

影响青年人的 7 一生的 个决定

宿春礼 主编



年轻时代是一个人一生中最关键的阶段，会面临无数的选择与决定。这些抉择正确与否，将影响人一生的境遇和命运。了解和做好人生中最重要决定，才能奠定一生的基石，把握人生航向，从容迈向成功和幸福。

光明日报出版社

影响青 7 一个决定 一生的

宿春礼 主编

光明日报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

影响青年人一生的 7 个决定 / 宿春礼主编. -- 北京: 光明日报出版社, 2012.1

ISBN 978-7-5112-1879-7

I. ①影… II. ①宿… III. ①人生哲学—青年读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 225293 号

影响青年人一生的 7 个决定

主 编: 宿春礼

出 版 人: 朱 庆

策 划: 温 梦

责任编辑: 李 娟

责任校对: 一 苇

封面设计: 张 诚

责任印制: 曹 诤

出版发行: 光明日报出版社

地 址: 北京市东城区 (原崇文区) 珠市口东大街 5 号, 100062

电 话: 010-67078247 (咨询), 67078945 (发行), 67078235 (邮购)

传 真: 010-67078227, 67078255

网 址: <http://book.gmw.cn>

E-mail: gmcbs@gmw.cn lijuan@gmw.cn

法律顾问: 北京市洪范广住律师事务所徐波律师

印 刷: 三河市华东印刷有限公司

装 订: 三河市华东印刷有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 720 × 980mm 1/16

字 数: 200 千字

印 张: 15

版 次: 2012 年 1 月第 1 版

印 次: 2012 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5112-1879-7

定 价: 29.80 元

版权所有 翻印必究

前言

P R E F A C E

一个人的一生完全取决于自己做出的决定。

过去，有一位长者，以先知先觉而著称。有一天，两个年轻人去找他，想愚弄一下这位智者。

他们中的一个手里抓着一只雏鸟，见到老人后，他们说：“智慧的人啊，你认为我手里的小鸟是死的还是活的？”

在他们看来，这个问题只有两个答案，鸟是死的或者活的。如果老人说小鸟是死的，他们就只须将手一松，小鸟就会展翅高飞；如果老人说鸟是活的，他们可以用力一握，把小鸟弄死。

应该说，这是一次两难的选择。

老人久久地注视着他们，微笑着回答说：“我告诉你，我的朋友，这只鸟是死是活完全取决于你的手！”

这个古老的寓言告诉我们一个真理：你的人生由你自己决定，你的人生是否精彩也完全由你自己决定，你就是作决定的人。

对年轻人来说，决定是一种考验，只有做出决定才能拿到通往成功的门票，决定更是一种智慧，每一个重要决定都为自己种下一粒命运的种子，只有一个决定正确了，下一个决定也正确了，当所有重要的决定都正确的时候，才能够品尝到成功与喜悦的甘甜果实。

也许有人认为已做出的决定可以更改，但在重新选择的过程中，我们空耗了生命中的些许时光。因此，每一次决定，我们都应慎之又慎，因为

它有可能决定我们的一生。

人在年轻的时候会面临无数大大小小的选择与决定，选择恋人伴侣、选择工作、选择生活方式等等，所有的这些都需要我们做出选择和决定。但在选择与决定的道路上却笼罩着层层迷雾：向左走可能是平坦的大道，而旅途的终点却可能是一片荒漠；向右走可能是独木桥，而独木桥的终点却可能是鲜花和掌声。就是因为有许多不确定因素的存在，让很多年轻人不敢做出决定，任由时间飞逝，最终蹉跎岁月，一事无成。

那么如何才能做出正确的决定呢？

本书将给你出谋划策、排忧解难。书中讲述了年轻人面临的7个重要问题：朝着何种方向发展，先工作还是继续教育，选择什么样的职业，如何对待跳槽，如何创业，如何面对婚姻，选择什么样的生活方式。本书以精辟的语言、独到的见解、有趣的内容帮助年轻人在人生最重要的事情面前做出明智的决定。

