

终有一天，你也会说：
我是二十几岁，我为自己代言！

二十几岁 比别人幸运， 就靠这9个 好习惯



冯晓◆编著

想越来越远，勇气消失殆
，激情日渐消退，为什么？
为你比别人少了一点点好习惯！



 中国言实出版社

二十几岁
比别人幸运，
就靠这9个
好习惯

冯晓◆编著

 中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

二十几岁比别人幸运, 就靠这9个好习惯 / 冯晓编著. —
北京: 中国言实出版社, 2013.7

ISBN 978-7-5171-0154-3

I. ①二… II. ①冯… III. ①习惯性—培养—青年读物
IV. ①B842.6-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第152705号

责任编辑: 郭江妮

出版发行 中国言实出版社

地 址: 北京市朝阳区北苑路180号加利大厦5号楼105室

邮 编: 100101

电 话: 64966714(发行部) 51147960(邮 购)

64924853(总编室) 64963107(三编部)

网 址: www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销	新华书店
印 刷	北京紫瑞利印刷有限公司
版 次	2013年7月第1版 2013年7月第1次印刷
规 格	710毫米×1000毫米 1/16 20印张
字 数	254千字
定 价	39.80元 ISBN 978-7-5171-0154-3

前言

很多人总希望找到一条一用就灵的通向成功的路，而事实上，在这个世界上，没有任何一种一用就灵的所谓成功的公式和所谓成功之路。实际存在的是许多可以供人思考、选择或仿效的，通向完全不同的成功方向的道路，而这其中只有一条最适合于你。也就是说，如果你想成功的话，你必须找到一条适合你自己的独一无二的路。

大多数的人总是习惯于把他们的生命消耗于是否能实现梦想的困惑和迷惘之中。而一个生活的幸运儿就在于他能够发现山那边横亘着的那一条宽坦的高速公路，那条路似乎就是为他们而建，就是他们的个人幸运之路，等待着他们驰骋，奔向他们心中的理想之境。

因此，成功的真正奥秘在于：充分认识到开启你个人成功之门的钥匙隐藏于你自身，就是你身上所具备的那些好习惯。你所需要做的就是学习如何去认识这把钥匙并善于使用它。培根曾经这样说过：“人的思考取决于动机，语言取决于学问和知识，而他们的行动，则多半取决于习惯。”习惯是行为的自动化，不需要别人的监控，在什么情况下就按什么规则去行动。习惯一旦养成，就会成为支配人生的一种行为力量，它可以主宰人的一生。

有些人做每一件事都能选定目标、全力以赴；另外一种人则习惯随波逐流，凡事碰运气。不论你是哪种人，一旦养成习惯，要想改变就不容易了。这种情形我们称之为“惯性”，是宇宙共通的法则。

大自然利用惯性定律维持宇宙万物彼此之间的关系，小至原子的排列组合，大至星球的运行；一年四季、疾病与健康、生和死，形成井然有序的系統。

每一种生物的习惯都是由所谓的“直觉”所形成，只有人类例外。造物者赐予人类完整的、无可匹敌的权力——掌握思考的力量；运用这种力量，我们可以达成所有期望的目标。养成良好的习惯，我们就可以掌握自己的命运。

习惯的作用不足为奇，也不会无中生有，更不是一成不变。但是它的确会帮助，甚至强迫一个人追求目标，将思想付诸行动。养成能让你成功的好习惯，一心一意地专注于你想要追求的目标，等到时机成熟时，这些新的思考习惯将为你带来预期的名声与财富。

播下一种行为，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。愿所有的年轻朋友们通过本书的阅读，收获好的习惯、好的性格，从而拥有幸福的人生。

目 录

第一章 20几岁不能迷茫，要树立目标并做好规划

不管人们如何定义成功，但有一点非常重要，那就是：在年轻时就保持专一的主要目标。这一点对我们今后取得成功至关重要。如果在年轻时没有对自己今后的努力方向做出准确的判断，确定自己的人生方向，也许会在你日后茫然的努力中捡了芝麻，丢了西瓜，其结果只能是两手空空而已。而要实现这一专一而明确的主要目标，我们必须对与之相关的各个环节和问题进行思考并逐一实施，才能最终实现这重大的目标。

