

安慰都市
心灵的励志书，
切中要害的
生活智慧——

人生就像 自行车

THE BICYCLE



梦想、奋斗、快乐、冒险、自由、
各种人生命题都有“锦囊妙

策、沉迷、空虚……
病”都有“解毒良方”！

罗金 著



 中华工商联合出版社

人生
自

THE BICYCLE

罗金 著



中华工商联合出版社

图书在版编目(CIP)数据

人生就像自行车 / 罗金著. --北京: 中华工商联合出版社,
2016.1

ISBN 978-7-5158-1469-8

I. ①人… II. ①罗… III. ①成功心理-通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 240096 号

人生就像自行车

作 者: 罗 金

责任编辑: 吕 莺 张淑娟

装帧设计: 虞 佳

责任审读: 李 征

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 北京柯蓝博泰印务有限公司

版 次: 2016 年 1 月第 1 版

印 次: 2016 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 640mm×960 mm 1/16

字 数: 260 千字

印 张: 16

书 号: ISBN 978-7-5158-1469-8

定 价: 35.00 元

服务热线: 010-58301130

销售热线: 010-58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场 A 座
19-20 层, 100044

<http://www.chgslcbs.cn>

E-mail: cicap1202@sina.com(营销中心)

E-mail: gslzbs@sina.com(总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题,
请与印务部联系。

联系电话: 010-58302915

PREFACE 前言

很多人说,人生,就好比是自行车。

小时候,我们对世界充满了迷惑,然后跌跌撞撞地成长,直到跨上了“自行车”的座位,但我们发现,一路上,我们总会“跌倒”,要想保持平衡,就得不断往前“骑”。

人生就像自行车:不管说得有多么好听,最后你发现要想前进,还是要靠自己努力。

快乐靠自己,没有谁能够同情和分担你的悲伤;坚强靠自己,没有谁会怜悯你的懦弱;努力靠自己,没有谁会陪你在原地停留;珍惜靠自己,别人也不愿意挥霍自己的时间;执着靠自己,没有谁会与你共同进退;一路走过靠自己,没有谁能够一直陪你走到底。

人生就像自行车:一路上总有顺风 and 逆风。

不要轻易述说生活的“狼狈”,要学会面对现实;不要轻易虚度每一天的光阴,因为那都是你余生中的第一天;不要轻易向世界妥协,它让你哭,你要在坚持中让自己笑。

人生就像自行车:爱护有加就“宝车”不老,懒得“打理”则往往提前“报废”。

.....

人生是美好的,又是短暂的。有的人生寂寞,有的人生多彩,不同的人有着不同的人生追求;人生是一条没有回程的单行线,每个

人都用自己的所有时光一路前行。

所以,你要相信你会幸福,你要保持一颗开放的心。生活不能预测,但它为梦想的实现提供了很多机会。只是别忘记,有时候,踏出积极的一步,需要你稍微调整梦想,或者筹划新的梦想,或者怀抱更多的梦想……幸福不是一天就能获得的,正如不幸的困境也不是一天形成的。

人生的高度一个又一个,它不是一尺,也不是一丈。不要太贪心,也不要太急躁。设置你心目中合适的高度,快乐而充实地奋斗。不用急着第一个到达,也不要为别人早到一步而纠结郁闷,更不要因为被别人超越而抓狂绝望。这个世界上不是所有人都比你强,也不是所有人都比你弱,你需要的仅仅是一份心安。

人生,就是骑上属于自己的自行车。你要知道,没有所谓“最正确”“最便捷”的道路,也不可能出现一个能带着你走一辈子的“贵人”。每一条道路都有通往成功的可能,关键是你自己是否有信心、有勇气、有智慧地走下去。

本书旨在帮助尚无明确人生方向或者在人生的旅途中走入岔道的年轻人,使他们尽早调整自己的航向,明确自己的使命,不断充实和完善自己,从而踏上成功殿堂的阶梯。



CONTENTS 目 录

①①① 重心偏了,方向也就变了 1

初学自行车,当我们跌跌撞撞跨上那个属于自己的座位时,就被大人告诫,一定要把握好重心,方向掌握在自己手里。人生何尝不是如此,重要的不仅仅是努力,还有方向。

- 1.正确树立自己的目标 2
- 2.没有明确的目标,就无法发挥自己的潜力 5
- 3.有了目标还需全力以赴 7
- 4.将大目标分解为小目标 11
- 5.太多的目标等于没有目标 15
- 6.用坚定的信念为目标护航 20
- 7.追求目标要有毅力还要有弹性 25