人生最痛苦的事情是在面对重大决定时没有把握好自己的方向，最终与精彩的人生擦肩而过。让每个年轻人都能把握好美丽人生，做好每一个决定，是本书出版的主要目的。

翻开本书将给你一种豁然开朗的感觉，它将成为你的指路明灯，引导你向正确的方向前进。衷心希望每一个年轻的朋友都能够好好品读，细细领悟，让思想的涓涓细流汇聚成生命的浩瀚海洋，为自己创造不一样的人生。

目 录

C O N T E N T S

导论

人的一生取决于年轻时的决定	2
今天的决定改变明天的命运	4
现在就做出你的决定	5

第1个决定 朝着何种方向发展

第一节 认识你自己	8
如何认识你自己	8
用正确的态度对待自己的短处	11
第二节 让目标引领人生航向	14
目标就是你未来的现实	14
确定心中想要的生活	16
不让错误目标误导人生	18
第三节 起步，从这里开始	21
充实自我，把握机遇	21

做好手头的事情	23
让未来的你决定现在的事	25

第2个决定 先工作还是继续教育

第一节 人生岔路口，向左走还是向右走	28
知道自己想要的	28
有了机会就抓住	29
坚韧让你成功	31
第二节 国内深造与出国留学，你选择哪个	33
当出国成为一种时尚	33
权衡利弊，不随大流	35
“海龟”也会变成“海带”	36
国内深造，同样也可以“镀金”	39
第三节 继续教育，关键时刻的提醒	43
继续教育要考虑的问题	43
时刻准备，压力无处不在	45
“双跨”想好了再做	47
第四节 工作中，学习脚步不停歇	50
在职深造，要工作也要学习	50
厚积薄发，积淀你的人生	52
终身学习，处处学习	54

第3个决定 选择什么样的职业

第一节 了解自己，选择职业	58
明确你的职业倾向	58

问问自己“我能做什么”	60
兴趣是关键，个性是根本	62
不同的社会需求，不同的职业选择	66
第二节 成功先要入对行	68
择业不能好高骛远	68
选择错了及时回头	70
到最适合自己的地方去	72
第三节 未雨绸缪，做好择业准备	75
不良就业心理，成功的大敌	75
就业“三部曲”	77
4招教你提高竞争力	80
第四节 正确择业早知道	84
不仅埋头拉车，还要抬头看路	84
不要选择太热门的行业	87
冷门行业也有“钱途”	88

第4个决定 如何对待跳槽

第一节 你为什么要跳槽	92
跳槽不只是你一个人的事	92
刷新心态，理性对待跳槽	94
有些槽不得不跳	95
第二节 寻找最佳时期，该跳槽时就跳槽	99
跳槽，选好时机步步高	99
放长线钓大鱼	101
跳槽，必须拿到“金刚钻”	103

第三节 跳槽成功始于行动之前	107
对面的景色不一定很美	107
跳槽并非免费午餐	110
寻觅跳槽目标公司	112

第5个决定 成功创业，从哪里开始

第一节 “内外兼修”，做好创业准备	116
辞职创业，你准备好了吗	116
创业素质，你具备了吗	120
找准关键，全力以赴	123
第二节 创业起步，点燃激情岁月	127
不要让思想“抛锚”	127
借助一切可利用的资源	130
避开创业风险，顺利到达彼岸	132
第三节 创业应注意的事项	136
从自己熟悉的行业做起	136
用对人，还要会用人	138
别小看蝇头小利	141

第6个决定 拿什么爱你，我的爱人

第一节 找到适合自己的恋人	144
不要只看外表	144
太过苛求不可取	145
果断丢弃不合脚的鞋	148
选择理想对象4法则	151

第二节 何时结婚，由你做主	155
结婚，人生完美的必经阶段	155
行船一定要有避风港和加油站	158
最佳时期，错过不再来	159
全面考虑，做好准备	162
第三节 幸福生活，从心开始	165
别把对方的付出当做理所当然	165
忠于爱，接受爱的考验	168
给爱一个坚实的承诺	171
对自己的爱情负责	173
为外遇贴上警告标签	176
让婚姻持久保鲜	180

第7个决定 选择什么样的生活方式

第一节 平衡膳食，为你的健康加油	186
不因年轻就不在意健康	186
告别不科学早餐时代	188
诱人的夜宵，吞噬健康	191
别上了洋快餐的当	193
第二节 调校自己的生物钟	196
创造良好的睡眠环境	196
莫向自己的生物钟宣战	199
熬夜伤人有多深	200
第三节 莫让运动远离你	203
运动为健康保驾护航	203

