

每个人内心都有一个强大的自己，战胜内心，才能战胜自己。

你只是看起来 很普通

华建斌◎编著



为什么你一直努力，却还是没有满意的成果？
为什么你每天都很忙碌，却始终看不到终点？
你是真的努力了，还是，只是看起来很努力？

读完本书，你会发现不一样的自己。

前言

在这一生中，我们随时会与恐惧不期而遇，难道我们能做的只有受制于人吗？不是的。心理学家告诉我们：假如你愿意去尝试，你便会意识到，大多时候这种恐惧感其实是毫无依据的。

当我们面临危险情况时，我们的大脑会生成自我保护体系，从而不顾一切地阻止我们做一些有风险的事。

试想一下，我们乘坐的油轮在一望无际的海平面突然遇到危险，必须跳船求生，我们的大脑就会灌输一些负面的信息让我们无法跳船，比如我们会不会不能像预期的那样被海水冲上岸？我们不会遭到鲨鱼的攻击？但如果你是一位经验老道的水手，那么相信你就不会有太多顾忌，因为你的潜意识告诉你：跳船求生是目前最好的办法。

当我们将自己推向能力极限的时候，恐惧感反而会逐渐减少。于是，我们便很容易地领悟出一个道理，其实所有的恐惧都是你的大脑出于保护自己的本能而产生的，也就是说未知所带给我们的恐惧并没有你潜意识中认为的那样危险。

目录

前言.....	1
第一章 你只是看起来很普通.....	4
成功还是平庸全看你自己.....	4
一个人的思想决定他的为人.....	6
相信梦想才会实现梦想.....	8
眼光决定思路，思想决定出路.....	9
逆境能摧毁也能造就一个人.....	11
每个人都是一座金矿.....	12
给人生做个长远规划.....	14
第二章 给内心注入积极的心理暗示.....	18
勇于正视他人的目光.....	18
给心“注入”积极的心理暗示.....	19
给自己存在感，不要自卑.....	21
相信自己，便攻无不克.....	24
梦想要有的，万一成功了呢.....	26
比昨天进步一点点.....	28
第三章 抛却畏惧的心理，与恐惧战斗.....	31
恐惧会让你看不到希望.....	31
学会坦然，坏事没什么大不了.....	33
危险让你知道自己是否强大.....	34
不如意之事太多，全看你怎么想.....	37
从逆境中走出来.....	38
不要丧失了做事的热情.....	40
微笑使你从痛苦深处站出来.....	43
跌倒了，爬起来继续走下去.....	44
第四章 生命是七巧板，靠我们自己去组装.....	47
勇于亮相，做强大的自己.....	47

为了成功，更豁得出去.....	48
身怀 18 般武艺，不如一心一意.....	51
没有沙子便没有珍珠.....	52
生活是七巧板，要靠我们自己去组装.....	54
你在为谁工作？.....	56
要想成功，必须全力以赴.....	58
第五章 走自己的路，莫管他人言.....	60
设定目标，专注自己的事.....	60
你有过从众的心理吗？.....	61
走自己的路，莫管他人言.....	63
不要被“权威”的余威吓跑.....	64
坚持不懈，将自己打磨成“金子”.....	66
宠亦坦然，辱亦坦然.....	68
第六章 保持一颗平常心，做个世间自在人.....	71
克服浮躁，绝不做“井里的葫芦”.....	71
在烦恼摧毁你之前，倒出那些“小沙粒”.....	73
停下快节奏的脚步，让灵魂追赶上来.....	74
简单地看待一切，别让复杂蒙骗了自己.....	76
保持一颗平常心，便是世间自在人.....	78
卸下“包袱”，给心灵“减压”.....	80
第七章 创造机会，明白机遇的重要性.....	82
有目标才有方法和技巧.....	82
遇到机会，该出手时就出手.....	85
像雄狮一样果断，抓住机遇.....	88
机遇是通向成功的捷径.....	90
与其消极等待，不如主动创造.....	92
坚持不懈，你才能转危为安.....	94

第一章 你只是看起来很普通

成功还是平庸全看你自己

在这个世界上，上天为世上每个人都安排了一个独特而又重要的角色，演得精彩还是平庸，那就全看你自己了。

意识指人的精神、一般心理状态和思想认识活动。实际上，每一个具有社会意识的自然人都具有渴望成功的意识。那么，你渴慕成功的意识足够强烈吗？它还在沉睡吗？何不将它叫醒，让我们一起来分享成功的秘密呢？

巴尔扎克曾说过“一个能思想的人才是一个有力量的人”，你的思想决定了你的高度。你思想里的成功意识分子的活跃程度决定了你成功意识的磁场强度；你是否是一个有志向和清晰目标、对自己的成功极度渴望的人，决定了你最终的磁场吸引力。也许你会问：“这跟成功有什么关系？”我们的回答是：“当然有关系！很多成功人士之所以能够制造自己的成功机会，就是因为他们具有强烈的成功意识！这种成功意识创造了优质的强烈的磁场吸引力！这种磁场会被周围的人所感知，人们首先会关注你，进而接近你，最后被你优质热烈的言行吸引（正所谓“内外相应，言行相称”）。它们的存在增加了你的磁场强度，会有更多的人向你身边靠拢，最终使这个磁场产生强大的吸引力，让更多成功机会和成功因素不断地向你身边聚集。”

