

你是否感慨漫漫人生路，一直在迷路？
你是否疑惑在一个讲究“拼”的时代，要“拼”什么才能“拼”出未来？
最亲切的新生代智慧背囊，让无数年轻人在浮躁尘世中收获安然与淡定。



青春能量读本

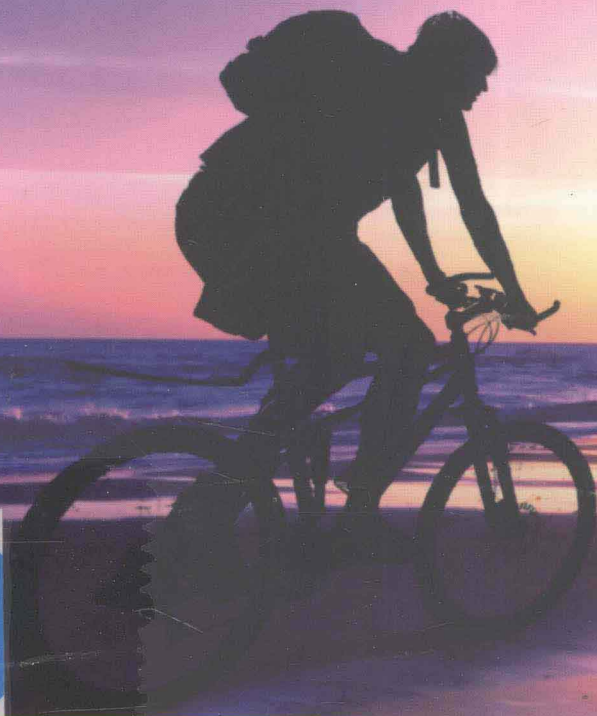
读懂人生的第一本书

温情暖心之作

假如年轻时 就知道 这些道理

JIARU NIANQING SHI
JIU ZHIDAO ZHAXIE DAOLI

蔡怡璇 ◎ 编著



不想苦一辈子，就要学会苦一阵子！

出来闯的年轻人都要懂！

中国华侨出版社



青春能量读本

读懂人生的第一本书

温情暖心之作

假如年轻时 就知道 这些道理

JIARU NIANQING SHI
JIU ZHIDAO ZHAXIE DAOLI

蔡怡璇 ◎ 编著



中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

假如年轻时就知道这些道理 / 蔡怡璇编著. —北京:
中国华侨出版社, 2012.5

ISBN 978-7-5113-2271-5

I. ①假… II. ①蔡… III. ①人生哲学-青年读物
IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 055994 号

假如年轻时就知道这些道理

编 著 / 蔡怡璇

责任编辑 / 晴 光

责任校对 / 李向荣

经 销 / 新华书店

开 本 / 787×1092 毫米 1/16 开 印张/17 字数/227 千字

印 刷 / 北京溢漾印刷有限公司

版 次 / 2012 年 6 月第 1 版 2012 年 6 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-2271-5

定 价 / 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编:100028

法律顾问:陈鹰律师事务所

编辑部:(010)64443056 64443979

发行部:(010)64443051 传真:(010)64439708

网址:www.oveaschin.com

E-mail:oveaschin@sina.com



前 言 QIANYAN

伟大的哲学家苏格拉底说：“人生是一次无法重复的选择。”的确如此。因为人生无法再来一次，所以每个人都希望自己能取得成功，尽量避免失败或走弯路。然而，无论在工作还是生活中，我们总会犯一些这样或那样的错误，遭受一些这样或那样的挫折。

究竟如何才能正确地把握人生？如何才能领会生活的真谛？这成了一代又一代人穷追不舍的问题。当我们青春不再，年华即逝的时候，终于开始反省，如果我们年轻时就知道这些道理，人生一定不会仅仅如此。如果人生可以重来一次的话，我们一定可以活得更精彩！

