

A large, stylized hourglass graphic is positioned on the right side of the cover. The top and bottom bulbs of the hourglass are filled with a brown, textured material, resembling sand or a coarse powder. The central neck of the hourglass is narrow and appears to be made of a dark, possibly black, material with a subtle pattern. The background of the entire cover is a light, off-white color with a fine, grainy texture.

每一件事都值得我们去 做，而且应该用心地去做。

# 20岁学做人 30岁学做事

丁一 编著



电子工业出版社  
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY  
<http://www.phei.com.cn>

# 20 岁学做人 30 岁学做事

丁 一 编著

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京 • BEIJING

## 内 容 简 介

20岁是一个人一生真正的旅程起点，你想成为什么样的人决定你以后的路怎么走；30岁是一个人一生真正的成熟起点，你如何做事决定了你事业的高度和未来的成就。20岁学做人，明道；30岁学做事，优术。不管我们是想有所成就改变世界，还是想像平凡人一样美满幸福，都需要我们懂得生活，懂得20岁先做人，30岁去做事。

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。  
版权所有，侵权必究。

### 图书在版编目(CIP)数据

20岁学做人，30岁学做事/丁一编著. —北京：电子工业出版社，2012.4

ISBN 978-7-121-15682-3

I. ①2… II. ①丁… III. ①成功心理—青年读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第002040号

策划编辑：胡 南

责任编辑：徐 萍

印 刷：三河市双峰印刷装订有限公司

装 订：

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编 100036

开 本：720×1000 1/16 印张：14.75 字数：165千字

印 次：2012年4月第1次印刷

定 价：29.80元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zltz@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：(010) 88258888。

# 目录

---

## Contents

### 第一章 20—30岁学做人，决定一生的成败 / 001

第一节 20—30岁，做人不能只靠热情 / 001

第二节 20—30岁，你的坚韧需要变通 / 010

第三节 20—30岁，直率的性情要适度 / 019

第四节 20—30岁，要保持清醒的头脑 / 025

第五节 20—30岁，要控制自己的情绪 / 032

第六节 20—30岁，别成为情感的奴隶 / 042

第七节 20—30岁，要拥有果断的判断 / 052

### 第二章 20—30岁，要成大事，先做小事 / 063

第一节 不为失败找借口 / 063

第二节 敷衍了事就无法成功 / 068

第三节 细节决定成败 / 074

第四节 细小的工作也需要认真 / 079

第五节 每件事都值得去做 / 084

第六节 提高你的工作效率 / 088

### 第三章 20—30岁，要学会拿得起、放得下 / 099

第一节 拿得起、放得下是处世的真谛 / 099

- 第二节 舍弃之后得到更多 / 107
  - 第三节 别让情绪的失落影响自己 / 113
  - 第四节 帮助他人的效益 / 122
  - 第五节 失去机会就创造机会 / 130
  - 第六节 嫉妒是最大的敌人 / 138
- 第四章 20—30岁，要学会积累自己的人脉 / 145**
- 第一节 朋友是一生最大的财富 / 145
  - 第二节 善于寻求朋友的帮助 / 163
  - 第三节 20—30岁，你需要这样的朋友 / 176
- 第五章 成功的最后一块拼图 / 183**
- 第一节 认识自我，开发潜能 / 183
  - 第二节 骑驴找马，身体力行 / 190
  - 第三节 稳中取胜，不急不躁 / 195
  - 第四节 等待机会，整合资源 / 202
  - 第五节 调整心态，放手一搏 / 208
  - 第六节 敢于坚持，决不放弃 / 216
  - 第七节 持之以恒，懂得专注 / 222

## 第一章 20—30岁学做人，决定一生的成败

---

### 第一节 20—30岁，做人不能只靠热情

在历史上，许多人都是在20—30岁的时候靠着满腔的热情去努力和拼搏获得成功的，但是，只靠热情往往容易使自己缺乏周全的考虑，最终导致失败。历史证明，一个人要达到最后的成功，必须满足三个要素：清晰的目标、坚定的行动和持续的努力。成功绝不是轻而易举的事情，它的获取需要大量的积累，一步一个脚印，踏踏实实，而绝非只靠着满腔热情就可以达到。

