

20几岁 耐住寂寞， 30几岁 打破沉默

李睿 / 编者



20几岁耐住寂寞，蓄势待发；
30几岁打破沉默，一鸣惊人！

年轻人要过一段“潜水艇”式的生活，先短暂隐形，找寻目标，耐住寂寞，积蓄能量，日后方能毫无所惧，成功地“浮出水面”。

——刘墉

中国纺织出版社

成功
必读

B821-49/366



20几岁
耐住寂寞，
.....
30几岁
打破沉默

李睿 / 编著

内 容 提 要

20 几岁的年轻人要学会在寂寞中生存、学习和发展。只有具备极强的专注力和承受力,才能保证自己比同龄人奠定更雄厚的人生基石,才能得到更多的赏识和机会。而 30 几岁正是人走向事业巅峰的加速阶段,在这个时候要打破沉默,学会主动争取更多的机遇,学会利用关系,变人脉为财富。这是一本帮助年轻人走向成熟,帮助平凡者走向非凡的指导书。学习它,研读它,使用它,你会发现成功原来并不难!

图书在版编目 (CIP) 数据

20 几岁耐住寂寞, 30 几岁打破沉默 / 李睿编著. —北京: 中国纺织出版社, 2011.8

ISBN 978-7-5064-7606-5

I. ① 2… II. ① 李… III. ① 人生哲学—青年读物 IV. ① B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 118125 号

策划编辑: 曲小月 徐丽丽 责任编辑: 阮慧宁

特约编辑: 张 宁 责任印制: 周 强

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街 6 号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010—64168110 传真: 010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

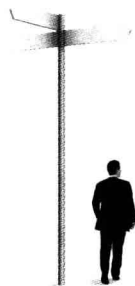
北京华戈印务有限公司印刷 各地新华书店经销

2011 年 8 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 720×1000 1/16 印张: 17.5

字数: 185 千字 定价: 29.80 元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换



前言 Foreword

20几岁的人，刚刚步入社会，昨日激情飞扬的青春一去不复返，开始初尝职场的酸甜苦辣。正当青春的人无所畏惧，无所期许。20几岁的人，带着些许叛逆的个性，带着几丝桀骜不驯。

20几岁的人可曾想过，一旦走向职场，就没有人会把你当成孩子，上司不会宽容地允许你犯错误，同事不会忍受你脱口而出的张狂。所以，暂且把满腔的激情和冲天的豪情放在心底吧，初来乍到职场，首先要学会的就是耐住寂寞。忘记当年在学校的自己是多么“神勇”，不管是有意还是无意，都不要吹嘘曾经的辉煌“战绩”。由学校到职场，要忘掉过往的一切，光鲜也好，狼狈也罢，都已经随着昨天变成历史。

随着数年的努力和打拼，20几岁的人褪去了刚入职场的毛躁和青涩。古人云“三十而立”，30几岁的人在职场上，俨然已成为公司的中坚力量。这时，还需要坐在角落静静地听别人讲，默默地执行他人的命令吗？不！30几岁的人需要学会的是打破沉默。

30几岁的人，无论是从工作经验还是为公司所做的贡献来说，都已经有了的积累。这时，就到了为自己争取利益和机会的时候了。所以，在面临升迁的时候，别太沉默，敲开上司的门，勇敢地表达你的想法吧，让上司看到你的努力和成绩，看到你为公司所做的贡献。如果你想过“现世安稳，岁月静好”的生活，期待升职加薪，那就合理去争取。如果上司是个伯乐，他会看到你这匹千里马的难得，自然不会吝啬给你更好的待

