

看一看别人走过的路，听一听别人留下的话，想一想别人的得失成败，成就的将是你自己。



# 点醒

给青年人一生的忠告



↔ 章恺◎编 ↔

*Dianxing Gei  
Qingnianren Yisheng De Zhonggao*



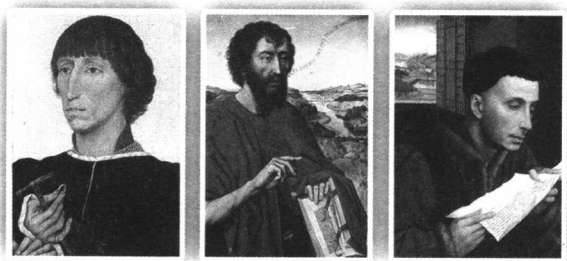
 金城出版社  
GOLD WALL PRESS

看一看别人走过的路，听一听别人留下的话，想一想别人的  
得失成败，成就的将是你自己。



# 点醒

给青年人一生的忠告



➤ 章恺◎编 ◀

*Dianxing Gei  
Qingnianren Yisheng De Zhonggao*

 金城出版社  
GOLD WALL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

点醒:给青年人一生的忠告/章恺编. —北京:金城出版社,  
2007.1

ISBN 978 -7 -80084 -887 -2

I. 点... II. 章... III. 成功心理学—青年读物  
IV. B848.4 -49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 128629 号

金城出版社出版发行

(北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 100013)

电话:(发行部)8425 4364 (总编室)6422 8516

(编辑部)6421 0080

网址:www.jccb.com.cn

北京才智印刷厂印刷

787×1092 毫米 1/16 21.25 印张 290 千字

2007 年 1 月第 1 版 2007 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978 -7 -80084 -887 -2

定价:29.80 元

# 前言

一个年轻人一直相信“命运”，所以他每天都在盼望着生活会发生奇迹，而将人生的失意也归于命运安排。年复一年，他的生活是平庸的，没有辉煌和光明，只有灰暗和潦倒。

年轻人开始认为：“难道自己的命运注定如此吗？”带着疑问他去拜访智者，他问智者：“您说真的有命运吗？”

智者说：“有的。”

“但我的命运在哪里？难道我的命运就是灰暗和贫穷吗？”他问。

智者就让他伸出他的左手指给他看说：“你看清楚了吗？这条横线叫爱情线，这条斜线叫做事业线，另一条竖线就是生命线。”

然后智者又让他跟自己做一个动作，他手慢慢地握起来，握得紧紧的。

智者问：“你说这几根线在哪里？”

那人迷惑地说：“在我的手里啊。”

“命运呢？”

那人终于恍然大悟。

在年轻人成长的过程中，总是会面对很多很多来自社会的各种各样的问题，总有这样那样的不如意。但受社会经验和为人处世等方面的局限，他们不是无所是从，屡遭挫折，就是往往会走入人生的死胡同。

旁观者清，当局者迷。在这个时候，你就需要一些人给你一些忠告，从而点醒你，会让你走出困境，滋养你的心灵。这些人要么是对人生有着深刻清醒的认识的智者，阅人无数，处世成熟；要么就是经过一番苦心奋斗，成就一番事业的成功者。他们对于人生有着洞若观火般的认识，短短一席话，远胜你十年独自摸索。正所谓，听君一席话，胜读十年书。

一个年轻人离开故乡去外面闯荡。对于未来，他很迷茫，于是动身前去拜访一个德高望重的长辈，请求指点。长辈正在练字，他听说本族有位后辈要出远门，就写了3个字：不要怕。然后抬起头来，望着年轻人说：“孩子，人生的秘

诀只有6个字,今天先告诉你3个字,供你半生受用。”

