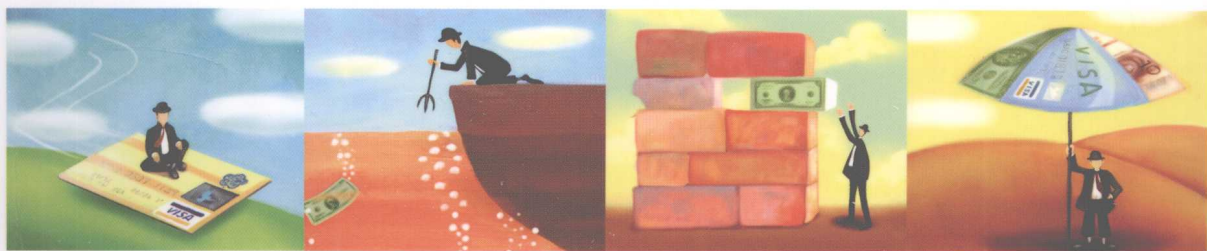


Dehortation

送给初入社会的年轻人，以此32条人生经验指导你的处世为人，你的 唐华山◎编著
人生才会顺风顺水，善缘聚会。

继《唐僧的马》《从0到1有多远》《生活哲理枕边书》之后，畅销书
作家唐华山又一经典力作，获得超高网络人气。

决定一生^的32条 人生忠告



全集珍藏版

忠告的力量是巨大的，关键时刻的一句忠告甚至可以决定人的一生。

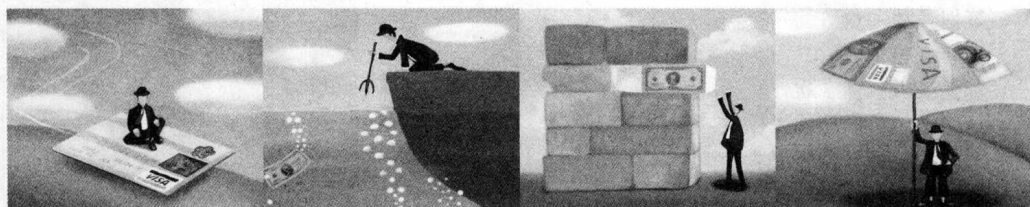
32条忠告，传递出32条人生哲理和经验，让你的人生不走弯路。

经典的成功案例，精辟的哲理剖析，让你远离人生的陷阱和弯路，带你走上更加通畅顺意的人生之路。

Dehortation

决定一生^的32条

人生忠告



全集珍藏版

唐华山◎编著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

决定一生的 32 条人生忠告：全集珍藏版/唐华山编著. —北京：
新世界出版社，2008.1

ISBN 978 - 7 - 80228 - 558 - 3

I. 决… II. 唐… 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 001721 号

决定一生的 32 条人生忠告：全集珍藏版

策划：林 欢

作者：唐华山

责任编辑：林 欢

封面设计：创品牌工作室

出版发行：新世界出版社

社址：北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

总编室：+86 10 6899 5424 6832 6679 (传真)

发行部：+86 10 6899 5968 6899 8733 (传真)

网址：<http://www.nwp.cn> (中文)

<http://www.newworld-press.com> (英文)

电子信箱：nwpcn@public.bta.net.cn

版权部电话：+86 10 6899 6306 frank@nwp.com.cn

印刷：大厂回族自治县彩虹印刷有限公司

经销：新华书店

开本：787 × 1092 16 开

字数：200 千字 印张：17.5

版次：2008 年 2 月第 1 版 2008 年 2 月第 1 次印刷

书号：ISBN 978 - 7 - 80228 - 558 - 3

定价：32.80 元



前言

32条忠告，让你的人生不走弯路

在一个人漫长的成长历程中，每个阶段都会有一句话或者几句话指导着自己的思想和行为，人生的成败往往就在于这个时期所记住的这几句话。

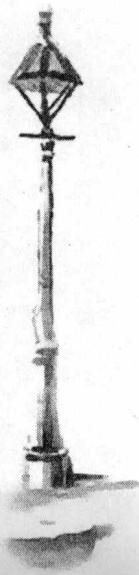
一句话的力量是巨大的，关键时刻的一句话，足以影响你的命运，决定你的人生成败。生于佐治亚州的曼凯斯·卡拉南德，就是最好的例证。