遇。如果你是个不安于现状的人，是喜欢不断挑战自我的人，那就尝试着去创业。只要在动手前做足了功课，一旦有所行动，就必然会有不俗的成绩。

在现代社会，30几岁的人不管是自己当老板还是给别人打工，学会借力是必不可少的。“好风凭借力，送我上青云”，懂得借力的人，才能走得更远。因此，不妨审视一下自己的交际圈子，你身边是有各种职业、不同性格的朋友，还是仅限于同学和同事。人脉就是财脉的道理大家都不陌生，在注重人情的大氛围下，更要打理好人际关系。不可否认，能成就一番事业的人，不但会做人，也懂得用人。对30几岁的人来说，一定要经营好社交圈。

当然，最重要的还是应该懂得如何理财，因为经过自己的努力，在已经有了一定的积蓄和稳定的收入后，如果不懂理财，让钱躺在银行不动，本身就是一种对资源的浪费。如果懂得一定的理财技巧，让金钱为你工作，相信享受财富自由时的喜悦就会离你越来越近。

总之，由20几岁的耐住寂寞到30几岁的打破沉默，经历了世事人情，尝尽了职场百味，该到了结出事业丰硕果实的时候了。所谓厚积而薄发，此刻，你无须再等待，勇敢去闯吧，美好的未来就在前方。

编著者

2011年6月



目录 Contents

上篇 20几岁耐住寂寞

第一章·伟大须经磨炼，心理上耐得住寂寞

耐得住寂寞，才等得到繁华	004
保持平常心，不为得失过分烦恼	009
收起虚荣心，你的人生无须炫耀	013
自信之心，有它相伴不怕寂寞	017
谦逊之心，总把自己当初学者	021
好学之心，知识让你如虎添翼	025
耐心耕耘，成功不能一蹴而就	028
宽容之心，帮你看淡生活中的不平	032
乐观之心，寂寞会变得甘美	035

第二章·初来乍到职场，姿态上耐得住寂寞

可悲的不是怀才不遇，而是眼高手低	040
年少无知，别太把自己当回事	042
低姿态进入，赢得更多成长空间	046
不挑肥拣瘦，任何工作都有价值	049
任劳任怨，比别人多做一些	052

• 克服急躁，一步一个脚印	055
柔和处世，学会主动退让	059
淡泊名利，懂得与人分享功劳	062
善于自守，不在同事面前逞英雄	065

第三章 · 成功姗姗来迟，意志上耐得住寂寞

走好自己的路，不妒忌别人的成功	070
只要肯坚持，冷板凳也能坐热	073
不要一味图快，笑到最后才最好	076
韬光养晦，在沉淀中突破自我	079
低谷中不放弃，在寂寞中成长	081
笑对一时不顺，耐心等待机会	084
杜绝浮躁，当好绿叶也是种成功	087
不惧冷言冷语，要禁得起冷暴力	090

第四章 · 欲速往往不达，金钱上耐得住寂寞

薪水微薄别气馁，未来更重要	094
不属于自己的钱，要禁得起诱惑	096
欲取先予，人际交往中慷慨投资	100
学会放弃，不因沉没成本一错再错	102
投资须谨慎，不可随大流	105
别急功近利，要关注长期收益率	108
在别人贪婪的时候，多一些冷静	112
多做多错，投资时机不佳就休息	115
见好就收，别因贪心遭受毁灭损失	119
分散风险，把鸡蛋放在不同的篮子里	122

下篇 30几岁打破沉默

第五章·追求卓越自我，树立品牌打破沉默

别再埋头苦干，抬起头一鸣惊人	128
核心技能，让你变得不可或缺	131
不断进取，走在时代前列	134
统筹安排，效率才会更高	137
主动工作，让结果超出别人的预期	141
勇于挑战，必将获得成功	144
保持向上的激情，更能激发潜能	147
时时反省自我，实现人生价值	150
超前意识，会让同行都听你的	153

第六章·争当团队领袖，升迁面前打破沉默

适时打破沉默，该出口时就出口	158
让上司看见你的努力和成绩	161
不再随声附和，讲出你的精彩见解	163
敬业程度，直接影响你的升职速度	167
敲开上司的门，听听他的想法	170
让忠诚说话，它有时胜于能力	172
不该包揽的事情，学会巧妙说不	175
寻找时机，提出升职和加薪请求	178