思想和意识将带来与我们所关注的想法相一致的条件。例如，我对你说：“不要想大象！”哦，接下来，告诉我你想到了什么，肯定有一头可爱的大象从你脑海中一闪而过吧！再者，我们越害怕生病，就越可能会生病。这是因为，潜意识同样是一种能动的精神形式，它会将我们的想法体现在外部世界。如果你的潜意识是不利的、有害的思考形式，它就会影响你多年努力得到的成就，严重者甚至会将这些成就化为泡影。对于成功也是这个道理，如果我们渴望成功，就会达到成功，因为内心的成功想法也将体现在外部的世界，这样成功就会离我们更加接近。在这里为大家举一个因为具有了成功意识且付诸实际行动最终达成梦想的例子：

勒格森·卡伊拉是一个生活在非洲尼亚萨兰卡荣谷镇的穷孩子，当他决定从家乡出发去美国接受大学教育的时候，身上仅有够维持 5 天的食物和两本他喜爱的书（《圣经》和《天路历程》），外加一把防身的小斧头和一块供取暖用的毯子。带着这些，他急切地踏上了他的人生旅途。谁能想象一个从未出过远门且只有 16 岁的孩子为了接受大学教育将步行从他的家乡向北

穿过东非荒原到达开罗，最后乘船到美国？勒格森可怜的父母不知道美国离他们究竟有多远，但在勒格森的坚持下，他们勉强选择了支持自己的孩子并虔诚地为勒格森的旅途祈祷。

开始，勒格森和村里的许多人一样，认为学习只是找个借口可以不干活罢了，而且对穷孩子来说简直就是浪费时间和金钱！但勒格森的幸运就是遇到了一个传教士，他的一句话改变了勒格森的一生，那就是——“在我们这个世界上，上帝为世上每一个人都安排好了一个独特而又重要的角色，演得精彩还是平庸，那就全靠自己了。”这句话敲开了勒格森蒙昧的灵魂，一颗新思想的种子（我们不妨将这颗种子称为成功意识）开始在他的内心生根发芽。他在学习的过程中体会到了只有接受教育才能实现梦想，于是他就有了徒步到开罗的想法。

没有去想途中可能会遇到的一切困难，勒格森出发了。他必须踏上征途。他一心只想着那一片可以帮助他把握自己命运的地方，其他的一切都可以置之度外。

在艰难跋涉了 5 天以后，身无分文的勒格森仅前进了 25 英里，而且食物也吃完了，水也快喝光了。要想继续完成后面遥远的路程似乎是不可能了，但他没有放弃，而是坚持走下去。

每到一个新的村庄他都很友善的跟当地人交往，努力地找工作。好心的当地人为勒格森提供了一些工作，使这个怀揣梦想但经济窘迫的年轻人得以有了喘息之机。

但广袤的非洲原野上村庄很少，勒格森大多数时间都是在野外行走，他只能依靠野果、野菜维持体力。艰难的旅途使他病倒了，但这一切并不能使勒格森屈服，使他感到可怕的是精神的寂寞与孤独。他开始想：“回家也许会比继续这似乎愚蠢的旅途和冒险更好一些。”但勒格森并未回家，而是翻开了书，读着那熟悉的语句，他又恢复了自己的目标和信心，继续前行。这么做的结果是我们的主人公在艰难的行走近 15 个月的时间、走了近一千英里以后，到达了他路途的首站——乌干达首都坎帕拉。

在坎帕拉待的 6 个月时间里，勒格森边打工边抽时间到图书馆读各种书籍，用高尔基的一句话形容此时的勒格森再合适不过了，那就是“我扑在书籍上就如饥饿的人扑在面包上”。

在图书馆里，勒格森在一本关于《美国大学指南》里第一次看到了斯卡吉特峡谷学院，环绕这所学院的群山使他想起了家乡那壮丽的山峰。于是他申请成为这所学院的学生，并向学院申请得到奖学金。与此同时，勒格森给尽可能多的院校寄去了自己的申请。其实这大可不必，斯卡吉特学院很快接受了他，勒格森向着梦想又前进了一大步，但困难并未因此结束。在入学之前，勒格森向美国政府申请了护照和签证，但要得到这两样东西他需向美国政府提供确切的出生日期证明以及他拥有可使他往返美国和非洲的费用证明。勒格森拿起笔给他童年时起就曾教导过他的传教士写求助信。传教士通过政府渠道帮助他很快拿到了护照。虽然勒格森当时还缺少领取签证所必须拥有的那笔航空费用，但他并未因此苦恼，他相信目标可以达成，他花了自己仅有的一点积蓄买了一双新鞋，使自己不必光着脚走进学院的大门。