② 第二章 不努力,你就到不了目的地 29

人生就像自行车,说得再好听,也必须靠自己用力骑才能前进,当然有时候不用力也能前进,但请别忘记了那是在走下坡路。

- 1.没有不劳而获的东西 29
- 2.成功是“走”出来的 32
- 3.不断学习才会进步 35
- 4.惰性荒废年华 38
- 5.面对现实,将黑暗的阴影抛在身后 42
- 6.永远别把希望寄托在别人身上 44
- 7.多做一些,就向前迈进一步 47

③ 第三章 有人“宝车”不老,有人提前“报废” 50

人生就像自行车,有人爱护有加就“宝车”不老,有人懒得“打理”,往往提前“报废”。要想让被淘汰的风险远离自己,唯一的办法就是多做些准备。

- 1.有备方能无患 51
- 2.每一次差错皆因准备不足 54
- 3.多一分准备,就少一分被淘汰的风险 58
- 4.危机来临,处变不惊 61
- 5.小心谨慎,必善其后 63
- 6.做人大忌,就是得意忘形 65
- 7.努力培养好习惯,不断克服坏习惯 67
- 8.无论做什么事,都不要逞匹夫之勇 69

④④④ 关键时刻，“别掉链子” 73

你敢或不敢，机会就在那里。每一个人，都应该成为自己命运的设计师，都应该承担生活的责任。上天是公平的，只有付出才有回报，只有进行勇敢地尝试，机会才有可能来敲你的门。

1. 果断抓住属于你的机遇 74
2. 修炼捕捉机遇的能力 78
3. 你敢或不敢，机遇就在那里 82
4. 最大的机会藏在不可能中 86
5. 机遇就是关键的一两步 90
6. 在它挣脱之前，切勿自动松手 94
7. 唯一能创造机会的人，只有我们自己 98

⑤⑤⑤ 一个轮的车看着精彩，其实很辛苦 100

人生就像自行车，大多数人习惯两个轮，一个轮看着精彩，其实很辛苦。要想成功，就要学会将身边的资源通过合适的人际关系整合到一起，进行优化配置。

1. 借力是成功路上的滑翔机 101
2. 有意识地积累各行各业的朋友 104
3. 竞争不排斥合作 107
4. 集思广益，威力无比 111
5. 爱你的敌人并不吃亏 114
6. 优势互补，团结合作 117
7. 别小觑“虾米”的集合 120

第⑥章 想保持平衡,就得不断往前走 124

时间总是不停地向前,世界上也没有后悔药出售,所以,对于我们来说,最好的选择就是将自己的想法立即付诸实现。等待只能让你失去平衡。

- 1.立即行动,绝不拖延 125
- 2.你的行动力就是你成功的宣言 128
- 3.知道不如做到,想到更要做到 131
- 4.不再迟疑,立刻行动 134
- 5.不愿付出行动的梦想,只能成为幻想 137
- 6.不要为你的等待找任何借口 140
- 7.敢于采取与众不同的行动 144

第⑦章 放开手也可以前进 149

玩过“单车脱手”的把戏的人会发现,放开手也可以前进,因为我们每个人的潜能都是无限的,我们只发挥了自己的一小部分潜能,仍有巨大的潜能等待着我们去开发,我们要相信自己是优秀的。

- 1.自信给你成功的人生 149
- 2.你比想象的更优秀 154
- 3.面对质疑,自己的路要自己走 157
- 4.除了自己,没人能打败你 160
- 5.自信是潜能的催化剂 162
- 6.坚守自己必胜的信念 166
- 7.沙漠里也能找到星星 170

第八章 一路上总有顺风 and 逆风 174

一路上总有顺风 and 逆风。请不要轻易述说生活的“狼狈”，学会面对现实，不要轻易向世界妥协，它让你哭，你要在坚持中让自己笑。

1. 失败是机遇，也是挑战 175
2. 坦然面对生活的苦与乐 178
3. 每一处创伤都会让你更加成熟 183
4. 别在过去的失败里驻足 186
5. 困难像弹簧，你弱它就强 189
6. 狭路相逢勇者胜 193
7. 别人都不看好你，你才有机会证明自己 197

第九章 别忘记看看沿途的风景 200

回首的时候，总想把走过的路重走一遍，总想让那一串深深浅浅的脚印不再曲折，不再迂回；回首的时候，才知道从前的那缕朝霞应该珍惜，从前的那抹夕阳不该错过。

1. 放慢脚步，降低高度 201
2. 独处是灵魂的需要 203
3. 阅读是最快乐的消遣 205
4. 旅行会让你更明白自己，也更明白这个世界 208
5. 适当放弃，不存“非分之想” 210
6. 不要让攀比毁掉你的幸福 214
7. 荣辱不惊是生命的一道精神防线 217

