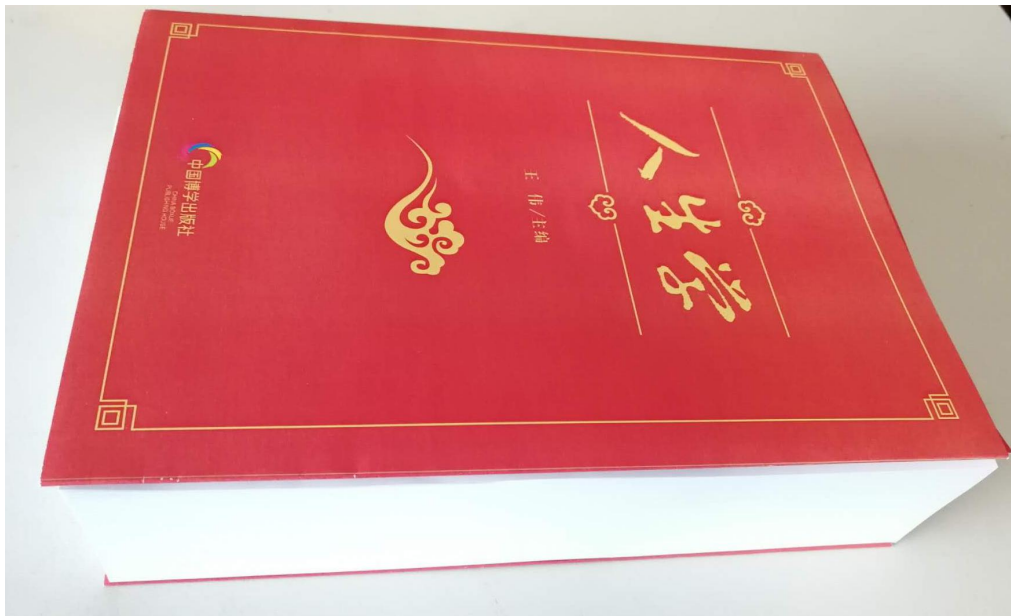


热烈祝贺人类人生学的诞生！

我国第一部《人生学》简介

一、全方位探讨人生幸福 人生学专著正式出版

4月4日，记者从中国博学出版社了解到，由中国人生科学学会心理学专业委员会会长王伟先生（手机/微信：13981824988）领衔主编的《人生学》正式出版。该书书号为 ISBN 978-988-8611-57-7，本书的出版标志人生学学科的诞生。



据悉，该书在主编王伟先生的主持下，汇集全国各个相关学科的专家和学者，通过长达十年的撰写和编订，反复修改和讨论，现在终于付梓出版，为人生科学领域增加了一部集思想性、学术性和应用性的专著。

《人生学》专著采用通俗易懂的语言风格，克服了学术专著引用

文献过多，文字表达艰深晦涩的体例模式，让每个有一定文化水平的读者都能读懂作品的内容和意义，从书中获得有益的精神食粮，滋养自己的人生生活。

《人生学》是一门研究人生现象及其影响下的个体功能和行为活动的学科。人生学包括人生理论和人生实践两大领域，其研究涉及人生发展、人生事业、人生艺术、人生哲学、人生幸福等许多领域，也与日常生活的许多领域——家庭、教育、健康、情感、社会等发生关联。



本书共十章，第一章人生哲学与人生幸福；第二章劳动致富与职业生涯；第三章事业发展与职务晋升；第四章婚姻爱情与家庭教育；第五章心理维护与营养健康；第六章社会适应与积极心理；第七章妇幼保健与老年养生；第八章美容按摩与运动康复章；第九章成瘾矫正与身心疾病；第十章传统文化与人格提升。