#### **只靠热情，难以成事**

想当初，西楚霸王豪情万丈，却最终饮恨乌江，英雄美人随波消散。要知道，曾经的项羽是何等的潇洒，指点江山，纵横天下，可惜他只靠热情，不想后果，最终无可奈何，刚愎自用，带着满腔的悔恨，落得个惨淡收场。

忆往昔，武圣关羽一身是胆，却最后败走麦城，桃园结拜随风消逝。曾记否，曾经的关羽是何等神勇，过五关，斩六将，千里走单骑，奈何他骄傲自大，怀疑手下，直接导致傅士仁和糜芳投降东吴，自己前功尽弃，战死沙场。

满腔热情，有的时候确实能给人以勇气，让人敢于挑战，这是热情给人的积极的一面。热情能帮助我们排除万难，为了自己的信念和理想而努力奋斗，在许多伟人身上，热情都是必不可少的品质。

但与此同时，我们也必须看到，仅有热情也容易让人失去判断力，考虑不周。先有项羽，后有关公，都是仅有热情而导致失败的鲜活的例子。他们的认知总是停留在狭窄的层面，看不到立体的和多元的利害关系，等到最后发现犯下大错的时候，一切已经来不及了。这就是我们为什么常说，在面对敌人的时候，有热情无计划，只会让自己陷入被动挨打的境地。而周全策划，知己知彼，才是取得胜利的最佳途径。如果仅靠热情去战斗、靠热血去拼杀，却忽略了对敌我双方优势、劣势的分析和研究，那么取得胜利就只能靠运气了，因为运筹帷幄已经远离，一切已经不在自己手中掌握。

一个人踌躇满志，想着要干一番大事业的时候，往往也是一个人过度自信、感性的热情大于理性思考的时候。年轻人总是容易把事情简单化，感觉不到世界的不可知有多快、多深，因而容易失去理性的判断，再加上尚未定型的性格，遇事容易冲动，往往容易因无知而无畏，造成不可挽回的后果。这个时候，仅靠热情就是不理智的，也是欠缺智慧和考虑的。

每个人都有一个阶段，在那个阶段，避免不了会出现做事莽撞、想不到后果的情况，哪怕是最成功人士，也不能规避。因为从头到尾既热情又头脑冷静的成功人士实在是少之又少。要取得成功，热情其实是必不可少的条件。没有热情，就没有做事的推动力，也就缺乏了持之以恒奋斗的能量。

可是，怎样才能能在保持热情的同时，又能达到最后成功呢？

我觉得要解决这个问题，应从三个方面着手：第一，将热情化为清晰明确的目标；第二，将无知者无畏转化为勇敢和魄力，向着这个目标努力去拼搏和追寻；第三，将热情融入持之以恒的奋斗中，不断地积累和实践，不管遇到什么困难，也不论遇到什么挫折，都坚定不移地相信自己的目标，直至达到最后成功。

## 要有明确的目标

卡耐基曾说过：“任何一个不甘于平庸的人必然会有一个明确的追求目标，如此才能调动起他所有的智慧和精力。”

歌德曾说过：“人生至关重要的事情是要有远大的目标和达到这个目标的雄心壮志。”

现实生活中许多鲜活的例子都表明，正如两位伟大的先驱所说，假如一个人没有清晰而明确的目标，那么，他的所有努力都是事倍功半，到最后只会落得个白忙活一场、没有任何收获的结局。

20—30岁是否有明确的目标是一个人成功的基石，决定了一个



人能否成功的方向。它能给你一个看得见的未来，告诉你该如何前行，向哪个方向前行。当你一步步去实现这个目标的时候，你就会得到满足。你会拥有成就感，感受到梦想的重量和美好。

明确的目标可以各不相同，但目标本身带给我们的是如何塑造自己的行动指引，本质上是在给我们一个启迪，教会我们探索如何做人。事实证明，只有清晰而明确的目标作推动，一个人才能一直处于激情的状态中，不断地奋发进取，朝着可以看到的未来一步一步脚印地前行。

