

SANSHI SUI QIAN BU HAIPA
SANSHI SUI HOU BU HOUHUI

30岁前不害怕 30岁后不后悔

30岁之前的首要目标绝不是挣钱，而是给30岁之后挣个美好的未来。



李维文◎编著

 江西人民出版社
Jiangxi People's Publishing House

SANSHI SUI QIAN BU HAIPA
SANSHI SUI HOU BU HOUHUI

30岁前不害怕 30岁后不后悔

李维文◎编著



江西人民出版社
Jiangxi People's Publishing House
[全十册] [第1版] [第1次印刷]

图书在版编目（C I P）数据

30岁前不害怕，30岁后不后悔 / 李维文编著. — 南昌 : 江西人民出版社, 2014. 6
ISBN 978-7-210-06340-7

I. ①3… II. ①李… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第091118号

30岁前不害怕，30岁后不后悔

李维文/编著

责任编辑/胡滨

出版发行/江西人民出版社

印刷/三河市祥达印刷包装有限公司

版次/2014年6月第1版

2014年6月第1次印刷

开本/700毫米×980毫米 1/16 14印张

字数/180千字

ISBN 978-7-210-06340-7

定价/32.80元

赣版权登字-01-2014-139

版权所有 侵权必究

•
•
•

目录
CONTENTS
—



〔上篇〕

男人的成熟比成功更重要

勾勒清晰的奋斗轨迹

- 003 / 确定心中想要的生活
- 006 / 规划自己的人生路线
- 008 / 把握最重要的事
- 010 / 避免人生最大的遗憾
- 012 / 选择不是单项，错了尽早回头

掌控你的优势与天赋

- 015 / 经营长处，发挥优势
- 019 / 变换你的“思考帽”
- 022 / 心理优势是反败为胜的有力武器
- 025 / 珍惜独一无二的性格

坏牌也不一定输

- 028 / 人生的低谷是一面镜子
- 030 / 打败你的不是处境，是悲观
- 033 / 从自己身上撕掉失败的标签
- 036 / 扼住命运的喉咙，你的人生没有败局

实力是你的立身之本

- 039 / 使自己无可替代
- 041 / 人无我有，能人所不能
- 045 / 优秀源自不断地学习

眼光：短视的人到达不了远方

- 048 / 对未来有所预见
- 049 / 在最困难时要有长远的眼光
- 051 / 与暂时不得势的人交往
- 053 / 对不了解的事不可妄下结论
- 055 / 把伤害刻在沙滩上

格局决定结局

- 058 / 付之一笑，人生才会活出大境界
- 060 / 有什么样的人生格局，就有什么样的人生结局
- 062 / 未来安排不了，但预见得了
- 063 / 心的体积很小，世界却很大
- 065 / 打开自己，你就赢得整个世界
- 067 / 宁可在尝试中失败，也不在保守中成功

成大事者不能缺少魄力

- 070 / 有野心的人才能得到世界
- 072 / 凡成功者无不懂得自制
- 074 / 果断是成功的资本
- 076 / 管他风吹浪打，我自闲庭信步
- 078 / 握紧自我情绪的遥控器

冒险是成功人士的标签

- 085 / 男人再穷也要站在富人堆里

- 087 / 用坚忍创造闪光的快乐
089 / 铤而走险会取得意想不到的结果
094 / 在一片赞扬声中成功

低调做人，进退自如

- 100 / 退一步自有妙处
103 / 放下身段等成功时机
105 / 得志便猖狂要不得
106 / 隐藏自己的想法才能全身而退

得与失的方寸之间

- 108 / 翅膀挂满金子的小鸟飞不起来
109 / 坚持容易碰壁，放弃也是一种变通
111 / 拿得起放得下
113 / 小事糊涂，大事清楚
117 / 不能锋芒毕露
118 / 再狡猾的狐狸总会遇到猎手

成就大业需要一点儿“城府”

