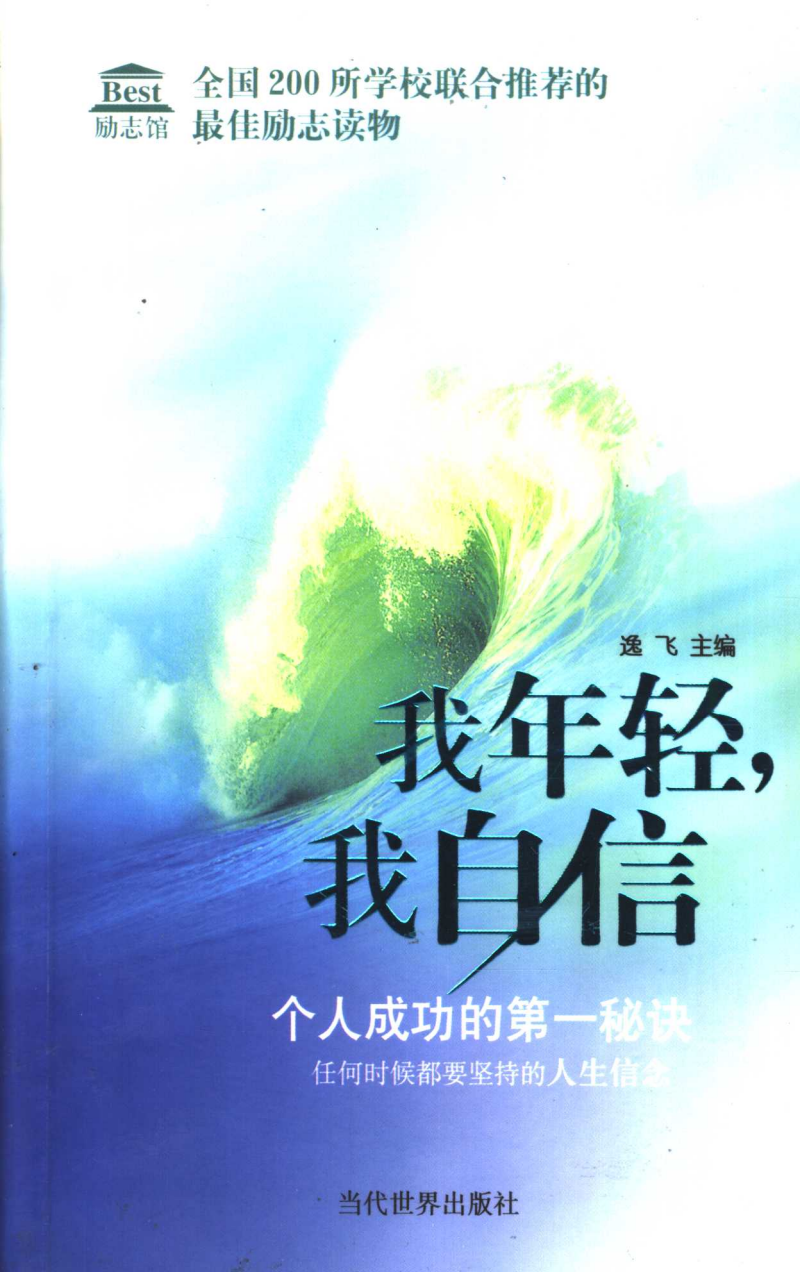




Best
励志馆

全国 200 所学校联合推荐的
最佳励志读物

逸飞 主编

我年轻， 我自信

个人成功的第一秘诀

任何时候都要坚持的人生信念

当代世界出版社

逸飞 主编

我年轻， 我自信


Best
励志馆

全国 200 所学校联合推荐的
最佳励志读物

当代世界出版社

图书在版编目(CIP)数据

我年轻,我自信/逸飞主编. —北京:当代世界出版社,
2004. 8

(Best 励志馆;8)

ISBN 7 - 80115 - 787 - 7

I. 我... II. 逸... III. 成功心理学—通俗读物
IV. B848. 4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 073267 号

出版发行:当代世界出版社

地 址:北京市复兴路 4 号(100860)