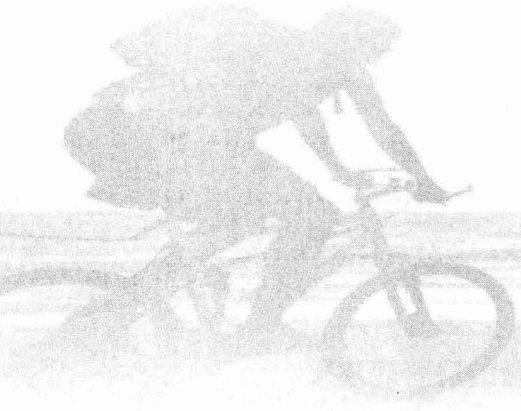
然而，人生无法重复，已经不再年轻的前辈在悔恨的同时，只希望能把这些人生道理告诉给下一代，以免他们重蹈覆辙。那么，这些道理果然有用吗？答案是肯定的。因为这些人生道理是无数前人成功的经验和失败的教训所总结归纳出来的规律，是他们人生道路上的智慧结晶，是一盏盏指引我们绕开阻碍、奔向理想的明灯。

生活就像一杯茶，它不会苦一辈子，但总会苦一阵子。年轻的时候吃点苦不要紧，总比年老的时候吃尽苦头要好得多。很多年轻人遇到点挫折

就开始意志消沉,其实挫折只不过是成功路上的毛毛雨,它不但能滋润你成长,更能磨砺你的心智。因此,不要害怕吃苦,不要躲避挫折,暴风雨只有来得更猛烈些,我们才能得到最透彻的人生洗礼。

年轻人要知道,社会永远不会等待你成长;年轻人要知道,一旦你走出家门,你就已经是个独立的“社会人”,你只有做好社会的“学徒”,才能快速地成长起来;年轻人要知道,就算你的父母积累了再多财富,也不要妄想坐在父辈的肩膀上啃苹果。只有靠自己的真本事,打拼出属于自己的一片天地;年轻人要知道,犯了错不要紧,但一定要知道悔改……

《假如年轻时就知道这些道理》是一本写给年轻人的书,它高度浓缩不同时代、不同领域人们的智慧精华,是一部囊括几代人智慧的哲理圣经,一部成就成功与完美的人生指南。年轻人能从中体验到众多平凡人在生活、事业、情感等方面所展现出的不平凡的聪慧。掌握了本书精华,年轻人将不再对自己的人生说“假如”,因为它能帮你从容面对人生道路上的种种问题,少走一些弯路,少受一些挫折,从而顺利攀上人生的巅峰。