也许你不禁要问：目标到底是什么？我觉得，目标是一种信仰，是一个人对自己的承诺和期盼。它是一份要求，能够长时间调动一个人的积极性。一旦想到这份对自己的要求，就会产生一种强大的动力，得到一股无坚不摧的力量；一旦想到这份对自己的要求，就会为之努力和奋斗，不断地完善自我，坚定不移地向目标进发，不轻易放弃，不轻易妥协；一旦想到这份对自己的要求，就会勇敢地实现超越，超越自我，超越困难，走出一条实现自身价值的成功之路。

目标是一种具体化的指向和信念，有目标的人一定有梦想，甚至这份梦想是别人口中常说的“春秋大梦”。但是，梦想是步入成功的阶梯，因为梦想本事就好似目标，而目标是成功的基石。无数的伟人和精英都是梦想者，而且是最好、最勇敢的造梦者。他们的梦想一旦建立，目标也就随之建立，就会发挥自己的潜能和极致，将自己的整个身心投入到梦想之中。因此，一个人能否成功，目标的确切是首要的。目标能照亮前行的路，是做人的第一步。

对于事业，目标同样是必不可少的。一个人如果忽视目标定位，抑或始终找不到自己的目标，那他的生活就会没有节奏，惶惶终日而不知所措，要达到理想的彼岸更是天方夜谭。从这个角度来说，明确的目标，不仅是做人的基础，也是迈向成功的第一步。

没有目标却能够出人头地，这样的例子是不可想象的。换言之，目标对于成功，犹如地基对于高楼一样重要。对于成功的人来说，过去或是现在的情况是怎样的并不重要，而未来他要得到什么，想要取得什么结果，才是最重要的。列夫·托尔斯泰曾经说过：“人活着要有生活的目标：一辈子的目标，一段时间的目标，一个阶段的目标，一年的目标，一个月的目标，一个星期的目标，一天、一小时、一分钟的目标。”

### **勇敢的行动是成功的必经之路**

想要收获成功，并不是许多人所言的那样简单，20—30岁的人指望握着一本成功宝典就能收获结果是不现实的。我们用地图打个比方，一张地图，不论它的比例尺多么精密，标注多么精确，它都不能凭空带着你在地上旅行。再比如法律，一个国家的法律再完美，再细致入微，也不可能阻止和杜绝所有的犯罪。要想成功，行动是唯一的钥匙，只有行动才是地图和法律的答案。因此，我们必须牢记“行动”这一准则，不拖延，不犹豫，勇敢地用行动去实践。

我们不能搁浅今天的行动，想着明天我再去做，一切都还有时

间，正所谓“明日复明日，明日何其多”。行动需要你立即执行，即使行动的结果不能立即显现出来，达不到立竿见影的效果，却总好过拖延和逃避。只有目标，却没有具体行动的人，其结局注定是可悲的。这就好比一个人对彩票的期待，如果连买都不去买而只是期待，试问他如何实现中得头奖的梦想呢？

行动需要依靠习惯的力量去支撑。我这就要实践，我这就要做好。能够做到这一步，就意味着我们正朝着目标前行，离成功也就不再遥远。穿山越岭，披荆斩棘，即使伤痕累累，也决不后悔，决不退缩。

我必须马上去行动！我有我的目标，我有我的梦想，我要实现我的梦想！因为我要拥有成功和财富，我渴望最终心灵的平和与财富的自由。如果我不马上采取行动，等待我的只有失败和暗淡的日子。

一天天的重复，一天天的工作，只为维持生计的上班族，早已麻木了自己的心智，忘记了理想，也没有了目标。当理想和目标随时光和现实的压力消逝，那些持之以恒、像抓住最后一根救命稻草一样抓着自己梦想的人，却已经开始收获，得到了自己想得到的事业和成就，同样的开始，不同的结局，他们俨然已是两种人，差距也越来越大。