网 址:<http://www.hmok.net>

经 销:全国新华书店

印 刷:固安保利达印务有限公司印刷

开 本:720 × 940 毫米 1/32

印 张:6.5

字 数:80 千字

版 次:2004 年 9 月第 1 版

印 次:2004 年 9 月第 1 次

印 数:1 ~ 5000 册

书 号:7 - 80115 - 787 - 7/B · 54

定 价:128 元(全 10 册) 本册:12.80 元

如发现印装质量问题,请与承印厂联系调换

版权所有 翻印必究 印装有误 负责调换

序 言

英国著名政治家和作家迪斯雷利说过这样一句话：
“死脑筋的人相信命运，活脑筋的人则相信机会。”

相信命运的人随波逐流，最终被命运的漩涡扼住了咽喉，相信机会的人却主动出击，自强不息，最终扼住命运的咽喉，实现了自己的梦想。

是啊！我们心中都有自己的梦想，有人希望能过上高品质的人生，有人则希望改造这个社会，然而因为生活的挫折和日常琐碎，许多人的梦就此缩水，甚至永远放弃了。但是我们是否知道，一旦人没有了做梦的念头，人生也就注定了不会成为赢家。

给自己一个梦想，从今往后全力以赴不负此生，当我们内心涌起这样的豪情后，就将给我们带来令人难以置信的结果。

因为，在我们每个人的身上都拥有可以立即支取的能力，只要你能够在生活中用心便能有所成

就。“用心”有如一束激光，能够排除一切横在前面的障碍，如果你能保持不断进取，对自己严加要求，最终必能开创出不寻常的人生。这个世界上之所以只有极少数的人能成就伟大的事业，乃是因为他们曾经用心去做每一件事情。

《best 励志馆》丛书告诉我们：只要我们下定决心要有所改变，那么长久以来所做的美梦便可以实现。

在我们的人生里很多人都知道哪些事该做，然而真正力行去做的人却不多，因此，光是知道哪些事该做仍是不够的，你还得拿出行动才是。你可把本套丛书视为行动指南，教你如何提高人生的品质，从其中领悟出人生的乐趣。

有句话说“熟能生巧”，因此，希望你能反复地阅读本丛书，钻研其中所说的各样法则或道理，并不时地运用于生活之中，那就有迈向成功的可能，因为在你的身上早就蕴藏着无比的潜能。

是的，人生实在宝贵，它赋予我们每个人独有的权利、机会和责任，只要我们有志去耕耘就能结出丰硕的果实。现在就让我们走上这条探索的道路吧！



辑

1

点燃心灵之灯

在生命的旅途中，一定会遇到各种挫折和困境。这时，只要心头有一个坚定的信念，努力地去寻找，就一定会渡过难关的。

信念的法则	2
点燃心灵之灯	8
自己为自己加油	12
不可没有的障碍	16
发现成功的力量	19
点燃希望之灯	22



辑2

收获希望的阳光

把封闭的心灵敞开,内心的阳光就能驱散其中的阴暗。

卓越与梦想	27
不要空手爬起来	31
收获希望的阳光	35
请不要开错窗	38
失败是自己的感觉	41
习惯预示着危险	48
创新与灭亡	52
美好的错觉	55





辑3

生命中的宝石

事实上，在我们短暂的一生中，机遇一直存在着，我们需要的只是准确地认识它们。

再坚持一下	59
生活给我们空间	62
梦想是你的宝贝	67
生命中的宝石	70
享受等待的美妙	73
不会改变的价值	77
时刻看到希望	80
绝望中寻找希望	84



辑4

将每天的事做好

世界上有两种人：一种人先想到工作的责任,然后从工作中发掘乐趣。而另外一种人却只想到如何享乐,然后再想到工作的责任。

百分之百的投入	89
超越自我	95
抛开昨天的自己	102
将每天的事做好	106
保持平静的心态	109
生命的柠檬茶	113
发挥无限的潜能	119
发挥自己的优势	123





辑5

把心灵之门打开

生命就是一个追逐、继续的过程，也许我们跑得并不十分快，但还是得尽自己最大的能力跑完全程，将手中的接力棒交出去。

决定自己的方向	127
寻求被征服	130
自我的心理高度	134
付出也是收获	139
不妨改变一下	143
为生命作计划	148
智者的人生秘诀	152
把心灵之门打开	155