在他向开罗前进的时候，关于他的事迹已经在非洲和华盛顿佛农山区广为流传。远在斯卡

吉特峡谷学院的学生们将募集来的 650 美元寄给了勒格森，用以支付他来美国的费用。当用这些钱取得到美国的签证时，勒格森内心满怀喜悦和感激。

经过两年多的行程，勒格森终于如愿以偿来到斯卡吉特峡谷学院，正式成为这所学院的学生。此后的勒格森从未停止奋斗，最终成为政界广受尊重的权威。

成名后的勒格森说过这样一句话：“爱之于我，不是一蔬一饭，不是肌肤之亲，而是疲惫时候的英雄梦想！”

勒格森出身卑微，但因拥有梦想，拥有强烈的渴望成功的意识，就像他崇拜的英雄——亚伯拉罕·林肯和布克·华盛顿那样，最终出人头地。他成功奋斗的经历成为人类奋斗史上一座壮丽的灯塔，其光芒一直为人们指引着前进的方向。

一个人的思想决定他的为人

一个人是成功还是失败，都是自己思想作用的直接结果。任何形式的成功都是对努力的回报，对思想的奖赏。

“一个人的思想决定他的为人。”这句西方格言不仅涵盖了人生的全部价值，也涉及到了人们的情感，触及到了人生的各种境况。可以毫不夸张地说，人之所以成为人就在于人的思想；而一个人的品格就是他所有思想的体现。

如果没有种子，就谈不上植物，更谈不上茁壮成长；如果没有思想的种子，那么人的一切行为也就成了无源之水、无根之花，人也就不能称其为人。无论是“自然而然”的行为，还是“出乎意料”的行为，或是“刻意设计”的行为，这个道理皆普遍适用。

行为是思想的花朵，悲喜是思想结下的果实。也就是说，一个人的思想决定了他收获的是甜蜜的果实，还是苦涩的果实。

人类是自然规律的产物，而非依靠阴谋诡计长大。拥有高贵的品格并不是上天的恩赐或机遇，而是在正确思维指导下不断努力得到的必然结果，也是长期心存正念的必然结果。同理，长期累积的卑微思想，自然就会形成卑鄙和低贱的人格。

其实，一个人成功与否完全掌握在他自己手中。在思想的器械库里，他可以选择制造武器，摧毁自己；也可以制作工具，开创出一片幸福快乐的新天地。只要能够正确地选择思想并付诸实践，人就能够达到完美的境界。相反，如果错误地滥用思想，就只能堕落为禽兽之辈。同时，在这两种极端品格之间，存在着不同层级的品格，每个人的思想决定了他的品格的层级。

目前，得以保存和传承的有关心灵的所有美好真理中，最令人愉悦、最能够带来成就的就

是：人乃思想的主宰者、品格的培养者和社会地位、环境及命运的缔造者。

人永远是自己主人，是自己的主宰者，即使在最软弱和最堕落的悲惨境地依然如此。但是，当他存在某种弱点并走向堕落之时，他就变成了一个不能正确支配自己的愚蠢的主人，错误地支配着自己的“家产”。只有当他开始认真反省自己所处的境况，并坚持不懈地追寻种种为人处世的自然规则之时，他才能够脱胎换骨，成为一位明智之主，从而充分利用自己的思维，施展自己的能力，收获硕果累累的明天。这就是一个有觉悟的主人。人只有发现内心的思想法则，才能成为明智的主宰者。

要想得到黄金和宝石，人类必须经过大量的勘探及开采。同样，要想挖掘人内心深处的宝藏，就要努力开采心灵的矿藏，领悟为人处世的真理。人是自己的主宰。如果他能够观察、控制、改变自己的思想，并细心探索思想对自身、他人以及人生境况所产生的影响，耐心了解实践与检验的因果关系，最终他就能清晰明了地印证这个道理。在这个方面有一个绝对的法则，即：追寻者就是发现者，只要他去敲门，大门就会为他而开启。我们只有依靠耐心、实践以及坚持不懈的毅力，才能够叩开知识殿堂的大门。

一个人是成功还是失败，都是自己思想作用的结果。一个人的优点和缺点、心灵的纯洁和不纯洁，都是自身思想造成的结果，而不是别人给予或强加给他的。他的境况也是他自己而不是他人创造的，同样，他的苦难和幸福也是他自身所造成的。要改变这一切只能依靠自己，旁人无法插手。他想成为什么样的人就能够成为什么样的人；但是如果他不改变思想，而继续像以前一样思考，那么他的境遇不会有任何改善。

人们曾普遍认为：“正是因为有了压迫者，才会有人沦为奴隶；让我们憎恨压迫者吧！”然而时至今日，越来越多的人倾向于颠倒过来理解这句话。这些人认为：“一个人之所以成为压迫者，是因为有许多人甘愿成为奴隶。让我们唾弃这些奴性十足的家伙吧！”

压迫者与被压迫者之间不知不觉地达成了一种默契，表面上看他们好像在相互折磨，而实际上，他们却是在折磨自身。明智的人认识到了这一法则：思想的懦弱造就了被压迫者，而压迫者则滥用了自己的力量。不管是压迫者还是被压迫者，都承受了必须承受的苦楚，即使他们不去彼此谴责，也难以获得真正的、完美的爱。一个人要想摆脱压迫者和被压迫者的身份，成为真正自由的人，就必须克服自身的弱点，抛弃所有私心杂念。

