

有一种

弯路叫成长

聂凌风
编著

在人生的旅途上，
弯路是一道别样的风景，
更是一笔宝贵的财富。

成长无捷径，弯路助成长

有一种疼痛叫幸福，
有一种弯路叫成长。



化学工业出版社



有一种

弯路叫成长

聂凌风
编著



化学工业出版社

· 北京 ·

在我们成长的道路上，有一条路是非走不可的，那就是年轻时候的弯路。本书共分9章，从人生必须要遭遇的寂寞、落差、压力、挫折、失败、批评、刁难、缺憾、失去等9个方面入手，列举了精彩、有说服力的小故事加以说明，并提供了经过这些弯路，得到成长必备的“关键词”。要知道，走弯路并不是浪费你的生命。相反，走过了弯路，我们就会知道，曲径也能通“优”。弯路有时也是一道风景，一笔财富。

图书在版编目(CIP)数据

有一种弯路叫成长 / 聂凌峰编著. —北京：化学工业出版社，2013.1

ISBN 978-7-122-15692-1

I. 有… II. 聂… III. 成功心理—通俗读物 IV. B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第253064号

责任编辑：万仁英 肖志明

装帧设计：尹琳琳

责任校对：宋 夏

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011）

印 装：化学工业出版社印刷厂

710mm×1000mm 1/16 印张14 字数205千字 2013年1月北京第1版第1次印刷

购书咨询：010-64518888（传真：010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：29.80元

版权所有 违者必究

前言

在青春的路口，曾经有那样一条小路若隐若现，召唤着我。

母亲拦住我：“那条路走不得。”

我不信。

“我就是从那条路上走过来的，你还有什么不信？”

“既然你能从那条路上走过来，我为什么不能？”

“我不想让你走弯路。”

“但是我喜欢，而且我不怕。”

母亲心疼地看了我好久，最后叹口气：“好吧，你这个倔强的孩子，那条路很难走，一路小心。”

——摘自张爱玲《非走不可的弯路》

在我们成长的道路上，有一条路是非走不可的，那就是年轻时候的弯路。我们在前进的过程中总是遭遇这样或者那样的挫折和困难，它让我们浑身是伤，身心疲惫，让我们痛彻肺腑，却依然如毒药一般甘之如饴，因为这些“痛”，终有一天会帮助我们长大，它是我们成功必备的因素。人们常说，不栽跟头、不碰壁，怎能练就好筋骨，怎能长大？是的，必须历经磨炼，我们才能化茧成蝶。

在伦敦，计程车司机上路之前，都要经过一轮考试，用以证明他熟悉道路情况，能够更顺畅地到达。因此，考驾照的人往往在考试前就把地图背得滚瓜烂熟，以防自己考试失败。然而，有一个熟悉地图的人在考试时仍然出了大错，他虽然指出了从甲地到乙地最短的路线，但那条看似捷径的路，其实只是一条长长的石阶路，甚至连汽车都开不进去。

其实，这个道理同样适用于我们的成长，对于一生只有一次的人生路，我们是选择最直接、最简短的那一条，还是选择迂回

曲折、看起来艰难漫长，但却更接近成功的那一条？所有人都知道，两点之间，直线距离最短。但实际上，这个亘古真理却并不适用于成长和成功，一味地走直线、找捷径，往往会让人在投机取巧的过程中越陷越深，从而为自己设置越来越多的阻碍。这就好比登山，想从山底直线到达山顶很困难，但如果选择绕弯而上，攀爬就会容易得多。

大部分时候，弯路都会给人一种渐行渐远的错觉，似乎应该是尽力避免的。然而，有时候，弯路恰恰是通往成功的最佳捷径。《庄子·知北游》中说：人生在世，总会遇到很多意想不到的灾难和逆境，这时候最好的办法并不是逆流而上，而是选择绕道而行，路程虽远，用时虽多，但最终我们还是能到达成功的彼岸。这是一种智慧的迂回取胜战术。

