

俞敏洪

作品

让成长 带你 穿透迷茫

所有的迷茫与逆境都是成长的机会，
你要抓住每一个机会让自己进步，
而不是徘徊不前。



新东方创始人俞敏洪

继《愿你的青春不负梦想》之后的精进之作
一部指引千万年轻人成长的人生进阶手册

//////////

写给渴望进步却迷茫焦虑的你
经验+方法+思维+观点+建议
与你谈谈如何突破瓶颈，向梦想全速前进

CBS

湖南文艺出版社



博集天卷
CS-BOOKY

让成长带你 穿透迷茫

俞敏洪
——作品——



湖南文艺出版社
HUNAN LITERATURE AND ART PUBLISHING HOUSE



博集天卷
CS-BOOKY

图书在版编目 (CIP) 数据

让成长带你穿透迷茫 / 俞敏洪著. —长沙: 湖南文艺出版社, 2017.9
ISBN 978-7-5404-8237-4

I. ①让… II. ①俞… 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 (2017) 第178020号

©中南博集天卷文化传媒有限公司。本书版权受法律保护。未经权利人许可, 任何人不得以任何方式使用本书包括正文、插图、封面、版式等任何部分内容, 违者将受到法律制裁。

上架建议: 畅销·励志

RANG CHENGZHANG DAI NI CHUANTOU MIMANG
让成长带你穿透迷茫

作 者: 俞敏洪
出 版 人: 曾赛丰
责任编辑: 薛 健 刘诗哲
顾 问: 林容丰
总 策 划: 金 利
监 制: 于向勇 秦 青
版权支持: 辛 艳
特约策划: 何 静 尤红梅 岛 岛
特约编辑: 郑 荃
营销编辑: 刘晓晨 罗 昕 刘 迪
市场支持: 袁琳琳
特别支持: 曹伯丽
封面设计: 仙 境
版式设计: 李 洁
内文排版: 麦莫瑞
图片来源: 新东方 视觉中国
出版发行: 湖南文艺出版社
(长沙市雨花区东二环一段508号 邮编: 410014)
网 址: www.hnwy.net
印 刷: 三河市中晟雅豪印务有限公司
经 销: 新华书店
开 本: 700mm × 995mm 1/16
字 数: 250千字
印 张: 19.5
版 次: 2017年9月第1版
印 次: 2017年9月第1次印刷
书 号: ISBN 978-7-5404-8237-4
定 价: 42.00元

质量监督电话: 010-59096394

团购电话: 010-59320018

自序

P r e f a c e

近几年，每每开会或者出席活动，总会有很多年轻人问我各种问题，涉及创业、读书、爱情、人生……我总是尽我所能进行解答，希望自己的那些知识和经验能够帮助到大家。不过，这些问题背后反映出的焦虑极为相似，回答得多了，就想与其一个个地回复，不如做个系统的解答。

从这个春天开始，我索性每天拿出一个固定的时间，无论多忙，专门回复年轻人的各类问题。就这样，100天时间，每天回答一个问题，我从春天坚持到了夏天。这些对话和我对人生的很多感悟和看法，一天天积累，最终汇成了你手中的这本书。

这本书的成稿，靠的就是那一点点坚持。100天，每天半个小时，刷一次朋友圈的时间，坚持下来，就是沉甸甸的一沓文字。我可以，你也可以。

梦想，靠的也是这样一点点的坚持。当别人聊天的时候，你可以阅读；当别人打游戏的时候，你可以创作；当别人抱怨的时候，你可以好好锻炼……我从来不是一个有一辈子规划的人，但是我会对自己人生每个阶段的小目标有明确的设定。当大的目标被分解，小的目标一一实现时，梦想就离你越来越近了。

我一直鼓励人们阅读，因为长期阅读会让一个人的思想变得广阔和深刻。当你专业受挫，在书中你可向业界顶尖高手求教；当你时间受限，在书中你可游览名山大川；当你人生陷入低潮，在书中你可与李白、苏轼把酒言欢……春秋时期的孔子、19世纪的黑格尔，只要你想，开卷就可以从他们身上汲取智慧