曼凯斯·卡拉南德是一个典型的美国孩子，他活泼、开朗、健康，热衷于篮球、网球、垒球、游泳，是中学里一个众所周知的杰出学生。

后来，曼凯斯应征入伍。在一次军事行动中他所在部队被派遣驻守一个山头，激战中，突然一颗手榴弹飞入他们的阵地，眼看即将爆炸，他果断地扑向手榴弹，试图把它扔掉。可是手榴弹爆炸了，他被重重地炸倒在地上，当他向后看时，发现自己的右腿右手全部炸掉了，左腿炸得血肉模糊，也必须截掉了。他痛苦得想哭，却哭不出来，因为弹片穿过了他的喉咙。

人们都以为曼凯斯再也不能生还，但他却奇迹般地活了下来。是什么力量支撑着他？是一句话的力量。在生命垂危的时候，他反复思索贤人先哲的这句话：“苦难会最终给你带来幸福。”曼凯斯一次又一次背诵着这句话，心中始终保持着不灭的希望。然而，对于一个三截肢（双腿、右臂）的年轻人来说，这个打击是太大了！在深深的绝望中，他回忆起又一句话：“当你被命运击倒在最底层后，再能高高跃起就是成功。”

回国后，曼凯斯从事了政治活动。他先在佐治亚州议会中工作了两届。然后，他竞选副州长失败。这是一次沉重的打击。但他用这样一句话鼓励自己：“经验不等于经历，经验是一个人经过经历所获得的感受。”这指导他更自觉地去生活。





紧接着，他学会驾驶一辆特制的汽车并跑遍全国，发动了一场支持复员退伍军人的事业。1977年，卡特总统命他担任全国复员军人委员会负责人，那时他34岁，是在这个机构中担任此职务最年轻的一个人。卡特下台后，曼凯斯回到佐治亚州家乡。

1982年，他被选为州议会部长，1986年再次当任。今天，曼凯斯已成为亚特兰城一个传奇式人物。人们经常可以在篮球场上看到他摇着轮椅打篮球。他经常邀请年轻人与他做投篮比赛。他曾经用左手（只有左手）一连投进了18只空心篮（不碰篮板和篮圈的进球）。

人生不会给无腿独臂的人丝毫同情和厚爱。正如曼凯斯所说：“你必须知道，人们是以你自己看待自己的方式来看你的。你對自己自怜，人家则会报以怜悯；你充满自信，人们会待以敬畏；你自暴自弃，多数人就会嗤之以鼻。”

一个四肢只剩一条手臂的人能成为一名政府部长，能被总统赏识担任一个全国机构的要职。毫无疑问，是他原先记住的几句话给了他力量，这几句话的鼓舞下，他成功地改变了他的命运，他的人生因此而丰富多彩，甚至比一个四肢健全的人更辉煌。同时，他的成功也成了那几句话的有力佐证。

一句话足以震撼心灵，一句话足以改变人生。本书通过32条忠告，传递出了32条人生哲理和经验，内容广泛涵盖了年轻人生活的方方面面，既有精辟深刻的理论剖析，又有真实生动的成功案例，对青少年的健康成长具有重要的指导意义。