明确的目标是人生之旅的航向	2
大目标才能成就大事业	4

成功只会光顾专心致志的人	7
为自己制定成功的蓝图	10
不要让眼睛离开目标	12
制定一个完成目标的可行性计划	14
只有行动才能证明目标的价值	17
方向比努力更重要	20
良好的规划能力是成功的基础	24
遵循实现目标的黄金步骤	27
用目标鞭策自己，创造动力	30

第二章 塑造一种可以战胜一切的品质

一个年轻人即使没有文化，能力平平，且一贫如洗，但只要品格高尚，他总会产生一定的影响力，不管他从事什么工作；因为品格是人生的王冠和荣耀。

正直的品行为所有成功者所推崇	36
品格是人生的王冠和荣耀	40
精神上的贫穷才是真正的贫穷	43
有志者，事竟成	46
对别人的宽容就是对自己的宽容	49
一个温暖的眼神就是一次天使的给予	51
自私会让自己的世界无限缩小	56
要有责任感	58
成功源于细节	61

第三章 了解各种为人处世的细节

人的一生就像拼凑一片片的拼图，那么，唯有能充分享受拼凑过程中“找寻与思维”乐趣的人，才能充分体验生活的乐趣与领悟生命的真谛。人与人的交往以和谐为准，而一个能容天下人、天下事的人，必定会有好的人际关系，从而通过不断结下的新的人缘扩大自己的世界，更利于实现自己的人生目标。

敢于怀疑才会有进步	64
另辟蹊径获成功	66
咽下怨气，才能争气	68
感恩的心会使人变得愉悦和健康	72
消除嫉妒心	75
理直不一定要气壮	77
把幸福分给别人，幸福才会更多	79
你付出什么，就会得到什么	82
抛却各种狭隘与偏见	86
不争执，用沟通来解决一切问题	90
幽默是一种智慧的体现	95
换位思考，学会理解	99
尊重他人才能包容一切	103

第四章 调节好情绪与心态

要想把握自己，你必须控制你的思想，你必须对思想中产生的各种情绪保持着警觉性。情绪是人对事物的一种最浅、最直观、最不用脑筋的情感反应。虽然有时控制起来很难，但是作为一个社会人，决不能听任情绪的本能冲动，任其摆布。

控制好你自己的情绪	108
你的心态决定生活状态	111
克制自己，隐藏喜怒哀乐	113
保持开朗，打开心灵之窗	116
正确对待人生的各种得失	119
用理性控制你的愤怒	122
在关键时刻选择冷静	125
学会调节与释放压力	127
心若改变，一切就会不同	130
心有多大，舞台就有多大	133
一时的冲动会毁掉一生的成就	136

第五章 学会高效工作

时间，是成功者前进的阶梯，是成功者胜利的筹码。要想成功，时间管理是非常关键的因素。如果我们想要成功，就必须要把时间管理好。在落后的管理观念中，人们看不到时间的价值，不知道时间的作用。成功与成就往往来自科学地安排时间。

成功就是要与时间拼搏	142
学会规划自己的时间	145
确定工作的优先次序	148

三心二意难出效率	151
行动慢会降低成就的含金量	155
有了计划要马上付诸行动	158
好的习惯是提高效率的关键	161
工作、生活要坚持系统性	163
简化工作，凡事抓住要点	165
争取时间的惟一方法是善用时间	169
良好的休息可使工作增效	175

第六章 正确支配自己的财富

“脑袋有多空，衣袋就有多空”，所以，要学会武装自己的“脑袋”去赚钱，更要理智地去花钱。因为理财是一门科学，更是一门艺术。

重新审视自己的金钱观	180
培养自己对财富的嗅觉	183
对金钱应该做到精打细算	186
锻造自己理财的心态是关键	190
理财靠的是技巧	193
训练自己的财商	196
为自己找到致富的道路	200
你不理财，财不理你	203
方向源于自己的实际情况	206
风险意味着财富机会	211
把握合理的开支	213