坚持运动，远离亚健康	205
别在密封罐里健身	207
运动三原则：择时、择地、择项	209
第四节 自我调适，让心灵沐浴阳光	212
缓解压力，平衡心理	212
走出自卑的泥潭	215
摆脱抑郁的束缚	219
铲除浮躁的种子	222
走出自闭，沐浴群体阳光	224

导 论

导 论

人的一生取决于年轻时的决定

人生有许多十字路口，但关键处就那么几步，特别是在年轻的时候。

如何让自己生活得更好是每个人都在考虑的问题，而年轻的时候打下的基础是一切目标得以实现的前提。

章先生今年45岁，身价已有8位数，是某集团的总裁，集团下已有十几个子公司，是当地赫赫有名的成功人物。在接受记者采访时，章先生说道：“我之所以成功和我年轻时候的努力是分不开的，年轻的时候心气足、胆子大，做什么事都坚决，身体也好，每天工作十几个小时都不觉得累。现在不行了，每天上下楼都觉得气喘吁吁，心气也没以前足了，也害怕失败，做事也畏首畏尾的。所以我奉劝年轻的朋友要多努力，否则到了我这个年纪再想创业就难了。”

三十而立，四十不惑。如今社会正以超乎人们想象的速度发生着巨大的变化，随之而来的是各种竞争的加剧，大到行业领域、企业发展，小到谋求生存、立足社会，空间的竞争压力早已渗透到生活中的各个角落。年轻的时候是人生最具激情、最具创造力也是最易成功的时期。处在这种社

会状态下，如果你在年轻时不加紧努力，尽快地“立”起来的话，那么以后想再“立”恐怕就更加吃力了。

年轻就是资本，正是由于年轻时候的努力才有了以后的辉煌。有一首歌的歌词是这样的：

也许你不相信，你也许没留意
有多少人羡慕你，羡慕你年轻
这世界属于你，只因为你年轻
你可得要抓得紧，回头不容易
.....

年轻的时候身体好、心气足、有闯劲……是做事情的最佳时期。古人说过，“少壮不努力，老大徒伤悲”。我们每一个人只有趁着年轻的时候多做些有意义的事情，才能使人生不留遗憾。

有个年轻人，20多岁了却什么都不做，整天在家上网、玩游戏，家人都替他着急，劝他趁着年轻赶紧做点有意义的事情，他不耐烦地说：“着什么急，以后有的是事情做，玩两年再做也不迟。”于是他继续按着他的理论生活。5年一晃过去了，三十几岁的他还是整天游手好闲，不务正业，不听父母的劝。如今父母去世了，他发现自己什么也没有，什么也不会，于是他开始着急，每天出去找工作，但哪一个公司愿意用一个四十几岁了却没有一点工作经验的人呢？

到老才发现自己什么也没有，才开始做一些在年轻时就该做的事，这显然是可悲又可怜的。

西方有句谚语这样说：“年轻的本钱，就是有时间失败第二次。”等到我们老了想做什么都会觉得大不如以前，所以年轻的时候奋斗是很重要的。

决定一个人的一生以及整个命运的，是年轻时做出的决定。所以我们要趁着年轻，不仅要在家庭生活上平稳快乐，更要在自己的事业上

有所建树。

今天的决定改变明天的命运

人的一生只有3天：昨天、今天和明天，今天是由昨天的选择决定的，而明天是由我们今天的所作所为决定的。因此为了美好的明天，我们就要在今天做出正确的决定。

有3个人要被关进监狱3年，监狱长打算满足他们每人一个要求。美国人爱抽雪茄，就选择要3箱雪茄。法国人最浪漫，选择要一个美丽的女子相伴。而犹太人说，他要一部与外界沟通的电话。

3年过后，第一个冲出来的是美国人，嘴里鼻孔里塞满了雪茄，大喊道：“给我火，给我火！”原来他忘了要火了。

第二个出来的是法国人。只见他手里抱着一个小孩子，美丽女子手里牵着一个小孩子，她的肚子里还怀着第三个。

最后出来的是犹太人，他紧紧握住监狱长的手说：“这3年来我每天与外界联系，我的生意不但没有停顿，反而增长了200%。为了表示感谢，我送你一辆跑车！”