一个人要想取得成就，就必须在取得成就之前提高自己的思想水平，使自己摆脱盲从的动物本能。当然，他不一定要完全放弃内在的所有动物本性和私欲，但是，他至少必须放弃其中很大一部分。如果本能的沉迷放纵占据了一个人的心灵，那么他就无法理智地思考，更不能清楚明白地采取行动去实现自己的目标。如此他无法发现、无法发掘自己的潜能，最终将一事无成。一个人如果不能控制自己的思想，就无法控制事态的发展、无法担负重大的责任。这并不是说他生来低能，而是他所选择的放任自流的思想束缚了他，限制了他的发展。

没有牺牲，就没有进步、没有成功。一个人只有能够控制自己的本能，一心一意发展计划，增强独立自主的能力，才有可能取得成功，这是测量成功的一个尺度。思想水平越高的人，越勇敢坦荡，越有可能获得更大的成就，得到越多的、持久的祝福和敬重。

这个世界从不会放纵贪婪、欺诈和邪恶等恶习，可能从表面来看，具有这些恶劣品质的人没有受到应有的惩罚，他们的恶行没有得到有效的控制，但是我们不能否认，世界永远会帮助那些诚实守信、宽宏大量、品德高尚的人。纵观人类历史，每个时代都有一些伟大的导师以各种各样的形式，向我们明确地诠释了这个道理。要想正确地了解这个道理，人们必须坚持不懈地提高自己的思想水平，提升自己的品格，成为一个品德高尚的人。

任何形式的成功都是对努力的回报，对思想的奖赏。在正确思想的引导下，借助于自我克制、坚持不懈、纯洁正直的品性，人就能不断地取得进步，而他的前途也将无限光明；相反，如果人的思想只是沉迷于兽性、懒惰、不洁和迷茫之中，那么他只会走向堕落。

人可能在物质上获得极大的成功，也可能在精神王国取得成就。但是如果他因此而骄傲自满、不思进取，那么他很容易再次堕入悲惨的境地。人通过正确思想所取得的胜利，只能靠谦虚和谨慎来进行维护。

一切成就，不管是在商业领域、学术领域还是在精神领域，都是正确思想引导的结果，它们受相同法则的支配，拥有同样的方法，唯一的区别就在于它们达到的目标不同。

相信梦想才会实现梦想

蜘蛛没有翅膀却可以把网结在空中，因为蜘蛛相信梦想是最好的翅膀；叶子在风雨中飘摇却依然坚守在枝头，因为叶子相信一生执著的绿一定会换来一个金色的秋天。

国内外的成功人士之所以成功就是因为他们对成功的梦想有着强烈的渴望，并且信心十足。梦想是世界的救世主，因为我们的生活充满了考验，只有梦想才能让我们超越。人类可以从成功实现自己梦想的美好事例中得到滋养，从而对生活怀有希望。人类不应该将梦想忘却，也不应该让梦想的翅膀折断，因为人类总是要生活在梦想之中的，并把这种理想看作有朝一日能实现的现实。

作家莎士比亚、雕塑家罗丹、画家梵高，乃至这个世界上众多的诗人、预言家、贤者，都是梦想家，是后世的创造者、天堂的建筑师。这个世界之所以绚丽多姿，就是因为他们的存在。没有了他们，辛苦劳作的人类就没有了锦绣前程，也必定走向毁灭。哥伦布怀着梦想在海上航

行而发现了美洲；哥白尼认为宇宙无限宽广，最终为我们留下了宝贵的《天体运行论》；释迦摩尼构思出一个纯洁无瑕、完美无缺、平静祥和的精神世界，最终他进入了这样一个世界。珍惜你的梦想与理想吧！因为最伟大的成就，都来源于心中的梦想。

蜘蛛没有翅膀却可以把网结在空中，因为蜘蛛相信梦想是最好的翅膀；叶子在风雨中飘摇却依然坚守在枝头，因为叶子相信一生执著的绿一定会换来一个金色的秋天；在你梦醒时分，心灵梦想的至高天使已为你起身相迎。孕育于心中的梦想是现实的秧苗，你还在等待什么？去实现它吧！相信梦想就会实现梦想！

年轻的读者，你的内心应该有梦想，你最终收获的，就是你梦想的果实。你将得到你努力奋斗去争取的东西，既不会多也不会少。无论你目前的境况如何，你的成功或失败都会随着你的思想（你的梦想和理想）结出甘或苦的果，或是悬在二者之间。

实现梦想当然需付出一番努力，没有人能随随便便成功。成功之花，人们往往惊羡它现时的明艳，然而当初，它的芽却浸透了奋斗的泪泉，洒满了牺牲的血雨。然而人们并没有看到，那些为了实现自己梦想的人所经历的挫折和考验；他们也不明白，不付出巨大的牺牲，克服种种的困难，实现梦想根本无从谈起。只会空想的人，无视黑暗与痛苦，只注意到光亮与欢乐，并把它称为“幸运”；也无视漫长而艰辛的历程，只盯着令人羡慕的结果，并且把它称为“好命”；他们并不懂得进取，只看到了别人实现了梦想，并把它称为“机缘”。

