

新世纪励志书系



做自己的雕塑家

——自我塑造

.....唐志龙 著

青虫化蝶绚丽多彩必经
痛苦期之蜕变 人生道路
灿烂夺目须历青春期之
躁动 关键阶段做好自己
的雕塑家 乃新世纪青年
实现自我成功奋飞之强翅

上海财经大学出版社

新世纪励志书系

做自己的雕塑家

——自我塑造

唐志龙 著

上海财经大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

做自己的雕塑家——自我塑造/唐志龙著. —上海:上海财经大学出版社, 1999. 12

(新世纪励志书系)

ISBN 7-81049-375-2/G·17

I. 做… II. 唐… III. 青年修养 IV. D432.63

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 53454 号

□特约编辑 陈翔燕

□责任编辑 张小忠

□封面设计 周卫民

ZUO ZIJI DE DIAOSUJIA

做自己的雕塑家

——自我塑造

唐志龙 著

上海财经大学出版社出版发行

(上海市中山北一路 369 号 邮编 200083)

全国新华书店经销

上海市崇明县晨光印刷厂印刷装订

1999 年 11 月第 1 版 1999 年 11 月第 1 次印刷

850mm×1168mm 1/32 10.5 印张 235 千字

印数:0 001~5 000 定价:15.00 元

(本版图书若有印刷装订错误, 请向承印厂调换)

新世纪励志书系

编委会

主 编

周正舒 苏 虹

副主编

唐志龙 朱少华

编 委

(以姓氏笔划为序)

王 斌	朱少华	李学智	苏 虹
宋世荣	周正舒	唐志龙	秦 伟
夏欣欣	龚 平		

序

邓伟志

(作者系中国社会学会副会长 上海大学教授)

面对即将到来的 21 世纪的召唤,人们在激动兴奋之余,无不为自己将如何适应这个崭新的时代而思索,特别是对处在人生起步阶段的青年来说更是如此。《新世纪励志书系》正是在这种背景下应运而生的。它以辅导青年如何迎接新世纪挑战为思路,以帮助青年创造成功人生为目标而精心策划、设计成书。

放眼人生之路,我们不难得出这样的结论:走出校门,步入社会,看似举步之间,实为人生转折的重要关节点。它是实践独立人生的开端,也是构筑辉煌人生的起点。从这时起,生活中所固有的阳光与阴云、鲜花与苦果,抑或机遇与挑战等等,一句话,生活的酸甜苦辣,将会以过去不曾有过的方式,蜂涌而来,盘旋于空,呼啸而去。对此,不管你是直面正视,还是迂回躲闪,它都将一如既往,周而复始。也正是从这时起,人生便仿佛成为驶入茫

茫大海的孤舟,时而托上波峰,时而跌入波谷。

很显然,要使自己立于波峰而不倾覆,处于波谷而不沉没,乘风借势,劈波前行,顺利到达成功的彼岸,仅靠闭门思策、踽踽独行是远远不够的。特别是在跨世纪发展的大变革中,在这个知识以“几何级数”倍增、信息如爆炸式扩散的崭新社会背景下更是如此。唯有摒弃我行我素、孤军奋战的思维定势,善于借鉴别人的经验,博采众长为我所用,才是唯一正确的选择。《新世纪励志书系》注重吸收当今世界“成功人生”研究的最新成果,以鲜明的时代特色为青年提供了丰富的学习参考资料。

在马克思主义哲学中有一个重要的观点:外因是变化的条件,内因是变化的根据,外因只有通过内因才能发挥作用。实现成功人生,既需要一定的外在条件,但最根本的、最重要的是依靠内因的作用。《新世纪励志书系》正是基于这一理念,从侧重于挖掘内在潜能、启动成功追求者自身的主观能动性为着力点而展开的。其立意是科学的,也是合理的和可行的。

实现成功人生,机遇固然是重要的要素,但归根结底还是依赖于个人的能力和素质。如何提高自己的能力和素质呢?古今中外,不少学者曾为之出谋不少、献策颇多。而作为《新世纪励志书系》之一的《做自己的雕塑家——自我塑造》一书则以独特的视角,从“要走好人生之路,全靠‘我们’自己”入手,提出了颇能给人以启示的观点。