本书是我国第一部人生学专著。主编王伟先生和专家团队长期致

力于人生学的研究、推广，为社会培养了一大批人生指导师，并撰写出版了若干与人生学有关的图书，为我国人生学的立学，做出了重大的贡献。

《人生学》作者简介



王伟先生现任中国人生科学学会心理专业委员会会长和中国人生科学学会传统文化工作委员会会长。他长期致力于人生学的研究、推广，为创立人生学做了大量的工作。鉴于王伟先生对人类社会的贡献，中共四川省委、四川省人民政府授予他“有突出贡献的优秀专家”，中共中央组织部、国家人事部、中国科协联合授予他“第四届中国青年科技奖”，共青团中央评选他为“第八届全国青联委员”。王伟先生主要做了四件事：一是他从1985年在四川创办我国第一家口语病医院以来，现已收治国内外各种口语病患者上万人，其矫正口语病科研成果得到了国家和专家的认可和高度评价；二是他从1998年起，先后与国务院国资委、国家发改委、国家人社部、国家卫健委、全国工商联等相关单位合作，在国内各地设点培训人生指导师、心理咨询师、营养保健师、健康管理师、国学文化传承师等各种专业人才四万多人；三是他从2006年起，联合国家相关部委的相关部门推广“中国员工心理健康工程”项目，举办了一系列相关的大型活动，为数百家企业的数十万员工提供了心理服务；四是他从1989年就开始出书，现已编写出版了《口语障碍与矫治》《心理医生培训教程》《保健医生培训教程》《中国员工心理管理计划》《中国人圆梦行动计划》《国学精华》等十几部专著。本书是王伟先生辛勤耕耘几十年的结晶。

凡有人，必有人生；凡有人生，必有人生规律；凡有人生规律，必有人生学。本书内容丰富，语言流畅易懂，不仅是一部让人脱胎换骨的最佳科普著作，而且也可以作为人生指导师的培训教材和每个家庭学习的必备用书，也是赠送友人精神礼物的最好选择。

记者还了解到，中国人生科学学会心理专业委员会除了组织专家团队编著出版《人生学》专著外，在心理咨询师、家庭教育指导师、婚姻情感指导师、心理指导师等专业能力培训方面也做出来非常突出的工作，体现了国家一级学会的社会责任和专业服务能力和水平。

二、王伟领衔主编的专著《人生学》

出版发行，让人生幸福全面落地



人生，顾名思义，指的是人的一生，从表面上看，就是从生到死、从母腹到墓园的一生，墓园是方向和归宿；从根本上说，就是个人融入世界、抵达永恒的历程，死亡是终点站，而永恒则是方向和归属。人生根本不是为吃喝玩乐和物质上的享受，而是回归永恒的旅途。当一个人肉体的生命宣告结束的时候，精神的生命就开始永恒了；肉体的生命最终会进入大地，大地上的万物生生不息，这就是一种永恒。因此，死亡是生命进入永恒的一种方式。

在人生的过程中，有哪些注意事项？怎样处理好个人与他人、个人与社会的关系？怎样实现劳动致富？如何经营好自己的爱情、婚姻和家庭？怎样有效地进行亲子教育？怎样让自己的心理保持健康？怎样为身体提供营养？怎样让职业上升为事业？怎样科学而合理地

养生？怎样保持美丽的容颜？怎样通过运动来预防疾病，促进康复？怎样戒除毒瘾、网瘾、烟瘾和酒瘾？怎样让自己成为一个文化人……对于这些问题的论述及阐释、理论探讨、实践总结，就是人生学的范畴。

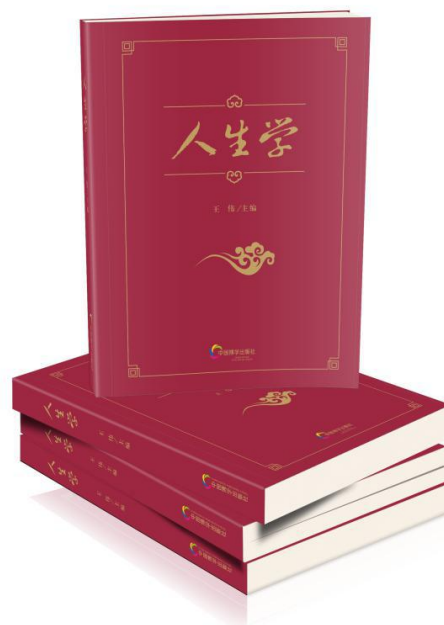
在众多的学科中，人生学是一门极其重要的学科，然而，这方面的著作并不多见，究其原因，一是人生指导师这一职业目前处于空缺，虽然社会有这方面的需求，但是，这些客户往往找不到自己所需要的人生指导师；二是人生学涉及到家庭关系学、教育学、心理学、健康学、情感学、成功学、医学、生物学、社会学等多门学科，是边缘学科，是交叉学科，对研究人员的文化素养的要求非常高，一般的人很难达到一定的深度，很难形成自己的理论体系。王伟先生领衔主编的专著《人生学》，交由中国博学出版社出版发行，填补了相关空白。