目 录

CONTENTS

第一条忠告 成熟的果子最甜，而且最不容易腐烂 / 1

冰冻三尺，非一日之寒，指望在一朝一夕之内创造辉煌是不现实的，大的成功必须靠长久的坚持方能取得。与其挖空心思寻找成功的捷径，不如老老实实先修炼自己的“内功”。

坚持修炼自己的“内功”	/ 2
不要急于表现自己	/ 4
才气就是坚持不懈	/ 6

第二条忠告 不要乱发脾气，学会把委屈憋在心里 / 8

知道自己在做什么是很重要的，别人如何看待你的学习、决定、努力、动机或成就，这些都不要紧，只要我们自己最清楚自己所作所为的重要性。他人的掌声及喝彩固然令人高兴，但切莫让别人对自己评价的标准建立在自己的人生信仰及价值观上，最重要的还是你对自己的评价。

不要乱发脾气	/ 9
坦然面对不公正的批评	/ 11
控制不了自己的情绪就控制不了局势	/ 14

第三条忠告 做事做到位 / 16

我们不管做任何事情，都应该尽心尽力，倾己所能。这是因为，我们不知道究竟哪些事情事关大局，至关重要。也许在我们眼里那些看似是鸡毛蒜皮的所谓小事，实际上却可能生死攸关。





做事要认真	/ 17
细心才能成大事	/ 19
要么不做，要么就快乐投入地做	/ 21

第四条忠告 主动适应社会，因为社会不会主动适应你 / 23

学会主动适应社会吧，因为社会不会主动适应你。如果你能够对新环境很快适应，那么你就会像春天的一条嫩柳，移栽在哪里就能在哪里生根、抽枝、吐芽、成荫。这种优良的心理适应能力会助你在任何新的环境中如鱼得水、应付自如。

如果改变不了环境，就只有改变自己	/ 24
承认生活并不公平	/ 26
学会主动适应生活	/ 29

第五条忠告 敢于拒绝他人，坦然接受他人拒绝 / 32

拒绝别人帮助不是自己妄自尊大，而是使自己能充满自信地独立行走，即使开始时走得慢一些，蹒跚一些也应该坚持走下去，这样，一旦离开了亲友，也不会在没有帮助的情况下就灰心丧气了。

拒绝他人的帮助，开始自己的人生	/ 33
接受拒绝，就是赢得欢迎	/ 36
有个性才会有持久的生命力	/ 38

第六条忠告 学会自食其力，不要依赖他人 / 40

依赖别人，即使跟着别人获取过成功，拥有过什么，占据过什么，实际上也是一无所有。因为依赖别人而成功的，实质上那是别人的成功，而自己仍然是一个不会独立、不会创造的失败者。物质上的拥有和占据，填补不了精神的空虚和苍白。

依赖是成功路上的绊脚石	/ 41
-------------------	------





成才先从不依赖父母开始	43
在情感上独立	45

第七条忠告 没人会在意你的自尊 / 49

每个人都是有自尊的，尤其是对年轻气盛的青年人来说，更是受不得别人的半点侵犯。然而，如果太过在意自己的自尊，有时会使自己在别人面前受到更大的自尊侵犯。正如推销大王约翰·兰奇先生所说的那样：“成功是让别人在意你自尊的最好明证。”

不要企图掩盖过错	50
消除自卑，赢得尊重	52
别太在意你的自尊	54

第八条忠告 充分发挥天赋才能，拥有一技之长 / 56

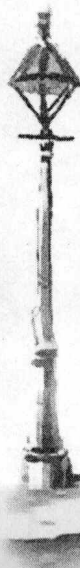
我们的周围，一些人是辉煌的成功者，一些人是平淡的庸碌者。同样都是人，为何能产生如此大的差别？其实，人的资质虽说有些不同，但其间距离也并非天壤。究其原因，关键在于对天赋资质的发挥如何。可以说，最大限度地发挥自己的天赋与潜力，是一个人走向成功的必须。