和力量，更何况读书本身就有乐趣与兴味。

拿破仑在已知自己将不久于人世时，留给远在奥地利的儿子“罗马王”弗朗索瓦的最重要的礼物，就是他的战剑和藏书——一个传承着他戎马一生的荣耀，一个传承着他智慧不竭的源泉！

在人生面临低潮、困惑时，请你重新审视自己对待困难的态度。人总是惧怕困难和挫折的，没有人喜欢焦虑与抑郁，但磨难真的是人生一份很好的礼物。你在磨难中学到的，远比在快乐中学到的多。而且人生就像心电图，起落曲折是常态，要是一帆风顺，那不就是挂了吗？但是，吃过的苦不能白吃，一定要在其中总结经验和教训。很多人吃了亏、吃了苦头只会抱怨，那是对生命的巨大浪费。有些磨难一定要自我回顾并且避免再犯，同样的坑，最好不要重复跨进两次。千万不要惧怕你面临的问题，妥善地处理掉，好好地总结它，你就会变得更为强大。不要惧怕失败，再爬起时，只是又一次的“出发”，抬脚时，路即在脚下。

梦想再卑微都没有关系，爱因斯坦在瑞士专利局做技术员时，说要改变世界，你可以想象有多少人会对他的梦想嗤之以鼻。但这又有什么关系，你的世界不用太受他人左右。林语堂先生在《生活的艺术》里说过一句话：“你以为不要紧，便什么都不要紧了。”不用在乎别人的眼光，内心选择了远方，就只管风雨兼程！

近几年，我的人生重心开始有了一些变化，曾经新东方就是我的一切，现在我拿出更多的时间去旅行、陪伴家人，拿出更多的精力用在洪泰基金上，扶持年轻的创业者们。此生，我从未停止追逐梦想的脚步，这一路上，充满坎坷也充满欣喜，但时光砺炼着我，使我的人生变得更为宽阔。这些积累起来的经验，我都希望与年轻人分享。这些年积累的财富，我也越来越多地投资在创业基金里，希望搭建一个平台，为中国更多新生力量的创业、成长铺一段前进的

路石。

100多年前，梁启超先生写道：“故今日之责任，不在他人，而全在我少年。少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强。”中国的富强是靠一代代中国人建设而来，我坚信，中国在新一代中国人手中会变得更为强大。所以，能帮助更多的年轻人起步、腾飞，我的生命才变得更有价值；随着一本本图书的出版，那些砺炼得以分享，我的经验也才变得更有价值。这是一件比建设新东方更加深远、更加有意义的事情！