在《人生学》前言中，王伟先生指出，“人生学在我国是一个崭

新的学科。它的学术功能是研究人生现象，揭示人生规律，探索人生理论，指导人生实践。人生学是融合古今中外优秀伦理道德和哲学思想的一门显学。”人生学的范围非常广泛，王伟先生列举出以下十个方面的内容，第一，人生的价值是奉献；第二，人生最宝贵的是人品；第三，人生的信仰是力量；第四，人生的资本是健康；第五，人生中应该充满爱；第六，人生珍贵的是伴侣之情；第七，人生必须清除“心灵垃圾”；第八，人生必须顺其自然；第九，人生切勿悲观；第十，人生有梦才快乐。

中国人生科学学会会长关山越先生盛赞《人生学》这本专著，他指出，当今的孩子，一生下来就遭遇要不要早教、上什么幼儿园和学前班，然后是进什么学校、学什么专业、从事什么职业、跟什么样的人恋爱结婚等选择；成年人则遭遇经商、从政还是做学问，先生孩子还是先谋职位等选择；老年人则遭遇退休后打麻将还是钓鱼、上不上老年大学、进老年公寓还是在家养老等选择。人生路漫漫，每前行一步无不选择，每面临选择无不茫然。所以，人生学就成为必要。



关山越先生还指出，心理学家说“人不是被动适应环境的结果”，哲学家说“人是自我设计的结果”，社会学家说“选择决定命运”，教育学家说“人生需要学习”。人是行动的结果，人的行动是主动的，人如何行动，取决于设计，而设计离不开人生学。做“自在”的人，就不需要人生学，做“自为”的人，就需要人生学。不学人生学，人生就会茫然和有风险，学了人生学，人生就会有理性和成功。从关山越先生的情真意切的推荐语中，不难看出，人生会出现迷茫、困惑的现象，必须要有专业人士来导航，王伟先生的专著《人生学》能够起到导航的作用、引领的作用，从而让人避免失误和失败，一步步走向成功和幸福。

王伟先生博学多才，富有智慧，现任中国人生科学学会心理学专业委员会会长和中国人生科学学会传统文化工作委员会会长。专著《人生学》是由他和专家学者团队共同完成的一大成果，策划、编写、讨论和修改的过程长达 10 余年，文风朴实自然，文字通俗易懂，让读者一看就喜欢，一喜欢就有收获，从而洞察人生发展、人生事业、人生艺术、人生哲学、人生幸福等复杂的现象，在人生理论和人生实践上都获得质的提升。



《人生学》一书共 100 余万字，分为十章，第一章 人生哲学与人生幸福；第二章 劳动致富与职业生涯；第三章 事业发展与职务晋升；第四章 婚姻爱情与家庭教育；第五章 心理维护与营养健康；第六章 社会适应与积极心理；第七章 妇幼保健与老年养生；第八章 美容按摩与运动康复；第九章 成瘾矫正与身心疾病；第十章 传统文化与人格提升。每个章节都具有丰富的教育功能和深刻的生活意义，不仅可以激发所有人对社会、人生进行多角度的思考，还可以点燃他们内心深处的智慧火花，使得他们见微知著，从一滴水看见大海，由一缕阳光洞见整个宇宙。这本书是真正意义上的人生学专著，也是我国人生学领域里的首部重量级专著。

凡有人，必有人生；凡有人生，必有人生规律；凡有人生规律，必有人生学。人生像其他事物一样，是一个过程，人生发展过程有它的规律。从婴儿到老年，人的成长有规律，人格的形成和发展有规律，学业和事业的发展有规律，婚姻和家庭的形成和发展有规律，认识和