初涉社会的青年,既有“初生牛犊不畏虎”这一难能

可贵的闯劲,但在挫折或逆境面前,也极易灰心、消沉,有时还难以自拔,而这则是成功人生之大忌。难以自拔也得“自拔”。怎样让自己在人生之路上凯歌行进呢?《当好自己的“啦啦队”——自我激励》则根据初涉社会青年的特点,探讨了有助于获得成功的基本原理与具体方法。

追求成功人生,需要一种坚韧不拔的韧劲,而这种韧劲的获得或积蓄,离不开一定的动力。透视人生的内涵,洞察自身素质,是焕发积极人生动力的重要一环。《自觉走进“心”世界——自我解剖》一书集中揭示了人生之内涵、洞察自身的方法,还推出了一系列颇有指导意义的生活和生存技巧。

宝剑锋自磨砺出,梅花香自苦寒来。创造成功人生,既是自我磨砺的过程,也是自我磨砺的目的,怎样实现自我磨砺创造成功人生的有机结合?《每天都有新感觉——自我磨砺》一书,以独到的见解,为青年朋友揭示出磨砺的内涵、方法和艺术,为您走向辉煌,提供周到的服务。

通向成功的道路,不可能一路坦途、一路顺风,曲径、路障在所难免。而在“成功人生”的道路上,最难跨越的障碍莫过于来自自身的障碍。这障碍甚至包括已有的辉煌。因此,战胜自己,超越自我,是创造成功人生的重要方法和途径。对此,《走出自设的藩篱——自我超越》一书为青年朋友提供了生动、科学、实用的答案。

我们完全有理由相信,21世纪的中国,将是一个更加开放的、现代文明水准更高的社会,也将是一个竞争更为

激烈的社会。对青年人来说,无论是适应“文明”,还是挑战“竞争”,“良好的形象”、“迷人的风采”都将是重要的前提、“武器”或“资本”。良好的形象需要塑造,迷人的风采离不开包装。《迷人风采伴您行——自我包装》一书就是为正在个人生涯中追求进步、力争上游的人们提供学习、思考、行动的材料,并试图通过相关理论与实践知识的阐发,为您塑造良好的形象、书写成功的人生助一臂之力。

善于推销自己,对于在市场经济条件下能谋求一份好的职业非常重要。如何推销自己,使推销沿着自己的意愿走向发展?《青年争做弄潮游——自我推销》一书则成功地推销自己提供了许多可供参考的技巧与谋略。

人生需要忘我地拼搏,更需要悉心呵护。保全自己,使自己在达到目的的前提下,尽可能避免或减少灾祸,对成功人生尤为重要。当你在为保护自己而犯愁时,《自撑叶伞护荷花——自我保护》一书将会给您以满意的回答。

古人云:“人生八味”。《新世纪励志书系》的8本书,从八个不同角度,八个不同侧面,为青年的人生之路指点迷津。其选题不是随意拼凑的,而是有其严谨、考究的内在结构。

从写作手法来看,《新世纪励志书系》,一方面,注意了科学性与生动性的结合。在各本书里,既阐明一定的理论观点,又援引大量生动的事例加以说明,同时还特别注意使读者学了某些理论观点之后,能够用以指导其成功的实践。另一方面,注意了时代感的突出。8本书都紧扣跨世纪发展的时代主题,以跨世纪青年为服务对象,在

材料的采选、道理的阐释等方面都注重了求新,注重了与新的时代脉搏的合拍。总的感觉《新世纪励志书系》说理严密,时代感强。也许是因为8本书的作者都是在军队思想政治工作领域耕耘经年的教师和专家的缘故,书系信息量大,其中有不少第一手的案例。这8本书笔调活泼,语言清新,情理交融,相信会成为青年朋友探索成功人生的良师益友。

