

一个人在35岁之前拥有的智慧越多，越实用，他在一生中的成就就越大，他就能更好地实现自我价值，开创更加幸福美满的人生。

智慧是
人生最大财富，
智慧是人生无价之宝，
智慧是成功之母。

丁宁◎编著

35岁前 要有的 66种智慧

35 SUI QIAN
YAOYOUDE
66 ZHONG ZHIHUI

生命之舟要扬帆远航，
离不开智慧的橹

这是一本充满智慧的书，它会成为改变你生活的好伙伴



地震出版社

35岁前 要有的 66种智慧

35 SUI QIAN
YAOYOUDE
66 ZHONG ZHIHUI

丁宁◎编著



地质出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

35 岁前要有的 66 种智慧/丁宁编著. —北京:地震出版社,
2010. 5

ISBN 978-7-5028-3717-4

I. ①3… II. ①丁… III. ①人生哲学—青年读物

IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 048458 号

地震版 XT201000055

35 岁前要有的 66 种智慧

丁 宁 编著

责任编辑: 陈晏群

责任校对: 庞亚萍

出版发行: 地震出版社

北京民族学院南路 9 号

邮编: 100081

发行部: 68423031 68467993

传真: 88421706

门市部: 68467991

传真: 68467991

总编室: 68462709 68423029

传真: 68455221

E-mail: seis@ht.rol.cn.net

经销: 全国各地新华书店

印刷: 九洲财鑫印刷有限公司

版 (印) 次: 2010 年 5 月第一版 2010 年 5 月第一次印刷

开本: 787×1092 1/16

字数: 277 千字

印张: 20

书号: ISBN 978-7-5028-3717-4 / B (4349)

定价: 36.00 元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题, 本社负责调换)



前言 FOREWORD

有这样一则寓言故事：

一只喜鹊对聪明的猴子说：“如果你到我家去，我会给你看好多有趣的东西！它们全是珍宝，都藏在一个洞里。”

猴子跟着喜鹊来到它的家。喜鹊取出了半条鲜艳的丝带、一个皮带卡子、两枚徽章、半个梳子、剪刀鞘、一团纱布、吉他上的三个弦轴和其他废物。

“怎么样，”喜鹊说，“猴子，你不妒忌我吗？你不感到惊讶吗？其他喜鹊可没有我这样的财产。”

聪明的猴子看了一眼喜鹊，摇摇头说：“荒唐，你收集了一堆毫无用处的垃圾。在这方面，我就做得比你好。因为，我只保存有用的东西。不信，你看看我的颞骨。我的颞骨下面有两个腮，也叫颌下肉，可以伸缩，可以张开。有了多余的食物，我就把它放在两个腮下，等我饿时再吃。你只收集了一堆废物——破布和垃圾；而我收集的是核桃、榛子、糖、肉、还有其他不可缺少的美味营养品。”

这个小故事可以带给我们多方面的启示。当今社会已进入了信息时代、网络化时代，在信息量极度扩展的今天，智慧已成为这个世界的主宰。国际未来学研究所专家佛内尔博士说过：“明天的资本，就是智慧。”每个人要想在社会上立足，要想很好地发展自我，就要掌握一定的智慧。而真正的智慧不是堆砌许多无足轻重的信息，而是选择那些最重要的和最实用的知识。

35

岁前要有的

66

种智慧



35
岁
前
要
有
的
66
种
智
慧

生命之舟要扬帆远航，离不开智慧的风帆。智慧是人生最大的财富，智慧是人生的无价之宝，是成功之母。

中国有一句老话：“人生七十古来稀。”古稀之年的一半，是35岁。干部年轻化的标准，一般界定在35岁以下；公务员考试的年龄，一般也限制在35岁；很多招聘广告上对年龄的限制，都是35岁以下……

35岁应该说是一个人一生中承上启下的重要阶段。35岁之前，对于大多数人来说，都是一个积累的阶段。无论是知识上，经验上，还是在心理方面，人都在走向成熟。可以说，一个人在35岁之前拥有的智慧越多，越实用，他在一生中的成就就越大，就越能更好地实现自我价值，开创更加幸福美满的人生。

