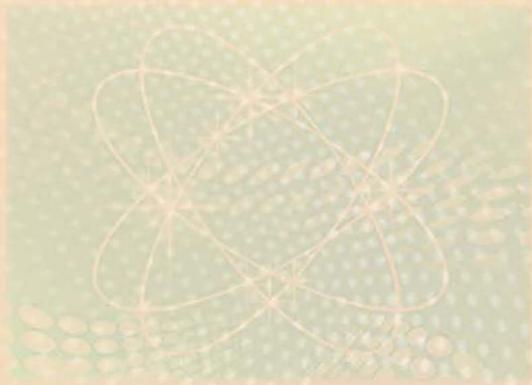


学海导航

# 一生要了解的 62 个忠告

张雪辉 主编



远方出版社

学海导航

# 一生要了解的 62 个忠告

张雪辉 主编

远方出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

一生要了解的 62 个忠告/张雪辉主编. —2 版. —呼和浩特:远方出版社,2007.4

(学海导航)

ISBN 978-7-80723-111-0

I. ... II. 张... III. 人生哲学—青少年读物

IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 057702 号

## 学海导航

### 一生要了解的 62 个忠告

---

主 编	张雪辉
出 版	远方出版社
社 址	呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
邮 编	010010
发 行	新华书店
印 刷	华北石油廊坊华星印务有限公司
版 次	2007 年 6 月第 2 版
印 次	2007 年 6 月第 1 次印刷
开 本	787×1092 1/32
印 张	210
印 数	3000
字 数	2000 千
标准书号	ISBN 978-7-80723-111-0
总 定 价	548.00 元(共 30 册)

---

远方版图书,版权所有,侵权必究  
远方版图书,印装错误请与印刷厂退换



## 前言

21世纪,是一个日新月异的时代,是一个知识创新的时代。这就向我们青少年朋友提出了更高的要求,我们必须树立终生学习的信念,只有这样我们才能跟得上时代,才不至于在竞争中被淘汰。

人经历生命的过程其实就是一个不断求知的过程。作为学生,求知最重要的手段就是读书。书是人类智慧的结晶,是人类进步的阶梯。读书,可以治愚;读书,可以明智;读书,可以使人增长知识;读书,可以使人增长才干;读书,可以使人高尚;读书,可以使人升华。读一本好书,就犹如经历了一次生命的洗涤,就犹如进行了一次灵魂的净化。

青少年是人生的起步阶段,也正是读书的大好时光。青少年从小培养成读书的习惯,对以后的学习、生活和工作乃至人的一生的理想和追求都会受益无穷。可是,书海浩瀚,穷一生之力也不可能读完。因此,青少年应该学会有选择性地去读,万不可随便拿起一本书就乱读一气。同时,现在市场上的各种书目层出不穷,且质量和内容都良莠不齐。在这种情况下

下,青少年的选择稍有不慎,就有可能接触到思想混乱或不健康的书籍。所以,在对待眼花缭乱的各类书籍时,青少年一定要慎重选择,小心辨别。

《学海导航》丛书也正是应广大读者的需要而产生的。本套丛书融合了古今中外最优秀的作品,是一部优秀的百科全书。本套丛书编写思维缜密,结构严谨,注重学习方法的培养,注重在学习的过程中教育人启迪人,是你迷茫时指点迷津的益友。希望这套丛书的问世能够切实解决读者朋友们遇到的种种难题,真正起到导航的作用,让读者在心灵享受的同时,获得真正的人生感悟。

一个人呱呱坠地之日起,就开始了人生的旅程。在漫长的人生之路中,每个人都会背着装有人生信条的行囊前行。人生信条不同,生活方式也会不同。如果没有了自信,行程中就会多走不少弯路;如果没有了勤奋,征途上就会遭受失败的打击;如果没有了友谊,旅程中就会出现孤独的困扰;如果没有了健康,路途上就会经受病痛的折磨……