当然,《新世纪励志书系》也有不足之处,有的篇章注重了“活”而“深”的程度不够;有的篇章注重了理论性和系统性,而在“活”上略显不足;有的观点尚待进一步推敲或需要经实践的检验。但是,“瑕不掩瑜”,《新世纪励志书系》仍不失是一套优秀的青年读物。正因为如此,我向广大青年郑重地推荐这套书系。

1999年11月19日

雕琢自我，成功奋飞

春光，多么明媚，

春色，多么灿烂！

春雨似酥，春风醉人。

春天的脚步走到哪里，哪里就是春光无限！

是啊，春就是生机；春，就是生命之树！

人生的春天更宝贵。因为青春是人生的希望，青春也是成功的奠基石。

被青春充溢着的青年人，是国家的未来，是社会的希望，也是时代的滚滚车轮。他们要在生命的旅途上奔跑，要在生活的原野里奋飞，要去追赶光明，要去开拓伟业……

然而，青虫化蝶，绚丽多彩，却要经历痛苦的蜕变。人生道路，灿烂夺目，也要经历特殊的躁动阶段——青春期。这是人一生中最受困扰、最感困惑的时期，同时又是人自主选择自己的人生道路，确定自己的人生理想，形成各种品格的关键阶段。

“我们”——作为一个跨世纪的当代青年群体，以满腔热血之躯，刚刚步入社会之时，往往宛如走进了一个万花筒似的世界，五光十色，目不暇接，千变万化，不知所措。现实生活中的这种状况，迫使大家急切地探问：我们该如何面对人生？我们该怎样实现自己的人生价值？我们该怎样平安地度过躁动不安的青春期，顺利地走向辉煌壮丽的成年？

2 / 做自己的雕塑家

其实答案很简单：做自己的雕塑家！

或者说得更明白些：努力雕琢自己的内在素质，是青年人实现自我、走好人生道路的铺路基石，也是以后成功奋飞的翅膀！

记得世界著名的艺术家米开朗基罗，在意大利一个矿井中劳作时曾看到了一块巨大的矩形石头，他非常高兴，不断地抚摩着这块巨石，仿佛从中看到了摩西的精神。回家后，米开朗基罗便开始细心地雕琢这块石头，经过了相当长的时间，终于雕成了一尊伟大的艺术珍品——摩西雕像与十诫。

所以，世界伟大的化学家、最高科学奖设立者诺贝尔便殷切地告诫人们：“生命，那是自然付给人类去雕琢的宝石”。的确，在现实生活中，自己的外在形象如何，能否达到预期的目的，走好自己的人生之路，实在是由雕琢自己的内在素质来完成的。伟大还是渺小，卑劣还是崇高，成功还是失败，全靠你自己来塑造。

从根本上说，目的性，正是人区别于其他任何动物的显著标志之一。马克思在其巨著《资本论》中指出：“蜘蛛的活动与织工的活动相似，蜜蜂建筑蜂房的本领使人间的许多建筑师感到惭愧。但是，最蹩脚的建筑师从一开始就比最灵巧的蜜蜂高明的地方，是他在用蜂蜡建筑蜂房以前，已经在自己的头脑中把它建成了。劳动过程结束时得到的结果，在这个过程开始时已经在劳动者的表象中存在着，即已经观念地存在着。他不仅使自然物发生形式变化，同时他还在自然中实现自己的目的，这个目的是他知道的，是作为规律决定着他的活动的形式和方法的，他必须使他的意志服从这个目的。”这种观念存在着的東西，这种目的，在实践的过程中必然会产生出一定的结果，而现实的实践结果也必定是这种观念和目的的对象化、实在化。因此，人的一生中常常会出现许多的喜剧、

悲剧和闹剧，但是我们不能忘记，无论哪一出“剧”的登台，都离不开我们自己自编、自导、自演的结果。

我们青年人随着年龄的增长，随着自我意识的逐渐成熟，不可避免地要认真选择自己的生活道路，确定自己的奋斗目标，进行一定的自我设计。这种自我设计，也就是我们要对自己的未来进行预测、规划，自己为自己进行雕像。