目 录 MULU

道理 1 年轻不是慵懒的资本,虚度的人生会变成一场凄凉的悲剧

虚度光阴是对生命的最大浪费	1
勤奋才能成就卓越的人生	4
学会充分合理地利用时间	7

道理 2 生活就像一杯茶,不会苦一辈子,但总会苦一阵子

年轻人的成长符合蘑菇定律	10
阳光总在风雨后	13
苦中作乐是一种大智慧	16

道理 3 社会不会等待你去成长

学会认识自己,才能更快地成长	19
成长就是不断超越自己	22
告别稚嫩,拥有成熟的心态	25

道理 4 生活可以有回忆,但不能只有回忆

生活,不仅有回忆,更要继续	29
既然已成往事,何必念念不忘	32
只有今天才是最真实的	35

道理 5 靠自己打开前途,不要坐在父母的肩膀摘苹果

“啃老族”做不得	38
靠自己才是真本事	41
让父母歇一歇	44

道理 6 道不同可相为谋,在交往中让自己学到更多

道不同,也相为谋	47
人生处处皆学问	50
能力多半是“偷”来的	53

道理 7 形象是一种资本

爱美之心人皆有之	56
学会穿衣打扮,为自己的形象加分	59
礼仪是人的第二张脸	61

道理 8 微笑的人不一定没有痛苦,他们不过是看开了,放下了

看开了,云淡风轻	65
学会微笑着面对世界	68
保持一颗平常心	71

道理 9 眼睛盯着别人的幸福,不如用心感受自己的幸福

别盯着别人的幸福	75
幸福来自内心的感受	78
幸福不是去追求想要的,而是珍惜现在所拥有的	81

道理 10 活着不是为了不停地赶路,放慢脚步会发现更多的美景

生命承受不起太匆匆	84
慢点走,反而先到终点	87
不要忽略了路上的美景	90

道理 11 社会分工需要精益求精

做一个专家型人才	93
专注于一个目标	96

道理 12 别让痛苦持久地占据你的内心

智者,善于忘记痛苦	100
放下痛苦,才能活得快乐	103

道理 13 世界上最大的噪音是人们的抱怨

抱怨是阻止进步的魔咒	106
放弃抱怨才能赢	109
有责任心的人不会抱怨	112

道理 14 每段路都是有价值的,不怕绕弯就怕不走

不怕走弯路,就怕不走路	115
不要催一下走一下	118
失误是另一种收获	121

道理 15 把不咸不淡的日子过得精彩,就是最大的成功

平淡是生活的主旋律	125
把平淡的日子过得精彩	127

道理 16 眼见并不一定为“实”,不要过分相信你的眼睛

事情也许并不是你看到的那样	131
学会用辩证的眼光看问题	134
心灵比眼睛看到的東西更多	137

道理 17 行动是走向成功的开始

只有前行,路才会延伸	141
不拖延,立即行动	144
行动决定命运	147

道理 18 没有永久的胜利者,该放手时需放手

巅峰时期莫得意	150
胜负乃人生常事	153
学会放下,收获快乐	155

道理 19 挫折是成功路上的毛毛雨

挫折是成功前的坎儿	159
困境是造就强者的学校	162
坦然接受“不幸”的磨炼	165

道理 20 敬业,永远是看起来吃亏实际受益的事

活儿是为自己做的	168
敬业就是比别人多做一点	171
敬业不是真的“吃亏”	174

道理 21 不要过分计较意外的得失,人不应该成为金钱的奴隶

生活中难免有得失	178
平静地对待得失	181
人不应该成为金钱的奴隶	184

道理 22 天使会飞是因为她把自己看得很轻

别把自己当成舞台上的明星	188
别总把自己的长处挂在嘴边	190
画地自限只会使你困于樊笼	193

道理 23 憎恨别人是一种很大的损失,原谅是给自己留下回旋空间

仇恨只能伤害自己	196
原谅他人,就是为自己松绑	199

假如年轻时就知道这些道理

得理也要让三分 203

道理 24 很多事不能只靠自己的力量,站在巨人的肩膀上可以走得更远

求同存异,单打独斗难成气候 206

寻找帮你抬水喝的人 209

只有站在巨人的肩膀上,才能成为巨人 213

道理 25 走出家门,就不要奢求迁就和体谅

走出家门,你就变成真正的“社会人” 217

社会不会因为年轻而迁就你 220

做好“学徒”才有前途 223

道理 26 学会控制自己的情绪,有些事经不起任性赌气的折腾

管不住情绪,吃亏的是自己 227

心情好,事情才能做好 231

道理 27 不要草率结婚,因为生活不是风花雪月

婚姻不是儿戏,“闪婚”要谨慎 235

结婚不只是两个人的事 238

婚姻不是童话 241

道理 28 在一切还来得及的时候,按照理想创造生活

人生可以随时重新开始	244
活出自己的精彩	248
心有多大,舞台就有多大	251



年轻不是慵懒的资本， 虚度的人生会变成一场凄凉的悲剧

虚度光阴是对生命的最大浪费

《头脑中的绿洲》一书中有这样一个故事：

埃斯特先生买了一幢海滨别墅。每天下班他都会看到一个人从他花园里扛走一个箱子，他一直没来得及喊对方停下来。有一天，他去追赶那个人，追到一个峡谷边的时候，埃斯特发现陌生人卸下箱子扔进了峡谷，而峡谷下面已经有不少这样的箱子了。于是，他奇怪地问陌生人这是怎么回事，陌生人说箱子里装的都是他虚度的时光。埃斯特看过箱子后非常难过，求陌生人取回这些箱子。陌生人却说一切都太迟了，然后便跟箱子一起消失了……