掌握了规律就可以预测、设计、调整人生目标和路径。《人生学》相当于人生学领域里的大百科全书，作为一部人生科普著作，可以作为人生指导师的培训教材，还是每个家庭学习的必备用书，也是赠送友人文化礼物的最佳选择。

购书请联系王伟主编，电话/微信 13981824988。

三、《人生学》百度百科

版权信息

书名：人生学

主编：王伟

出版社：中国博学出版社

ISBN：978-988-8611-57-7

作者简介：王伟先生现任中国人生科学学会心理学专业委员会会长和中国人生科学学会传统文化工作委员会会长。他长期致力于人生学的研究、推广，为创立人生学做了大量的工作。鉴于王伟先生对人类社会的贡献，中共四川省委、四川省人民政府授予他“有突出贡献的优秀专家”，中共中央组织部、国家人事部、中国科协联合授予他“第四届中国青年科技奖”，共青团中央评选他为“第八届全国青联委员”。王伟先生主要做了四件事：一是他从1985年在四川创办我国第一家口语病医院以来，现已收治国内外各种口语病患者上万人，其矫正口语病科研成果得到了国家和专家的认可和高度评价；二是他从1998年起，先后与国务院国资委、国家发改委、国家人社部、国家卫健委、全国工商联等相关单位合作，在国内各地设点培训人生指导师、心理咨询师、营养保健师、健康管理师、国学文化传承师等各种专业人才四万多人；三是他从2006年起，联合国家相关部委的相关部门推广“中国员工心理健康工程”项目，举办了一系列相关的大型活动，为数百家企业的数十万员工提供了心理服务；四是他从1989年就开始出书，现已编写出版了《口语障碍与矫治》《心理医生培训教程》《保健医生培训教程》《中国员工心理管理计划》《中国人圆梦行动计划》《国学精华》等十几部专著。本书是王伟先生辛勤耕耘几十年的结晶。

书籍简介：本书是父母送给儿女的一份特殊的人生礼物。父母不仅要用牛奶和面包将子女养大，在他们成长的过程中，还要及时用完美的思想熏陶他们的灵魂。儿女是父母爱情的结晶。生下他们，并不只是让我们得到做父母的愉悦，更重要的是让我们去教导他们，用正确的人生观念改变他们，使他们真正成为人类智慧的精英，成为大地上生命的强者。我们要担负起这个责任，就应该好好去履行做父母的职责。

几乎所有的年轻人都渴望拥有成功的人生。然而，他们中的一些人因为缺少正确的指导，往往事倍功半，甚至不小心误入歧途。青少年时期形成的观念，会以不同的方式影响他的一生，所以，在人生开始的时候，应该让他们接受高尚的思想，修炼优良的操行，形成健康的习惯。本书中的每个章节都具有丰富的教育功能和深刻的生活意义，不仅可以激发青少年对社会、人生进行多角度的思考，还可以点燃他们内心深处的智慧火花，使他们见微知著，从一滴水看见大海，由一缕阳光洞见整个宇宙。

本书是一部系统全面的人生励志经典，不仅给我们的孩子指引了正确的生活方向，也是一部成人的修身指南，改变命运的智慧经典。许多望子成龙的父母，总是认为孩子应该这样做或那样做，他们自己却经常背道而驰。父母觉得自己比孩子高明，但事实并非如此。如果我们没有比孩子们做得更好，我们至少应该和他们一起成长。所以，本书是一本步入上流社会、成为社会精英的必修书，一部让人脱胎换骨的最佳科普著作。

凡有人，必有人生；凡有人生，必有人生规律；凡有人生规律，必有人生学。人生像其他事物一样，是一个过程，人生发展过程有它的规律。从婴儿到老年，人的成长有规律，人格的形成和发展有规律，学业和事业的发展有规律，婚姻和家庭的形成和发展有规律，认识和掌握了规律就可以预测、设计、调整人生目标和路径。本书内容丰富，通俗易懂，不仅是一部科普著作，而且也可以作为人生指导师的培训教材和每个家庭的必备用书。