第七章·勇于动手尝试，创业面前打破沉默

自己别说自己不行，就没人能限制你	182
野心，是你走向成功的推动力	186
有雄心更有魄力，才能抓住宝贵的机会	190
多方征询意见，找准自己的位置	193

不安于现状，风险的另一面是收益	196
心动不如行动，想好了就马上去做	199
做决定之前，多问几遍大脑	203
拒绝一切借口，紧迫感时刻放心中	206
言语激励，让合作伙伴更有热情	209
言出必行，信誉是宝贵资本	212

第八章 · 打造黄金人脉，社交圈中打破沉默

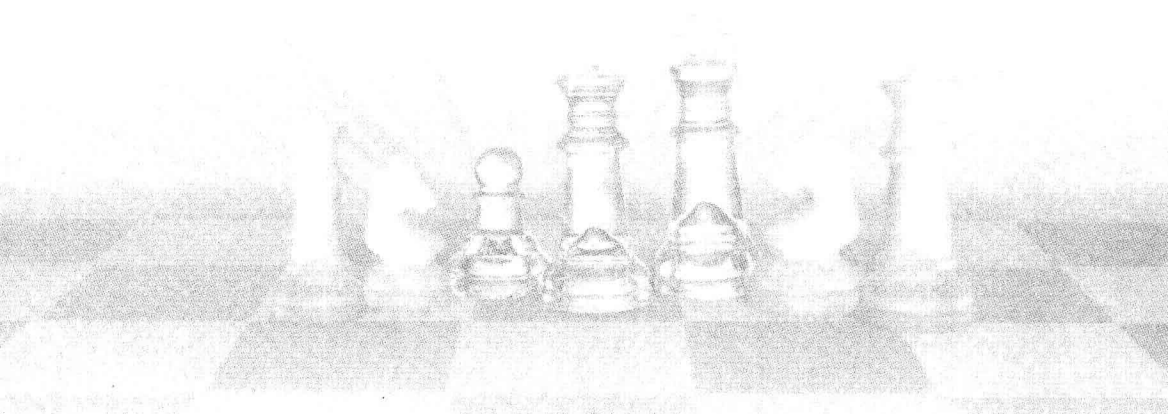
30岁以后，你必须拥有的社交圈	216
先用口才吸引人，再用魅力征服人	220
面对陌生人，如何打破沉默	223
得体的称呼，分量掷地有声	226
赞美别人，满足他们的渴求	229
左右逢源，见什么人说什么话	232
幽默诙谐，亲和力与人气飙升	235
经常问候，不要忘记老朋友	238
巧为别人解围，你会赢得人心	240