当闹钟响起的时候，懒惰的人按掉闹钟，再给自己十分钟，而那些将要迈向成功的人，却已经在征途上。

成功不等人，更不会留守在原地，财富也不等人，更不会凭空出

现。如果我们一直犹豫不决，机会必然溜走，最终品尝的只有失败。

不经历风雨，怎么见彩虹，没有人能随随便便成功。只有经历了坎坷，守住了坚持，在行动中追逐梦想和目标，成功才会如期而至。

### **持续的奋斗是成功的推手**

20—30岁的人有了明确的目标，也有了果敢的行动，如果说距离成功还缺少什么，那就是持之以恒的奋斗了。

人生不如意事十之八九，没有一帆风顺的船，即使有了明确的目标和果敢的行动，危机和挫折也不可避免。通往成功的道路上有荆棘和曲折，我们将不可避免地受到影响。在面对不利于成功的环境时，我们要做的，就是坚持不懈，持续地去奋斗。

美国总统林肯小时候的住所是个简陋的茅舍，没有窗户，也没有地板。这个小小的家距离学校还非常远，家附近没有报纸书籍可以阅读，甚至连必需的生活用品都缺乏。如果从今天的角度来看，几乎可以说林肯生活在荒野。但就是在这种条件下，他每天坚持跑步到同样简陋的学校上课，每天都是二三十公里。在自己的学习上，他常常为了几本书要跑一二百里的路，而且晚上还要靠着燃烧木柴微弱的光来阅读。只接受了一年学校教育的林肯，在艰苦卓绝的环境中，依然持续努力，不懈地奋斗，最终成为美国最伟大的总统。林肯的事迹告诉我们：再艰苦的环境，我们也能通过不懈的努力去征服。

许多成功人士的经历，当我们去细细体味的时候会发现，他们几乎都是在很早就确立了自己的目标，在目标确立后，他们为之付出了大量的实践和行动，在这个过程中也都先后遇到了各种困难。不过，同样的，他们都没有因此放弃，取而代之的是充满信念，继续奋斗，最终以惊人的毅力，战胜了一切拦路虎，取得了最后的胜利。他们其中有许多人自身条件非常一般，但就是靠着不懈的奋斗，最终完成了从丑小鸭到天鹅的蜕变，跻身于世界名人之列。他们的努力及成功的足迹，给在他们之后的一代又一代人的奋斗之路做了最好的指引。

出生在英国萨里郡的迈克尔·法拉第从小家境贫寒，因家庭贫困小学也仅上了几年，13岁便在一家书店当学徒。工作之余，法拉第有机会读到许多科学书籍。于是，利用自己的业余时间，法拉第自学电学和化学，并为了验证书上的内容，亲自动手做简单的实验。他倾心于科学，专心致志地研究，这个贫苦铁匠家庭的孩子几十年如一日，最终成为英国著名的化学家和物理学家。

贝多芬是德国最伟大的音乐家之一，他出生于德国波恩的平民家庭，一生坎坷，没有建立自己的家庭。贝多芬26岁时有耳聋的症状，到了晚年全聋，与人交谈只能通过谈话册。但是，孤寂的生活并没有使他隐退和沉默，在那个封建复辟的年代里，一切进步的思想都遭到禁锢，但贝多芬依然坚持“自由、平等”的信念，通过作品和言论，为共和的理想呐喊，写下了日后不朽的名作《第九交响曲》。

可见，要想获得成功，任何不脚踏实地的空架子都不能有。如果偷工减料，投机取巧，那毫无疑问，得到的结果必然也是缺斤少两的。伟大的成功只属于那些朝着目标持续奋斗的人，因为在他们心里，一次失败，只是新一轮奋斗的开始，如果再失败了，那就再开始。他们懂得，奋斗会使失败最终变为成功。

## 第二节 20—30岁，你的坚韧需要变通

很多伟人不屈不折的情操和身上流露的浩然正气常常让我们折服和钦佩，但是我们却又惊奇地发现，他们中的大多数人都得不到善终结果，这不禁又令我们思绪万千。古语有云：至刚而易折，至阳则易灼。历史上有许多伟人，恰恰就是因为过于耿直和阳刚，最终不为他人所容。现实生活中，勇于同困难斗争是好事，但这并不意味着要钻牛角尖。所谓“他山之石，可以攻玉”，我们所需要的其实是掌握坚韧和变通。在困境中能屹立不倒，在逆境中能另辟蹊径，化险为夷，用更巧妙的方式最终解决问题。

