

送给青少年的一份礼物 改变你一生的金玉良言

18岁了，在这个人生的十字路口，青少年要不断地汲取生活的智慧，学会掌握人生的成功之道和驾驭自己命运的本领。《18岁看一生》一书，在你遭受挫折和感到失望时，会给你力量；在你迷茫和失落之际，会带给你慰藉。

18岁 看一生

Song Gei Qing Shao Nian De Yi Fen Li Wu
Gai Bian Ni Yi Sheng De Jin Yu Liang Yan



云中天◎编 著

18SUIKANYISHENG

中国三峡出版社

18岁看一生

云中天 编著



中国三峡出版社

图书在版编目(CIP)数据

18岁看一生/云中天编著.—北京:中国三峡出版社,2008.5

ISBN 978-7-80223-415-4

I.1... II.云... III.青少年教育;家庭教育 IV.G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第048735号

18岁看一生

云中天 编著

出版发行:中国三峡出版社

地 址:北京市西城区西廊下胡同51号

邮政编码:100034

电 话:(010)66112758 66116828

E-mail:KL7078@sina.com

E-mail:sanxiaz@sina.com

印 刷:北京交通印务实业公司

经 销:新华书店

版 次:2008年11月第1版 2008年11月第1次印刷

开 本:787毫米×1092毫米 1/16

印 张:15.25

字 数:180千

ISBN 978-7-80223-415-4

定 价:30.00元



前言

18岁了，虽然那些充满歌声与微笑的无忧无虑的童年时光已经离我们远去，但是，我们却不能停下自己成长脚步。不经意间，我们已经长大成人了。

成长过程中，每个人都会遇到迷茫、彷徨、困惑、孤单、挫折和泪水，也会体验到激情、信心、勇气、力量、憧憬和欢笑。所有的经历仿佛在铺就一条通向山巅的道路，而我们就是这道路上坚强的驶者。只有经历过痛苦、失败、挫折的人，才能更加坚强、睿智，才能练达，才能有所发现。这样的人生才是卓越的人生、不同凡响的人生。

青年朋友们，如果你希望自己将来有所建树，就一定要从各个方面不断地提升自己。在体验不同经历的过程中，也许会暂时挫伤你的锐气，但最终会让你的精神更加振奋。

当你决定做一个志愿者的时候，你会感受到“志愿者”这个平凡名字的伟大，也才会体会到爱心的无价，更能够懂得是一种怎样的人格力量在支撑着人类的精神世界。

当你试着给父母一次惊喜时，就会发现哪怕是给父母洗一次脚，在父母生日时对他们道一声“生日快乐”，都能令父母感动；同时你也会体味到父母对我们情深似海的恩德，进而就会尽心竭力地去回报父母的恩情。

当我们试着去完成一项看似不可能完成的任务时，我们就会深刻地体会到这个世界上并没有什么事情不可能实现，就会发现只要我们的思想不滑坡，办法总比困难多。我们需要体验的经历很多，这些经历也会给予我们



18岁看一生

18 SUIKANYISHENG

很多……

《18岁看一生》，共分为六章，从不同的方面对青少年加以培养，通过大量经典生动的事例，全面揭示了做一个成功的人所需要具备的基本素质。本书具有现实性和可操作性，可以称得上是一书在手，一生受益。

现在，就让我们翻开这本《18岁看一生》认真阅读吧！当我们真正走进其中并汲取精神营养的时候，我们就已经开始谱写人生的华彩乐章了。掌握了足够的本领，克服了一个个困难，我们就一定能够缔造人生的美好前程。青少年朋友，努力吧，成功只会青睐勇于拼搏的人！



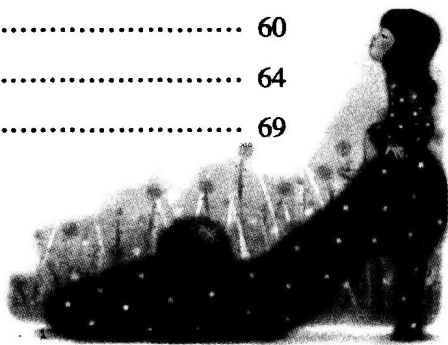
目 录

第一章 18岁应该具备的品质

谦虚是最高的克己功夫	2
诚实是成功永远的伴侣	6
守信是立身处世之本	10
奉献是一种高尚的情操	14
自强自立,有尊言地活着	17
热情能够点燃成功的火焰	21
时刻提醒自己:勇敢一点	25
忍耐方能坐热冷板凳	28
做一个有主见的人	33