有人说，不走过今天的弯路，就无法到达未来。不管是为了丰富经验，还是为了更快成功，弯路都是不可缺少的。既然是无法改变的现状，那么我们就只能坦然接受，用正确的心态和行动，冷静地应对弯路，积极地从所走过的弯路中总结出经验和教训，从而为我们以后走上坦途创造条件。

生活中，有的人一生都在走“捷径”，所以他们经常会走进无法预知的死胡同，在最应该发现机遇的年华里浪费了自己的时间和精力。在一辆出租车里，司机问乘客：“先生，您要走最短的路，还是最快的路？”乘客茫然地问道：“最短的路难道不是最快的路吗？”“当然不是！”司机说，“现在是下班高峰，最短的路经常会堵车，因此走的时间会更长。但是，如果绕点弯路，虽然多走了一些路程，但到达的时间却相对较短。”

是的，我们需要走弯路，更要懂得区分弯路，不要认为弯路是最长的路，而要让弯路成为成功最快的路。要知道，走弯路并不是浪费你的生命。相反，走过了弯路，我们就会知道，曲径也能通“优”。弯路有时也是一道风景、一笔财富。

编著者

2012年秋



第 1 章

宁静以致远，有一种寂寞叫境界

人生在世，难免寂寞，有时候就是因为这份寂寞，让我们心绪不宁，烦躁不安。然而，寂寞又是成功必要的修行，只有耐得住寂寞的考验，我们才能更透彻地了解人生，提高自己。当寂寞成为一种境界的时候，我们就不会被世间的名利所羁绊，不会急于求成。同时，我们也懂得即使坐“冷板凳”，也要学会自我欣赏的道理。

- 002/ 拭去心灵深处的浮躁，还自己一份安宁
- 005/ 坐在“冷板凳”上，也要慢慢守候成功
- 008/ 远离浮名诱惑，专心做有意义的事
- 011/ 没有人欣赏时，不妨“自我欣赏”
- 014/ 专注于眼前的事，不急于求成
- 017/ 用演主角的心态去“跑龙套”
- 020/ 有时候，寂寞就是一份清福
- 023/ 因寂寞而错爱，就会因爱错人而寂寞



第 2 章

知不足而求进，有一种落差叫高度

有一种落差，它让我们感觉到世界的不公平，让我们因此而愤懑和抱怨。然而，很多时候，正因为这一与生俱来的不平等，而让人们懂得知不足而求进。先天没有的，可以通过后天的努力得到，虽是本来就不公平的世界，但依旧能够通过不断进取而得到属于自己的公平。

- 027/ 不要祈求公平，这世界本来就不公平

- 030/ 真正的公平需要用不断进取来获得
- 033/ 他含着金汤匙出生，你却注定从此要奋斗不息
- 036/ 努力付出了，但付出 $\neq$ 回报
- 039/ 已是公司“老人”，却还在原地踏步
- 042/ 提议充满创意，却得不到采纳
- 045/ 虽然无法事事顺利，但你可以事事尽力

第 3 章

站直了别趴下，有一种压力叫激励

压力有时会让人喘不过气，很多人甚至在重压下站不起身。但是，所有成功者的案例都告诉我们，没有谁能够绕过压力就获得成功，只有那些最终能够战胜压力，将压力变为动力的人，才能与压力共存，甚至在重压下激发自己的巨大潜能，从而产生高效的工作。压力是一种激励，我们应当站直了别趴下。

- 049/ 没有谁可以绕过压力获得成功
- 052/ 压力是一个人上进的动力
- 055/ 破釜沉舟，让压力和潜能一起进发
- 058/ 敢于竞争，有压力才会有效率
- 061/ 惰性习惯纠缠没有压力的人
- 064/ 压力越大，反压力越大
- 067/ 压力可以和快乐并存