30年后,这个从前的年轻人已是人到中年,有了一些成就,也添了很多烦恼事。他又去拜访那位长辈。他到了长辈家里,才知道老人家几年前已经去世,家人取出一个密封的信封对他说:“这是长辈生前留给你的,他说有一天你会再来。”这时候他这才想起来,30年前他在这里听到人生的一半秘诀,拆开信封,里面赫然写着3个大字:不要悔。

在年轻人的人生道路上,如果能及时得到一些有益的忠告,点醒自己,以后的路必将顺畅不少。

忠告可以使人认识到在平常状态下,尤其是在处于自我状态下无法认识到的问题。在这个意义上讲,忠告是一剂治疗灵魂疾病的良药,它可以使人清醒地思考人生,认识人生的价值和意义,认清各种在平时认识不到的问题。当你处于困境之时,若有人给你一些有益的忠告,往往会让你恍然大悟,茅塞顿开。一条充满智慧的忠告往往能激发人的潜能,改变人的一生,让一个人从失败走向成功,从忧伤走向快乐,从灰心失意走向奋发图强。

针对年轻人的特点和缺陷,本书精选西方成功学家的人生智慧和励志精华,为年轻人量身打造了一套人生智慧全集,指引他们的人生、事业、生活、家庭获得良性发展。在书中,你可以聆听成功学家的忠告,吸取人生经验,看一看前人走过的路,听一听成功者留下的话,想一想你的得失成败,成就的将是你自己。阅罢此书,你会发现:成功并非遥不可及,当你迷惘、困顿、彷徨、无助的时候,也许只要一声忠告,就可以擦亮你的眼睛,点醒你的人生,指引你走向成功,一切将从此不同。

编者

# 目录

## 前言

### 第一篇：唤起心中的巨人

开启成功之门	/ 3
发掘你的潜能金矿	/ 7
塑造全新的自我	/ 12
超越一成不变的自己	/ 15
乐观的心态是成功的一半	/ 19
改变态度,改变一生	/ 24
发现使你振奋的未来	/ 29
成功人士的七个特质	/ 33
成功并不像想像的那么难	/ 37

### 第二篇：细节决定命运

要学会正确地思考	/ 45
抓住万分之一的机会	/ 50
批评是一门艺术	/ 54
别让自卑限制你的发展	/ 59
如何让别人接受你的想法	/ 64
巧妙地化解敌意	/ 69
每一件事都值得你去做	/ 74
承认错误才能获得好感	/ 78
不要因小事垂头丧气	/ 82
不达目的,绝不罢休	/ 86

### 第三篇：让生活更快乐

---

要学会自己赞成自己	/91
试着让别人快乐起来	/96
学会机智应变的口才	/101
带着乐趣去工作	/106
生活需要效率,更需要休息	/111
挑战生活,才能品尝成功的喜悦	/116
超越自我,拒绝平庸	/122
给予者将会获得更多	/126
不要轻易许下承诺	/131
学会尝试,让生活更美好	/134

### 第四篇：走向事业的颠峰

---

相信自己,你会成功的	/141
多问几个为什么	/144
制定切实的目标	/148
将危机转化为机遇	/153
从平凡中发现伟大	/158
让形象成为你的无形资产	/162
要谨慎,但不要裹足不前	/165
像个骑士一样去战斗	/171
诚实是你的潜在力量	/174
勇于创新是你应有的品质	/179

### 第五篇：使自己腰缠万贯

---

开创自己的事业	/185
拥有健康,才能获得成功	/190

掌握获取财富的途径	/ 195
收获之前先学会付出	/ 200
用别人的钱为自己赚钱	/ 204
学会开源但也要注意节流	/ 211
不要只为了金钱而工作	/ 215
不担风险怎么成为有钱人	/ 220
掌控好时间才能把握财富	/ 226
信念是通往财富的阶梯	/ 230

