



人生感悟录  
让脚步追上  
梦想

丁大中◎主编

R·ZHUISHANG  
RANG JIAOBU MENGXIANG

世界太大，生命太短，如果不走得快点，怎能悟透人生的道理；未知无限，已知有限，如果不借助前人的经验，怎能读懂人生的智慧。愿我们在“心”的旅途上，点上一盏智慧之灯，让脚步跟上心情。

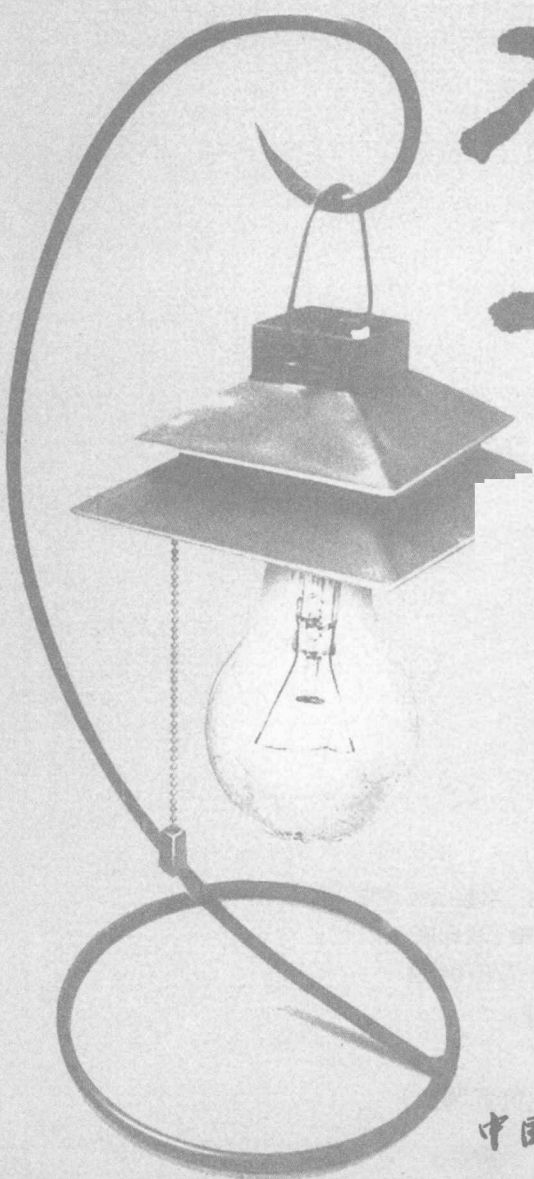
中国物资出版社

# 人生感悟录 让脚步追上 梦想

丁大中◎主编

ENGXIANG

中国物资出版社



图书在版编目(CIP)数据

人生感悟录:让脚步追上梦想/丁大中主编. —北京:中国物资出版社,2009. 3

ISBN 978-7-5047-2992-7

I. 人… II. 丁… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 190590 号

策划编辑 黄 华

责任编辑 黄 华

责任印制 方朋远

责任校对 孙会香 杨小静

中国物资出版社出版发行

网址: <http://www.clph.cn>

社址:北京市西城区月坛北街 25 号

电话:(010)68589540 邮编:100834

全国新华书店经销

中国农业出版社印刷厂印刷

开本: 787mm × 1092mm 1/16 印张: 16 字数: 332 千字

2009 年 3 月第 1 版 2009 年 3 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5047-2992-7/B·0162

印数: 0001—9000 册

定价: 29.80 元

(图书出现印装质量问题,本社负责调换)

## 上路，不要再等待

### （代序）

世界上有两种人，一种是实干家，另一种是空想家。空想家们善于夸夸其谈、想象丰富、渴望强烈，甚至于设想去做大事情；而实干家则是去做！空想家往往不管怎样努力，都无法让自己去完成那些自己应该完成或是可以完成的事情；实干家虽然没有空想家那样富丽堂皇的说辞，但是总能获得成功。