第 4 章

刀不磨不锋利，有一种挫折叫财富

人的一生往往是饱含挫折的，虽然在这漫长的磨难中，我们有时候会身心俱疲，有时候甚至失去继续追求成功的勇气，但与此同时，每个人都知道挫折是我们不能忽视的财富。没有遭受过不幸，就学不会坚强；没有挫折带来的伤痛，就磨炼不出坚定不移的意志和决心。对于任何一个想要成功的人来说，挫折都应该是自己必不可少的试炼，是成功的“垫脚石”。

- 072/ 危机有可能是转机
- 075/ 挫折带来的不只是伤痛，还有意志
- 078/ 没遭遇过不幸，就学不会坚强
- 081/ 挫折不过是考验你承受力的试金石
- 084/ 轻易被“拒绝”打败，你就等不来成功
- 087/ 对于强者来说，挫折不过是“垫脚石”
- 090/ 要想飞得更高，就不要怕跌得很惨



第 5 章

吃一堑长一智，有一种失败叫收获

失败总是比成功更频繁地出现在人们的生活中，它似乎总是具有某种让人心灰意冷的力量。其实，失败是一种难能可贵的收获，聪明的人知道，从失败中获得的经验和教训，往往比成功更加重要。因此，当我们在经历失败时，绝不要轻言放弃，要调整好自己的心态，把失败当作成功的起点，让“走投无路”成为一条新路。

- 094/ 只有经历失败，才能成功
- 097/ 不轻言放弃，把失败当作成功的起点

- 100/ “走投无路”其实就是一条新路
- 103 跌倒了不算失败，只要你还能爬起来
- 106/ 从失败中获得经验，远比成功更重要
- 109/ 接受失败，但不要放弃希望
- 112/ 调整好心态，失败并不能否认一切



第 6 章

玉不琢不成器，有一种批评叫关爱

阿谀奉承你的人，并不一定都是为你好的人；刁难批评你的人，也不一定都是关心在乎你的人。但这个世界上，还有一种批评叫作关爱。玉不琢不成器，很多时候，正是因为那些毫不留情的批评，才让我们知道了自己的不足，得到了取得成功必要的人生忠告。因此，我们应该学会用正确的态度去看待批评，学会虚心接受批评，这样才能进步。

- 116/ 虚心接受别人的批评，你才能进步
- 119/ 换一个角度看批评
- 122/ 遭遇批评的时候，不妨主动认错
- 125/ 感谢批评，因为它是激励的“别名”
- 128/ 不要对批评你的人发怒
- 131/ 善于接受上司的批评
- 134/ 从批评你的人那里得到忠告

第 7 章

生气不如争气，有一种刁难叫提醒

世界上，有一种刁难叫提醒。很多时候，一个人的强大就是因为刁难的存在。一个刁难别人的人，绝不会处心积虑地从对方的优势上下手，而是专找对方身上最弱的环节，这时候生气往往不如争气来得重要。既然他指出了你的弱势，那么就把它当作是一种成全，努力提升自己，用实际行动来证明“我可以”。

- 138/ 有时候，你的强大是因为“刁难”的存在
- 141/ 面试官的“刁难”，只是为了考验你
- 144/ 他人说你不行，就向他证明“你行”
- 147/ 遇到无理刁难时，不要被吓倒
- 150/ 把别人的刁难看作是对自己的成全
- 153/ 面对空穴来风的嘲笑，要从容应对
- 156/ 面对有意刁难，不要失去理智
- 159/ 刁难告诉我们要自知之明

第 8 章

阴晴圆缺才是月，有一种缺憾叫美丽

很多时候，人们都在追求一种极致的完美。然而，这个世界上，完美和公平一样，是绝对不存在的。人生总会有一些不尽如人意的事情，如果不能接纳有缺陷的人生，就是在和自己过不去，要知道，有阴晴圆缺的才是月亮。因此，我们要学会接纳人生偶尔的“差错”，不要因为过去的事耿耿于怀，要懂得活在当下的乐趣。