第二章 18岁应该懂得的道理

感恩是爱的根源	38
父母之恩当永生相报	42
别做虚荣的奴隶	45
盲目攀比要不得	50
提高交朋友的水准	54
学会用智慧说服别人	60
用自己的力量赚钱	64
勤俭是成功人生的捷径	69



做个不断进取的人	73
读懂什么是快乐	78
放弃是人生的大智慧	82

第三章 18岁应摒弃自身的弱点

丢掉懒散,祛除心病	86
清除“自负固执”的病态心理	91
甩掉“无责任感”这个拦路虎	96
割除“猜疑”这个思想毒瘤	101
拖垮“嫉妒”这个大魔头	104
意志薄弱,必败无疑	109
千万不要草率盲目作决定	113
丢掉“放纵”,扼制悲剧的产生	116
不放弃“任性”就寸步难行	119
摒弃懦弱,拥抱坚强	123
抛开“拐杖”,克服依赖心理	127
克服消极悲观,远离绝望边缘	131

第四章 18岁要用行动战胜困难

一分耕耘,一分收获	138
没有什么不可能	141
成功只存在于行动中	145
有好的想法就马上行动	149
从逆境中奋起	154
不怕挫折,走向成功	160
感受团队合作的力量	164
体会亲密合作的重要性	167
乐于助人,才能得到丰厚的回报	172

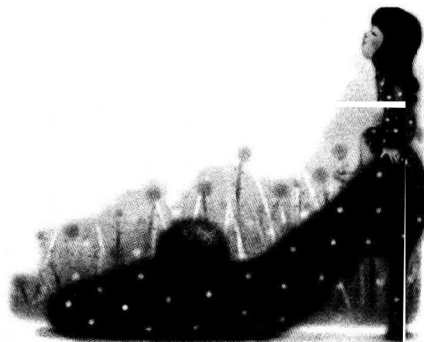


第五章 18岁要养成好习惯

循序渐进,成就梦想	176
独立思考是成功的基石	179
创造力是你应有的天赋	184
关注细节,做自己的天使	189
惜时,打破时间瓶颈	193
持之以恒,就会成功	196
顽强执著地实现目标	200
敢于冒险就能摆脱困境	204
敢于竞争,善于竞争	207

第六章 18岁要知情懂礼

爱心能创造奇迹	212
仪表要得体大方	215
保持端庄的行为举止	220
注意说话方式,把话说漂亮	224
正确认识自己的说话能力	229
培养受人欢迎的语调	232



18

第一章 18岁应该具备的品质

18 SUIKANYISHENG

看一生



谦虚是最高的克己功夫

我们不能一有成绩,就像皮球一样,别人拍不得。轻轻一拍,就跳得老高。成绩越大,越要谦虚谨慎。

——王进喜

谦虚是一种美德。孔子说:“三人行,必有我师。”前苏联作家高尔基说:“智慧是宝石,如果用谦虚镶边,就会更加灿烂夺目。”伟大领袖毛泽东主席也曾告诫过我们:“虚心使人进步,骄傲使人落后。”

在科学技术飞速发展的今天,科学知识正在迅猛更新。昨天掌握的知识,或许今天已经被淘汰;今天我们所学到的新东西,到了明天后天,也许就会落伍。因此,青年朋友们无论在学习上还是工作上,都应该怀着谦虚的态度,不断接受新知识、新技术,追求和探索科学领域的新东西。只有不断追求进步,永不满足于现状,才能跟上时代前进的步伐。具备了谦虚这一品质就会被社会承认,在待人接物时就会做到温和有礼、平易近人、尊重他人,善于倾听他人的意见和建议,能虚心求教,取长补短。

一个背着自负自傲沉重包袱的人,他的友谊财富必然少得可怜。但是需要说明的是,这里所说的谦逊必须以坦诚为基础,否则就难免陷入虚伪的泥沼。比如讨论问题时,明明自己有不同的意见,为表谦逊而不说出来,