正所谓种豆得豆，种瓜得瓜，任何人的收获都是他们努力的结果。没有人天生就具备了才华、能力、物质财富、知识财富以及精神财富，上帝是公平的。拥有梦想很重要，但更重要的是，你要相信自己可以实现它，可以通过自己的努力和奋斗将梦想变为现实，无论这个过程怎样艰苦卓绝！

相信吧，你的梦想是什么，那么你所构筑的人生大厦就是什么！

眼光决定思路，思想决定出路

我们并不缺乏开创事业的勇气，我们也已做好了坚忍吃苦的精神准备，甚至资金也不是最重要的——只要我们具有敏锐的眼光。

有一所著名学院的院长，继承了一大块贫瘠的土地。贫瘠也就罢了，市政府建造的一条公路从这块土地上横穿而过，将这块土地分成了难看的两半！他认为这块土地不能给他带来任何商业价值及贵重的附属物，反而成为一项支出，因为他还必须向市政府定时支付土地税。

一天，一位“未受教育”的人开着车从这块土地上经过，他注意到这块土地正好位于一

处山顶，除了可以观赏四周连绵几公里长的美丽景色外，还在地上长满了一层小松树及其他树苗。于是，他以每亩 100 美元的价格，买下了这块 50 亩荒地的使用权。然后，在靠近公路的地方，他建起了一间很大的餐厅，在餐厅附近又建了一处加油站。同时又在公路沿线建造了十几间单人木头房屋，以每人每晚 5 美元的价格出租给游客。仅仅这些就使他在第一年净赚 7 万美元。

第二年，他又扩大了投资，增建了 50 栋每栋有三个独立房间的木屋，他把这些房子作为避暑别墅出租给来此避暑的人们，租金为每季度 4500 美元。

而这些木屋的建筑材料没有花他一毛钱，因为这些木材就长在他的土地上。而且这些木屋良好的地理位置和独特的外表正好成为这个避暑地的最佳广告。如果一般人用如此原始的材料建造房屋，很可能被认为是疯子。但他这么做了，且取得了良好的收益。

但这人并不满足于此，他以超低的价格又买下了在距离这些木屋不到 5 公里处的一座荒废的农场，而卖主则认为卖出这块土地的价格很合适。

这个人马上又对这块土地进行了改造，建造了一座 100 米长的水坝，把一条小溪的流水引进一个占地 15 亩的湖泊，并在湖中放养了许多鱼，然后把这个农场转手卖给了那些想在湖边避暑的人。

这样简单地一转手，仅花费一个夏季的时间，他便有 20 万美元进账。

这个极有眼光、远见及想象力的人却未受过正规“教育”。

再说上文提到的那位认为那 50 亩土地“没有价值”的学院院长，他悔不当初，说：“想想看，我们大部分人都认为那个人没有知识，但他用他的远见眼光所获得的年收益，却远超过我用教育的方式所赚取的 5 年的总收入。”

这不就是对眼光决定思路、思想决定出路的最好诠释吗？

威尔逊是美国房地产业的大亨，但在创业之初，他仅靠一台分期付款买来的爆米花机做贩卖爆米花的生意。二战结束后，美国成为了战胜国，虽然战后经济不景气，但威尔逊坚信不久的将来美国的经济就会进入大发展时期，他想着趁此时机用做生意赚下来的一点钱进行投资，但是该投资什么好呢？经过一番考察后他决定从事地皮生意。因为战后人们一般都比较穷，买地皮修房子、建商店、盖厂房的人很少，因此地皮价格低廉。

当亲朋好友听说威尔逊要做地皮生意，异口同声地反对。但威尔逊坚持己见，他认为反对他的人目光短浅。他坚信随着经济的恢复买地皮的人一定会增多，地皮的价格也会暴涨。

之后，威尔逊用手头的资金外加一部分贷款在市郊买下一大片荒地。他预测美国经济会很快繁荣，城市人口会日益增多，市区必然向郊区延伸。用不了多久，这片土地就会变成黄金地段。

后来的事实正如威尔逊所料。不出三年，市区迅速发展，大马路一直修到威尔逊买的土地

边上。这时，有许多有眼光的商人竞相出高价想购买这块土地，但威尔逊不为眼前利益所动，他的眼光放得很远。后来，威尔逊在自己这片土地上盖起了一座命名为“假日旅馆”的酒店。由于它的地理位置好且舒适方便，开业后生意非常兴隆。此后，威尔逊的生意越做越大，他的“假日旅馆”逐步遍及世界各地。

有时眼光还在于经验与创新，发现与一般人相反的思路。这是一个从事锅炉销售职业的人所讲的一个故事：

有一次，有两个人要从他这里买一台锅炉，用来提供将要开张的洗浴中心所用的热水，并且想请他负责安装，因为要开洗浴中心的地段与锅炉销售店相隔不是很远，于是他就答应了他们的请求。当他到了那后，发现这是政府已经通知半年后要拆迁的地段，于是他就问这两人：“为什么要投入将近 100 万元在一个将要拆迁地方开洗浴中心呢？”两人开玩笑似的回答：“我们会看！”他们的回答弄得他一头雾水，将信将疑，心想我倒要看看你们是怎么一个看法！后来他专门跑去那两人开的洗浴中心洗澡，令他惊奇的是他们的生意非常好，这时其中一个人告诉他：“我们就是专门开洗浴中心的，选在什么样的地方开有经验，我们投资的钱三个月就收回来了，剩下的三个月还可以赚个百八十万呢！”