是为序。



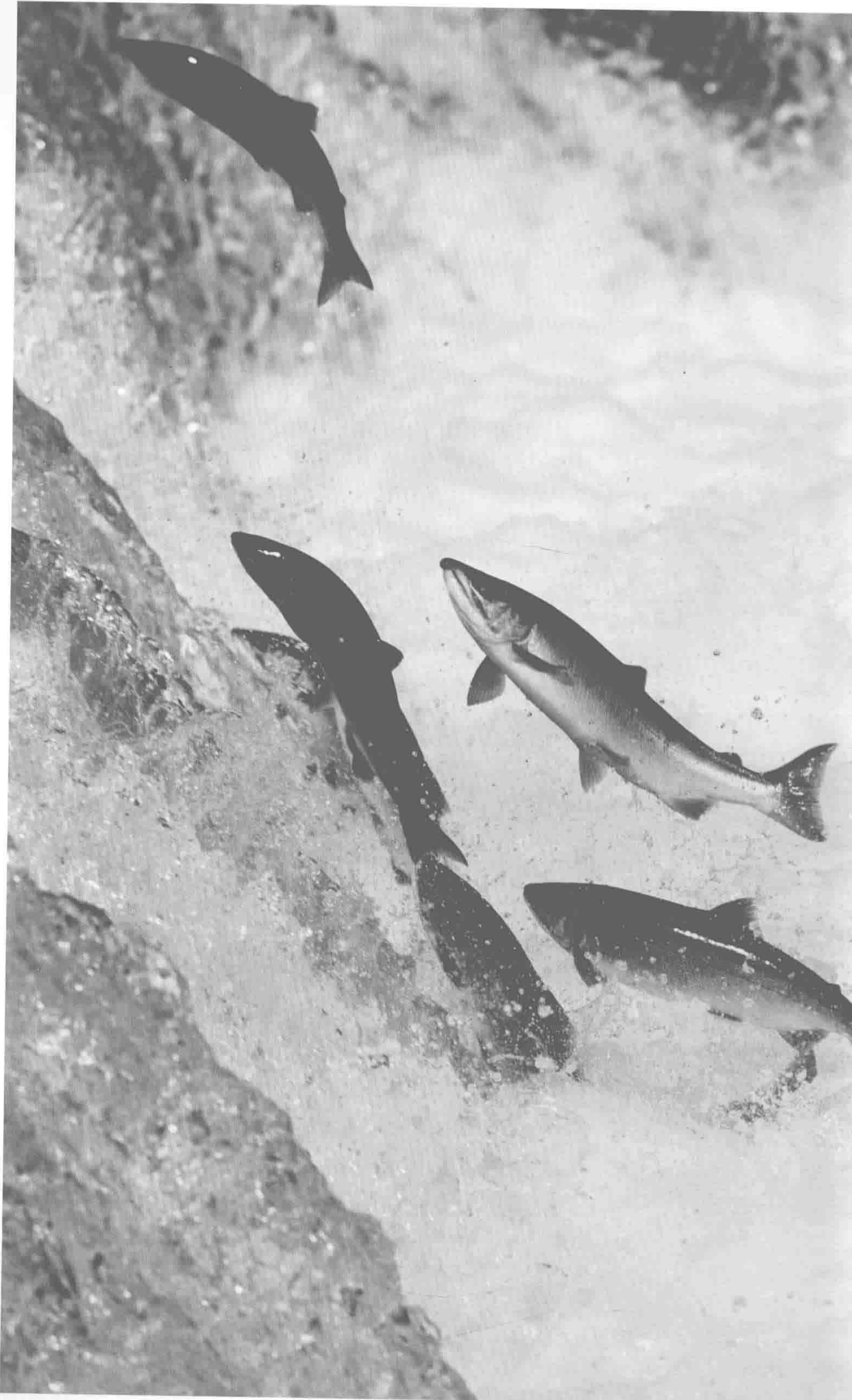
2017.8.28

**NEW
LIFE**



由创造
探索
成功毅力
奋斗
勇气
前行不止
拼搏
超强大动力
彪悍
探索
爱
渴望成
开拓
果断
独立宣言

坚韧



目 录

C o n t e n t s

自序 · 001

Chapter

01

人生方向选择

决定你一生的，不是努力而是选择

跳出“穷人思维”的坑 · 002

内心强大者的秘诀 · 005

年龄成熟的人要帮助年轻人成长 · 009

在工作、学习中让自己快速进步 · 013

让目标为你的前行保驾护航 · 017

出名不一定要趁早 · 021

高考有压力，缓解有方法 · 024

选择一所好大学，就开启了美好人生 · 027

大学打工是自我发展的第一步 · 031

名校能让一个人获得更好的成长 · 034

让毕业后的异地恋恰当安放 · 037

在高薪和兴趣之间做出最佳选择 · 041

人生中最重要的事情只有两件 · 044

留学对人生增值的意义 · 047

年轻人的最佳创业时机 · 050

人生的奋斗从不该被地点所限 · 054

理性看待被反对的梦想 · 058

慎重挑战自己不擅长的事 · 061

放弃是一种智慧，坚持是一种勇气 · 064

让 成 长 带 你 穿 透 迷 茫

Chapter
02

职 场

掌握方法才能让事业取得进步

- 大学毕业后，人与人拉开差距的根本原因 · 068
- 摆脱学生思维，成为职场达人 · 072
- 可以慢就业，但一定要成长 · 075
- 相信领导看人的眼光，勇敢做出正确的决策 · 078
- 不是所有的工作都值得熬下去 · 081
- 成长就是让自己变得越来越有价值 · 084
- 成功的人都拥有高效的工作方法 · 088
- 学会与自己讨厌的上司相处 · 091
- 突破工作瓶颈，你才能实现突飞猛进 · 094
- 利用企业平台提升个人价值 · 097
- 你的特质决定了你是否会被领导赏识 · 101