充分发挥天赋才能	57
将自己的特长发挥到极致	59
认清自我，发现自己的特长	62

第九条忠告 即使没人看见你，也要遵守规则 / 65

纪律无处不在，无时不有，每一个人在任何时候都会受到纪律的约束。一个人要想获得成功，首先必须严格要求自己，要严格要求自己，必须有一套维持正常生活的纪律。

严格约束自己，适应各种纪律	66
培养遵守纪律的好习惯	69





遵守社会公德	71
--------------	----

第十条忠告 看不上小钱，就不会有大钱 / 73

综观一些富人的成功之路，他们无不从小事做起，从小买卖做起，从小钱赚起。赚小钱还有一个好处，就是积小成大，积少成多，时间久了，小钱也会变大钱。

不珍惜小钱，就不会有大钱	74
想挣大钱，先攒小钱	76
不要看不起手头的工作	79

第十一条忠告 勇于承认自己的错误 / 81

优秀的成功者，都是敢于承认错误并勇敢面对的人。进行自我评价是一个人对自我的认识、分析和期望，也就是对自己的心理体验。认真进行自我评价，是一个正确估量自己，然后走向成功的重要过程。因此，要想出人头地，成为社会的有用之人，就要像曾子一样“吾日三省吾身”。

认识到自己的错误	82
最成功的一课	85
认真进行自我评价	87

第十二条忠告 如果可以将小事做得完美，就能够成就大事 89

不要为自己没有遇上惊天动地的大事情而沮丧，因为机遇并不一定隐藏在事情中间。在很多时候，一些看似不起眼的小事，也可以改变你的命运。当然，前提是你必须认真对待每一件看似不起眼的小事。

认真对待每一件小事	90
小事都做不好的人，大事就更难成功了	91
天才就是专注小事的人	93



第十三条忠告 到水深的地方行大船 / 96

光有梦想和抱负是不行的，还得时时审视自己所处的环境，努力寻找展现自我的环境，如果有更大的舞台，请坚决走出去，否则再华丽的梦想也会褪色，再伟大的抱负也只能是空谈。

到水深的地方行大船	97
努力寻找展现自我的环境	99
修炼自己的“内功”	101

第十四条忠告 做自己最喜欢的事，才能够最终成功 / 104

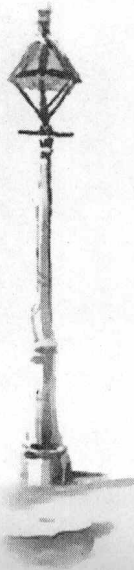
现在的社会也许不是你喜欢干什么就能干什么，但你必须对自己一生的事业有一个定位，你也不一定能干什么就干什么，但是你现在能做的事情或正在做的事情很重要，要考虑好，使自己立足于现有条件，将短期目标和长期目标结合，将梦想与现实相结合，为自己的人生目标不断创造理想的条件。

找准自己的位置	105
有梦想就不要放弃追赶	107
追随兴趣而成功	109

第十五条忠告 只要你还没有放弃，你就没有失败 / 111

每个人的人生路上都会有障碍：有时是一块石头，有时是一根巨木，有时则是一座坚固的堡垒。这时不要总希望有人来帮助你——相信自己，用自己的脚跨过去吧。

在挫折中奋起	112
不知道失败是什么，就永远不能获得成功	114
坚韧不拔的人才会成功	117





第十六条忠告 唯一可以信任的人是自己 / 122

孩子望着父亲，从高处往下跳，父亲却突然缩回双手，让孩子重重地摔在地上。如此反复，让孩子从小只相信自己。这样的“游戏”在犹太人中相当流行，他们通过这种“唯我可信”的做法，来告诉他们的下一代：世界是复杂的，每个人，哪怕是最亲近的人，都可能成为你的敌人。

- 唯一可以信任的人是自己 / 123
- 坚信自己一定能成功 / 126
- 善于激励自己 / 128

第十七条忠告 要想做最出色的人，就要有最新鲜的想法 / 131

尽管世界越来越拥挤，但是那些富有冒险精神的人永远有足够的空间。只要一个人不安于按部就班的生活，不承认失败，就能够找到成功的办法。不论这个人处于什么环境，什么地位，在没有轮到他之前，机会不会挽起他人的臂膀，因为机会只属于善于思考的人。

