罗的事情过多，自然会占用自己的学习时间，自己的学术水平就可能退步。现在这个社会，周围的人可能天天在进步，自己不进步，比较而言就是在退步了。不要指望自己还能躺在过去的辉煌上了却余生。

[Digest173] 学者不要因为忙着挣钱，而把自己忙得不顾学习，不顾身体。没有那么点钱，穷不死。过分支出，会让自己的智慧贫穷。智慧穷了，学者就无立足之地了。学者能安贫乐道，就会产生幸福感了。不乐道，而只是用道来谋生的人，很痛苦。乐道者通常自然就能得到生存条件，只是不刻意去求而已。

[Digest174] 真与善冲突时，善为首，真次之。当真与恶联系在一起时，宁愿为了善而取假。伪善则是要彻底抛弃的。伪善的目的是为了谋取自己的利益，而因求善而抛弃真，其目的是在保护他人。在处世中，时时为善就对了。时时为真则可能常使他人处于尴尬境地。而在恶出现时，则无论如何要坚持真。要以真制恶。

《生活原来可以如此有趣》

[Digest175] 有的事是很多人都能做的，只是有的人认为价值不大和浪费时间而不做而已。自己在做事的时候，首先应该选择只有自己能够做，或者只有少数人能够做的事做。人的时间是有限的。选择浪费时间的事情做了，能够做自己的愿意做的事的时间自然就少了。

[Digest176] 如果自己做了什么错事，要让自己充分地去难受。因为难受了，改正错误的动力才大。人如果做了错事，不痛苦，那就可能会再犯同样的错。

[Digest177] 学者不能偏狭。不要把局部的事情夸大为全部的事情，然后空悲切。看问题和照像取景有相似之处。一个国家很大。如果一个人取景只是取美的方面或只是取丑的方面，再把这个画面放大为全景，那我们看到的只是偏狭的美或丑。如果一个人取景把整个国家都取进去了，这个时候就能够看到美和丑的比例，也能看到美和丑所处的位置了。

[Digest178] 人喜欢不喜欢什么，有的时候和自己做得好做不好有关系。做得好的就爱做，做不好的就不爱做。培养小孩的兴趣，要让小孩从特容易的开始，这样他容易做好，就容易爱做。

[Digest179] 人有了圣洁的灵魂和卓越的才能，就能够既在尘世之中，又超脱于尘世之外。好色者因为有了专一的爱情而成为情圣，他的好色不仅不为众人耻笑，反而可能成为绝世佳作。好财者因为有卓越的管理才能和慈善之心而成为财圣。好权者因为能借势而造福于大众而成为权圣。好面子者因为修身养性成功而成为德圣。这就是行行出圣人的道理。圣人非不食人间烟火之人，他们恰恰是人间烟火食得最好的人。他们争取之，获得之，超越之。这便是存天理，导人欲之道了。

3、《生活原来可以如此有趣》的笔记-第93页

“姜汁面包人”（Ginger Bread Man）最好的客户服务是最适合客户的服务，而不是最完美的服务。痛苦让人早熟和珍惜学习机会。真正幸福的人是那种具有基本的生活条件，而又有着高山可爬的人。这种人才真正有着充实的人生，对于他来说，每天的太阳都是新的。访问人心需要智慧。人有忧愁，但那只应该是像隔夜茶一样的，第二天就倒掉了。……人应该总是能找到让自己笑得要死的事情，让自己能够持续面对这种不快。abalone鲍鱼拆成ab-alone就是远离孤独。

4、《生活原来可以如此有趣》的笔记-第200页

爱情就像一串钻石项链，一夜情就像是一串玻璃项链。爱情的效果是全麻，一夜情的效果是局部麻。爱情随时间的流逝而加深，它像一部惊心动魄的连续剧，剧情越是展开，越是让人着迷，使人总是盼望着下一集的到来，爱情因时间的久远而变得无比香醇。一夜情则是肥皂剧，一场嬉笑而已。

《生活原来可以如此有趣》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com