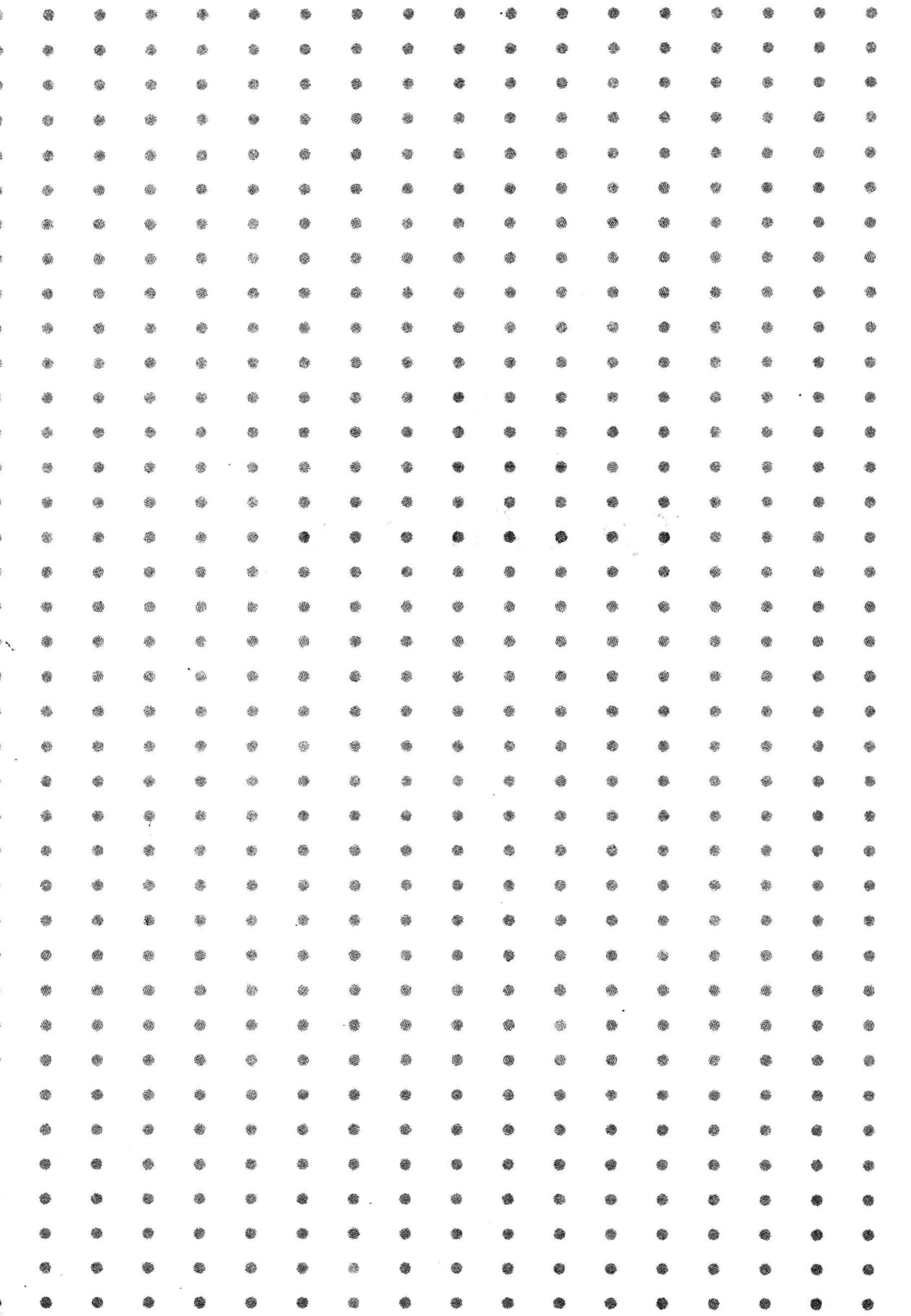
第九章 · 借助别人力量，乘势而为打破沉默

事必躬亲，这种做法不可取	246
开口求助，别担心丢面子	249
实现理想，需借助别人的智慧	251
取长补短，通力合作能双赢	254
自我推销，让别人看到你的价值	257
真心赞美，博取好感好办事	261
晓以利害，给对方想要的	264
善用心理战术，顺利实现愿望	267

上篇

20几岁耐住寂寞

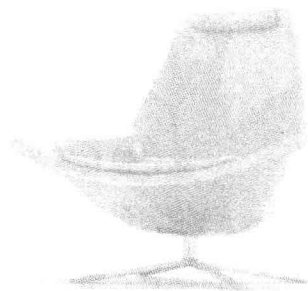




—— 第一章 ——

伟大须经磨炼，心理上耐得住寂寞

20几岁的人要做的，除了仰望星空，更多的是脚踏大地。当同事需要帮助时，要自告奋勇地去帮忙；当上司对你的工作不断提出意见时，要耐心谦虚地去改正和完善；当大会上“元老”们侃侃而谈时，要细心地做好记录……不能再谈笑风生、肆无忌惮，而要虚心请教，听从指挥。20几岁的你，一定会觉得寂寞！然而要明白，学会寂寞，不等于永远寂寞；学会忍住寂寞，成功就会多几分把握。