⑩ 找到自己的优势 220

每个人都有自己的优势，只有找到了自己的优势，你才能在相应的行业内做得得心应手，最终获得成功。

1. 每个人都有自己的优势 221
2. 没有人比你更了解你自己 224
3. 模仿得再像，“赝品”还是“赝品” 227
4. 不要让缺陷干扰了自我定位 231
5. 打破劣势局面，形成新的优势 234
6. 机遇不等人，善于“推销”自己很关键 238
7. 寻找自己的天赋 240

第一章

重心偏了,方向也就变了



初

学自行车,当我们跌跌撞撞跨上那个属于自己的座位时,就被大人告诫,一定要把握好重心,方向掌握在自己手里。人生何尝不是如此,重要的不仅仅是努力,还有方向。

1.正确树立自己的目标

美国有一个研究“成功”的机构,曾经长期追踪观察100个年轻人,直到他们年满65周岁。结果发现,在这100个人中,只有一个人非常富有,5个人经济有保障,而其余的94个人情况都不太好,晚年生活十分拮据,可以说是失败者。而这94个人之所以会如此,并非因为年轻时不够努力,而是因为他们没有选定清晰的人生目标。

从这个案例中我们能简单明了地看到,拥有清晰的目标,会对未来的人生产生重大影响。

这与学习是同样的道理。当你开始学习之前,应该好好思考一下学习的目的是什么,仅仅是为了提高自己的学历,还是要将所学的知识运用于实践,或是其他什么目的?只有先明确了目标,才能够更好、更合理地安排自己的学习时间和学习内容。

有远大的目标是好的,但是,俗话说:“望山跑死马。”有些人所制定的远大目标往往都在远处,看起来遥不可及。这时候,人要分析自己距离目标有多远,知道自己与目标的差距,然后才能知道自己努力的方向和坚持的程度。

1976年,19岁的迈克尔在休斯敦的一家航天实验室工作,这里虽然待遇优厚,但是环境沉闷,迈克尔希望改变现状。他一直有音乐创作的梦想,但是并不擅长写歌词,于是他找到善写歌词的凡尔芮同他一起创作。当凡尔芮了解到迈克尔对音乐的执著以及不知如何

入手的迷茫时,决定帮助他实现梦想。凡尔芮问迈克尔:“你想象的五年后的生活是什么样子的?”

迈克尔沉思片刻,说道:“五年后,我希望自己会有一张唱片在市场上销售;我想住在一个有音乐氛围的地方,能够天天和世界一流的音乐人一起工作。”

凡尔芮说:“那么,我们现在就看看你和你的目标之间的差距有多大吧。现在,你有固定的工作,音乐创作的时间非常有限。而你如果想要达成梦想,那音乐将会是你生活和工作的主要甚至全部内容,这就是差距所在。”

凡尔芮继续说道:“现在我们把你的目标反推回来。如果第五年你想有一张唱片在市场上销售,那么第四年你就一定要和一家唱片公司签约;第三年你就要有一首完整的作品,可以拿给很多唱片公司听;第二年你一定要有很棒的作品并开始录音;第一年你就要把所有准备录音的作品改好,然后逐一进行筛选;第一个月你就要把目前手中的这几首曲子完工;第一个礼拜你就要先列出一张清单,排出哪些曲子需要修改,哪些需要完工。你看,现在我们不就知道你下个星期应该做什么了吗?”

凡尔芮接着说:“如果你五年后想要生活在一个音乐氛围的地方,与一流的音乐人一起工作,那么第四年你就应该有一个自己的工作室或者录音室;第三年,你可能就得先跟这个圈子里的人一起工作;第二年,你就应该搬到纽约或者洛杉矶去住了。”

凡尔芮的一番话,让迈克尔大受启发。很快,他就辞职去工作,搬到了洛杉矶。时隔六年,迈克尔的唱片大卖,一年卖出了几千万张,而且他每天都与顶尖的音乐人一起工作。正是凡尔芮冷静地找出差距,并一步步地进行分析,迈克尔才明确了通往梦想的道路。

在现实生活中,有许多人会因为目标过于远大,或者理想过于崇高而轻易放弃,但是,若能够懂得为自己设定“次目标”,便能够较快地获得令人满意的成绩,而每一个“次目标”都是按照自己目前所具有的能力来制定的,只要努力就能够完成,所以,当你逐步达成每一个“次目标”时,就意味着你总有一天会达成最终目标。

一个没有目标的人就像一艘没有舵的船,永远漂流不定,只会到达失望、失败和颓丧的海滩。

前美国财务顾问协会的总裁刘易斯·沃克曾接受一位记者的采访。他们聊了一会儿后,记者问道:“到底是什么因素使人无法成功?”