- 163/ 人生总会有一些不如意的事
- 166/ 一味苛求完美，就是跟自己过不去

- 169/ 没有一种错误会“永垂不朽”，要学会原谅自己
172/ 牛奶打翻了，那就擦了吧
175/ 别因眼小而苦恼，要知道小眼更聚光
178/ 错过了就错过了，没什么大不了
181/ 把缺陷当作奋斗的动力
185/ 摊开手掌，接纳缺憾

第 9 章

人生得失寻常事，有一种失去叫拥有

有人说，一切总是开始于结束之后。人生总是在得与失之间来回交替，没有绝对的拥有，也没有绝对的失去。更多的时候，拥有是另一种意义上的失去，同时，失去也是另一种意义上的拥有。换一种角度看待失去，我们会发现，更多更美的风景，往往是在失去之后才能领略到的。

- 189/ 若没有失去，就没有新的收获
192/ 与其抱残守缺，不如果断舍弃
196/ 越害怕失去，就越有可能失去成功的机会
200/ 沉没成本，不要为失去的悲伤
203/ 失去的是恋情，得到的是成长
206/ 有些美好，总要失去后才能领略得到
209/ 放下欲望，让自己多一份平静
212/ 因为失去，学会珍惜

第1章

宁静以致远，有一种寂寞叫境界

人生在世，难免寂寞，有时候就是因为这份寂寞，让我们心绪不宁，烦躁不安。然而，寂寞又是成功必要的修行，只有耐得住寂寞的考验，我们才能更透彻地了解人生，提高自己。当寂寞成为一种境界的时候，我们就不会被世间的名利所羁绊，不会急于求成。同时，我们也懂得即使坐『冷板凳』，也要学会自我欣赏的道理。





拭去心灵深处的浮躁，还自己一份安宁

心理学家说，一个浮躁的人，总是以一种急功近利、投机取巧的方式，来对待成长过程中的任何一件事情。当一个人的内心总是被浮躁占据，终日无所事事，又得不到安宁的时候，就会产生悲观、失落、寂寞、焦虑等种种负面情绪。事实上，只有去掉那些蠢蠢欲动的浮躁，还自己一份安宁，才能避免在成长的过程中少走弯路。



弯路人生

古代有一位年轻人，一心想成为武林高手，于是找到当时非常有名的老侠客拜师学艺。老侠客看年轻人的资质确实不错，便将他收为关门弟子，并将自己一生的武学精髓全部教授给了他。最后，他叮嘱自己的徒弟道：“我所有的武功招式你都已经知道了，只要假以时日，勤加练习，你成为一名武学大师是绝对没有问题的。”

年轻人十分高兴，问：“师傅，我这样勤学苦练，要多长时间才能出徒，称霸天下？”

老侠客说：“虽然你潜质不错，但至少也得三年。”

年轻人听完立刻大叫道：“那如果我连吃饭的时间都用来练习呢？”

老侠客：“五年。”

年轻人：“如果我白天黑夜，不吃饭不睡觉，不停地练习呢？”

老侠客：“十年。”

年轻人自然很奇怪，为什么越是抓紧时间练习，成名的时间反而越长呢？因为任何事情都有一个按部就班的过程。不吃饭不睡觉地练习，是以透支时间来达到目的的，这样的行为完全是给自己的人生添堵。更何况，总是抱着一种焦急、浮躁的心态，怎么能踏踏实实练好每一招每一式？



曲径通“优”

俗话说，“心急吃不了热豆腐”，就连小孩子想找父母多要点零花钱，都知道要花点时间去讨巧卖乖，更何况漫漫成长之路呢？没有人不希望自己能够一朝成名或者一夜暴富，但这终究只是“希望”。如果不脚踏实地，不彻底清除内心的浮躁，就根本不可能明确自己未来的方向，更不能一步一步建立起成功的根基。