## 第六篇：把握你生命中的重要因素

共同拥有一个梦想	/ 237
真诚地微笑	/ 241
永远不要低估同情的力量	/ 246
学会体谅你的老板	/ 251
掌握说服的技巧	/ 255
选择合适的合作伙伴	/ 259
优化你人际关系的十二条准则	/ 264
称赞他人的每一个进步	/ 270
不要吝惜自己的爱	/ 274
不要过度竞争,更不要嫉妒	/ 280

## 第七篇：如何营造温馨家庭

用你的爱使他走向成功	/ 287
用行动坚定支持另一半	/ 291
真爱要努力才能获得	/ 296
爱他就让他自在地生活	/ 301
创造温馨的家庭氛围	/ 307
让爱和友谊完美结合	/ 311
家庭生活也讲究礼仪之道	/ 315



不要把婚姻当童话	/ 319
用爱和智慧创造奇迹	/ 325
让家庭幸福美满	/ 329

# 第一篇

## 唤起心中的巨人

*huan qi xin zhong de ju ren*

人类大约有 90%~95% 的潜能都没有得到很好的利用和开发,每个人的身上也都蕴藏着一份特殊的才能,那份才能犹如一位熟睡的巨人,等着我们去唤醒它。上天绝不会亏待任何一个人,上天会给我们每个人无穷无尽的机会去充分发挥所长。只要我们能将潜能发挥得当,你也能成为爱因斯坦,成就卓越人生。





## 开启成功之门

除了生命本身，没有任何才能不需要后天的锻炼。如果你不找失败的借口，失败并不足惧。着手去做吧！不要拖延，现在正是振作的时候。

几年前在奥克拉荷马州的土地上发现了石油，该地的所有权属于一位年老的印第安人。这位老印第安人终生都在贫穷之中，发现石油以后，顿时变成了有钱人，于是他买下一辆凯迪拉克豪华旅行车，买了一顶林肯式的礼帽，结了蝴蝶领带，并且抽一根黑色大雪茄，这就是他出门时的装备。每天他都开车到附近的小奥克拉荷马城。他想看每一个人，也希望被每个人所看到。他是一个友善的老人，当他开车经过城镇时，会把车一下子开到左边，一下子开到右边，来跟他所遇见的每个人说话。有趣的是，他从未撞过人，也从未伤害过人。理由很简单，在那大汽车的正前方，有两匹马拉着。

当地的技师说那辆汽车一点毛病也没有，这位老印第安人永远学不会插入钥匙去开动引擎。汽车内部有一百马力，而现在许多人都误以为那辆汽车只有两马力而已。

心理学家告诉我们，世界上绝大多数人都和那辆汽车一样，我们所用的能力跟我们所拥有的能力相比，大约只用了百分之二至百分之五。

荷尔先生曾说：“人类最大的悲剧并不是自然资源的巨大浪费，虽然这也是悲剧。但最大的悲剧却是人力资源的浪费。”荷尔先生指出，一般人在进入坟墓时，仍带着他尚未演奏的乐器。很不幸的是，所有的乐章都是尚未演奏的。

在一段很长的时间里，人们一直认为一个人一生中可能发生的最大悲剧，是他躺在床上等死时，才得知他的土地中刚发现油井或金矿。而现在人们才知道，一个人永远无法发现潜藏在他自己体内的那笔雄厚的财富，这才是更糟糕的事情。

陆军少校华灵曾说：“如果沉在海底的话，一枚硬币跟一枚值 20 美元的金币价值就一样了。”只有将这些金币捞起来，并且真正地去花，才显出它们价值的大小。当你学会运用自己内在无限的潜能时，你才变得真实而有价值。



你的“自然资源”跟地球上的自然资源不同,如果一直不用的话,就会消磨殆尽。你应该发挥更多的才能,使你自己及其他人,都能享受你提供的事物。你已经拥有很多才能了,现在要多多利用,使你不至变得聪明而破产,你应该聪明而富裕。