一个人在35岁之前，一定要懂得，在知识经济时代，我们不能笼统地说要重视知识，而要把握那些使你受益一生的知识——多学有用知识，少学无用知识，不学垃圾知识。通过自己悟性，把自己从知识强势转化为智慧强势。这样你离成功就不远了。

35岁正是一个人在人生的起跑阶段，有许多人想飞而飞不起来，为什么？因为缺少智慧的翅膀。智慧的力量远远高于知识的力量，智慧不仅具备驾驭知识的能力，也是融汇贯通知识的魔杖。智慧是浓缩的知识，是人生瞬间的参悟。书中通过大量贴近生活的事例和精炼的要点，轻松地阐释了年轻人必须掌握的人生哲理和生存智慧。如果你希望摆脱生活的困境，如果你想追求卓越的品质，如果你想改变平凡的生活，如果你想探索成功的奥秘，就一定会有在阅读本书的过程中得到指导，获得启示，感到鼓舞，得到力量。



目录 CONTENTS

第一章 客观认识自我，合理规划人生

一位伟人说过：“人最难的是认识自己。有了自知之明，就有了一个进步的基础。”每个人的性格和特长是不同的，因而每个人发展的道路也千差万别。认识自我是正确对待自我、激励自我、发展自我的前提和基础。为了充分发掘自身潜能，享受更成功的人生，一个人在 35 岁之前就务必要对自己的特长和潜质有充分的了解，尽早明确自己的前进方向和奋斗目标。

- 智慧 01 正确认识自我，在生活中找准自己的位置 / 3
- 智慧 02 要相信“天生我材必有用” / 7
- 智慧 03 树立足够的自信，克服自卑的倾向 / 10
- 智慧 04 了解如何塑造健全的人格 / 13
- 智慧 05 给自己准确定位，明确奋斗的方向 / 18
- 智慧 06 精心为自己进行职业生涯设计 / 23
- 智慧 07 积极利用各种资源，努力做出适合自己的选择 / 26
- 智慧 08 只求自己尽心尽力去做事，而不追求完美 / 30

35

岁
前
要
有
的

66

种
智
慧



第二章 你的工作态度决定了你在职场的前途

35岁，在职业生涯中是很关键的时刻。因为经过多年的积累，你职业生涯上应该是有一个飞跃了。如果这时候不能成功地超越自我，你的职场前途就会暗淡许多。一个人的工作态度折射着人生态度，而人生态度决定了一个人一生的成就。你可以不喜欢自己的工作，但你必须工作。问题不是你干什么，而是你怎么干。你必须明白：成功之路只有一条，那就是努力地有效工作。

35

岁前要有的

66

种智慧

- 智慧 09 工作的满足感取决于你的工作技能和表现 / 37
- 智慧 10 爱岗敬业，尽职尽责地把工作做好 / 42
- 智慧 11 在矛盾冲突中积极完成上司布置的各项任务 / 45
- 智慧 12 掌握使自己在职场脱颖而出的基本技巧 / 49
- 智慧 13 通过自己的努力赢得老板的青睐 / 53
- 智慧 14 克服易犯错误的弱点，避免成为“事故链”中的一环 / 57
- 智慧 15 尽力喜欢眼前的工作，强化自己的使命感 / 62
- 智慧 16 为获得高薪而努力提高自己各方面的素质 / 65
- 智慧 17 掌握高效工作的要领，更充分地发挥自己的才能 / 69



第三章 勤于思考，充分挖掘自身的创造力

生活中，人人都具有创造潜能，关键在于如何发挥和发掘这种潜能。美国第16任总统林肯曾说过：“一个人40岁之后得对自己的相貌负责！”套用这句名言，我们也可以说：“一个人在35岁之前要对自己的思维创造能力负责！”人的智慧需要不断培养，才会成熟；人的思维，需要不断锻炼，才会灵活。尤其是在35岁之前，多动脑筋和勤于思考，绝对是必须的，也是值得的。