Chapter

03

交 际

良好的人际关系会帮助你一生

刀子嘴就是刀子心 · 106

值得交往的朋友必备的品质 · 109

学会积累人脉，你会变得更加强大 · 111

内向的人更容易建立良好的人际关系 · 114

说别人不靠谱时，先想想自己靠不靠谱 · 116

知世故而不世故，才是最成熟的善良 · 120

真正的门当户对，是价值观念上的匹配 · 123

没有所谓的“剩女”，只有自己的人生选择 · 127

不做精致的利己主义者 · 130

选对了创业合伙人，创业就成功了一半 · 133



Chapter

04

读书与学习

让知识成为你人生的力量

善读图者有品位，爱读书者不浅薄 · 138

读无用之书，做有用之人 · 140

没有条件也能学好英语口语 · 143

判断一个老师是否是好老师的标准 · 147

做自己喜欢的事，生命才有意义 · 150

成绩差的人获得成功的原因 · 153

阅读让一个人更加完善 · 157



让 成 长 带 你 穿 透 迷 茫

Chapter

05

个人技能提升

才能是成就大事的必备条件

- 有效掌控社交和时间是一种能力 · 162
- 从自卑走向自信，才会拥有真正的自信 · 165
- 欲成大事者，必先拥有人格魅力 · 169
- 决定一个人获得成功的七大要素 · 173
- 好口才不是练出来的 · 178
- 让大学生生活化繁为简，化重为轻 · 181
- 人生路上，既要会快，也要会慢 · 184
- 在信息爆炸的时代，要学会辨别正确信息 · 187
- 所有专注力都源于自控力 · 190
- 强大的毅力是支撑人生前行的动力 · 194
- 勇于突破自我思维的局限 · 199
- 人类无法被人工智能取代的核心能力 · 203
- 领导者和管理者的根本区别 · 207

Chapter
06

生活方式

生活可以变得更美好

- 全球化时代，在任何地方都可以工作 · 212
- 坚持是为了养成优秀的习惯 · 215
- 你怎样过一天，就怎样过一生 · 218
- 整容并不能带来持久的幸福感 · 223
- 越“会玩”的人，越容易取得成功 · 226
- 消除内心焦虑，最重要的是努力进取 · 229
- 在孤独中学会自我成长 · 233
- 少一点抱怨，生活会更好 · 236
- 最大限度地利用业余时间 · 239
- 当你开始爱自己，世界就会来爱你 · 242
- 有条不紊地奋斗前行，舒展从容的恬静人生 · 245
- 安全感来源于自身的强大与正义 · 249
- 不要让坏习惯害了你的一生 · 252
- 旅行对人生的意义 · 255
- 键盘不可废，走进现实社会更可贵 · 258

Chapter
07

人生价值

活出真正有意义的一生

- 人与人之间的差别，拉开了人与人之间的差距 · 262
- 想成为亿万富翁，先获得学习能力 · 266
- 让自己成为一个真正富有的人 · 269
- 有钱不重要，重要的是过好自己的生活 · 273
- 无论任何年龄，都能为自己而活 · 276
- 人生就是用行动放飞内心 · 279
- 坚持走在自己的人生道路上 · 283
- 没有对父母的依靠，才是真正的岁月静好 · 286
- 我人生中后悔没做的事情 · 289
- 35岁前一定要实现自我增值 · 292
- 气质好的人，命运都不会太坏 · 297
- 颜值不足时，能力显得更加重要 · 300