- 121 / 势不如人时要能忍辱负重
122 / 将实力隐藏到底
125 / 心有城府不计较一时得失
126 / 离间对手以削弱其实力

学会弯曲是一种智慧

- 129 / 博弈是为了获取最大利益
131 / 弯曲适度，才能跳得更高
133 / 做大事必先做人
134 / 大智若愚是一种高明智谋
137 / 给失败留存有余地

〔下篇〕

女人就是要幸福

不一定做女强人，但一定要做强女人

- 141 / 自怨自艾的女人已经失去市场
143 / 扶摇直上，人在低处也飞扬
144 / 站起来，拥抱挫折

在仅有的一次生命里活出自我

- 147 / 一旦想成为别人，代价就是失去自己
149 / 秉持自我本色
151 / 莫为迎合他人而存在

不要对世界习以为常

- 153 / 停滞不前，是好奇心丧失的结果
154 / 好奇心是获得智慧的关键
155 / 永远用新生儿的眼光看世界

封印幽暗，给自己三天光明

- 158 / 和自己赛跑，不与别人比较
160 / 不要打肿脸做虚荣“假贵族”
162 / 让嫉妒成为一种正面的力量

独立的女人，幸福感更强

- 164 / 记住，男人不是女人的救世主
166 / 自强不息——最好的“爱人”和“依靠”

可以不够美丽，但必须独具魅力

- 169 / 内涵是女人最好的化妆品
- 171 / 至少要有一样很在行
- 173 / 让优雅从内心绽放出来

做女人就要有点女人的样儿

- 175 / 温柔，不可失去的女人味
- 177 / 梨花带雨——女人作秀的最佳道具
- 179 / 善用媚商，做男人触不到的女人

宽心，快乐是自找的

- 182 / 过于计较是跟自己过不去
- 184 / 没什么事是值得忧虑的
- 186 / 删繁就简，让心灵回归简单

不给生活开空头支票

- 188 / 珍视你所拥有的，遗忘你所没有的
- 189 / 别给当下制造过多的痛苦
- 191 / 无论身处何地，全然地处于当下

“会来事”比“会干事”更吃香

- 194 / 聪明具有副作用
- 195 / 行走社会要有点“会来事”的心思

- 197 / 多听少说，招人待见
199 / 丈夫不忠，妻子切忌陷入误区
201 / 学会闭一只眼，幸福才能更久远

理性思考，感性生活

- 204 / 停下来，问问自己——“你在忙什么？”
205 / 掌握工作与生活的平衡
207 / 放轻松些，生活更美好

再苦也要笑一笑

- 210 / 留一点儿时间给自己
212 / 你对生活微笑，生活就会对你微笑
213 / 别把整个生活都泡在苦水里

〔上篇〕

男人的成熟比
成功更重要



勾勒清晰的奋斗轨迹

确定心中想要的生活

1953年，美国哈佛大学曾对当时的应届毕业生做过一次调查，询问他们是否对自己的未来有清晰明确的目标以及达到目标的书面计划，结果只有不到3%的学生有肯定的答复。20年后，研究者再次访问了当年接受调查的毕业生，结果发现那些有明确目标及计划的3%的学生，在20年后不论在事业成就、快乐及幸福程度上都高于其他人。尤其是，这3%的人的财富总和，居然大于另外97%的所有学生的财富总和，而这就是设定目标的力量。

确立目标，是人生规划的第一乐章。不甘做平庸之辈的人，必须有一个明确的追求目标，才能调动起自己的智慧和精力。

在现实生活中，确有许多“平庸之辈”有不甘平庸之心。这是一个积极处世的人不容回避的问题。作为一个平凡的人，尽管不可能轰轰烈烈，但是能使平凡的人生较常人稍许不平凡一些，尽可能比别人强一些，是肯定能办到的。