沃克回答:“模糊不清的目标。”记者请沃克进一步解释。他说:“我在几分钟前就问你,你的目标是什么?你说希望有一天可以拥有一栋山上的小屋。这就是一个模糊不清的目标。问题就在‘有一天’不够明确,因为不够明确,成功的机会也就不大。”

“如果你真的希望在山上买一间小屋,你必须先找到那座山,了解你想要的小屋的现价,然后考虑通货膨胀,算出5年后这栋小屋值多少钱;接着,你必须决定,为了达到这个目标,每个月要存多少钱。如果你真的这么做了,你可能在不久的将来就会拥有一栋山上的小屋;但如果你只是说说而已,梦想就可能不会实现。拥有梦想是愉快的,但没有实际行动计划的模糊梦想,则只是妄想而已。”

生命是一条单行线,人的时间和精力也是有限的,在这条单行线上徘徊、迷茫、迂回的时间越长,为自己最想要的目标而奋斗的时间、精力就越少,因此在刚开始就要明确自己想要什么,如果连自己

想要的是什么都不知道,那还奢望能够得到什么呢?

人要明确自己想要的是什么,只有明确这一点才能致力追求自己想要的东西,成就自己的人生。

学习也是如此。当你将自己的学习目标设定得十分远大时,很可能自己就会先被吓倒了。但是如果能够根据自己的学习目标,将所要做的事情一一记在纸上,就成了一张表。比如,我们可以把目标分解,明确落实到每一天、每一个星期、每一个月甚至每一个学期。但光有计划是不够的,最重要的还是要付诸实践来完成它。

我们要树立人生目标,这样我们才会知道生活的航向,才能懂得生活还有新的追求。但是比树立目标更重要的是用行动去实现所谓的目标,只有下定决心,不断地学习、奋斗、成长,才有资格摘下成功的甜美果实。

2.没有明确的目标,就无法发挥自己的潜力

曾经有一对夫妇,他们有两个孩子。孩子还小的时候,他们决定为孩子养一只小狗。小狗抱回来以后,他们想请一位朋友帮忙训练这只小狗。第一次训练前,驯狗师问:“小狗的目标是什么?”夫妻俩面面相觑:“……小狗的目标?那当然就是当一只狗了。”驯狗师极为严肃地摇了摇头说:“每只小狗都得有一个目标。”

夫妻俩商量之后,为小狗确立了一个目标:白天要和孩子们一道玩,夜里要能看家。后来,小狗被成功地训练成了孩子的好朋友和

家中财产的守护神。

这对夫妇就是美国的前副总统阿尔·戈尔和他的妻子迪帕。他们牢牢地记住了这句话：做一只狗要有目标。推而广之，做一个人更要有目标。

这就是目标的重要性，没有目标，一切都只是停留在空想的层面上，有了目标，人生才会有努力和奋斗的方向，奋斗也才会变得更有动力。

在任何年代、任何国家，社会结构都接近一种金字塔状。大部分人处在金字塔的底层，只有一小部分人处在金字塔的顶端。处在底层的人每天辛辛苦苦地工作，却只能勉强维持自己的生活。而处在塔顶的人则是事业蒸蒸日上，发展前途不可限量。大部分人只能做普通的工作，有普通的收入，少数人则在高层作决断，享受财富。然而人们往往忽视了，这些身处顶端的人，曾经也处在底层，他们是一步一步地攀上金字塔的顶端的。

为什么偏偏是他们达到了众人瞩目的高度呢？

1952年，默多克的父亲因病去世了，未满22岁的默多克接手了父亲在澳大利亚的报业集团。

许多人称《澳大利亚人报》是默多克的另一面。因为这张刊载金融和政治事务的正儿八经的日报，同那些通俗的大众化小报形成了截然不同的两个极端。事实上这份报纸一直都在赔钱，为了荣誉，默多克一直坚持了下去。直到15年后，《澳大利亚人报》才开始赢利。

1968年，默多克到了英国，他自然就想到了英国那份著名的报纸——《每日镜报》，可是时机还不成熟，他转而把目光瞄向了《世界