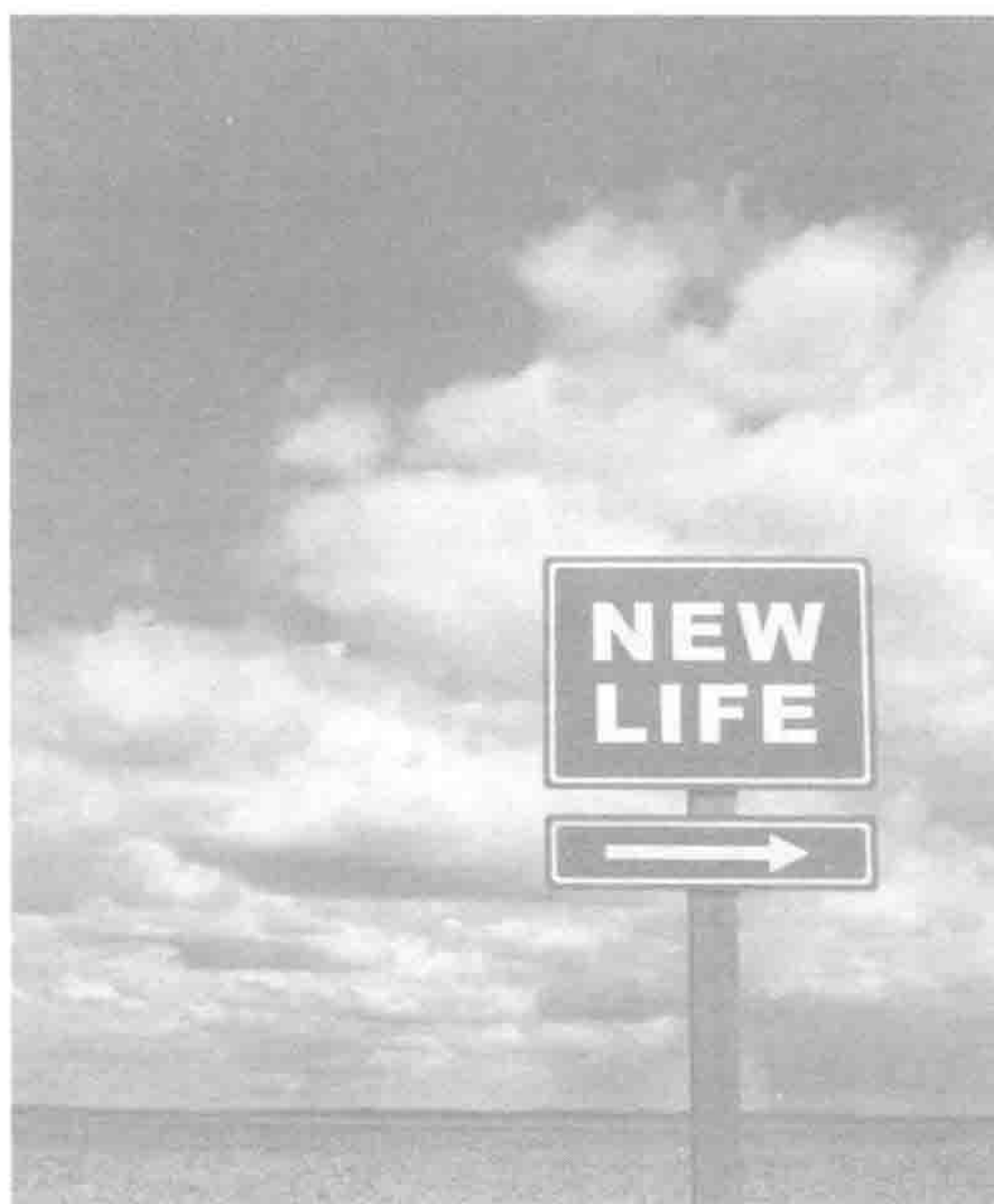
附录 俞敏洪经典励志语录 · 303

人生方向选择

Chapter

01

决定你一生的，不是努力而是选择



/ 让 成 长 带 你 穿 透 迷 茫 /