第七章 开发自己的创造力

想像力是灵魂的创造力，是每个人自己的财富。正确使用你的想像力，它将协助你把失败与错误改变成价值非凡的资产，也将引导你去发现一项只有使用想像力的人才能够知道的真理——在生活中的最大逆境和不幸中，通常存在着更美好的机会。

第七章

重视自己的“胡思乱想”	218
有想象力才有创造力	222
留住刹那间的思维火花	225
循规蹈矩是创新和进步的大忌	227
掌握十种方法开发自己的创造力	229
不让好奇心一闪即逝	232
有勇气改变是创造的前提	236
抓住生命中的那些灵感	238
用想象力开启成功之门	241
创新的机遇存在于细节之中	244

第八章 捕捉每一个属于自己的机会

很多的成功人士认为机遇成就了他们的事业，机遇带给了他们无尽的财富。但是机遇却又是稍纵即逝，极不容易把握，有时也许只存在万分之一的可能，但是毕竟它存在着。只要有锲而不舍的毅力去争取，就一定能有所收获、有所建树。

机遇是一种财富	248
弱者等待机会，强者创造机会	251
机遇只垂青有准备的人	253

机遇就存留在你的身边	257
敢于冒险，敢于尝试	260
机不可失，时不再来	264
机遇之花在竞争中绽放	267
凡事多举手，成功就在眼前	270
得到的不一定是有益的	273
错过了太阳，就不要再错过月亮	275

第九章 努力找寻人生的真谛

芸芸众生，能坦然面对生命的少，能舍弃名利的更少，生活中不乏看重名利胜于生死者。人只有看透生死，才能看破名利的虚妄性。其实，生活未必都要轰轰烈烈，平平淡淡才是真。有的人认为，生命并不需要多彩多姿，只要宁静安详地过，这种人的生命就像一条清澈的小溪，慢慢地流。“云霞青松作我伴，一壶浊酒清谈心”，这种意境不是也很宁静悠然，像清澈的溪流一样富于诗意吗？

生活有不足，我们才有梦和希望	280
不要过分地计较得与失	283
原谅自己，豁达一点	286
得不到的，不一定最好	289
学会从不同的角度看问题	291
生活的不如意大多源自于比较	294
善待失意，走出人生的低谷	297
平静是一种难得的幸福	301
学会坚持与变通的选择	304
时常与自己的心灵说说话	306

第一章

20几岁不能迷茫，要树立目标并做好规划

不管人们如何定义成功，但有一点非常重要，那就是：在年轻时就保持专一的主要目标。这一点对我们今后取得成功至关重要。如果在年轻时没有对自己今后的努力方向做出准确的判断，确定自己的人生方向，也许会在你日后茫然的努力中捡了芝麻，丢了西瓜，其结果只能是两手空空而已。而要实现这一专一而明确的主要目标，我们必须对与之相关的各个环节和问题进行思考并逐一实施，才能最终实现这重大的目标。

明确的目标是人生之旅的航向

不管人们如何定义成功，但有一点非常重要，那就是：在年轻时就保持专一的主要目标。这一点对我们今后取得成功至关重要。如果在年轻时没有对自己今后的努力方向做出准确的判断，确定自己的人生方向，很可能在日后茫然的努力中捡了芝麻，丢了西瓜，其结果只能是两手空空而已。当然，要实现这一专一而明确的主要目标，我们必须对与之相关的各个环节和问题进行思考并逐一实施，才能最终实现这重大的目标。

具有明确目标的人，无论在任何时候都会受到他人的敬仰与关注。如果一艘轮船在大海中失去了舵手，在海上打转，它很快就会耗尽燃料，无论如何也到达不了岸边。事实上，它所耗掉的燃料足以使它来往于海岸和大海好几次。

同样是这样，如果一个人在他年轻的时候没有明确的目标，以及为实现这一明确目标而制定的确定计划，不管他如何努力工作，都会像一艘失去方向舵的轮船。辛勤的工作和一颗善良之心并不完全能使一个人获得成功，假使他并未在心中确定自己所希望的明确目标，他又怎能知道自己已经获得了成功呢？