青少年在成长的岁月中,面对社会的喧哗和骚动,面对生活的诱惑和困难,面对学校和社会的差距,难免会感到无所适从,不懂得在自己的人生行囊中放置什么,舍弃什么。本书就为了能让青少年在复杂的社会中学习一些切实可行的道理和方法,少走弯路,避免不必要的失败。

编者



## 忠告篇

1. 给自己定目标 /3
2. 给老师或者领导留下好印象 /6
3. 凡事要坚持 /12
4. 定时整理书桌书柜 /14
5. 学好英语 /16
6. 最终决定权在你手中 /18
7. 坚持做运动 /19
8. 每天早上一杯水 /25
9. 信念是无坚不摧的力量 /27
10. 常回家看看 /29
11. 为生命画一片树叶 /31
12. 学会尊重每一个人 /32

13. 无论何时请记得礼貌 /36
14. 想发脾气时,尽量忍 /39
15. 昂起你的头 /41
16. 丢弃过去的“我”,拓展现在的“我” /43
17. 学无止境 /50
18. 生命永不贬值 /52
19. 相信自己的意志 /54
20. 学会倾听 /56
21. 做事不拖拉 /58
22. 朋友之间发生争执,不要次次都是忍让 /60
23. 说该说的,不说不该说的 /63
24. 整洁仪表 /65
25. 每学期给自己写总结 /67
26. 去改变你能改变的,接受你无法改变的 /69
27. 选一个生日陪你母亲过 /70
28. 如果没事,尽量少上网 /72
29. 善待小动物 /73

30. 自己才是最靠得住的人 /75
31. 面对失败,不要太计较 /79
32. 学会微笑 /81
33. 成功并不像你想象的那么难 /84
34. 经常给人一个惊喜 /86
35. 找准自己的位置 /88
36. 孤独是健康的大敌 /91
37. 君子爱财要取之有道 /94
38. 抱有感恩之心 /96
39. 学会放弃 /99
40. 养成好习惯成就一生 /106

### 行动篇

41. 倾听大自然的声音 /111
42. 珍藏一件凝聚情感的物品 /116
43. 找到真正的友谊 /120
44. 挑战自己的极限 /123
45. 重回童年居住的地方 /128



46. 独自去旅行一次 /132
47. 见一个你心中仰慕的名人 /135
48. 学会一种乐器 /138
49. 培养某种个人爱好 /142
50. 常回家看看 /146
51. 去天安门观看一次升旗仪式 /149
52. 宽恕一个有负于你的人 /153
53. 热爱自己的职业 /158
54. 给亲人或朋友送件体贴的礼物 /163
55. 精心守护你的尊严 /167
56. 把自己的荣誉让给别人一次 /171
57. 观赏一次日出日落的壮丽景观 /175
58. 为健康投资——好好照顾自己 /180
59. 做动物的朋友,真心地爱护它们 /184
60. 信守一个诺言 /188
61. 铭记有益的忠告 /191
62. 尊重你的对手 /195





# 1

## 给自己定目标

人生如果没有目标,就如航海时没有灯塔,很容易迷失了方向。

目标的重要性:

1. 目标产生积极的心态。
2. 目标使我们看清使命产生动力。
3. 目标使我们觉的生存的意义和价值。
4. 目标使我们把重点从过程转到结果。
5. 目标有助于我们分清轻重缓急、把握重点。
6. 目标使我们集中精力、把握现在。
7. 目标能提高激情、有助于评估进展。
8. 目标产生信心、勇气和胆量。
9. 目标使人自我完善、永不停步。
10. 目标使你成为一个成功的人。

真正的生活是从选定方向开始的。

《西游记》这个故事在中国是家喻户晓的:主人公有唐僧、孙悟空、猪八戒和沙僧,徒弟3人保护师傅唐僧去西天取经。

在保护唐僧去西天取经的路上,孙悟空能72般变化、降

妖除魔、冲锋陷阵；猪八戒虽然贪吃贪睡，但打起仗来也能上天入海，助猴哥一臂之力；沙僧憨厚老实、任劳任怨，把大家的行李挑到西天；唐僧最舒服，不仅一路上有马骑、有饭吃，而且妖魔挡道也不用其动一根指头，自有徒儿们奋勇上阵。