我们需要提升生存的智慧，思考成功，追求卓越，对人生的意义、人生的价值、人生的幸福等问题交出较满意的答卷。不甘平庸，崇尚奋斗，正是人生之歌的主旋律。

没有明确的目标，没有目标的努力，显然如竹篮打水，终将一无所有。

目标是成功的基石，是成功路上的里程碑。目标能给你一个看得见的靶子，一步一个脚印去实现这些目标，你就会有成就感，就会信心百倍，向高峰挺进。

成功是每一个追求者所热烈企盼和向往的，是每一个奋斗者为之倾心的夙愿。在目标的推动下，人就能够被激励、鞭策，处于一种昂扬、激奋的状态，去积极进取、创造，向着美好的未来挺进。

目标是一种持久的渴望，是一种深藏于心底的潜意识，它能长时间调动你的创造激情，调动你的心力。你一旦想到这种强烈的愿望，就会产生一种不竭的动力，就会有一种钢铸的精神支柱。一想到它，你就会为之奋力拼搏，就会尽力完善自我，在艰难险阻面前，绝不会轻易说“不”字，为了目标的实现，去勇敢地超越自我，跨越障碍，踏出一条坦途。

目标是信念、志向的具体化，奋斗者一定要有梦想，梦想正是步入成功殿堂的源泉。许多英俊俊杰都是出色的梦想者。他们梦想的目标一旦确立，就会万难不屈、坚毅果敢，充分发掘自己的潜能，将自己的才华优势发挥到极致，以百倍的努力冲刺、攀登。

正如美国成功学家拿破仑·希尔所言：“你过去或现在的情况并不重要，你将来想获得什么样的成就才最重要。除非你对未来有理想，否则做不出什么大事来。有了目标，内心的力量才会找到方向。”

可以说，一个人之所以伟大，首先在于他有一个伟大的目标。

规划你的人生，确定目标是首要的战略问题。目标能够指导人生，规范人生，是成功之第一要义。目标之于事业，具有举足轻重的作用。忽视目标定位的人，或是始终确定不了目标的人，他的努力就会事倍功半，难

以达到理想的彼岸。

日常生活中，你一定会先决定目的地，并且带好地图才出远门。然而，100个人当中，大约只有两个人清楚自己一生要的是什么，并且有可行的计划达到目标。这些人都是各行各业中的领导者——没有虚度此生的成功者。因为，一个一心向着自己目标前进的人，整个世界都会为他让路。如果你确定知道自己要什么，对自己的能力有绝对的信心，你就会成功。如果你还不知道自己的一生想要追求什么，现在就开始，此时此刻，想好自己要什么，你有几分的决心，何时会做到。

确定心中想要的生活，利用以下四个步骤，认清你的目标：

1. 把你最想要的东西，用一句话清楚地写下来；当你得到你想要的事物，你就成功了。
2. 写出明确的计划，如何达成这个目标，清楚地写出你要怎么做。
3. 订出完成既定目标明确的时间表。
4. 牢记你所写的东西，每天复述几遍。

遵照这几项步骤，很快地，你可能会惊讶地发现，你的人生愈变愈好。这一套模式将引导你与无形的伙伴结合，让它替你除去途中的障碍，带来你梦寐以求的有利机会。持续进行这些步骤，你就不会因为别人的怀疑而动摇。

记住，任何事情都不会偶然发生，都一定是有原因的，包括个人的成功。成功都是下定决心，相信自己会做到的人，以切实的行动、谨慎的规划及不懈的努力而达到目标。

明确的目标让“不可能”失去作用，它是所有成功的起点。不用花一分钱，每个人都可以轻易拥有；只要下定决心，确实执行。

一心一意地专注于你的目标，才能确保成功。思考并且规划你想要追求的目标，完全不去理会任何干扰。这就是所有成功的人所遵循的公式。

规划自己的人生路线

人的一生如此短促，一些小小的成功，固然只需要付出很小的精力及很短的时间，但想要获得较大成就，一定要投入很大的精力及很长的时间。以一天为例，只要集中精力有效利用这一天，日后还是会留有这一天努力的成果；而如果不立目标，人云亦云，改变了最初的打算和自己的生活方式，得过且过，一天如此，一周如此，一月如此，一年如此，一生将都是如此。