如果我们将人生的成功比作一栋大厦的话，每栋高楼大厦耸立之前，

一开始就要有一个“明确的目标”，另加一张张蓝图作为其明确的建筑计划。试想一下，如果一个人盖房子时，事先毫无计划，想到什么就盖点什么，那将会是什么样子。所以，想要成功，第一件事需要做的就是明确自己人生之旅的航向。

只有知道终点所在，才能到达终点，梦想也才会成真。可惜的是，一般人大多并未具备上述观念，因此很难实现真正的理想，毕竟没有清楚的目标，想要期待至善的结果出现，这简直是不可能的事。

目标，是一个人未来生活的蓝图，又是一个人精神生活的支柱。美国著名整形外科医生马克斯韦尔·莫尔兹博士在《人生的支柱》中说：“任何人都是目标的追求者，一旦达到目的，第二天就必须为第二个目标动身起程了……人生就是要我们起跑、飞奔、修正方向，如同开车奔驰在公路上，有时偶尔在岔道上稍事休整，便又继续不断地在大道上奔跑。旅途上的种种经历才令人陶醉、亢奋激动、欣喜若狂，因为这是在你的控制之下，在你的领域之内大显身手，全力以赴。”

一个没有目标的人生，就是无的放矢，缺少方向，就像轮船没有了舵，旅行时没有了指南针，会令我们无所适从。

一个明确的目标可令我们的努力得到双倍、甚至数倍的回报。

大目标才能成就大事业

洛克菲勒——美国著名的石油大王，在他的自传中，曾提出了一个有趣的设想：

若是将目前全世界所有的现金以及所有产业全都混合在一起，平均地分给全球的每一个人，让每个人所拥有的财富都一样多，经过半个小时之后，这些财富均等的人们，他们的经济状况就会开始有显著的改变。有的人在这时候已经丧失了分到的那一份，有的人会因为豪赌输光，有的人会因为盲目的投资而一文不名，有的人则会受到欺骗而迅速破产。于是财富分配又重新开始了，有些人的钱会变少，有些人的钱又开始多了起来，这种情形会随着时间的拖长而变得差别更大，经过3个月之后，所谓贫富悬殊的情况将会变得十分惊人。

洛克菲勒十分自信地说：“我敢打赌，再经过两年时间，全球财富的分配情况就将和以前没什么区别。有钱的人仍然是那些人，而以前贫困的人依然贫困。”

洛克菲勒把这种现象的原因归结于人们的目标不同。他说：“说这是命运也好，是机会使然或自然法则也好，总之，有些人的目标与行动，一定会使自己比其他人所受到的尊敬更多，他所拥有的财富也将会更多。”

洛克菲勒想说的是：奋斗者要想成功，最重要的因素是目标选择并做出抉择。

同为有目标的人，有人成功了，有人未成功；有人大成功，有人小成功。这与目标的“大小”有很大的关系。

大目标使人的生活是干事业，小目标使人的生活仅是过日子。古希腊哲学大师亚里士多德很尖刻地区分了两类人，即“吃饭是为了活着”和“活着就是为了吃饭”。

人生的精彩来自于目标的精彩。一个人的人生之所以精彩，就在于他有精彩的目标。

所谓精彩的目标，就是要做大事，考虑更多的人、更多的事，在更大的范围内解决更多的问题，产生更大的影响。

你的目标越精彩，你所要解决的问题就越大。你就得要有大本事，要有很多知识、技能，有时甚至要超越个人的得失，做出某些重大的牺牲。在这一过程中，你逐渐获得了超乎常人的知识和能力，你已经变得那样的胸怀宽广、大公无私，你也会取得超越常人的成就，你的人生也就变得更加绚丽多彩。

“Q世界”农产品公司的董事长霍华德·马古列斯是美国加利福尼亚州的新一代农民。他的成就就是他订立了自己精彩的人生目标并且努力完成目标的结果。多年来，农产品市场的繁荣与萧条几乎无法做任何预估和控制，时而热火朝天，时而寒若冰霜。至少，所有的人都认为这本来就是靠天吃饭的行业。

马古列斯却从来不这样想，他给自己定下了一个精彩的目标：发展出一个新颖独特的品种，用来影响消费者的购买行为。他当然有自己充足的目标：这个行业其实和其他行业没什么区别，当市场处于低谷时，