那么，在他们4个当中，谁最重要呢？唐僧，唐玄奘！

为什么？人们发现，最没有本事的的就是唐僧。他做事不明真伪，总是慈悲为怀，动不动还要给孙猴子念上几句紧箍咒玩玩。但是，就是他，在孙悟空一赌气回了花果山、猪八戒开小差跑回高老庄、沙僧也犹豫的情况下，他毅然一个人奋勇向前，不达目的誓不罢休。因为，唐僧心里清楚地知道，他去西天的目的是要取回真经普渡众生。他知道为什么要去西天，他知道他为什么做，他知道他要什么；而3个徒弟，他们并不知道为什么要去西天，他们只是知道保护好唐僧就行，至于为什么要保护好唐僧，他们不用去考虑，他们知道的是怎样做，并且把它做好。所以，无论路程多么艰险、无论多少妖魔挡道、无论多少鬼怪想吃其肉，他都毫无畏惧，奋勇向进。最后，唐僧不仅取回了真经，而且还使曾经被称为妖精的3个徒弟，最终功德圆满成佛。

很多人都坐过出租车。那么，今天你出门请再乘一次出租车，做一个试验：上车后，你不要讲话。司机如果问你：“去哪里？”你就说：“你自己看着办吧！”

你信不信，开了几十年出租车的老司机，这个时候也没有任何办法把车开走。为什么？因为司机只是知道怎样选择最佳路线把你送到“你想去的地方”。他知道怎样做，他知道方法、手段和技巧，并且把它做好。至于把车往哪里开？至于你想去的地方，司机并不知道；只有你知道你想去的地方，所以，如果连你都不知道你想去哪里，你就无法告诉司机开车的方



向和目的地。司机当然就不知道往哪里开。

这两个生活中的小故事，告诉人们一个基本哲理：目的，永远在技巧和方法前面。一个人如果一开始就不知道他要去的目的地在哪里，他就永远到不了他想去的地方。

曾有人做过一个实验：组织三组人，让他们分别沿着十公里以外的三个村子步行。第一组的人不知道村庄的名字，也不知道路程有多远，只告诉他们跟着向导走就是。刚走了两三公里就有人叫苦，走了一半时有人几乎愤怒了，他们抱怨为什么要走这么远，何时才能走到？有人甚至坐在路边不愿走了，越往后走他们的情绪越低落。

第二组的人知道村庄的名字和路段，但路边没有里程碑，他们只能凭经验估计行程时间和距离。走到一半的时候大多数人就想知道他们已经走了多远，比较有经验的人说：“大概走了一半的路程。”于是大家又簇拥着向前走，当走到全程的四分之三时，大家情绪低落，觉得疲惫不堪，而路程似乎还很长，当有人说：“快到了！”大家又振作起来加快了步伐。

第三组的人不仅知道村子的名字、路程，而且公路上每一公里就有一块里程碑，人们边走边看里程碑，每缩短一公里大家便有一小阵的快乐。行程中他们用歌声和笑声来消除疲劳，情绪一直很高涨，所以很快就到达了目的地。



给自己定个目标，一年，两年，五年，也许你出身不如别人好，通过努力，往往可以改变70%的命运。破罐子破摔只能和懦弱做朋友。

# 2

## 给老师或者领导留下好印象

怎样给人留下好印象？

在你的一生当中，总有一些时候可以毫不夸张地说命运取决于给人留下什么样的印象——其中包括寻求配偶的阶段和谋职期间。在这种时候，你是不甘屈居第二位的。

——芭芭拉·瓦尔特斯

希望拔尖出众，是一种正常而有益的愿望。力争上游是合理的，也是取得成功的一种标志。

怎样尽可能最大限度地把自己的长处表现出来，是一种可贵的本领。

成功者善于显示和宣传自己的长处。不论在什么场合，他们总是以自己在专业和社交两方面的谈吐举止尽可能给人们留下好感。

芭芭拉·瓦尔特斯还记得初次同阿曼德·哈默会面的情景。哈默是杰出的金融家，艺术品收藏家和著名的慈善家。她很喜欢他朝气蓬勃、充满活力的性格。并发现他非常善于言谈，待人友善，毫无矫饰，使她为之倾倒。