要知道，梦想是成功的起跑线，决心则是起跑时的枪声。行动犹如跑者全力的奔驰。有句话说得好：“100次心动不如一次行动！”在我们的一生之中，或多或少总会面对一种遗憾。有一些人，会让我们感叹遇到得太晚了，不是对方错过了自己生命中的纯真年代，就是我们未及时赶上对方精彩飞扬的某一段人生。不仅对人如此，有时面对一个地方，甚至一本好书，也会兴起一份未能及早相识的惋惜之感。许多事情都败在想到而不做上。看来已无希望之事出现了希望，看来无法实现之事却偏偏实现了，看来只能牺牲之路却终于出现坦途……看来看去地看出了一条结论：行动起来，就要不懈努力，成功仅在于领先别人半步。

我们常在懊恼中度日，然后立誓，从今以后要如何云云，事后却忘了自我的承诺，直到下一次的后悔。我很喜欢西方一句话：“要活得像明日就要死去一样。”不要消极度

日，不要尽情享受，不要短视近利，不要麻木苟活；相反地，要加快行走的步伐，展现生命的价值。总爱说，人生就如一条路。从我们一来到这个世界就开始行走，从毫无站立的能力到一点点地学会站立，从摇晃的步伐到逐渐的稳健，从沉稳的脚步跨向衰老，走到人生的尽头。

每一个出现在我们眼前的画面，让我们看到现实；每一次成长的经历，让我们品尝人生的酸甜苦辣；每一次跌倒爬起，让我们清楚了自己的能力与毅力；每一次成功，让我们体会了人生的梦想；每一个梦想的诞生，则让我们看见了人生之灿烂。

要知道世界上再好的梦想都不能帮助你成功，要想实现梦想，就得赶快行动起来。成功的道路有千条万条，但是行动却是每一个成功者必须要付出的，行动就是通向梦想的捷径。

世界太大，生命太短，如果不走得快点，怎能悟透人生道理；未知无限，已知有限，如果不借助前人的经验，怎能读懂人生智慧。愿我们在“心”的旅途上，点上一盏智慧之灯，让脚步追上梦想。

作者

2008年12月

### 一、生活是需要奋斗的 ..... 001

人生的价值不是体现在生命的长度上，而是体现在生命的宽度上。

- ◎认识自己是为了战胜自己..... 003
- ◎别人的都好，自己的都不如意..... 004
- ◎世界上没有什么比不去实现生命的价值更可悲的了..... 005
- ◎谁也没有权力去嘲笑别人的志向..... 006
- ◎人生最重要的是要有志向并实现它..... 006
- ◎竞争——为了优劣而进行的争斗..... 007
- ◎无所求则无所获..... 008
- ◎眼界变了，志向也一定跟着变..... 008
- ◎人们的需要不一样，所以志向也就千差万别..... 009
- ◎自己不过是宇宙中的一粒尘埃..... 010
- ◎所谓天才，就是努力的力量..... 010
- ◎有梦想就有未来..... 011
- ◎不驰于空想，不骛于空声..... 012
- ◎若要工夫深，铁杵磨成针..... 014
- ◎不积跬步，无以至千里..... 015
- ◎天行健，君子以自强不息..... 015
- ◎富人和穷人的经典差异..... 016
- ◎降低标准，只能是自己骗自己..... 018
- ◎勇于开始，才能找到成功的门..... 019
- ◎日日行，不怕千万里..... 020
- ◎你的时间在哪里，你的成就就在哪里..... 022
- ◎别人都睡着的时候，你还应向上攀爬..... 022
- ◎世界上怕就怕“认真”二字 ..... 023
- ◎是金子总会发光的..... 024
- ◎人生不在于长，而在于精..... 025
- ◎有希望，痛苦也成欢乐..... 026
- ◎一切伟大的行动，都有一个微不足道的开始..... 027