浮躁的心理不能帮助你成长，浮躁也不是一种激励，它只会让你的成长之路越行越弯，与成功背道而驰。当一个人的成长处于浮躁不安的状态时，就会在不知不觉中用情绪代替了理智，缺乏思考，想当然地做着自以为是的事情，总认为投机取巧才是成长和成功的捷径。这样的心态在遭遇困难和挫折的时候尤为不利。人们往往会因此而显得慌乱、不知所措，从而使问题变得越来越严重。

试着回想一下自己的生活，为什么明明才华满腹，却总是得不到重用？为什么现在的生活离自己当初规划的理想已渐行渐远，变得杂乱无章？这不是社会的因素，而是你没能及时去掉浮躁，归还内心安宁的结果。要知道“蚓无爪牙之利，筋骨之强，上食埃土，下饮黄泉，用心一也”，任何成就，莫不是“用心一也”的缘故。如果摒除了浮躁，脚踏实地地做好自己该做的每一件事，最终才会取得成就。



成长关键词

那么，摒除浮躁，我们需要掌握哪些关键词呢？

☆关键词1：计划

很多时候，造成人们浮躁、眼高手低的重要原因，就是因为在事前没有制订一个切实可行的计划。因此，加强自己的规划性和条理性，对成才十分有帮助。当几件事同时发生的时候，必须先确定什么事情应该先做，什么事情应该暂缓。在处理事情的时候，要确定哪方面是最重要的，哪方面是次要的，将事件完全摸清楚之后再下手，这样你就胸有成竹，就不会因为心慌意乱而手足无措了。

☆关键词2：切实

浮躁最明显的表现之一，就是给自己树立了一个个不切实际的梦想或者目

标。很多时候，我们在成功的路上感觉到疲惫，感觉到梦想遥不可及的原因，并不是因为努力不够，也不是因为运气不佳，而是因为你过于浮躁，好高骛远，为自己制订了一些超出能力之外的计划。凡事可遇不可求，你可以想象自己有朝一日成为世界首富，你也有权利梦想站在舞台上成为名人，让所有人都认识你，以你为荣。但是，在这些荣誉之前，更重要的是脚踏实地，先为自己确定一个更加可行、有把握能够实现的目标。爬不上去的高峰就不要爬，不要打肿脸充胖子，不要在乎别人的掌声。内心安宁，不遗余力地经营自己的人生才是最重要的。

☆关键词 3：专注

一只潜伏已久的非洲豹注意到了羚羊群的存在，它在伺机攻击。终于，当羚羊群靠近的距离在它控制的范围之内时，它毫不犹豫地冲出草丛，朝着那一只尚未成年的小羚羊飞奔过去。尽管在抓小羚羊的过程中，旁边还有更小、更弱的羚羊，但非洲豹依然专注地追逐着自己锁定的目标。最终，它抓住了小羚羊，解决了自己的温饱问题。也许更多的时候，人们并没有发现，自己一事无成的原因，其实是因为在成长的途中三心二意，心里浮躁不能专注造成的结果。要知道，人的能力是有限的，没有人能同时做好几件事，只有专注地做好每一件事，才不会导致两手空空。

☆关键词 4：平静

平静是浮躁最好的过滤器。当一个人的内心归于平静的时候，喧嚣吵闹的大千世界根本不会给他造成任何的刺激和不安，这样他就不会因为急于证明自己，而心生焦虑和浮躁。内心平静的人，能在遭遇不期而遇的变故时，保持淡定，冷静分析事情的前因后果，进而找到最佳的解决途径。只有内心平静，才能清醒地认识自我，宁静以致远，把寂寞当作安然的享受。

成功与失败最大的区别是：前者能够保持冷静的头脑，不让情绪掌控自己，而后者恰恰相反，他们被浮躁、悲观、失望等负面情绪所控制，理所当然地会失败。因此，不要再做浮躁的奴隶了，让自己的内心安静下来，正确地思索成长的道路吧。