### **变通，让困难不再是困难**

《易经》告诉我们：“穷则通，通则变，变则久。”

我们经历的生活，是我们自己的选择。如果我们可以用批判或者赞赏的眼光看待生活，那么，越来越多值得关注的事物将被我们看到或发现，从而真正掌握生活的规则。

机会是无处不在的，如果我们把挑战看做是一次可以有所创造

的机会，那么每一种境遇都能呈现给我们一个全新的机会。没有境遇是固定的，除非你执意要使它成为那样。实际上，每一个人都可以使任何事物发生改变，前提是它在你的想法里面得到了变通。

任何人遇到困难，或多或少情绪都会受到影响。这时一定要控制好情绪。因为，在人生的旅途中，挫折和困难都是难免的，人生的起落无法预料，但是有一点我们要牢记：永不放弃。当我们遭遇挫折的时候，不要沮丧和绝望。无论发生什么，无论有多痛苦，都不要整天陷在其中无法自拔，不要让无尽的痛苦占据心灵。要给自己一个暗示，尽量摆脱困境，让快乐重新回到身边。困难来临时，我们有勇气面对并打倒它，相信自己有顽强的意志，能够战胜所有的困难。一个有坚定目标的人，才是一个能排除前进道路上的阻碍、勇敢地朝着自己目标迈进的人。坚强的意志，顽强的毅力，这些可以帮助我们排除一个又一个困难，也能帮助我们争取一个又一个胜利。面对无能为力事情和无法改变的不幸时，就让我们抬起头大声呼喊：“没什么了不起的，这不足以打败我！”或者耸耸肩，告诉自己：“忘掉它，一切都会过去。”

从痛苦和困难的阴影走出来后，要及时补充新的知识到头脑中，大脑每时每刻都需要新东西来补充，这种补充能使情绪发生积极作用。有一些好的办法，比如用繁忙的工作，或者通过参加有兴趣的活动来补充和转换。在研究量子理论的时候，德国物理学家普朗克的两个女儿先后死于难产，与此同时，他的妻子也去世了，甚至儿子也不幸死于战争。但是，普朗克没有在怨恨中蹉跎岁月，而



是加倍地努力工作，转移了内心巨大的痛苦。情绪的转换不但使他忘记了痛苦，还使他发现了基本量子，最终获得了诺贝尔物理学奖。再举个例子，我们都知道一场大火烧光了爱迪生的成果和设备，可他却说：“大火把我的错误全都烧光了，现在我可以重新开始了。”

记得有位记者问美国总统威尔逊贫穷是什么滋味，于是，威尔逊向人们讲述了一段他的故事：“我10岁时离开了家，当了11年的学徒工，其间每年可以接受一个月的教育。经过11年的艰辛工作，我得到了六只绵羊和一头牛作为报酬。它们被我换成了84美元。从一出生一直到21岁那年，我没有在娱乐上花过一美分，每一美分怎样使用都是经过精心计算的。在我21岁生日过去之后的第一个月，我带着一队人马去了人迹罕至的森林，去采伐原木。每天，我都是在第一缕曙光升起之前起床，然后一直辛勤工作到夜晚为止。一个月夜以继日的辛劳努力后，我得到了6美元的报酬，当时在我看来这真的是一笔大数目。每一美元都跟今天晚上那银光四溢、又大又圆的月亮一样。”

在穷困中，威尔逊没有自暴自弃，也没有抱怨，他把这些苦难当做是上帝对自己的磨炼，是上帝给自己的一种成功的方法。因此他下定决心，不让任何一个提升自我、发展自我的机会溜走。像他一样深刻理解闲暇时光价值的人很少，而他就像抓着黄金一样抓住了自己零星的时间，不让一分一秒的无所作为从指缝间滑过。在威尔逊21岁之前，他已经读了1000本好书。想想看，这对于一个农场