## 二、人要有一种拼搏精神 ..... 029

人的生命一半是物质，一半是精神。在地球上所有的物种中，除物质之外还需要精神滋养的就只有人类。只有人类有精神生活，有主观思维，会改造客观世界，追求幸福。

|                        |     |
|------------------------|-----|
| ◎闯出一片属于自己的天空.....      | 031 |
| ◎侥幸心理就如同精神上的吗啡.....    | 032 |
| ◎只有忠实于事实，才能忠实于真理.....  | 033 |
| ◎动中有静，静中有动.....        | 034 |
| ◎习惯于习惯.....            | 035 |
| ◎退一步，就会海阔天空.....       | 035 |
| ◎褴褛衣内可藏志.....          | 036 |
| ◎寻找与自己一样的特征.....       | 037 |
| ◎一根铁索，每个环都很关键.....     | 038 |
| ◎有一双善于发现的眼睛.....       | 039 |
| ◎蔡加尼克效应.....           | 040 |
| ◎如果不能改变结果，就改变规则.....   | 041 |
| ◎人没了欲望就等同于死亡.....      | 041 |
| ◎希望常常是成功的代名词.....      | 042 |
| ◎不信邪就是硬道理.....         | 043 |
| ◎瓦伦达心态.....            | 044 |
| ◎因多疑而丧失机会.....         | 045 |
| ◎每天告诉自己一次“我真的很不错”..... | 046 |
| ◎不能在欢呼声中忘记自己的本色.....   | 047 |
| ◎充分发掘出你的潜能.....        | 048 |
| ◎弱肉强食，适者生存.....        | 049 |
| ◎坚信自己的意志.....          | 050 |
| ◎自信就是你的女王.....         | 050 |
| ◎做一个有价值的人.....         | 051 |
| ◎成亦潜意识，败亦潜意识.....      | 052 |
| ◎智慧的代价是矛盾.....         | 053 |

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| ◎高处不胜寒·····                | 054 |
| ◎一个没有进取心的人永远不会得到成功的机会····· | 054 |

### 三、最强的对手是你自己 ····· 057

人们总是感到自己是对的，别人和世界都是不对的；所以人们总想改变世界、改变别人，很少想到改变自己。其实，改变世界应该先从改变自己开始。

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| ◎人之所以平凡，在于无法超越自己·····         | 059 |
| ◎要征服别人必须改造自己·····             | 059 |
| ◎拥有健康，就拥有了最大的财富·····          | 060 |
| ◎求人不如求己·····                  | 061 |
| ◎敢“秀”才能赢 ·····                | 062 |
| ◎意志薄弱何成大事·····                | 063 |
| ◎善于推销自己·····                  | 063 |
| ◎天外有天，人上有人·····               | 064 |
| ◎平凡的生活最好·····                 | 065 |
| ◎一个人只要自己没有贪欲，别人就无法征服他·····    | 065 |
| ◎给自己树一面旗帜·····                | 066 |
| ◎“名望”只是别人眼中的你，“品格”才是真正的你····· | 067 |
| ◎以十分的准备，迎接三分的工作·····          | 068 |
| ◎懂得如何利用经验的人，才是真正的智者·····      | 069 |
| ◎危险面前人们往往低估了自己的潜能·····        | 069 |
| ◎别摔在熟悉的路上·····                | 070 |
| ◎人因诚信而立·····                  | 071 |
| ◎看重人生，先从不看轻自己开始·····          | 071 |
| ◎常常提醒自己要“小心” ·····            | 072 |
| ◎接近成功的时候是最困难的时候·····          | 073 |
| ◎无规则不成方圆·····                 | 074 |

# Contents

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| ◎鼓励能将“白痴”变成天才 .....     | 075 |
| ◎要想不出错，就只能认真 .....      | 076 |
| ◎即使优势微弱，结局也会完全不同 .....  | 077 |
| ◎有时得不到也是一种幸运 .....      | 078 |
| ◎所有的欺骗中，自欺是最为严重的 .....  | 079 |
| ◎谦虚是美德，但不能过度 .....      | 080 |
| ◎勇于投自己一票 .....          | 080 |
| ◎生命是需要自信的 .....         | 081 |
| ◎人生最优秀的品格是自信 .....      | 081 |
| ◎靠山山会倒，靠自己永远不倒 .....    | 082 |
| ◎是人养成了习惯，不是习惯养成了人 ..... | 083 |
| ◎质量永远胜过数量 .....         | 084 |
| ◎钱要花在刀刃上 .....          | 084 |
| ◎任何限制都是从自己的内心开始的 .....  | 085 |
| ◎蚁穴虽小，但能溃堤 .....        | 086 |