世界上最宝贵的就是时间，最值得珍惜的就是今天。孔子在河岸上看着浩浩荡荡、汹涌向前的河水曾这样说道：“逝者如斯夫，不舍昼夜。”意思是：过去的一切就像这奔流的河水一样，不论白天黑夜不停不息地流逝。光阴总是匆匆而去，不论对谁，它都不会有所留恋。

因此，年轻人一定不要虚度光阴，否则随着年龄的增长，等到容颜憔悴了，精力衰退了，却发现自己一路走来并没有留下什么坚实的足迹，就

假如年轻时就知道这些道理

已经错过了最美好的花期,悔之晚矣。

马晓欣是某重点大学英语系的大四学生。在刚进入大学时,由于高考压力的瞬间释放,她一下子放松了下来。她再也不用起早贪黑地去做那些堆积如山的作业,也不用再为那些大大小小的考试而废寝忘食。而且,每天除了上几节课,她自己可以支配所有的空闲时间。

因为开始了无拘无束的住校生活,马晓欣感觉自己终于自由了。于是,除了上课,她一有时间便和寝室姐妹出去逛街,或漫无目的地在网上“冲浪”,遇到节假日就约好友出去旅行。总之,马晓欣完全把学业抛在了脑后,再没去过图书馆自习室,大学两年半的时间,就这样浑浑噩噩地过去了。

到了大三下半学期,眼看着同学们一个个过了英语专业四级,甚至有些人过了专业八级,手里还没有一个英语证书的马晓欣这才开始发慌了。她赶紧突击两个月,勉强算是把英语专业四级的证书给拿了下来,可之后又松懈下来了。

等到大四过了一半,马上面临毕业、就业的问题时,马晓欣才感到自己的“含金量”是那么不够,而时间又是那么有限。“如果能再给我一年在校学习的时间,那该有多好啊!”然而还没等她感慨完毕,就已经进入撰写论文、毕业实习的阶段了。

于是,毕业之后的招聘会上,马晓欣只有一个可怜巴巴的“专四”证书。作为一个英语专业的学生,没有“专八”证书的她,成了没人要的“可怜孩子”,那些招聘单位既然有大批竞争力更强的求职者应聘,谁还愿意多看她一眼呢?

结果,三个多月过去了,马晓欣还没有找到一家合适的单位。

像马晓欣这样,在大学的“自由时间”里肆意“遨游”、挥霍青春的学生

道理 1 年轻不是慵懒的资本，
虚度的人生会变成一场凄凉的悲剧

并不在少数。高中里形成的那种充实有序的学习生活节奏一旦被打乱，很多青年人便开始无所事事、悠闲度日起来。在这种情况下，如果不好好把握自己，而肆意放纵，那么就很容易让时间白白流走，最终给自己留下难以弥补的虚度光阴的悔恨。

岁月匆匆，人生苦短。岁月经不起挥霍，青春经不起一再的蹉跎。时间就是生命，勤勉的人用时间做种，用勤劳做锄，收获丰硕成果。懒散的人用时间做火，用岁月做烟，燃尽生命余光，空留烟雾缠绕，懊悔不已，浪费时间就等于亵渎生命！

鲁迅先生曾说：“生命是以时间为单位的。”无独有偶，拉美谚语中也有这样的句子：丢失的牛羊可以找回，但是失去的时间却无法找回。

所以，不要埋怨时间过得太快，让你来不及实现理想，那只是因为你没有善待它、抓住它。真正懂得珍惜时间，规划自己人生的人，总是自己决定什么时间做什么事，总是珍惜今天，而不是无意义地期待明天。

有个热爱舞台表演的大学女孩，有一天她跟老师说出了自己的梦想：毕业后一定要去欧洲，然后登上纽约百老汇的舞台。

看到她满脸憧憬的样子，老师问她：“为什么要等到毕业呢？现在去百老汇，和毕业后再去又有多少区别？”的确，既然当前的大学生活并不能够帮助她争取到去百老汇演出的机会，那就没必要再等到毕业后。女孩仔细想了想，告诉老师说：“下个学期我就去百老汇闯荡。”