耐得住寂寞，才等得到繁华

能耐得住寂寞的人，都具有超强的耐力和宽广的胸怀。对于年轻人来说，行事绝不要过于仓促，更不要受情绪左右，而要明智地等待，才能离成功更近。

20几岁的人，应当学会耐住寂寞。虽然在当今社会，浮躁的人越来越多，有耐心的人越来越少，但等待仍是必要的。

在一粒芝麻与一个西瓜之间，你一定明白什么是明智的选择。如果某种诱惑能满足你当前的需要，但却会妨碍你获得更大的成功或长久的幸福，那就请你凝神静气，站稳立场，耐住寂寞。要知道，成功的人无不是耐得住寂寞的人，他们最终会拨云见日，收获繁华。

法国服装大师皮尔·卡丹如今可谓名传天下，誉满全球，然而曾经的他也体会过落寞的滋味。

20世纪50~60年代，皮尔·卡丹凭着他超人的才气崛起于服装设计业。他有着与众不同的气质，他善于等待、沉得住气、稳得住心。他曾饱尝过开拓者的孤独，但他宁愿孤独也不愿混迹上流社会。他总是特立独行，跟随自己超乎寻常的思维走在时代的前面。正因为他既有强烈的时代感，又能超越时代，所以在竞争中总能获胜。

第二次世界大战爆发时，皮尔·卡丹还不到20岁。有一天早晨，他对父母说：“我要去巴黎。”父母没有表示反对。第二天，他便带了一

只破箱子，骑着一辆旧自行车动身了。

一开始，身无分文的皮尔·卡丹不得不到处游荡。走投无路时，偶然看见一家时装店的橱窗上贴着招募学徒的广告，于是便走进应聘。由于他之前学过裁缝，所以被顺利地录取了。从此，他在服装的天地里驰骋，尽情地施展着自己的才华，开始了奋斗的生涯。他一丝不苟地学习，钻研制衣的每一个细小环节。

这家服装店是专门出售男装的，和女装比起来，男装花样虽少一些，但制衣的要求却很高，在这里工作为他的成功打下了坚实的基础。1946年，他又转到著名的“迪奥”时装店工作。在那里，他受益匪浅，掌握了制作既符合时尚又大方高雅的时装的技能。从此，凭着自己的聪明才智，他渐渐在法国时装界站稳了脚跟。

1950年是皮尔·卡丹事业的一个重要转折点，他在一条不起眼的街道租了一间房，首次展出了他设计的戏剧服装和面具。虽然展出地点比较偏僻，却产生了不小的影响，这小小的成功给了他更多的信心，他决定大显身手干一番了。3年后，他第一次推出了自己的女装设计，并一举成名。

1953年，他改变了时装经营的模式，把量体裁衣、个别订做改成小批量生产成衣，并不断地更新款式。后来，他又把主攻方向改为男装，这在服装界又激起了一阵波澜。因为，按照当时法国的传统，一位出色的时装设计师应该只缝制女装。当皮尔·卡丹第一次展出各式男士成衣时，却被指责为离经叛道。结果，他被雇主联合会除了名。

在随后漫漫等待的岁月里，他孤寂但默默地努力着，为了有朝一日的辉煌而继续拼搏着。他从大学里直接聘请时装模特儿，使人们更加深入地了解他的服装，这一招促成了他的成功。

1959年，皮尔·卡丹又作出了一个惊人的举措，他异想天开地办



20岁耐住寂寞，30岁打破沉默

20JISUINAIZHUJIMO

30JISUIDAPOCHENMO

了一次借贷展销，可是这一次他失败了，他从时装业的象牙塔上栽了下来。服装业的保护性组织时装行会对他此举感到万分震惊，再次将他除名。

接连的打击之下，皮尔·卡丹还是没有灰心。他决心东山再起。不到三四年的工夫，时装行会又请他回去当主席。后来，皮尔·卡丹的名气与日俱增，名流和贵族们纷纷请他设计时装。他曾经自豪地说：“我可以睡卡丹床、坐卡丹椅。在一切由我设计的餐厅里吃饭。去剧院看戏或参观展览都可以不出我的帝国。”