或者吞吞吐吐,言而不尽;对方批评自己时,当面唯唯称是,背后却发牢骚。再者,还应划清两个界限:一个是谦逊与虚荣的界限。如果一个人故作谦虚姿态,以求得到“谦虚”的美誉,就是虚荣的一种常见的表现。这种虚荣心一旦被对方察觉,还哪里会有愉快的交往可言?再一个是谦虚与谄媚的界限。有些人在交际时,爱对对方说一些言不由衷的溢美夸饰之词,以为只有这样才显得自己彬彬有礼,谦恭而有教养。殊不知过分溢美,几近谄媚。虽说谄媚也可造成协调,但这种协调却是借无耻的欺骗造成的。一句话,谦虚是实现成功和赢得人们尊重的最重要的品质之一。

英国19世纪政治家查士德斐尔爵士,曾对他的儿子作过这样的教导:“要比别人聪明,但不要告诉人家你比他更聪明。”

无论你采取什么方式反映出别人的错误——一个蔑视的眼神,一种不满的腔调,一个不耐烦的手势,都有可能带来难堪的后果。你以为他会同意你所指出的吗?绝对不会!因为你否定了他的智慧和判断力,打击了他的荣耀和自尊心,同时还伤害了他的感情。他非但不会改变自己的看法,还要进行反击,这时,你即使搬出柏拉图或康德的逻辑也无济于事。

永远不要说这样的话:“看着吧!你会知道谁是谁非的。”这等于说:“我会使你改变看法,我比你更聪明。”这实际上是一种挑战,在你还没有开始证明对方的错误之前,他已经准备迎战你了。为什么要给自己增加困难呢?

我们不少人都犯有武断、偏见的毛病,我们不少人都有固执、自负和嫉妒的缺点,一般都不愿改变自己对事物的看法。罗宾森教授在《下决心的过程》一书中,说过一段富有启示性的话:“人,有时会很自然地改变自己的想法,但是如果有人说他错了,他就会恼火,更加固执己见。人,有时也会毫无根据地形成自己的想法,但是如果有人不同意他的想法,那反而会使他全心全意地去维护自己的想法。不是那些想法本身多么珍贵,而是他的自尊心受到了威胁……”

法国哲学家罗西法古说:“如果你要得到仇人,就要表现得比你的朋友优越;如果你要得到朋友,就要让你的朋友表现得比你优越。”当我们让朋友表现得比我们优越时,他们就会有被肯定的感觉,但是当我们表现得比



他还优越时,他们就会产生一种自卑感,甚至对我们产生敌视情绪。因为谁都在自觉不自觉地强烈维护着自己的形象和尊严,如果有人对他过分地显示出高人一等的优越感,那么无形之中是对他自尊的一种挑战与轻视,同时排斥心理乃至敌意也就随之而生。

日常工作中不难发现这样的人,他们虽然思路敏捷,口若悬河,但刚说几句就令人感到狂妄,所以别人很难与他苟同。这种人多数都是因为太爱表现自己,总想让别人知道自己很有能力,处处想显示自己的优越感,以为这样才能获得他人的敬佩和认可,其实这样做只会在朋友中失掉威信。

在这个世界上,那些谦虚豁达的人总能赢得更多的知己,那些妄自尊大、小看别人、高看自己的人总是令别人反感,最终在交往中使自己到处碰壁。

何先生是一位很有人缘的骨干。在他刚到人事局时,在同事中几乎一个朋友都没有。因为他当时正春风得意,多次炫耀:多少人找他帮忙,包括那个几乎记不清名字的人,昨天又硬是给他送了礼等等。同事们听了不仅不欣赏,而且还极不高兴。后来经当了多年领导的老父亲点拨,何先生才意识到自己的毛病。从此以后他便很少谈自己,而多听同事说话,因为他们也有很多事情要吹嘘,远比听别人吹嘘更令他们兴奋。后来,每当他与同事闲聊,总是先请对方滔滔不绝地表现自己,只有在对方停下来问他的时候,他才很谦虚地说一下自己的情况。

老子曾说:“良贾深藏若虚,君子盛德,容貌若愚。”是说商人总是隐藏其宝物,君子品德高尚,而外貌却显得愚笨。这句话告诉我们,要敛其锋芒,收其锐气,千万不要不分场合地将自己的才能让人一览无余。你的长处短处被同事看透,就很容易被他们支配。

谦虚的人往往能得到别人的信赖,因为谦虚,别人才不会认为你对他构成威胁,这样你就会赢得别人的尊重,更好地与他人建立关系,这也是处事的重要原则之一。

所以,对自己要轻描淡写,要学会谦虚,只有这样,我们才会永远受到别人的欢迎。为此,卡耐基曾有过一番妙论:“你有什么可以值得炫耀的吗?”