## 四、强者知难而进 ..... 089

古人云：“有志事易，无志事难。知难不畏，绝壁可攀。”人生若要登攀，一定要有果敢勇气与坚定不屈的精神，因为高山挡不住太阳，所以困难吓不倒硬汉。

|                      |     |
|----------------------|-----|
| ◎带着目标上路 .....        | 091 |
| ◎要锦上添花，不要雪中送炭 .....  | 091 |
| ◎模拟成功才能接近成功 .....    | 092 |
| ◎行动才会带来发展 .....      | 093 |
| ◎目标要切合实际 .....       | 094 |
| ◎说一尺不如行一寸 .....      | 095 |
| ◎踏踏实实做事，认认真真做人 ..... | 096 |
| ◎成功是时间的积累 .....      | 097 |
| ◎不要相信自己所听到的 .....    | 098 |

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| ◎迷信教条，行动就会死板·····       | 099 |
| ◎把梦想交给自己·····           | 099 |
| ◎想出众，必须是显眼的·····        | 101 |
| ◎小伎俩只能钻洞，大智慧可以补天·····   | 101 |
| ◎一百个知识不如一个行动·····       | 103 |
| ◎一步赶不上，步步赶不上·····       | 104 |
| ◎发现机会需要一点勇气·····        | 105 |
| ◎吹尽黄沙始见金·····           | 106 |
| ◎给成功定一个期限·····          | 107 |
| ◎生于忧患，死于安乐·····         | 108 |
| ◎有眼无珠之徒难成大器·····        | 108 |
| ◎三思而后行·····             | 109 |
| ◎强者知难而进，弱者见难就退·····     | 110 |
| ◎人，不能迷失自己·····          | 111 |
| ◎人活着，就要承担责任·····        | 112 |
| ◎在一举成名的背后都有一个积累的过程····· | 113 |
| ◎包容一切不如意的境遇·····        | 113 |
| ◎付出和回报是成正比的·····        | 114 |
| ◎行动才能创造奇迹·····          | 115 |

## 五、活出最好的自己 ····· 117

但丁在长诗《神曲》中说：“走自己的路，让别人说去吧。”人，不是为别人而活，也不是活在别人的口中，更不能由别人决定、主宰自己的命运。如果你凡事顾忌旁人的眼光，基本上就一事无成了。

|                        |     |
|------------------------|-----|
| ◎虽曲尽于巧心，实难调于众口·····    | 119 |
| ◎善于自己拿主见·····          | 119 |
| ◎只要自己相信自己，别人就会相信你····· | 120 |
| ◎拒绝人云亦云，学会独立思考·····    | 121 |
| ◎开辟自己的路·····           | 121 |

# Contents

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| ◎用“我”造句 .....              | 122 |
| ◎权威的不一定是正确的 .....          | 123 |
| ◎走出别人的脚印 .....             | 124 |
| ◎尽情地做一次自己 .....            | 125 |
| ◎王者之业，唯倚自信 .....           | 126 |
| ◎过河，还有另外一种办法 .....         | 127 |
| ◎如果泯灭了个性 .....             | 128 |
| ◎“细化”自己的特长 .....           | 129 |
| ◎谁人背后无人说 .....             | 130 |
| ◎世上没有绝望的处境，只有对处境绝望的人 ..... | 130 |
| ◎理想的路是为有信心的人铺设的 .....      | 131 |