他对芭芭拉讲述了他过去的经历，他的热忱是很有感染

## 一生要了解的62个忠告

力的。他本来是个医科学生，经过奋斗成为石油大王——这段不寻常的经历深深吸引了她，听他慢慢讲述自己的经历，就象是看一部英雄人物的纪录影片。

他们每次见面，他都深深打动了她，给她留下深刻印象。他详细地讲述自己一件件的往事——他由于眼光远大，胸怀大志，锲而不舍地把握机会，所以克服了许多难于逾越的障碍。听了他的经历，她认识到他的价值不只在於他取得的卓越成就，而且在于他对人们的真诚关怀。芭芭拉真正为这位慈善家所感动。

如果有人不经意地听到他同她的谈话，也许会觉得他都是吹牛、以自我为中心。但是，他把生活经历告诉给她，她的评价却大不相同。能够得知他才华横溢的某些具体情节，她是深感荣幸的。他是个不同凡响，令人难忘的人。她听他谈话的时候，总是怀着很大兴趣，听得出神，感到满足。

哈默懂得如何表现自己。假如他对自己的才干保持缄默，是不会攀登到国际石油界和金融界的高峰。他很善于让人们了解他的卓越才能和信用。

让别人了解你取得的成就，是你鼓舞别人的一个办法。你这样做是适当而合理的。无论是鼓舞自己还是鼓舞别人，我认为都是应当的。这样做对于造成一种能够激励每一个人上进的气氛是很有益处的。

很多人都是成功者。他们都取得了很不一般的成就，常常谈起他们的工作和令人激动的奋斗情况。听了他们取得成功的故事，很容易得到启发，感到很高兴。

他们的生活都象是描写当代生活的小说，在你阅读的时候可以从中了解到他们是怎样获得成功的。我们很愿意详细了解他们的情况，吸取有益的经验。他们愿意把自己的见解

告诉给我们,我们是很感激的。我们也很尊重他们作出的努力和取得的成就。

你能够让别人知道你是多么机敏、能干和勤奋。要宣传自己的优点和长处。展示自己的力量是很重要的。如果想要成为一个成功者,学会如何积极主动地表现自己也是必要的。

看到上面这段话,你也许会觉得不安。你可能会担心,如果象上面说的那样去做,会显得自高自大,让别人讨厌。我们从小受到的教育若是作一个平庸普通的人,那么,一想到积极地表现自己,就会感到很不自在。

我们大多数人都知道,吹牛是可鄙的,吹牛的人是让人看不起的。我们的父母不断向我们灌输失败者的观念,使我们不知不觉地便学会了不要表现自己。从我们很小的时候开始,他们便教训我们怎样以失败者的面目出现。我们所尊敬的监护人翻来复去的唠叨一些陈词滥调的箴言,例如“智者不言,言者不智”和“傻瓜心里存不住话”等等。

我们的父母不让我们提起任何稍许显得优越的事情,连功课取得好成绩和作了帮助别人的好事也不准讲。他们的规矩是:要不惜一切代价作到谦虚!不管为什么事情赞许了自己,他们就用“你什么都知道,太自高自大了”之类的讽刺话来堵我们的嘴。

许多家长的用意是不让孩子成为所谓“目空一切的人”。然而,他们却不晓得他们所否定的是孩子应该得到的赞许与好评,而这些正是少年人情感正常发展所必需的。

一名医生诊治过的一个23岁的病人萨拉便有过这样的遭遇。她经常觉得自己窝囊无能,为此非常痛苦。一个孩子的聪明才智和作出的真诚努力如果得不到足够的鼓励支持,长大以后往往发展成这种精神状态。