坐在“冷板凳”上，也要慢慢守候成功

所谓“冷板凳”，一般是用来比喻因不受重视而担任清闲的职务，或处于无事可为的境地。几乎每个人在成长的过程中，都或长或短地坐过“冷板凳”，这似乎是我们一生中不可避免的弯路。



弯路人生

有一个又黑又瘦的小女孩，报名参加省里的女子足球队，尽管她竭尽了全力，可是最终还是没能入选。考核结束后，其他的落选队员都回去了，只有她还默默地坐在场地边上看主力队员训练。

教练注意到了这个场外与众不同的小女孩，看到她伤心的样子，他想去安慰她几句。“我能留下来吗？”小女孩含着眼泪恳求道。教练为难地摇了摇头，因为主力队员已经够了。“要不我做替补队员吧！就是给主力队员拿拿衣服、送送水也行。”教练望着她乞求的眼神，实在不忍心拒绝她，就答应了下来。

从此以后，每当场上的主力队员训练时，这个小女孩都会默默地在场下训练。她的耐心与坚持，终于为她赢得了机会，在一次重要的比赛中，一名队员意外受伤，万般无奈之下，教练只好派她上场，结果她在下半场比赛中连进两球，不仅帮助本队获得了胜利，还使她自己一夜成名。

这个小女孩就是后来成为女子足球世界杯金靴奖得主的孙雯。



曲径通“优”

几乎每个有梦想的人都期盼着“一朝成名天下知”，但在此之前，还需要耐得住“十年寒窗无人问”的寂寞。许多时候，我们只关注到成功者最辉煌的一刻，却没能看到他们背后长时间的付出和努力。



现实生活中，我们往往不可能一开始就获得成功，常常会遭遇很多冷漠，如不被上司器重，没有施展才华的舞台，被安排做一些无足轻重的小事，等等。很多人处在这样被冷落的位置上时，都会悲观失望、抱怨不断。这样不仅于事无补，还会让自己更加不被看重，最后被打入“冷宫”，连翻身的机会都没有了。

不甘于寂寞的我们，是不是有些太心急了？要知道，在特定的环境里，不可能所有的人都成为主角，就像在足球场上，有些人风光无限，可谁又能想到，几个月前他也许还在“冷板凳”上苦等上场的机会呢？每支足球队能够上场的球员只有11个人，但是球队的成员却多达20余人，也就是说，大约一半的人都是等待机会上场的候补队员。有的球员只能上场几分钟，还有的球员甚至连上场的机会也没有。即便是一个赛季，一个候补队员也可能只有几分钟的上场机会。

人生就像踢球，你不可能总是“场上的主力”，机遇也不是随叫随到的。要想获得成功，很多时候，都要先坐在“冷板凳”上，等待机遇的出现。只有具有把“冷板凳”坐热的功力，才能够等来出人头地的一天。



成长关键词

要想把“冷板凳”坐热，从中得到启发，自身得到成长，我们需要掌握以下关键词。

☆关键词1：耐心

巴顿将军曾经说过：“成功的考验并不是你在山顶时会做什么，而是你在谷底时能向上爬多高。”身处谷底，坐在“冷板凳”上时，我们需要调整好自己的心态，要有耐心，把低谷期看成一个提高实力、积蓄力量的机会。在你得不到重用的时候，你可以利用这一时机搜集各种信息，吸收各种知识，以此来增强自己的实力。这样，一旦机会来临，你便可以大显身手，顺利爬出谷底，远离“冷板凳”。

☆关键词2：认真

在低谷期，我们不要怨天尤人，要想出人头地，就要认真做好自己分内的每一件小事，哪怕是端茶倒水、打印、接电话等小事，也要尽心尽力做好，争取把工作做到最出色。也许你的待遇暂时不如别人好，也许你即使做好了这些