这个故事告诉我们，什么样的选择决定什么样的生活。今天的生活是由3年前我们的选择决定的，而我们今天的选择将决定我们3年后的生活。

我们再来看这样一则小故事：

蓝天白云下，牛在吃草，牧人在挤奶，3只正在嬉戏的青蛙一不小心掉进了鲜奶桶中。第一只青蛙说：“我的命真苦，好端端的掉进牛奶桶里，难怪今天一早眼皮跳个不停。”然后它就盘起后腿，一动不动地等待着死亡的降临。

第二只青蛙说：“桶太深了，凭我们的跳跃能力，是不可能跳出去了。

今天死定了。”它试着挣扎了几下，感觉到一切都是徒劳的，于是在绝望之中沉入桶底淹死了。

第三只青蛙环顾四周说：“真是不幸！但我的后腿还有劲，我要找到垫脚的东西，跳出这可怕的桶！”

但是，桶里只有滑滑的牛奶，根本没有可支撑的东西，第三只青蛙虽然拼命地挣扎，但是一脚踏空，便又落入黏糊糊的牛奶中。它也想选择放弃，像它的同伴一样安静地躺在桶底，但是一种求生的欲望支撑着它一次又一次地跳起来……慢慢地，它感觉到下面的牛奶硬起来——原来鲜奶变成了奶油块。在奶油块的支撑下，这只青蛙奋力一跃，终于跳出了奶桶。

前两个青蛙选择了放弃，结果都死了，而第三只青蛙决定奋争到底，最后挽救了自己的性命。今天的决定能够改变明天的命运，所以我们要选择接触最新的信息，了解最新的趋势，从而更好地创造自己的未来。

现在就做出你的决定

人生地图上有太多的分岔口，道路往往被迷雾笼罩着：右边可能是独木桥，而桥的终点是鲜花和掌声；左边可能是平坦的大道，而终点是一片荒漠。就是因为这些不确定的因素的存在，让很多人不敢做出决定，任由时间飞逝，最终蹉跎岁月，一事无成。

有一位数学家，遇到每一个问题他都要想上很久很久。

这位数学家的名气很大，尤其是他钻研学问的精神吸引了众多的追随者。有一天，一个美丽的姑娘来到他的面前，她说：“伟大的先生呀！让我做你的妻子吧，我是这么爱你！错过我，你再也找不到比我更爱你的女人了。”

数学家也很喜欢她，但是这么大的事情，总要仔细地考虑清楚才行。于是，就对她说：“让我考虑考虑！”

姑娘走后，数学家拿出他一贯研究学问的精神，将结婚和不结婚的好坏分别罗列下来，然后仔细斟酌其中的优劣得失，研究了半天，才发现好坏均等。该如何抉择？他反复论证，以期求出一个结果，为此他陷入了长期的苦恼之中。

后来他的一个朋友实在看不下去了，就说：“人若在面临抉择而无法取舍的时候，应该选择自己尚未经历过的那一个，不结婚的处境你是清楚的，就是你现在这样。但结婚会是怎样的情况你并不知道。你应该拿出实践的精神，去亲身体验才对！所以，你应该答应那个女人的要求。”

数学家觉得朋友说得有理，于是不再彷徨，来到了那个向他求爱的女人的家中，但是那个女人已经不住在这里了，在5年前她就死了。女人的母亲说：“你为什么不早点来呢？我的女儿一直在等你！每天她都盼着你来！结果你一直没有来。她绝望了，承受不住这种悲伤，已经伤心地死去了！你为什么不早点来呢？”

“你为什么不早点来呢？”多么深刻的一句话呀！人生没有后悔药，如果你犹豫不决，不能当机立断，那么最后只能两手空空。

机会是稍纵即逝的，在机遇面前，如果你不果断，不能当即做出决定，那么结果只能像数学家那样一无所获，造成无法追悔的遗憾。

每个成功者的背后都有许多交错往复的路，而机遇就像是道旁的路标，指引着善于把握时机的人踏入成功之途。如果你想抓住机遇，迈向成功，就必须当机立断，马上做出决定，唯有如此，才不至于让机会从你手中悄悄溜走。