出色的人可能来自每一种行业,而且他们时常遭遇到从小儿麻痹症到完全失明一类的障碍。他们都是拒绝接受“失败的借口”,反而使自己变成相当成功和快乐与和谐的人。他们的教育背景可以从小学三年级到博士学位。他们的故事是我们所遇到的最美丽的故事。毫不例外的是,这些成功人士都相信,人是为成就而计划,为成功而奋斗的。

当你用心观察身边的人,你会发现,经常见到人们没有成功,但你很少见到一个不能成功的人。所以从现在开始,你应该接受这个事实:从现在开始,你的现在和未来,都掌握在你的手中。

两个同龄的年轻人同时受雇于一家店铺,并且拿同样的薪水。

可是叫阿诺德的小伙子青云直上,而那个叫布鲁诺的小伙子却仍在原地踏步。布鲁诺很不满意老板的不公正待遇。终于有一天他到老板那儿发牢骚。老板一边耐心地听着他的抱怨,一边在心里盘算着怎样向他解释清楚他和阿诺德之间的差别。

“布鲁诺先生,”老板开口说话了,“您今早到集市上去一下,看看今天早上有什么卖的。”

布鲁诺从集市上回来向老板汇报说,今早集市上只有一个农民拉了一车土豆在卖。

“有多少?”老板问。

布鲁诺赶快戴上帽子又跑到集市上,然后回来告诉老板一共40口袋土豆。

“价格是多少?”

布鲁诺又第三次跑到集市上问来了价钱。

“好吧,”老板对他说,“现在请您坐到这把椅子上,一句话也不要说,看看别人怎么说。”

阿诺德很快就从集市上回来了,并汇报说到现在为止只有一个农民在卖土豆,一共40口袋,价格是多少多少;土豆质量很不错,他带回来一个让老板看看。这个农民一个钟头以后还弄来几箱西红柿,据他看价格非常公道。昨天他们铺子的西红柿卖得很快,库存已经不多了。他想这么便宜的西红柿老板肯定会要进一些的,所以他不仅带回了一个西红柿做样品,而且把那个农民也带

来了，他现在正在外面等回话呢。

此时老板转向了布鲁诺，说：“现在您肯定知道为什么阿诺德的薪水比您高了吧？”

还有一则寓言也许能帮助你了解我的观点。在意大利威尼斯城的一座小山上，住着一个天才老人。据说他能回答任何人提出的问题。当地有两个小孩想愚弄这个老人，他们捕捉了一只小鸟，问老人：“小鸟是死的还是活的？”老人不假思索地说：“孩子，如果我说小鸟是活的，你就会勒紧你的手把它弄死。如果我说是死的，你就会松开你的手让它飞掉。你的手掌握着这只鸟的生死大权。”这个故事没有一丝渲染，也没有一丝保留。你手中握着失败的种子，也握着迈向成功的潜能。你的手有能力，但是必须用到正当的地方，才能得到应有的报酬。

在阅读本书时，记得用笔在吸引你的文字旁边画线：这样能帮助你集中注意力。要是你将这些想法或创意抄到笔记本上的话，你就会变成主动而非被动的读者了。这对复习也很有帮助。重读书与温习这些资料是极其重要的。美国一所杰出的大学研究并发现：人们在接触新资料的两周内，仅记得其中的百分之二而已。假若连续六天都接触同样资料的话，则两周后会记起百分之六十二，但是还有比这更多重要的事情，那就是：你接触资料的时间越多，就越有可能对它采取行动。就像“没有工作的信仰是死的”，没有行动的学习也不能称为学习。

在你认识的人当中，也许有一位想减肥，想回到学校念书、想参加演讲课程、想美化草坪等等但却三心两意的人。不幸的是，这种“三心两意”与“拖延不做”的人，都是万事具备了才要开始做，住院病人永远也做不成任何事情。他们拒绝向自己挑战，对他们来说，生命的球赛好像业已结束。“三心二意”或“拖延不做”的人，意思就是永远不做事的人。