- 智慧 18 勤于思考，才能促进和保持头脑的灵活 / 75
- 智慧 19 在日常生活中有意识地培养自己的创造性思维能力 / 79
- 智慧 20 采取简便易行的方法有效地改进思维能力 / 83
- 智慧 21 学会如何激发潜在的创造力、应变力以及洞察力 / 87
- 智慧 22 遇到问题不要怕麻烦，要多动脑，多思考 / 91
- 智慧 23 敢于独辟蹊径，不要总是跟在别人的后面 / 95
- 智慧 24 学会灵活地运用逆向思维解决生活中的难题 / 99
- 智慧 25 努力寻找最佳做事方法，争取最优效果 / 104
- 智慧 26 学会避免常见的几种有碍创新的不良倾向 / 107

35

岁前
要有的

66

种
智
慧



第四章 培养成功者的特质以更好地适应社会

希望成功是多数人拥有的一种良好愿望。成功意味着辛勤的汗水培育出了圆满的果实，意味着在攀登中跨上了新的台阶。一个人在 35 岁前就要认识到：生活中最有希望获得成功的人，并不一定是才干最出众的人，而是那些最善于学习，把握了成功的智慧，掌握了正确的方法和原则，不怕困难，百折不挠，善于利用身边的一切时机去努力开创未来的人。

- 智慧 27 每个追求成功的青年人应奉行的基本原则 / 115
- 智慧 28 了解最有助于一个人追求成功的七种特质 / 119
- 智慧 29 培养成就大业者应具备的九种心理品质 / 123
- 智慧 30 树立有助于自己迈向卓越的七个信念 / 127
- 智慧 31 挑战失败、战胜挫折的智慧 / 134
- 智慧 32 排除自我心理障碍，培养敢于冒险的精神 / 140
- 智慧 33 知难而退，敢于从头再来是一种人生的智慧 / 144
- 智慧 34 知道如何促进自己的情感 / 148
- 智慧 35 确立积极良好的自我形象 / 154
- 智慧 36 为了在社会中争得一席之地，要努力去追求卓越 / 158
- 智慧 37 认真总结失败的原因，努力避免重蹈覆辙 / 162
- 智慧 38 相信自己，肯定自己，喜欢自己 / 168
- 智慧 39 审时度势，培养灵活敏捷的应变能力 / 172

35

岁前要有的

66

种

智慧

智慧



第五章 为人要把追求崇高的品德放在首位

“人以德立，国以德兴。”一位著名的西方学者指出：“人生，幸福不是目的，品德才是准绳。”一个人要在社会中立身处世，获得他人的认同、尊重，就必须遵循共同的道德准则。一个人在35岁之前务必要充分认识到高尚的品德对一个人顺利发展的重要性。一个人只有不断追求人格的进步，具备了优良的道德，才能在自己的群体中获得归属感、安全感和荣誉感，获得有助于自身顺利发展的一切有利条件，感受到做人的价值和尊严。

- 智慧 40 认真做人，对自己的人生负责 / 181
- 智慧 41 在自己平凡的生活中一定要尽心尽责 / 184
- 智慧 42 培养自我约束的能力，掌握自己的命运 / 187
- 智慧 43 真诚、正直和诚实是立足社会的根本 / 191
- 智慧 44 培养良好的个性，积极弥补自己的缺点 / 195
- 智慧 45 人不能被名利牵着鼻子走，更不能唯利是图 / 198
- 智慧 46 培养宽容的性格，多理解及容忍别人 / 201
- 智慧 47 积极追求人格上的成熟和稳定 / 206

35
岁
前
要
有
的
66
种
智
慧



第六章 在人际交往中实现自利与利人的统一

人际交往是为了获得生活协作的手段，也是人获得精神上的愉悦和满足的重要方式。如果一个人到了35岁仍未建立起牢固的人际关系网，在生活中缺少可以互相理解和帮助的人，那么，他的生活、事业就会困难重重，麻烦不断，而且，很难化解。为了收获真诚的友谊，不能光想着索取，最重要的是要学会站在对方的立场考虑问题，要有奉献精神。双赢的合作才算完满，才能持久。