尽管这种“看”的标准也许只是一种感觉，但他们与众不同的眼光决定了他们的成功。

我们并不缺乏开创事业的勇气，我们已做好了坚忍吃苦的精神准备，甚至资金也不是最重要的——只要我们具有敏锐的眼光。眼光决定思路，思路决定出路。眼光是需要不断锤炼的，我们的思想也要不拘一格，这样才能找到出路。

逆境能摧毁也能造就一个人

逆境是天才的登天梯，信徒的洗礼水，智者的无价宝，弱者的无底渊，逆境能摧毁一个人也能造就一个人。只有不畏艰险，磨炼出坚强的意志，奋力向前拼搏，逆境才能够激发出我们最大的潜能。

有压力才有动力，当人们被迫面临一些重大压力的时候，都会竭尽所能去解决。当我们自身处于经济窘迫、事业惨淡、生活艰辛的境况时，通常也是我们成长最快的时候。这就如同在风平浪静的湖面上行船，任何一个舵手都可以做到让船顺利航行，但是在波涛汹涌的大海或是暴风雨中就不是谁都能胜任得了的，也只有在暴风雨当中，才能真正展现并锻炼出一名舵手的胆识与技能，这个时候的你也才得到真正的考验与成长。

确实，大部分情况下，顺境有利于人在良好的心态下正常发挥水平，但顺境也是制造懒惰

的温床，它消磨人的斗志，让人不再有所追求，甘于平庸，贪图享乐，碌碌无为终其一生；而反过来说，逆境是天才的登天梯，信徒的洗礼水，智者的无价宝，弱者的无底渊，逆境能摧毁一个人也能造就一个人。只有不畏艰险，磨炼出坚强的意志，奋力向前拼搏，才能够激发出最大的潜能，最终摆脱逆境，在逆境中创造奇迹取得更令人向往和羡慕的成就。

美国电影巨星史泰龙在成名之前经常搜遍全身也找不出 100 美元，落魄的他连房子也租不起，每天只能蜷缩在自己的金龟车里过夜，但他并未被眼前的逆境打倒，他立志要当演员。他自信地到纽约的电影公司应征，而纽约的约 500 家电影公司都以他相貌平平且咬字不清为由将他拒之门外。

在经历了数百次的拒绝之后，毫不气馁的史泰龙总结了失败的经验，为了自己的演员梦，他决定改变往日单刀直入的策略，进而采取一种迂回策略，他自制了《洛奇》的剧本，并拿着自己的剧本四处推销，并且继续坦然地接受别人对他的嘲笑与奚落。

终于有一天，在史泰龙已经被拒绝了不下上千次以后，遇到了一个愿意接拍《洛奇》剧本的电影公司老板，对方很苛刻，虽答应筹拍他的剧本，但却不准他在电影中参加演出，史泰龙则坚持要参与自己剧本的演出，不然他宁肯放弃这次机会。电影公司无奈之下只好给史泰龙安排了一个小角色，但就是这个角色在影片中的出色表演让他从此一炮而红，一跃进入好莱坞巨星的行列。

古语道：“顺境能节制，逆境方坚忍；智者不以境制心，而以心制境。”我们无论处于什么样的境况都应正视现实，温室里的花朵是幸运的，但饱受风浪考验的海鸥也能够搏击长空。只有正视逆境，才能战胜逆境；只有不畏竞争，才能走向成功。让我们在竞争中生存，在逆境中成长吧！上帝关上了你的所有的门，为你留下了一扇窗，而你自己所要做的是用永不言败的精神，去推开那扇洒满阳光的成功之窗！

每个人都是一座金矿

“您看到这里的草长得不好，是因为您把这里的草和别处的草相比较的缘故。看来，我们常常是看别人美丽的草地，却很少去整治自己的草地！”

“天生我才必有用，千金散去还复来”。每个人都是一座“金矿”，智慧、勇气、自信、宽容、卓越这些都是我们这座金矿中的美好元素，关键是看你如何采掘和运用，这样才不负上天所赋予我们的宝贵生命。

100 多年前，美国费城有一个勇于奉献的牧师康惠尔先生，他看见他的教堂所在的地区有

许多年轻人因为经济原因不能接受大学教育，善良的康惠尔牧师就想：要是能为这些年轻人办一所大学那该有多好啊！

于是，康惠尔牧师奔走于名流商贾之间，筹到办这所大学所需的经费。但令康惠尔牧师失望的是，5年过去了，他连1000美元也没有筹集到，但办一所大学至少要150万美元。

一天，他情绪低落穿过花园走向教堂，却发现自己花园的草坪与别人整洁的草坪相比很不像样。康惠尔牧师便问园丁：“为什么这里的草长得不如别处的草呢？”

园丁回答说：“您只是看到别人美丽的草地，却很少去整治自己的草地！”