18岁看一生

第一章

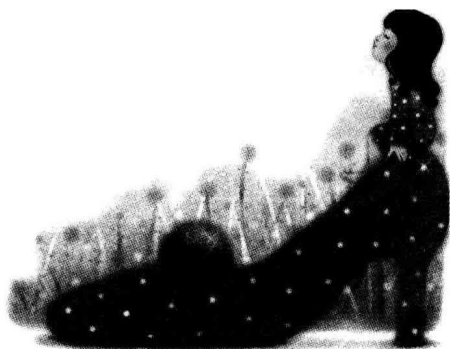
18岁应该具备的品质

你知道是什么原因使你没有成为白痴的吗？其实不是什么了不起的东西，只不过是甲状腺中的碘而已，价值并不高，才五分钱。如果别人割开你颈部的甲状腺，取出一点点的碘，你就变成一个白痴了。在药房中花五分钱就可以买到这些碘，这就是使你没有住在疯人院的东西——价值五分钱的东西，有什么好谈的呢？”



心灵鸡汤

谦虚是通往成功和赢得人们尊重的最重要的品质之一。向上级谦虚是本分，向平辈谦虚是和善，向下级谦虚是高贵，向所有的人谦虚是安全。



诚实是成功永远的伴侣

诚实是力量的一种象征,它显示着一个人的高度自重,和内心的安全感与尊严感。

——艾琳·卡瑟

诚实是我们中华民族的优良传统,也是衡量一个人品质的标志。欧洲的谚语中有“诚实为人生至宝”的话。英国著名作家斯威夫特也说过:“诚实永生不灭”。可见,诚实作为人生品质的一个重要方面,历来为古今中外的有识之士所看重,这说明了诚实对一个人来说是非常重要的,青少年养成诚实的习惯则是非常必要的。

“没有一种遗产能像诚实那样丰富了”,林肯的一生完全验证了这句名言。他从美国西部的一个拓荒少年成长为最伟大的美国总统,其中重要的因素就是他诚实的品质。

林肯这种品质的形成与他爱读书是分不开的,林肯在青少年时期就开始读《圣经》,这是唯一一本令他终身放在身边的书。每当他遇到挫折和痛苦时候,他就会向《圣经》寻求帮助和解脱。这不能说他是一个有神论者,而是他被《圣经》宣扬的那些正直、善良、诚实、忠诚的品质吸引。

一次,小林肯放学后,见到有位老师在教室门口挂了一对大鹿角后离



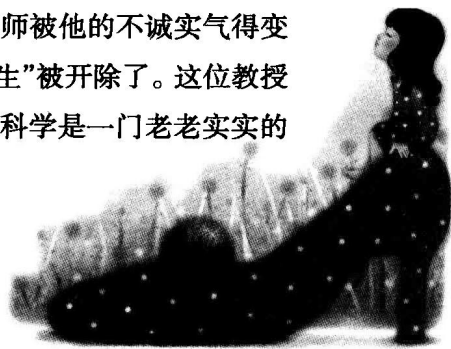
开了教室。林肯想在同学们面前表演一番,就抓住鹿角来回摇摆。结果鹿角断了,林肯也跌倒在地。老师回来后,就问是谁搞坏了鹿角。林肯很快承认是自己做的:“先生,是我干的。但我不是故意的,我只是在上面吊了一下,没想到它就断了。”老师并没有责备他,相反还表扬了他的诚实。