我们要彻底地驳斥一个观念，那就是你必须利用别人、欺骗别人，而且利用不诚实的手段才能成功。事实证明：想在生命中的所有领域获得成功的唯一方法，就是要对你和你的同胞完全诚实。如果你帮助其他人获得他们需要的事物，你也能因而得到想要的事物，而且你帮助的人越多，你得到的也越多。不论你是推销员、医生、商人、学生、机械师、父亲、母亲，甚至是民选政府官员，都完全适合这个真理。

有一次，一个推销员在纽约街头推销气球。生意稍差时，他就会放出一个气球。当气球在空中飘浮时，就有一群新顾客聚拢过来，这时他的生意又会好



一阵子。他每次放的气球都变换颜色，起初是白的，然后是红的，接着是黄的。过了一会儿，一个黑人小男孩拉了一下他的衣袖，望着他；并问了一个有趣的问题：“先生，如果你放的是黑色气球，会不会上升？”气球推销员看了一下这个小孩，就以一种同情、智慧和理解的口吻说：“孩子，那是气球内所装的东西使它们上升的。”这位小孩真是幸运，能够遇上这位见识广博的人。具有深刻洞察力的人，足以看穿别人的心意，并启发其内在的良好品德。

所以，不管你现在是在“决定的山谷”或是在“犹豫的丘陵”，或许你的职业和生活相当顺利，但你一定要系紧安全带，因为你是在前往高峰的旅途中。这是一段很刺激的旅程，比恐怖电影更多紧张悬疑的情节，比莎士比亚的戏剧更多曲折的剧情，比西部武打片更多的动作，而且也比马戏表演更加有趣。它到处充满了爱与欢笑，并提供了比所罗门王宝藏更多的真正报酬。

你要相信你能获得你想要的事物，而不是空想已经拥有的事物。当你相信以后，成功就变得容易得多了。因为你已经迈向相信之路，也就是你已经步入正轨了。

自信意识、成功心理就是要我们靠自己！就像天上不会掉馅饼一样，也不会有人端着大盘子把幸运和成功送给我们任何一个人。如果人生交给我们一道难题要求解答，那么它也会同时交给我们解决这道难题的智慧和能力。但这种智慧和能力总是潜藏在我们的生命里，只有当我们自信加奋斗，自己救自己，它们才会聚集起来，发挥作用。即便你自身条件多么不好，身世多么不幸，但只要你有积极的心理态度，你就能成为一个成功者和有用的人！

## 发掘你的潜能金矿

柏拉图曾指出：“人类具有天生的智慧，人类可以掌握的知识是无限的。”人类大约有 90%~95% 的潜能都没有得到很好的利用和开发，我们每个人都有巨大的潜能等待发掘。所谓“潜能”通常是指一个人身体、心理素质等方面存在的发展可能性。根据人的生长规律，由于在生命成长的各个阶段以及遗传基因的不同，每个人都具有各种潜能。潜能开发的本质是把你天生的智慧潜能循循诱导出来，激活你已拥有的知识和掌握新知识的能力。人的潜能是十分巨大的，我们能做的比我们想到的要多得多。加拿大病态心理学家汉斯·塞耶尔在《梦中的发现》一书里做出了一个十分惊人也极其迷人的估计：人的大脑所包容智力的能量，犹如原子核的物理能量一样巨大。

被尊为“控制论之父”的维纳认为，每一个人，即使是做出了辉煌成就的人，在他一生中所利用大脑的潜能也还不到百亿分之一。他还认为，人脑原则上能储存大量信息，每个人的大脑，能记忆世界上最大的图书馆储存的全部信息。