时过境迁，但他设计的时装却仍很有生命力，一点也不过时。耐住寂寞，甘于等待，对自己的事业不断进取和执著追求，这就是皮尔·卡丹。他的身上有着一股非同常人的力量，这使得他的创新思维几乎永不衰竭。

在我们周围，经常流传着一些创业故事，人们传来传去，最后只剩下了成功者在成功的那一刻拥有几家公司，几处房子，几辆豪车……其实，一夜之间就大获成功的故事，即使有也很少见。让他人艳羡不已的成功，其实是经过多年的经营和努力的结果。在这漫漫的奋斗征程中，需要克服寂寞，抵御诱惑，清除障碍，解决问题……这一切，都需要非凡的执著和定力。有一句名言说得好：“如果你想出人头地，你要耐得住寂寞，因为成功就隐藏在寂寞的背后。”20几岁，是生机勃勃的时期，但也是最容易浮躁的时期，所以，不妨时时告诫自己要耐得住寂寞。

日本近代有两位一流的剑客，一位是宫本武藏，一位是柳生又寿郎，宫本是柳生的师傅。当年柳生拜宫本学艺时，就如何成为一流剑客师徒间有过这样的一段对话。

“师傅，如果我努力学习，需要多少年才能成为一名剑师？”又寿郎问道。

“你的一生。”武藏答道。

“我不能等那么久。”又寿郎解释说，“只要您肯教我，我愿意下任何苦功去达到目的。如果我当你的忠诚仆人，需要多久？”

“那样也许要十年。”武藏缓和地答道。

“家父年事渐高，我不久就得服侍他了。”又寿郎不甘心地继续问道，“如果我更加刻苦地学习，需要多久？”

“也许三十年。”武藏答道。

“怎么会这样呢？”又寿郎问道，“你开始说十年而现在又说三十年。那么，我决心不惜任何苦功，要在最短的时间内精通此艺！”

武藏说道：“那样的话，你得跟我七十年才行，像你这样急功近利的人多半会欲速不达。”

“好吧，”又寿郎这才明白自己太过心急，“我同意。”

开始训练后，武藏给又寿郎的要求是：不但不许谈论剑术，而且连剑也不准他碰一下，只让他做饭、洗碗、铺床、打扫庭院和照料花园。

三年的时光就这样过去了，又寿郎仍是做着这些苦役，每当他想起自己的前途，内心不免有些凄惶、茫然。

有一天，武藏悄悄地从他背后用木剑给了他重重的一击。第二天，正当又寿郎忙着煮饭的当儿，武藏再度出其不意地袭击了他。自此以后，无论日夜，又寿郎都得随时随地预防突如其来的袭击。经过不断的练习，又寿郎终于成了全日本剑术最精湛的剑手。

可见，要想成就一番事业，欲速则不达，只有耐得住寂寞，潜心苦练，才能达到目标。

“十年寒窗无人问，一朝成名天下知。”耐得住寂寞，才能看到天边初升的红日。刘墉曾经说过：“年轻人要过一段‘潜水艇’式的生活，先短暂隐形，找寻目标，耐住寂寞，积蓄能量；日后方能毫无所



20岁耐住寂寞，30岁打破沉默

20JISUINAIZHUYIMO

30JISUIDAPROCHENMO

惧，成功地‘浮出水面’。”

20几岁的年轻人一定要明白：耐得住寂寞，是一种智慧、一种积聚、一种孕育。透过静的涵养，才能体会到穿越时空、步步为营的美妙。心浮气躁，难以等待，就会错过一些本来属于你的绝好机会。也许，当你痛失良机时，你就会真正懂得耐住寂寞的妙处。