这句话使康惠尔恍然大悟，他想，5年来我只是去要求别人，为何我不提升自己的能力去建立这所大学呢？此后，他积极探求人生哲理并向人们讲道：财富和成功不是仅凭奔走四方发现的，它属于相信自己有能力“整治自己的草地”的人！由于他的演讲发人深省，因而备受欢迎，7年后，他赚得了800万美元，终于建立起一所大学。

如今，他建立的高等学府，依然矗立在费城，并且闻名世界。

康惠尔的成功，不仅源于他的善良更源于他的卓越。这则故事正应了中国的一句俗语“求人不如求己”。正如文中那个园丁所说，每个人都看到他人草坪的美丽却不想着去整治自己的草坪，殊不知你自己才是自己最靠得住的那座金矿。那么，我们该怎样将自己的金矿开发到最大值呢？

第一，智慧：持久的远景目标和规划

在脑海深处，对自己未来的发展方向要有一个稳定的远景目标和规划。

有志者立长志，无志者常立志。确立了目标后就要牢牢地把握这一目标，无论何种情况，只要你的目标是正确的，就要坚定不移。动摇目标的消极思想一产生，理性的声音就应立即把它驱逐出去。碰到困难消灭它们，千万不要因为畏难心理高估它们。当然我不是要你变成一个自我中心主义者，锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂。坚持是持久的前提。

第二，勇气：宣传自我，广交朋友

日常生活中注意我们的着装，因为良好的仪表会给第一次见面的人带来良好的印象，微笑也是宣传自我的法宝。你的微笑也会感染到别人，使他人快乐。大胆向别人展示自己，让别人了解你是广交朋友的前提。朋友可以给我们带来温暖，提升我们的自信。“以铜为鉴可以正衣冠，以史为鉴可以知兴替，以人为鉴可以知荣辱。”真正的朋友就好比一面镜子，使我们了解自己，塑造自己。

宣传自我，要挑前面的位置。在公共场所你是不是喜欢坐后面的位置以至于让自己不会“太显眼”？而不想“太显眼”的原因就是缺乏自信心。为什么不改变一下？坐在前面，建立信心！从现在起把它当做一个规则试试看，大大小小的聚会尽量往前坐。当然，坐前面的确会比较显眼，但是，有关成功的一切不都是“显眼”的吗？

第三，自信：当众发言

很多思维敏锐、天资聪颖的人，却无法让人们知道他们的才华，发挥他们的长处，这并不是他们不想参与，而是由于他们默默无闻，从不当众发言，放走展现自我的机会，这一切都源于缺少信心。缺少自信的人都认为：“我的意见可能没有价值，说出来可能会遭到耻笑，我最好什么也不说。”而且，他们认为：“总有比我懂得多的人，我并不想让他们知道我是这么无知。”其实结果往往相反，你越是沉默，久而久之人们越以为你真的很无知。这些人常会用“等下一次再发言”的借口为自己的不自信开脱，可是他们很清楚自己是无法实现这个诺言的。长久下去，这些人不光会丧失机会，更会愈来愈没自信。

不论是参加什么性质的会议，你最好是做气氛的“破冰船”，第一个打破沉默，也不要担心你会显得很愚蠢，因为总会有人同意你的见解。

第四，宽容的法宝是微笑

“微笑”能给自己以很实际的推动力，它不仅是良好人际关系的第一步，而且是医治信心不足的良药。真正的笑不但能治愈自己的不良情绪，还能马上化解别人的敌对情绪。俗话说“开掌不打笑脸人”，一个真诚的微笑，可以化解很多矛盾。

有一天，一辆红色的车停在十字路口的红灯前，突然间“砰”的一声，后面那辆车撞了红色车后的保险杠，红色车的司机下车，怒气冲冲，准备痛骂那个人一顿。但他还来不及发作，肇事者就微笑着走过来，并诚挚地说：“对不起，我实在不是有意的。”面对他的笑容和诚恳的态度，红色车的司机心中的怨气顿时烟消云散，低声说：“没关系，这种事经常发生。”

看，在微笑面前敌意也会变成友善。

以上四条原则和方法，用现代科学术语来说，就是“心理暗示法”。“信心”、“勇气”、“宽容”都是一种心理状态，可以用“心理暗示法”诱导出来。对你的潜意识重复地灌输正面和肯定的语气，是提高你良好品质最快的方式。如果我们用一些正面的、肯定的、自信的语言反复暗示和灌输给我们的潜意识，那么，这些东西就会在我们的潜意识中牢牢扎根，激发我们潜在的能力，把我们蕴含在体内的能量释放出来，这样，我们自身的金矿就能发出金色的光芒。

给人生做个长远规划

我们不知道生命的长度，但是我们可以扩展生命的宽度，如何在有限的生命当中创造出无限的可能，让生命绽放出成功的火花，这就是生命规划所要解答的问题。

人生的阶段规划相当于我们不断地重复和巩固自己树立的远大志向，并使这个志向的可实

现性不断增强，进而这个信念就会深入到我们的潜意识当中，遵循阶段性规划行事，更有利于人生整体规划的实现。即使我们自己偶尔没有行动，我们的潜意识也会督促我们行动，我们迈向胜利的脚步会加快，我们的头脑会更清晰，我们对自己想要的会更有占有欲。