大自然赐给每个人以巨大的潜能，对于人类所拥有的无限潜能，世界顶尖潜能大师安东尼·罗宾曾讲过这样几段小故事：一位已被医生确定为残疾的美国人，名叫梅尔龙，靠轮椅代步已 12 年。他的身体原本很健康，19 岁那年，他赴越南打仗，被流弹打伤了背部的下半截，被送回美国医治，经过治疗，他虽然逐渐康复，却没法行走了。他整天坐轮椅，觉得此生已经完结，有时就借酒消愁。有一天，他从酒馆出来，照常坐轮椅回家，却碰上三个劫匪，动手抢他的钱包。他拼命呐喊拼命抵抗，却触怒了劫匪，他们竟然放火烧他的轮椅。轮椅突然着火，梅尔龙忘记了自己是残疾人，他拼命逃走，竟然一口气跑完了一条街。事后，梅尔龙说：“如果当时我不逃走，就必然被烧伤，甚至被烧死。我忘了一切，一跃而起，拼命逃跑，直到停下脚步，才发觉自己能够走动。”现在，梅尔龙已在奥马哈城找到一份职业，他已身体健康，与常人一样走动。

另一则故事是这样：有两位年届 70 岁的老太太，一位认为到了这个年纪





可算是人生的尽头，于是便开始料理后事；另一位却认为一个人能做什么事不在于年龄的大小，而在于自己有什么样的想法。于是，她在70岁高龄之际开始学习登山。随后的25年里一直冒险攀登高山，其中几座还是世界上有名的。就在后来，她还以95岁高龄登上了日本的富士山，打破了攀登此山的最高年龄纪录。她就是著名的胡达·克鲁斯老太太。

第三个故事是：一位农夫在谷仓前面注视着一辆轻型卡车快速地开过他的土地。他14岁的儿子正开着这辆车，由于年纪还小，他还不够资格考驾驶执照，但是他对汽车很着迷——似乎已经能够操纵一辆车子，因此农夫就准许他在农场里开这客货两用车，但是不准上外面的路。但是突然间，农夫眼看着汽车翻到水沟里去，他大为惊慌，急忙跑到出事地点。他看到沟里有水，而他的儿子被压在车子下面，躺在那里，只有头的一部分露出水面。这位农夫并不很高大，根据报纸上所说，他有170厘米高，70公斤重。但是他毫不犹豫地跳进水沟，把双手伸到车下，把车子抬了起来，足以让另一位跑来援助的工人把那失去知觉的孩子从下面拽出来。当地的医生很快赶来了，给男孩检查一遍，只有一点皮肉伤，需要治疗，其他毫无损伤。这个时候，农夫却开始觉得奇怪了起来，刚才他去抬车子的时候根本没有停下来想一想自己是不是抬得动。由于好奇，他就再试一次，结果根本就动不了那辆车子。医生说这是奇迹，他解释说身体机能对紧急状况产生反应时，肾上腺就大量分泌出激素，传到整个身体，产生出额外的能量。这就是他可提出来的唯一解释。要分泌出那么多肾上腺激素，首先当然是体内能产生那么多腺体。如果自身没有，任何危急都不足以使其分泌出来。

由此可见，一个人通常都存有极大的潜在体力。这一类的事还告诉我们另一项更重要的事实，农夫在危急情况下产生一种超常的力量，并不仅是肉体反应，它还涉及到心智和精神的力量。当他看到自己的儿子可能要淹死的时候，他的心智反应是要去救儿子，一心只要把压着儿子的卡车抬起来，而再也没有其他的想法。可以说是精神上的肾上腺引发出潜在的力量。而如果情况需要更大的体力，心智状态就可以产生出更大的力量即潜能。

俗话说，急中生智。安东尼·罗宾指出，人在绝境或遇险的时候，往往会发挥出寻常的能力。人没有退路，就会产生一股“爆发力”，这种爆发力即潜能。人的潜能是多方面的：体能、智能、宗教经验、情绪反应等等。然而，由于情境上的限制，人只发挥了其十分之一的潜能。潜能是人类最大而又开发得最少的宝藏！