本书正是为适应当代青年这种需要而问世的。它从认识自己开始，对青年人塑造自我的目标定向以及自信心、自制力、创造力、想象力等诸方面进行剖析，在理论与实际的结合中力求做到深入浅出，通俗易懂，生动活泼，易于实行。当然，鉴于著者的能力与水平局限，书中错误也在所难免，还望读者批评指正。如果它能对正在成长中的年轻人进行正确的自我雕像提供某种合理的“想象空间”，使这尊雕像日趋完美，人见人爱，也就是本书的初衷了。

有位哲人，曾经对人的一生作过如下的比喻：

童年，天真烂漫，耽于幻想，是人的“童话时代”；

青年，朝气蓬勃，热情奔放，是人的“诗歌时代”；

中年，一波三折，跌宕起伏，是人的“戏剧时代”；

老年，硕果累累，沉思绵绵，是人的“哲学时代”！

年轻的朋友，愿我们一起努力雕琢自己的内在素质，练好坚强的翅膀，迎着曙光，向着新世纪，一往无前地飞进属于自己的时代。

衷心地祝福你们！

作者

1999年9月于上海五角场

目 录

序	邓伟志	1
---------	-----	---

<u>雕琢自我,成功放飞</u>	1
------------------------	---

“认识你自己!”

——塑造自我的序曲	1
“斯芬克斯之谜”	2
我是谁?	7
“自我”又是谁?	11
社会圈中的“发育”	16
力量的发射之源	20
误区:自私等于自我	24

悖论：人离自我最远·····	29
超越：奉献获得升华·····	34

“你愿去哪里？”

——塑造自我的目标定向·····	39
你也可成一条龙·····	41
“功崇惟志”·····	46
“志当存高远”·····	51
“雾花”须植“实土”·····	57
志大才疏不可取·····	63
固守既定的目标·····	69
拖延将会离目标更远·····	74
警惕你心中的“白蚁”·····	81

“你相信自己吗？”

——塑造自我的自信心·····	90
自信是成功的第一秘诀·····	92
对自己说：“我能行！”·····	98
我究竟担心什么？·····	102
天生我材必有用！·····	108
走自己的路·····	114
笑一笑，十年少！·····	119
自我暗示，助你成功·····	125
自古英雄多磨难·····	132
勇敢地迈出第一步·····	139

“你会控制自己吗?”

——塑造自我的自制力·····	145
做自己的皇帝·····	147
先制己,后制人·····	154
小心“激将法”·····	159
说声“对不起”·····	165
“大将风度”·····	170
甘于“寂寞”·····	175
享受“悠闲”·····	180
“闹”点情绪·····	185
当好自己的“管家”·····	191

“你想开发潜能吗?”

——塑造自我的创造力·····	196
人的潜能究竟有多大?·····	198
是人就有创造力·····	204
好奇心不可缺·····	211
可贵的自立因子·····	216
改变联系·····	222
寻找差异·····	227
敢于质疑·····	233
记住偶然·····	240
抓住时机·····	246
知识就是力量·····	252

别忘了幽默·····	257
------------	-----

“你的翅膀何在?”

——塑造自我的想象力·····	262
张开想象的翅膀·····	264
自由联想·····	268
大胆设想·····	274
追踪推想·····	280
换位逆想·····	286
胡思乱想·····	293
梦想会成真·····	299
空想也结果·····	304
想象的重组与更新·····	309

<u>参考文献</u> ·····	315
--------------------------	-----

<u>后 记</u> ·····	317
-------------------------	-----

“认识你自己!”

——塑造自我的序曲

你认识自己吗？你真正了解自己吗？

面对这样看似简单的问题，年轻人，自然也包括一些青年学子们，很难一下子作出令人满意的回答。即便是颇有成就的中、老年人，回答起来也决不会觉得轻松。

不久前，德国的大实业家奥本海默先生在接见法国企业界一个代表团时，面对人们关于“你成功的秘诀是什么”的提问，他信口答道：“选个好父亲”。

可是片刻之后，他又立即改口说：“不，经过思考，我认为认识自己最重要！”

“认识你自己！”这是一个青年人塑造自我的“序曲”，我们决不能对此掉以轻心。