在目标的实现过程中，既有有利条件，也有不利条件，你必须认真分析，从而利用有利条件克服不利条件，通过认识这些主客观条件去制订实现目标的计划。同时你要了解制订计划、达到目标的过程中自己所必须具备的素质、能力、条件等，找出实现目标的阻碍，如性格上的缺陷、情感过于轻浮、做事缺乏头脑，等等。这些都是你前进步伐的绊脚石，你必须先看清楚，正视它们，才能达到梦想与现实完美统一的层次。

第一，了解自己想做什么。

按愿望关系分类，可将人分为：

1. 确切知道自己在生活中想做什么并且付诸实施的人。
2. 不知道也不想知道自己想做什么的人。他们害怕自己有理想，他们说：“我实际想要的东西，从来没得到过。所以我干脆也不去想了。”这些人实际上并不知道他们想要做什么。一个愿望刚出现在他们的意识中，就已被他们扼杀在摇篮里：“我能做到吗？我有资格做吗？别人将会怎么说呢？如果我不能胜任，结果会怎样呢？”如果说这些人也想做些什么的话，那也只是别人想做的而不是他们自己想做的。

3. 看起来非常清楚自己想做什么的人，而实际上他们对此却一无所知。他们与上面提到的两类人的区别在于：他们非常重视给别人留下一种印象，好像他们知道自己想做什么。这使得他们比较自信，看起来也比别人略高一等。

第二，了解自己能做什么。

按能力关系分类，同样可将人划分为三类：

1. 过低估计自己的人。
2. 无限高估自己的人。
3. 正确估计自己，能得到他们想要得到的东西的人。

第三，将愿望和能力、现实相统一。

拥有一份计划的第三点在于，将我们想做和我们能做的与现实相统一。这是因为，只有将我们实现愿望的多种情况都考虑在计划之内，我们的愿望才能得以实现。

简而言之，我们所有的愿望的极限是我们自己。我们应该了解：我们今天是什么，我们今天能做什么，而不是别人是什么或者别人能做什么，或者我们自己期盼着明天是什么。要想获得幸福，我们必须动用我们所拥有的一切。大多数人都心存不满，其原因只有一个：他们至今都不懂得如何从自己的生活现实出发，去做得更好。

第四，为了达到目标，必须学会放弃。

当今时代的一个典型特征，就是人们认为他们不应错过生命所赋予他们的一切。那种抑制不住的贪婪欲望促使他们想知道一切，拥有一切，搞得自己一生就像是在进行百米赛跑。

为了不错过一切，很多人忽略了这个不容改变的现实：在我们的生活中没有任何东西，绝对没有任何东西，让我们不需要为它付出相应的代

价。这种代价就是放弃。

因为我们总是在想我们想得到什么，而不去想为了得到它我们必须放弃什么，所以很多人的一生中都不断地充满了失望。

他们想拥有别人所拥有的一切，想立即拥有并尽可能地拥有。当然他们还想拥有永远的安全，而在这种安全第二天就消失时，他们会感到极度失望。

为什么会这样呢？

答案既简单又明了：他们制定了一个目标、一个理想、一份计划，但他们没有同时决定为了达到这一目标自己应首先放弃什么。

所以，拥有一份计划，用以消除所有影响，去做有利于我们的幸福、成功和自我实现的唯一正确的事情，这意味着：

一方面我们必须做出决定，什么有利于实现我们的计划，并要毫不犹豫地去实施这份计划。

另一方面我们必须决定，尽管有些东西目前看起来十分诱人，却不利于计划的实现，所以必须放弃它们。

规划自己的人生路线，只有从以上四个方面着手，才能勾勒出自己清晰的人生轨迹。

把握最重要的事

我们每天都在做事，做的事也不尽相同，但我们的做法却只有两种：聪明和愚蠢。由此，做事的人也可以分为两种：聪明的和愚蠢的。

聪明的人绝不会像凡夫俗子一样浪费时间，他要以并不长的生命，完成许多一流的事。他不能过凡夫俗子的生活，不能在人生的许多事情上，做出凡夫俗子的反应。他必须放弃或减少凡夫俗子的快乐、交游、娱乐、