- 机会属于善于思考的人 / 132
- 没有思考就没有创新 / 134
- 好奇是成功的第一美德 / 136

第十八条忠告 选定一把椅子 / 139

确立正确的人生目标，是一个人走向成功的首要条件。正如有一大箱的工具，如果不放到需要它们的行业中去，这些工具就毫无用处；同样的道理，我们的满腹才华和独特技能就像是一箱工具，如果没有做一个出色木匠的愿望或打算，这些东西就没有任何意义。

- 确立正确的人生目标 / 140
- 确立目标要斟酌而行 / 143
- 专注特定的目标 / 145





第十九条忠告 永远看到事物光明的一面 / 148

无论做什么事情，你的态度决定你的高度。悲观失望的人在挫折面前，会陷入不能自拔的困境；乐观向上的人即使在绝境之中，也能看到一线生机。抱着积极的心态行事，你就会收获尽可能好的结果。

积极的心态可以改变你的人生	149
心态的力量是世界上最大的力量	151
改变心态，就能改变命运	154

第二十条忠告 做一个善良的好人 / 157

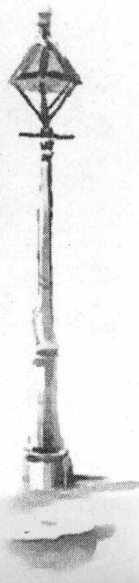
无论在任何时候、任何情况下，和什么人在一起，都要忠于自己，言行一致，坚守自己的信仰及价值观，这是正直的表现。如果你不正直，最终将失去一切。做一个正直的好人，应是每个人追求的首要目标。

美德是最好的遗产	158
把诚实变为一种习惯	161
做一个正直的好人	164

第二十一条忠告 永远都要坐前排 / 166

“永远都要坐前排”是一种积极的人生态度，激发你一往无前的勇气和争创一流的精神。在这个世界上，想坐前排的人不少，真正能够坐在“前排”的却总是不多。许多人所以不能坐到“前排”，就是因为他们把“坐在前排”仅仅当成了一种人生理想，而没有采取具体行动。那些最终坐到“前排”的人，之所以成功，是因为他们不但有理想，更重要的是他们把理想变成了行动。

即使是坐公共汽车，也要坐在前排	167
立志从来不会晚	169
不要怕自己太“显眼”	171





第二十二条忠告 做一个善于交际的人 / 177

人作为社会一个分子，不可能独来独行，何况现在的社会是信息交流越来越频繁的开放式社会。如果把青少年与社会隔离开来，进行封闭式教育，那么所培养的人才无疑对社会能力的适应性是脆弱的。

做一个善于交际的人	/ 178
培养自己的交际能力	/ 180
标榜自我的人没人喜欢	/ 185

第二十三条忠告 勇敢地亮出你自己 / 188

虽然才华在很大程度上决定能否成功，但很多人因为缺乏推销自己的智慧，始终与成功差之毫厘。想办法自己推销自己，而不要被动地等待别人来发现，也是成才的秘诀之一。善于表现自我，积极地展示自己，是新时代青年的一种宝贵特质。

亮出真实的自我	/ 189
利用不同方式积极地展示自己	/ 191

第二十四条忠告 不要期望获得所有人的认可 / 194

不论做什么事情，都不可能让所有的人感到满意，很多时候，我们只要有自己的个性就足够了。因为，你认为是很好的东西，在别人眼里有可能就是垃圾。

不要祈求别人的认同	/ 195
活出个性是对自己最好的报答	/ 197
别想让所有的人都满意	/ 199





第二十五条忠告 不要轻易许诺，答应他人的事要做到 / 202

一个没有信用的人，就好比墙上的芦苇，终究站不住脚跟。而一个有信用的人，不论你处在什么环境下，因为你有“重信守用”的好名声，别人自然会格外地相信你。博取他人的信任，不能光说不做，而要通过你的身体力行，一点一滴地去积累、去建立，方能取信于人。