- 智慧 48 重视友谊，追求真正有价值的交往 / 213
- 智慧 49 求同存异，不以个人的爱恶喜厌定交往 / 217
- 智慧 50 主动和得体地去应酬，学会控制场面 / 222
- 智慧 51 时刻注重客气有礼，避免伤害朋友 / 227
- 智慧 52 避免犯忌，与不同的同事得体交谈 / 232
- 智慧 53 学会有效地倾听，赢得别人的好感 / 236
- 智慧 54 学会真诚并恰如其分地去赞美别人 / 242
- 智慧 55 掌握在日常生活中争取主动的谈判智慧 / 246
- 智慧 56 积极培养与他人密切合作的能力 / 253



第七章 用自己的智慧和力量去争取幸福，维护快乐

英国著名剧作家萧伯纳说：“如果我们不能建筑幸福的生活，我们就没有任何权力享受幸福；这正如没有创造财富就无权享受财富一样。”一个人在 35 岁之前就要懂得：人生的幸福，必须用自己的智慧和力量去争取，去维护。对于大多数人来说，他们认定自己有多幸福，就有多幸福。真正的快乐，不是依附在外在的事物上。幸福的人懂得怎样控制自己的思想。他们不会让消极的情绪控制自己。你的精神世界可以成就你，也可以毁灭你，所以要好好保护它。

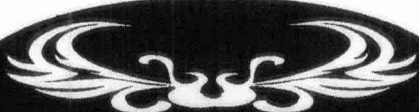
- 智慧 57 摆脱悲观，学会更乐观地去思考 / 261
- 智慧 58 改变观念，让自己从内心快乐起来 / 265
- 智慧 59 学会感恩惜福，拥抱快乐 / 269
- 智慧 60 不值得耗费精力为那些琐屑的小事而烦恼 / 273
- 智慧 61 与其抱怨别人和环境不如去调整自己的心态 / 277
- 智慧 62 去掉消极的念头，找出脱困的方法 / 281
- 智慧 63 正确对待金钱，别让恐惧和欲望控制你 / 286
- 智慧 64 学会如何通过积极的行动改变自己的心境 / 291
- 智慧 65 追求简单的生活，享受快乐的人生 / 295
- 智慧 66 把握生活，充分享受目前拥有的一切 / 300

35

岁前
要
有
的

66

种
智
慧



第一章

客观认识自我，合理规划人生

一位伟人说过：“人最难的是认识自己。有了自知之明，就有了一个进步的基础。”每个人的性格和特长是不同的，因而每个人发展的道路也千差万别。客观认识自我是正确对待自我、激励自我、发展自我的前提和基础。为了充分发掘自身潜能，享受更成功的人生，一个人在 35 岁之前就务必要对自己的特长和潜质有充分的了解，尽早明确自己的前进方向和奋斗目标。

*66 Wisdoms A Man Must Know Well Before
35 Years Old*





正确认识自我， 在生活中找准自己的位置

通常，人们往往以为外部世界不易发现，而自己对自己却了如指掌。其实不然，别看你很爱自己，但很可能你一辈子都没有真正认识自己。正所谓“不识庐山真面目，只缘身在此山中。”一个人若想有一番成就，最好是及早地正确认识自己，然后扬长避短，努力去发掘自己的独特潜能。

对于一个 35 岁的成年人来说，了解自己比了解别人更重要。如果一个人连自己都不了解，他又怎能作好人生的战略部署呢？兵法上讲“知己知彼，百战不殆”，只有看清楚自己的模样，才能和别人进行对比，才能更好地发展自我。

认识自己也往往比认识别人更难。认识别人，你是站在客观的角度以客观的标准去衡量的。但认识自己却不一样，认识自我受到主观意识的支配，增加了认识的难度。

因此，古人说：“知人者智，自知者明。”知人是一门大学问，认识自己是一种大智慧。

要认识你自己，不必为实现你所想象的但是却不切实际的所谓自身价值而去做任何多余的努力。你要明白，当你降生到这个世界的时候，你就已经拥有了自己的价值，你接下来所要做的事，就是如何发掘自身