## 六、在变化中寻找机会 ..... 135

世界上唯有不变的是变化。面对变化你可能愤怒，可能无奈，也可能窃喜，唯有持第三种态度的人能从变化中寻找属于自己的机会，并抓住机会，发展强大起来。

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| ◎珍惜你所拥有的，遗忘你所没有的 .....    | 137 |
| ◎凡事有果必有因 .....            | 137 |
| ◎要有敲门就进的勇气 .....          | 138 |
| ◎失败是一个过程，而非一个结果 .....     | 139 |
| ◎不要让规则束缚手脚 .....          | 140 |
| ◎穷的原因是因为习惯了贫穷 .....       | 140 |
| ◎休息是为了走更远的路 .....         | 141 |
| ◎不但要“一时两用”，还要“一时三用” ..... | 142 |
| ◎同一件事，不能同时有两个目标 .....     | 143 |
| ◎努力得到的东西，才是好东西 .....      | 144 |
| ◎化劣势为优势 .....             | 145 |
| ◎一分耕耘，一分收获 .....          | 146 |
| ◎只要不退出，你就不会输 .....        | 146 |

|                          |     |
|--------------------------|-----|
| ◎修正老经验，探索新规律·····        | 147 |
| ◎把得意时别人的赞美留给失意时用·····    | 148 |
| ◎信任是最美的原谅·····           | 149 |
| ◎切不可因小失大·····            | 150 |
| ◎心态决定胜负·····             | 151 |
| ◎我们可以低头，但不能弯腰·····       | 152 |
| ◎任何事情的发生，都有其必然的原因·····   | 153 |
| ◎一次偶尔的成功不能说明全部·····      | 154 |
| ◎牺牲个体，保证全局·····          | 155 |
| ◎深奥的道理隐藏在司空见惯的日常生活中····· | 156 |
| ◎失败了，千万不要忘记吸取教训·····     | 157 |
| ◎淘金的不一定能挣过卖水的·····       | 158 |
| ◎危难可能也是生机·····           | 159 |
| ◎高调享受成就，低调享受人生·····      | 160 |
| ◎人生最大的错误是不断担心会犯错·····    | 161 |
| ◎人不仅要学会走路，也得学会摔跤·····    | 161 |

## 七、不按常理出牌····· 163

社会进步是靠创新来推动的。勇于走进“禁区”，打破条条框框的束缚，勇为天下先，打破自己的惯性思维，换个角度想问题，尝试“不按常理出牌”，才有可能“心想事成”，才有可能采撷到丰硕的果实。

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| ◎有许多不可能，只存在于人的想象之中····· | 165 |
| ◎横看成岭侧成峰·····           | 166 |
| ◎美好的未来，来自于大胆的设想·····    | 167 |
| ◎灵活多变地去解决问题·····        | 168 |
| ◎新的观点往往在矛盾中产生·····      | 168 |
| ◎睁开眼睛看世界·····           | 170 |
| ◎成功与失败的差别是思维方式的不同·····  | 170 |
| ◎反其道而行之·····            | 171 |

# Contents

|                      |     |
|----------------------|-----|
| ◎由结果向前推·····         | 172 |
| ◎智者知幻即离，愚者以幻为真·····  | 173 |
| ◎恭维其真正在乎的事情·····     | 174 |
| ◎打破沙锅“问”到底·····      | 175 |
| ◎以唯一概括全面·····        | 177 |
| ◎越是珍贵的东西越难得到·····    | 178 |
| ◎一加一可以大于二·····       | 179 |
| ◎利用某些人“爱占便宜”的弱点····· | 180 |
| ◎解读弦外之音·····         | 181 |
| ◎“风、马、牛”也有因果关系·····  | 181 |
| ◎造势需要想象力·····        | 183 |

## 八、人生是一个选择的过程····· 185

-----  
在这个世界上，通向成功的道路何止千万条，但你要记住：所有的道路，不是别人给的，而是你自己选择的结果。人生就决定于你下决定的那一刻。所以，你有什么样的选择，也就有了什么样的人生。  
-----

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| ◎换个角度看问题·····                | 187 |
| ◎取舍，就会使人痛苦·····              | 187 |
| ◎人生有无奈，就要学会等待·····           | 188 |
| ◎享受今天，何必为明天发愁·····           | 189 |
| ◎选择是需要智慧的·····               | 189 |
| ◎你可以用爱得到全世界，你也可以用恨失去全世界····· | 190 |
| ◎一念放下，万般自在·····              | 191 |
| ◎天与人圆满合一·····                | 191 |
| ◎人最容易输掉一场他最想赢的比赛·····        | 192 |
| ◎不要买贵的，要买对的·····             | 193 |
| ◎什么样的选择决定什么样的生活·····         | 194 |
| ◎利与弊一体两面·····                | 194 |
| ◎不要总是试图获取最多的利益·····          | 195 |