目录：

第一章 人生哲学与人生幸福

第一节 人生哲学

- 一、人生的意义
- 二、人生真性情
- 三、人生的规则

第二节 人生幸福

- 一、哲学家叔本华谈幸福
- 二、我们应该怎样衡量幸福
- 三、我们应该怎样追求幸福
- 四、我们怎样才能感受到幸福

第二章 劳动致富与职业生涯

第一节 劳动致富

- 一、劳动成就梦想
- 二、反对不劳而获

第二节 职业生涯

- 一、职业生涯规划
- 二、就业创业技术
- 三、职业道德和职业标准
- 四、走出职业的误区

第三章 事业发展与职务晋升

第一节 事业发展

- 一、职场和能力的发展
- 二、情绪和压力管理
- 三、挫折和不良心理的应对策略

第二节 职务晋升

- 一、牢记为人民服务的宗旨
- 二、提高管理水平
- 三、提高领导能力

第四章 婚姻爱情与家庭教育

第一节 婚姻爱情

- 一、婚姻的基础是爱情
- 二、婚姻问题的分析和处理
- 三、婚姻家庭幸福经典

第二节 家庭教育

- 一、家庭亲子教育的内容
- 二、智力因素的开发
- 三、非智力因素的培养

第五章 心理维护与营养健康

第一节 心理维护

- 一、各年龄段人群的心理维护
- 二、应激状态下的心理护理
- 三、心理防卫机制的建立

第二节 营养健康

- 一、各类食物营养
- 二、不同人群营养

- 三、疾病与营养
- 四、营养膳食指南

第六章 社会适应与积极心理

第一节 社会适应

- 一、社会适应的理论
- 二、社会适应的方法

第二节 积极心理

- 一、积极心理的概念
- 二、积极心理的体验
- 三、积极人格的力量
- 四、积极心态的作用

第七章 妇幼保健与老年养生

第一节 妇幼保健

- 一、儿童生长发育
- 二、儿童各阶段的保健
- 三、女性生理保健
- 四、女性常见疾病的预防与保健

第二节 老年养生

- 一、传统养生和现代养生
- 二、四季养生的原理和方法
- 三、老年养生的原则和方法

第八章 美容按摩与运动保健

第一节 美容按摩

- 一、美容化妆与美发知识
- 二、修饰美容与美体知识
- 三、保健按摩与足疗保健

第二节 运动保健

- 一、全身运动保健
- 二、疾病运动保健
- 三、运动康复保健

第九章 成瘾矫正与身心疾病

第一节 成瘾矫正

- 一、吸毒的矫正
- 二、网瘾的矫正
- 三、嗜烟的矫正
- 四、嗜酒的矫正

第二节 身心疾病

- 一、心身疾病
- 二、性功能障碍
- 三、亚健康

第十章 传统文化与人格提升

第一节 传统文化

- 一、传统文化总论
- 二、传统文化精华

第二节 人格提升

- 一、人格的概念及内涵
- 二、人格魅力的提升
- 三、意志力的培养
- 四、人格障碍的矫正

四、我国第一部探讨人生科学专著《人生学》在成都首发

4月21日，由中国人生科学学会心理学专业委员会组织专家学者编写的中国第一部探讨人生科学的《人生学》专著正式出版并在成都举行首发仪式。本书的出版发行标志着人生学学科的诞生，具有非常深远的影响。



人生学是一门研究人生现象及其影响下的个体功能和行为活动的学科，它包括人生理论和人生实践两大领域，其研究涉及人生发展、人生事业、人生艺术、人生哲学、人生幸福等许多领域，也与日常生活的许多领域——家庭、教育、健康、情感、社会等发生关联。本书 100 多万字，分为十章，每章两个方面，共二十个方面，即人生哲学、人生幸福、劳动致富、职业生涯、事业发展、职务晋升、婚姻爱情、家庭教育、心理维护、营养健康、社会适应、积极心理、妇幼保健、老年养生、美容按摩、运动康复、成瘾矫正、身心疾病、传统文化、人格提升。每个章节都具有丰富的教育功能和深刻的生活意义。

“人生，就是人类从出生至死亡所经历的过程，在这当中我们必将经历波折坎坷，经历喜怒哀乐，悲欢离合。唯有如此，才是真正的人生。人生不仅短暂，而且是单程车，有往无返。人的一生应当怎样度过才最有价值、最有意义，这是每个人都必须思考的问题。”，《人生学》主编，中国人生科学学会心理学专业委员会会长王伟在首发仪式上动情地说。