如果我们不想使自己的良心或名誉受到伤害,想做一个堂堂正正的人,我们就不应该说谎。这么做是我们的义务,也是为了我们自己的利益着想。古今有关诚实与不诚实的故事比比皆是,有些已经流传许久,有的都被用烂,可是,这些真实的事例为什么不断地充斥着我们的脑袋呢?就是因为它们能够很好地说明一些道理,能够让我们更好的提高自己,这才是最终的目的。

绝大多数人一生下来就被告知:做每件事都要诚实,不要撒谎,诚实才能不断地达到成功顶峰。谎言,即使是善意的小谎言,也曾使得许多人由好不容易攀上的顶峰摔落,或是使得他们追求成功半途而废。

某名牌大学有一个学习成绩非常优秀的男孩子,他在毕业之前就通过了“托福”和 GRE 考试,被美国的一所大学录取为博士研究生,考试分数高得让那些招生的美国教授吃惊。到美国学校不久,一天,女导师给他分配任务,让他下午 2 点至 3 点在实验室做试验。实验室里有一部电话,可以打美国境内的长途,于是他在从 2 点至 3 点的一个小时里打了 40 分钟的电话,和在美国的同学、朋友聊天。在美国,人们是很忌讳用公家电话办理自己的私人事情的。

过了几天,女导师从办公室记录电话的电脑上发现了这件事。她非常生气,就把他叫过来询问,说:“那天下午 2 点到 3 点,你在做什么?”这位学生一点儿也不认为撒谎是可耻的,他很坦然地撒谎说:“在按照您的要求做实验。”“除了做实验,你还做了什么呢?”女导师想不到他居然会这样,于是追问一句,想知道他到底有没有认错的意思。不料他的脸红也不红地说:“没有做别的,我一直在非常专心地做实验。”女导师被他的不诚实气得变了脸色,再也没有说什么。几天之后,这位“优秀学生”被开除了。这位教授的风范,反映了科学家对不诚实态度的深恶痛绝。科学是一门老老实实的



学问,它需要诚实,不诚实的人是不能干这一行的,甚至可以说没有诚实就没有科学;没有诚实,就不可能成为真正的人才。

在生活中保持绝对诚实,是我们踏上成功之途最重要的事情之一。每个人都应该把拥有好的品质作为人生的最高目标之一。所以在培养人才的过程中,要虚心地培养美德的向导——诚实。对于青少年来说,要主动养成诚实的习惯,为了培养诚实的习惯,一定要注意以下几点:

(1)必须注重在人格上的修炼和进步

良知是真理与原则的储藏所,也是自然法则的内在监视器。处世不诚实,不仅会丧失自己的时间、金钱和名誉,而且也会让他人的心灵受到伤害。一个拥有丰富学识的人,缺少了强有力、有原则的人格,这是一个人最为致命的弱点。所以,青少年要在努力提升自己知识的基础上,注重在人格上的修炼和进步。

我们无论在任何时候、任何情况下,和什么人在一起,都要忠于自己、言行一致、坚守自己的信仰及价值观。如果我们不正直,最终将失去一切,因为别人无法相信我们,不愿和我们一起工作或跟我们进行交往。如果没有足够多的人愿意和我们共事,我们的事业将会失败。

(2)坦率地承认和检讨错误

当我们不小心犯了某种大的错误,最好的办法是坦率地承认和检讨这个错误,并尽可能快地对事情进行补救。只要处理得当,我们仍可以立于不败之地。

(3)真诚地披露自己的心灵

我们并非圣人,由于社会污浊的浸染,我们的心灵难免产生渣滓。问题在于我们要正视它,不要让它心中安然存在。而对于阴暗的东西的根除,最有效的办法就是让它暴露在太阳底下。这需要勇气,需要自己对自己的高要求。要知道这样做并不会损坏我们的形象,只会提升我们的自信,升华我们的人格。

在当代中国,诚实的美德也得到了发扬光大。这种美德表现在工作和学习上,就是专心致志,认真踏实,实事求是;表现在与人交往中,就是真



诚待人,互相信赖;表现在对待国家和集体的态度上,就是奉公守法,忠诚老实。



心灵鸡汤

诚实是人类的重要德行之一,拥有诚实的心性,心中就会一片坦荡光明。诚实是成功的保证,面对金钱和利益的诱惑时要保持冷静,切不可因贪小便宜吃大亏。

18岁看一生

第一章

18岁应该具备的品质

9