既然承诺了，就要坚决去做	/ 203
真诚无欺，方能取信于人	/ 205
失去信誉就会失去尊严	/ 207

第二十六条忠告 树立积极的人生观 / 209

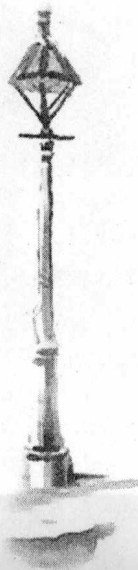
一切的和谐与安宁，健康与健美，成功与幸福，都是由乐观与希望的向上心理产生与造成的。

运用自我暗示，培养积极心态	/ 210
寻找小马驹的男孩	/ 213
树立积极的人生观	/ 215

第二十七条忠告 坚持到最后一分钟 / 217

世间最容易的事是坚持，最难的事也是坚持。说它容易，是因为只要愿意做，人人都能做到；说它难，是因为真正能够做到的，终究只是少数人。成功在于坚持，这是一个并不神秘的秘诀。

成功贵在坚持	/ 218
每天坚持一点点	/ 220
简单的成功	/ 222





第二十八条忠告 与众不同更容易成功 / 224

每个人都可以选择两种生活方式——随波逐流或独树一帜。要想独树一帜，就必须与他人有所不同；要想有别于他人，就必须想他人所未想，做他人所未做。

蓝绶带	/ 225
与众不同是成功者的第一思维模式	/ 227
想有所突破，就要绞尽脑汁另辟蹊径	/ 230

第二十九条忠告 做最好的自己 / 232

要做就做到最好，不仅是一种价值标准，更是一种奋斗进取的追求精神。有了这种精神，人人都可以成功。

“我不要做最好的，我只要做好我自己”	/ 233
要做就做到自己能够达到的最好	/ 237
做一个更了不起的人	/ 239

第三十条忠告 严格要求自己 / 242

一个人或许可以在缺乏教育和健康的情况下获得成功，但一定无法在没有自制能力的情况下获得成功——那与众不同的自制能力，能让一个人冲破一切险阻而闯到最前面去。

成大事者当自律	/ 243
自制自律的孔圣人	/ 245
严格要求自己	/ 247



第三十一条忠告 会说话好办事 / 250

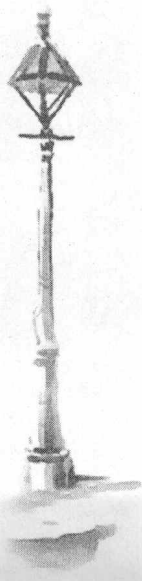
一句话可以把人说跳，一句话也可以把人说笑。说话产生的效果天差地别，良好的谈吐可以助人成功，蹩脚的谈吐则让人一败涂地。一些西方人甚至将舌头、金钱、原子弹相提并论，称之为“世界三大威力”，而舌头独冠其首，足见口才的社会作用被提升到了何等惊人的高度。

- 少孺子巧劝吴王 / 251
- 口才背后是脑袋 / 254
- 站在对方的立场上想问题 / 256

第三十二条忠告 如果你想取得成功， 那就请加快你失败的速度 / 258

卑微的出身与贫苦的童年就好像是一种运动器械，可以锻炼人，让人体格健壮，抗得住各种暴风骤雨。事实上，大多数成功者都是从艰苦中奋斗过来的，而在优越的环境之下则很难有所作为。

- 在挫折中磨炼自己 / 259
- 在逆境中崛起 / 261
- 蛾变蝶不是梦 / 263





第一条忠告



成熟的果子最甜，而且最不容易腐烂

冰冻三尺，非一日之寒，指望在一朝一夕之内创造辉煌是不现实的，大的成功必须靠长久的坚持方能取得。与其挖空心思寻找成功的捷径，不如老老实实先修炼自己的“内功”。