老师紧接着又问：“你现在去和下学期去，有什么不一样吗？”女孩觉得还可以提前一些，于是，她说：“我这周好好准备一下，下周就出发。”

“有什么是必需在这里准备的吗？既然决定要去，何必再拖一周呢？”老师步步紧逼。

结果，女孩第二天就乘坐飞机去了纽约百老汇。

假如年轻时就知道这些道理

去的当天,她就赶上百老汇正在为一部剧目选角,她略作思考,就决定争取一下这个机会。女孩按照剧本真挚地演绎了剧中女主角的角色,一下子征服了制片人。于是,刚刚到达纽约的女孩进入了百老汇,成为了舞台上的主角。

在钟表王国瑞士的温特图尔钟表博物馆里,陈列着一些古钟,上面都刻着这样一句话:“如果你跟得上时间的步伐,你就不会默默无闻。”是的,“明日复明日,明日何其多。我生待明日,万事成蹉跎。”如果总觉得时间还充分,不能抓住现在,那么,理想之花就只能在梦中开放,而不能变成现实了。

年轻不是慵懒的资本,青春没有多少岁月可以挥霍。不要以为自己年轻,时间就还多得是。抱着这样想法的年轻人,注定会在韶华老去的时候才发现自己该做的事情都还没有做,自己平庸的生活还未曾改变。到那时,一切都已回不到从前。

勤奋才能成就卓越的人生

台湾大企业家王永庆曾说:“天下的事情没有轻轻松松、舒舒服服让你获得的。凡事一定要经过苦心的追求,才能真正了解其中的奥秘而有所收获。”他又说:“有压力感,觉得还不够好,做出苦味来,才会不断进步,一放松就不行了。”

其实,这个道理并不深奥。正如我国古人所言:“天下事有难易乎?为之,则难者亦易矣;不为,则易者亦难矣。”在这个世界上,没有人能随随便便成功,在成功的背后总是隐含着许多以汗水乃至鲜血为基本色调的故事。要想在某个领域做出一番成就,那就要有所为,必须逼出自己的全部

能量，要勤奋努力，要刻苦付出，然后才能心想事成。

然而，也会有一些浮躁的情绪影响着我们。年轻人看多了一夜成名的事情上演，就把成功看成很轻松容易的事情。他们以为，只要自己慵懒地躺在椅子上等待，成功就唾手可得。然而，台上一分钟，台下十年功，每一个成功者美丽光环的背后，都离不开辛勤汗水的灌溉。

比尔·盖茨从学生时代起，就是一个标准的“工作狂”。他在哈佛大学读书时，经常边读书边工作，有时候工作累了，就在工作台后打个盹儿，醒来接着干。

在微软公司初创的头几年，他每天都要工作16小时以上，累了就睡在地板上，以至于在地板上睡惯了，躺在床上反而睡不好。他总是跟时间赛跑，从不将事业成败寄托在自己的高智商上，而宁愿寄托在勤奋的工作上。

微软的员工同样如此，没有人习惯游手好闲，他们的生活几乎成了一个简单的循环：工作、吃饭、睡觉、工作……这些勤奋的人不是把工作看做谋生手段，而是看做一种乐趣。

微软公司有位编程员说：“很多次，当我回家睡觉时，我妻子正好起床。为了一项工作，我们经常一天工作24小时。”

如今，微软成了世界上最富有的公司之一，员工们很多都是百万富翁、千万富翁乃至亿万富翁。但他们的工作方式仍然不变，勤奋工作仍然是他们不断获得新成功的保证。

很多人喜欢把比尔·盖茨退学创业的事当做谈资，津津乐道，仿佛他的成功仅仅是因为辍学。殊不知，比尔·盖茨付出的汗水，远比其他人多得多，这才是他成功的真正秘诀。而微软里几千名员工辛勤地埋头苦干，也是微软公司总是领先于市场的主要原因之一。

“一分耕耘，一分收获”，成功离不开汗水，要想收获丰硕的果实，就先