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| ◎记住：还有下一次·····        | 195 |
| ◎失去可能比拥有更轻松·····      | 196 |
| ◎给心设个“弯道”·····        | 197 |
| ◎羊与狼的定律·····          | 197 |
| ◎有时放弃是一种大智慧·····      | 199 |
| ◎规则比速度更重要·····        | 200 |
| ◎人生如题，题有千解·····       | 201 |
| ◎危险往往潜藏在外表完美的事物里····· | 201 |
| ◎华丽的往往并不实用·····       | 202 |
| ◎放下包袱轻装上阵·····        | 203 |
| ◎逆境更有利于成长·····        | 204 |
| ◎放弃，也是一种成本·····       | 205 |
| ◎人生要敢于一博·····         | 206 |
| ◎怂恿犯罪，只能毁了自己·····     | 207 |
| ◎天时不如地利·····          | 208 |
| ◎跪下，是为了高高地站起·····     | 208 |
| ◎事情并不是你看到的那样·····     | 209 |
| ◎一旦回头，会发现还有另一种可能····· | 210 |

## 九、不要说你很聪明 ····· 211

知其可为而为之，是聪明的；知其不可为而为之，则是愚蠢的。俗语云：“搬起石头砸自己的脚。”自恃聪明，又爱卖弄，且又执迷不悟，最后成为荒丘野鬼的汉末杨修，正好是“聪明反被聪明误”的绝妙写照。

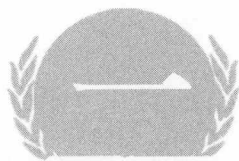
|                       |     |
|-----------------------|-----|
| ◎别搬了石头砸自己的脚·····      | 213 |
| ◎让弱点消失于你的好习惯中·····    | 214 |
| ◎地低为海，人低为王·····       | 214 |
| ◎不要靠近冰封的火焰·····       | 215 |
| ◎不必为一份没有得到的理解而遗憾····· | 216 |
| ◎最大的敌人是作茧自缚的自我·····   | 217 |

# Contents

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| ◎放低自己的姿态·····             | 218 |
| ◎为自己买份“失败保险”·····         | 219 |
| ◎认清自己的底线·····             | 220 |
| ◎严于律己，宽以待人·····           | 221 |
| ◎把跌倒的人扶起来·····            | 222 |
| ◎管好自己的嘴巴·····             | 223 |
| ◎人人都是害怕孤独的·····           | 224 |
| ◎人人都愿意被人奉承·····           | 224 |
| ◎教会了徒弟，饿死了师傅·····         | 225 |
| ◎相克才能相生·····              | 226 |
| ◎团结就是力量·····              | 226 |
| ◎人心齐，泰山移·····             | 227 |
| ◎不要让别人看穿自己·····           | 228 |
| ◎把自己当做一块“敲门砖”·····        | 229 |
| ◎完美的战胜——把对手变成朋友·····      | 229 |
| ◎感谢折磨你的人·····             | 231 |
| ◎真正的敌人正是自己·····           | 232 |
| ◎为成功搭一个梯子·····            | 233 |
| ◎在竞争中合作·····              | 234 |
| ◎竞争能带来力量·····             | 235 |
| ◎规则是约束，更是保护·····          | 236 |
| ◎毁掉梯子，只能在攀升中跌落·····       | 236 |
| ◎没有人能独自成功·····            | 237 |
| ◎借别人的火烧自己的饭·····          | 238 |
| ◎相互协作，才能共渡难关·····         | 239 |
| ◎有争论冲突的团队，往往是富有生机的集体····· | 239 |
| ◎普通事与普通人·····             | 240 |
| ◎各有各的长处·····              | 241 |
| ◎不要去干涉别人的思维·····          | 242 |

# 人生感悟录

让脚步追上梦想



## 生活是需要奋斗的

---

人生的价值不是体现在生命的长度上，而是体现在生命的宽度上。

---