辑6

简单的道理

一个人只顾眼前利益,得到的终将是短暂的欢愉;一个人目标高远,但还需要面对现实生活。

没有不劳而获	159
时间的银行	163
把握生活的每一天	167
6/6 的人生	171
简单的道理	174
启示的启示	177
用心去欣赏自己	181





Chapter 1

点燃心灵之灯

在生命的旅途中，一定会遇到各种挫折和困境。这时，只要心头有一个坚定的信念，努力地去寻找，就一定会渡过难关的。



信念的法则

人类是自己思想的产物，所以我们应当有高标准，提高自信心，并且执著地相信必能成功，高标准会使你朝高处走。

哈佛大学的一位教授主持了一个有趣的实验，实验对象是三群学生与三群老鼠。

他对第一群学生说：“你们很幸运，你们将和天才小白鼠同在一起。这些小白鼠相当聪明，它们会到达迷宫的终点，并且吃许多干酪，所以要多买一些喂它们。”

他告诉第二群学生说：“你们的小白鼠只是普通的小白鼠，不太聪明。它们最后还是会到达迷宫的终点的，并且吃一些干酪，但是不要对它们期望太高，它们的能力与智能都很普通。”

他告诉第三群学生说：“这些小白鼠是真正的笨蛋。如果它们能找到迷宫的终点，那真是意外。它们的表现或许很差，我想你们甚至不必买干酪，只

要在迷宫终点画上干酪就行了。”

以后六个星期，学生们都在精心地从事实验。天才小白鼠就像天才人物一样地行事，它们在短时间内很快就到达了迷宫的终点。你期望从一群“普通小白鼠”那里得到什么结果呢？它们也会到达终点，但是在这个过程中并没有写下任何速度记录。至于那些愚蠢的小白鼠，那更不用说了，它们都有真正的困难，只有一只最后找到迷宫的终点，那可以说是一个明显的意外。

有趣的事情是，根本没有所谓的天才小白鼠和愚蠢小白鼠之分，它们都是同一窝小白鼠中的普通小白鼠。这些小白鼠的成绩之所以不同，是参加实验的学生态度不同而产生的直接结果。简而言之，学生们因为听说小白鼠不同而采取了不同的态度，而不同的态度导致不同的结果。学生们并不懂得小白鼠的语言，但是小白鼠懂得态度，因而态度就是语言。

人生的法则就是信念的法则。在“运气”这个词的前面应该再加上一个词，就是“勇气”。相信运气

可支配个人命运的人,总是在等待着什么奇迹的出现。这种人只要他上床稍稍躺一下,就会梦见中了大奖或者是挖到金矿;而那些不这样想的人,就会依据个人心态的趋向为他自己的未来去不断努力。

依赖运气的人们常常满腹牢骚,只是一味地期待着机遇的来临。至于获得成功的人,他觉得惟有信念方能左右命运,因此他只相信自己的信念。

在别人看来不可能的事,如果当事人能从潜在意识去认为“可能”,也就是相信可能做到的话,事情就会按照那个人信念的强度如何,而从潜意识中激发出极大的力量来。这时,即使表面看来不可能的事,也能够做到了。

人类是自己思想的产物,所以我们应当有高标准,提高自信心,并且执著地相信必能成功,高标准会使你朝高处走。

成功意味着许多美好、积极的事物。成功——成就,就是生命的最终目标。

人人都希望成功,最实用的成功经验,那就是

“坚定不移的信心”。可是真正相信自己的人并不多,结果,真正做到的人也不多。

有时候,你可能会听到这样的话:“光是像阿里巴巴那样喊‘芝麻,开门’,就想使门真的移开,那是根本不可能的。”说这话的人把“信心”和“想像”等同起来了。不错,你无法用“想像”来移动一座山,也无法靠“想像”实现你的目标,但是只要有信心,你就能移动一座山。只要相信你能成功,你就会赢得成功。

关于信心的威力,并没有什么神奇或神秘可言。信心起作用的过程其实很简单:相信“我确实能做到”的态度,产生了能力、技巧与精力这些必备条件,每当你相信“我能做到”时,自然就会想出“如何去做”的方法。

大部分的人可能都认为自己不是个成功的人,而且也认为成功对自己来说是不可能实现的,说不定早已灰心丧气了。的确,成功的人不多,所以或许是个不幸的人。但真正的事实却是:其实任何人都有成功的机会,只是想不想去获得它而已。因为

你早已放弃成功的想法,所以机会就弃你而去。

如果你想成功的话,首先必须希望成功,相信会成功。