其实，远大志向的实质就是要对自己的人生有一个较为明确的、以成功为目的的规划，我们可以对这个规划进行从整体到区域的划分，进而细化到每一年、每一月，甚至是每一日的目标。

天生我材必有用，在拥有生命之初我们就需要意识到生命是上天的恩赐，因为生命无所不能，既坚强又柔韧，既充满张力又富有内涵，既安静又活泼。但同时我们也应该意识到，生命没有彩排，每天都是现场直播。我们不知道生命的长度，但是我们可以扩展生命的宽度，如何在有限的生命当中创造出无限的可能，让生命绽放出成功的火花，这就是生命规划所要解答的问题。

◆20 岁以前

20 岁以前大部分的人生经历是读书升学，完成基本教育。这段时间是人生中最有益于学习的阶段，选择读书，就是选择了一个好的开始，“书到用时方恨少”，能够多读就多读，能够掌握多少知识就掌握多少知识。而且青春易逝，我们必须珍惜年少时光，尽量获取更多的社会知识，让我们进入社会的时候不至于感到不适应。同时，在这个阶段最好树立下自己终生奋斗的方向和目标。

◆20～25 岁

这个阶段要开始懂得掌握与规划自己的未来。在我们满 18 岁那天我们都是喜悦的，因为在这一天意味着我们已成年，在法律上得到了更多的权利，但权利与义务永远是对等的，我们肩负了更多的责任。这一时期是喜悦、矛盾与痛苦交战的时期。喜悦来自于开始被赋予一些自主权，矛盾来自于与父母割不断的“脐带关系”，痛苦的原因是要面临各种挑战。我们不得不要开始为自己的未来规划，掌握自己人生的主控权。我们还需要学会处理人际关系，多认识好的朋友，在你的人生中，这些朋友都将会对你有帮助。

◆25～30 岁

我们像一块吸水的海绵，吸收的多可被压出来的才多。努力汲取知识，学习经验，不断自我成长。这时候我们无需看重自己的工作重要与否，期望的薪水待遇是否满足我们的虚荣心，就连升迁调职都需要仔细权衡。年轻是我们的资本也是我们的短处，没有经验、资历、社会资源不多，所以这个阶段的我们该做的是领取别人的薪水，学习更多的知识、积累更多的经验，付出努力，为自己未来的发展创造条件。多交良师益友，他们的教导提携，可以使我们在成长路上少走弯路，多走捷径。

◆30～35 岁

到了这个阶段，我们要能够判断机会、决定事业取向；抓住机会，不再有尝试错误的心态。这个阶段不光只执著于手头，更应该看重远景，清楚我们要面对的是宽广人生，而非局限于自我。这个时候我们需要管理好自己的时间，顺利地转化心境。

◆35~40岁

大多年轻人在这个阶段已经摘取了阶段性的成功果实，这时期的人们需要明白一些以前没有明白的道理，如生命的质量。无论现时的我们有多风光，有多大成就，我们仍要了解成功的终极意义——工作，不应该等于人生。比起工作，人生才是需要经营一辈子的事，试问人间真情、健康、智慧、财富、自我成长和由我们自己支配的自由时间，这些我们获得了多少？我相信没有人愿意放弃其中任何一点。它们是促使我们前进的终极动力。宁可为成功而忙碌，不要因忙碌成功而失去人生中宝贵的元素。

规划前需自我分析。人生规划之前需要自我分析，只有清楚地了解自我，才能树立适合自己的目标规划。分析和了解自我需要付出一定的时间成本。在此作以下几点基本分析：

◆个人志趣分析

自我认识需了解自己的思想和情绪，要认真地、实事求是地分析自己的兴趣爱好，表达自己内心真正的想法和愿望，清清楚楚地找出对自己来说有坚持的意义和有价值的东西。

◆社会需求分析

人具有群体性，作为社会的一分子任何人都不能脱离社会而孤立地存在于世上，个人的发展必须以社会的某些客观条件为前提，成功幸福的人生往往符合主流社会的发展。个人人生的价值和意义，只有放在广阔真实的社会背景之下，才能显示出真谛。

◆家庭需求分析

成功的人生需要家庭的支撑，同时家庭对个人也有它的需求。尤其对于中国人来说，家庭对人生成功和人生成功对家庭来说都具有十分重要的意义。当然，事实上我们可以对家庭需求进行多种处理方法：你可以选择独身，也可以选择对于双方来说都有意义的婚姻。但不能因为家庭的需求，束缚或牺牲自我发展的基本方向。

◆个人SWOT分析及人生定位

家庭、社会、个人三点构成了我们分析自我的三个维度。如果我们把家庭纳入社会范围，那么个人和社会就可以简化成两个维度来加以考虑，我们就可以对自己的人生施行一次战略规划常用的态势分析法。态势分析法是由美国大学教授在20世纪80年代提出。态势分析法的英文缩写为SWOT，这四个字母分别代表：优势（Strength）、劣势（Weakness）、机会（Opportunity）、威胁（Threat），然后你可以根据这四个条件给自己做个切实可行而又具有挑战性的人生定位。

总之，有志向、有梦想的人生总比那些没有追求、没理想的人生来得更加精彩和让人渴望，