王伟表示，人生学在我国是一个崭新的学科。它的学术功能是研究人生现象，揭示人生规律，探索人生理论，指导人生实践。人生学是人类文明进步的产物，也是人类文明发展的必然。人生学产生于人生命运选择的需要。在人类的野蛮时期和蒙昧时期，人类尚未完全从自然界分化出来，个体一出生就在既定的部落群体中，而群体的命运是由谋生的能力而确定的，个体几乎没有脱离群体的独立的命运，当然不需要对自己的命运进行设计。个体既意识不到自己的命运需要设计，同时也不具备设计的条件；既无人生学的必要，也无人生学的条件。



在我国，改革开放前，计划经济、户籍制度、城乡二元结构限制了人们谋生和发展，个体人生发展途径单一，个人命运的选择既无必要也无可能。改革开放后，经济迅速发展，社会体制不断完善，陈旧的户籍制度松动，城乡二元结构逐渐解体，高考不再成为个人选择命运的唯一途径，加之社会结构、经济类型多元化、社会观念多元化，世界变得五彩缤纷，人生道路变得多种多样，个人命运、人生发展模式和道路的选择既成为必然也成为可能。在现代社会中，职业的多样化和谋生手段的多样化，使个体产生了人生选择的需求，人生学才成为必然。

王伟还讲到，世界观、人生观、价值观是指导一个人的人生前进方向、发展目标的基本观念，没有哪个人的人生不是在“三观”指导下度过和完成的。过去很多人之所以有很多后悔，就是因为在青年时代，缺少明确的人生方向和清晰的奋斗目标，也就是青年时代“三观”形成过程中的迷惘，没有得以及时消除和正确指引。一个人做事情都有自己的选择，特别是人已成年就应该为自己的选择负责，为什么还会后悔呢？如果我们能够把人生的这些基础性问题一一厘清，那么我们的人生就会少一些后悔。



当人类走进21世纪之后，几乎每一个人都浸润于科学知识的海洋中。人们的衣食住行玩、吃喝拉撒睡、学习、工作、奋斗、成功、幸福，无一不与现代科学技术紧密相连。各个门类科学技术的飞快进步，缩短了时空距离，提高了工作效率，将前人视为不可能的无数事物变成为现实。不过，在迄今所有的学科中，还有一个最为庞大、最为复杂、最为重要的学科没有立学，那就是还没有引起人们关注的人生学。这不能不说是科学发展、人类进步的缺失和遗憾。为了推动这一项事业的深化和发展，国家教育部于1993年授权组建了中国人生科学学会，专门负责汇集各界有识之士，开展相关学术研究和交流活动。20多年来，学会从无到有，由小到大，由单到全，由弱到强，为创立人生学做了大量的铺垫工作。

王伟表示，作为一个专业的国家级学会，我们并没有刻意宣传学会的工作，而是踏踏实实去做事，认认真真的对行业的发展做出自己应有的贡献，通过工作业绩来证明学会担当的责任和权威性。近20年来，学会一直在从事心理学和人生学的相关工作。不但编写了《心理咨询师培训教材》、《中国人心理健康手册》、《中国人婚姻家庭幸福手册》、《中国家庭教育手册》、《中国人养生保健手册》等20多本与人生学相关的图书，而且还在国内各地设点培训相关专业人员4万多人。



人生学横跨哲学、社会科学、自然科学三大学科体系，既有哲学指导下的人生发展，也有通过人类社会纷繁复杂现象所发掘、提炼的人生哲理；既有自然科学领域中的生命科学规律揭示，也有服务于人类生命和健康的众多学科，还有根据人体、人脑科学研发的仿生技术、智能技术；既有人生学习、成长、生活、规划、创造、奋斗、成功、幸福的规律展示，也有进一步系统、深化相关研究，使人生学形成独立体系，成为指导人生发展的理论依据。人生学的创立，必将使更多人的人生得以在科学指引下前行，人类社会也将会因此迈向更高级的文明。