35

岁
前
要
有
的

66

种
智
慧



35
岁
前
要
有
的
66
种
智
慧

的潜能，将你自身的价值发扬光大，因而你必须了解、认识到自己的价值。

你不妨经常问一问自己：我是谁？当你能够给出一个满意的答案的时候，你的人生也就真正地开始了。

一个人如果不能认识自己，看不到自己的优缺点，不了解自己的真正需要，他就会缺乏生命的目标，找不准人生方向，也不知道如何在生活中体现自己的价值，得不到真正的幸福，就会丧失对自己的爱，对生命的爱，最终必然导致对人生的茫然、空虚、厌烦和无所适从。

正确认识自己，是一件困难而有意义的事情，是成就大事业的基础。对于一个 35 岁的人来说，只有真正地认识了自己，才能不断进步而使自己臻于完善；否则，即使老天曾经眷顾，仅凭自己的一点天分或一技之长就妄自尊大，不再前进，那么，各方面必难以提升，最终走向平庸的人生。

为了更好地认识自我，可参考如下建议：

(1) 真心地问一问自己的个性、志趣、能力、爱好、人生取向等等究竟是什么，以便形成一个比较客观真实的“自我镜像”。这种自我镜像将会直接影响一个人认识世界的态度或行为活动方式。个人对自我的评价很容易走极端，或自大，或自卑，难于中肯。**客观的自我镜像是在与他人的交往和实践的检验中不断形成的。**

(2) 做自己能够做到的，起跳前先看看高度和适应度。别人能做什么，做了什么并不重要，重要的是你究竟想做什么，现在能做什么。虽说人的潜能发展是无限的，但一定时期，人的能力总是有限的。所以一定时段的奋斗目标应当是自己力所能及的。制定宏伟的计划很容易，激情有时也很容易澎湃。但是成就自己却需要实实在在的可操作计划，需要恒久的热情。人的自取其辱或自折其志，大抵源于缺乏自知之明，缺



乏正确地估测自己当时的能力。所以，在某时某地，我们能做什么，应该自己心里有数。

(3) 不要撇开自己的个性和能力特点，一味地去攀比或羡慕别人。别人能成为什么，那是别人的造化，而你要成为你自己。很多时候，葡萄的确是酸的——因为我们吃不到，但我们可以转到别处去吃荔枝或苹果——因为这符合我们的个性和能力特点，何乐而不为呢？**人应该是有**
一定弹性的和能适度变通的。

(4) 每个人都有各自的优点和缺点，我们所要认真对待的就是仔细地分析一下自己的优点，确定自己的长处。在这个世界上不存在什么样样都能干的通才。因此，与其费尽心机地去改变自己的短处，不如尽力地发挥自己的长处。一旦我们能选准适合自己个性特点的工作或事业，我们将能乐在其中，成功便是一个快乐的过程。我们常说痛苦，事实上痛苦就是干自己不愿干而又不得不干的事。一个醉心于绘画的人，决不会把每天绘画的工作看做是种痛苦的事。反之，一个对绘画毫无兴趣也不擅长的人，每次走向绘画工作室，无疑像是绑赴刑场一样。

(5) 坚信自己有无穷的潜能等待被开发，设想有一个个“新的自我”将被开发出来。心理学研究表明，人的潜能大约只开发了5%，还有绝大部分未被开发。每个人都拥有潜能，这是上天赐予人的最大的恩惠。我们应当相信：只要认真坚持去做，一定能比现在做得更好——更好便意味着多一分潜能的开发。

最后，还要强调，在这个世界上，虽然我们都可能得到很多人的帮助，但是对生命的负责最终只有靠自己把握。**我们应该挥洒自己的天赋或特长，尊重自己，仔细地聆听来自心底的呼声，而不是人云亦云，随波逐流。**背离自己的个性是人生痛苦的根源，一味地活在别人的“看法”中，容易导致“削足适履”的悲剧，也是对自我生命的最大蔑

35

岁前要有的

66

种
智
慧