本次首发仪式上，同时启动了由学会主导的中国人圆梦行动计划残疾人圆梦项目和中国人生科学学会心理学专业委员会社区心理服务项目。

五、主编王伟在《人生学》专著首发式上的讲话

各位来宾、各位朋友：大家好！

我国首部人生学专著，今天在这里举行首发式，这本书是我几十年研究的成果，所以，我非常感谢大家对这本书的关注和支持，感谢大家亲临会场见证这个终身难忘的时刻！人生，就是人类从出生至死亡所经历的过程，在这当中我们必将经历波折坎坷，经历喜怒哀乐，悲欢离合。唯有如此，才是真正的人生。人生不仅短暂，而且是单程车，有往无返。人的一生应当怎样度过才最有价值、最有意义，这是每个人都必须思考的问题。

人生学是一门研究人生现象及其影响下的个体功能和行为活动的学科，它包括人生理论和人生实践两大领域，其研究涉及人生发展、人生事业、人生艺术、人生哲学、人生幸福等许多领域，也与日常生活的许多领域——家庭、教育、健康、情感、社会等发生关联。本书100多万字，分为十章，每章两个方面，共二十个方面，即人生哲学、人生幸福、劳动致富、职业生涯、事业发展、职务晋升、婚姻爱情、家庭教育、心理维护、营养健康、社会适应、积极心理、妇幼保健、老年养生、美容按摩、运动康复、成瘾矫正、身心疾病、传统文化、人格提升。每个章节都具有丰富的教育功能和深刻的生活意义。

同志们：人生学在我国是一个崭新的学科。它的学术功能是研究人生现象，揭示人生规律，探索人生理论，指导人生实践。人生学是人类文明进步的产物，也是人类文明发展的必然。人生学产生于人生命运选择的需要。在人类的野蛮时期和蒙昧时期，人类尚未完全从自然界分化出来，个体一出生就在既定的部落群体中，而群体的命运是由谋生的能力而确定的，个体几乎没有脱离群体的独立的命运，当然不需要对自己的命运进行设计。个体既意识不到自己的命运需要设计，同时也不具备设计的条件；既无人生学的必要，也无人人生学的条件。

在我国，改革开放前，计划经济、户籍制度、城乡二元结构限制了人们谋生和发展，个体人生发展途径单一，个人命运的选择既无必要也无可能。改革开放后，经济迅速发展，社会体制不断完善，陈旧的户籍制度松动，城乡二元结构逐渐解体，高考不再成为个人选择命运的唯一途径，加之社会结构、经济类型多元化、社会观念多元化，世界变得五彩缤纷，人生道路变得多种多样，个人命运、人生发展模式和道路的选择既成为必然也成为可能。在现代文明社会中，职业的多样化和谋生手段的多样化，使个体产生了人生选择的需求，人生学才成为必然。

过去的人生，我们有成就，也有不足；有喜悦，也有低谷。今后的人生，挑

战仍在继续，梦想就在前方。现实生活中，人人都渴望幸福、快乐，人人都想在物质和精神上得到极大的满足，可实际上，幸福和磨难，快乐和烦恼就像一对孪兄弟，也是相生相伴的。快乐的一半是烦恼。古往今来，先辈们对此早有精辟的论断，比如：甘蔗没有两头甜；吃得苦中苦、方为人上人；苦尽甘来等等，不都是在告诉我们苦中有乐、乐中有苦吗？还有，当我们获得了成就，当我们春风得意，当我们沉浸在快乐之中，我们的先辈则告诫说：树大招风；人怕出名猪怕壮；爬得越高摔得越重等等，不都是在提醒我们喜中有忧、福中有祸吗？当我们试图得到身外之物，当我们只顾索取之时，我们的先辈则说：天上不会掉馅饼；天底下没有免费的午餐等等，不都是在教育我们任何人都不可能不劳而获，无论你要得到什么都需要付出相应的代价吗？

世界观、人生观、价值观是指导一个人的人生前进方向、发展目标的基本观念，没有哪个人的人生不是在“三观”指导下度过和完成的。过去很多人之所以有很多后悔，就是因为青年时代，缺少明确的人生方向和清晰的奋斗目标，也就是青年时代“三观”形成过程中的迷惘，没有得以及时消除和正确指引。一个人做事情都有自己的选择，特别是人已成年就应该为自己的选择负责，为什么还会后悔呢？问题就出在“迷惘”这两个字上。我们不禁要问：上了这10多年、近20年的学，为什么就没有人将人生规律和法则教给我们？人为什么要花那么长的时间上学读书？学习与成长应该是自由无序还是有规律可循？人生的实质、意义、目的、价值何在？如果我们能够把人生的这些基础性问题一一厘清，那么我们的人生就会少一些后悔。

人类社会是由一个个自然人汇集而成的大家庭、大村落、大世界。人类社会的发展进步更需要每一份子的贡献与付出。贡献与付出是人生的主旋律，也是人生的价值所在。可能有人会说，我只喜欢索取，不喜欢付出；只喜欢接受，不喜欢贡献。其实我们每个人每天都在贡献和付出。年幼时，我们贡献和付出的是天真烂漫、童趣盎（昂）然，博得了长辈的欢心；上学时，我们贡献和付出的是学习成长和生活消费，成就了国家的教育事业；工作后，我们贡献和付出的是体力、智力和精力，产生的效益我们只拿回来一部分，其余都留给了老板、企业、社会和国家；老板们也不光是只赚钱不贡献，他要向地方和国家缴税，要承担企业的义务。每一个人终将会离世。当那一天到来时，一身所积蓄的金钱物质财富和精神文化财富不管有多少，也不管暂时留给谁，其实最后都是贡献和付出给人类社会了。

一个人的能力有大有小，但人生的价值和意义并不是以其贡献的大小、付出

的多少来衡量与评价的。这与古今中外的人们不以成败论英雄同出一理。项羽兵败自刎（文），是失败者，更没有当上皇帝，却被司马炎视为英雄，在记述帝王的《史记·十二本纪》中给了他一席之地。走麦城的关羽不但是败北者，其下场更是惨烈到身首异处的程度，却被后世尊为关公、武圣，与文圣孔子齐名，甚至到今天还被一些人奉为财神。那么，对一个人一生的奉献与付出该怎样来衡量与评价呢？那就要看他是怎样做人和做事的。人生一世，草木一秋。我们既然来到了这个世上，为自己也好，为家人也好，为国家也好，总归是要勤奋努力的去做事，无论如何也不能一生碌碌无为、一事无成。

当人类走进 21 世纪之后，几乎每一个人都浸润于科学知识的海洋中。人们的衣食住行玩、吃喝拉撒睡、学习、工作、奋斗、成功、幸福，无一不与现代科学技术紧密相连。各个门类科学技术的飞快进步，缩短了时空距离，提高了工作效率，将前人视为不可能的无数事物变成为现实。不过，在迄今所有的学科中，还有一个最为庞大、最为复杂、最为重要的学科没有立学，那就是还没有引起人们关注的人生学。这不能不说是科学发展、人类进步的缺失和遗憾。为了推动这一项事业的深化和发展，国家教育部于 1993 年授权组建了中国人生科学学会，专门负责汇集各界有识之士，开展相关学术研究和交流活动。20 多年来，学会从无到有，由小到大，由单到全，由弱到强，为创立人生学做了大量的铺垫工作。

近 20 年来，我一直在从事人生学的相关工作。不仅编写了《中国人心理健康手册》、《中国人婚姻家庭幸福手册》、《中国人家庭教育手册》、《中国人养生保健手册》等 20 多本与人生学相关的图书，而且还在国内各地设点培训相关专业人员 4 万多人。人生学横跨哲学、社会科学、自然科学三大学科体系，既有哲学指导下的人生发展，也有通过人类社会纷繁复杂现象所发掘、提炼的人生哲理；既有自然科学领域中的生命科学规律揭示，也有服务于人类生命和健康的众多学科，还有根据人体、人脑科学研发的仿生技术、智能技术；既有人生学习、成长、生活、规划、创造、奋斗、成功、幸福的规律展示，也有进一步系统、深化相关研究，使人生学形成独立体系，成为指导人生发展的理论依据。人生学的创立，必将使更多人的生得以在科学指引下前行，人类社会也将会因此迈向更高级的文明。

我讲完了，谢谢大家。