

一本让千百万人
终生受益的生存智慧书



读懂

你的一生

卢化南 ● 编著



我这一生最伟大的发现，就是一个人可以借改变自己的态度，来改变一生。

—— 威廉·詹姆斯

读懂你自己的思想比读懂他人的更为重要，因为当你明了自己的感情时，你会很清楚地看到其他人的感情也是你自己的反映。

—— 赛斯

B848.4-49
L784

读懂你的一生

卢化南 编著

中国档案出版社

B848.4-49
L784

总 策 划/马双才

责任编辑/郭 年

封面设计/常丽娜

图书在版编目(CIP)数据

读懂你的一生/卢化南编著. -北京:中国档案出版社,
2004. 2

ISBN 7-80166-404-3

I. 读... II. 卢... III. 成功心理学-通俗读物
IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 122434 号

读懂你的一生(DU DONG NI DE YI SHENG)

出版/中国档案出版社(北京西城丰盛胡同21号)

发行/新华书店

印刷/山西新华印业有限公司

规格/880×1230毫米 1/32 印张 10 25 字数 200 千字

版次/2004年4月第1版 2004年4月第1次印刷

印数/3000册

定价/20.00元

前 言

“人生应该如蜡烛一样，从顶燃到底，一直都是光明的。”

“人的生命，似洪水奔流，不遇着岛屿和暗礁，难以激起美丽的浪花。”

“人生如书，我们要力求篇篇都是耀眼动人的华章；从扉页到后记，都是精彩绝妙的文字，使自己成为一本读者爱看又受益匪浅的畅销书。”

“人生就如一只空瓶，但不可随意向里注入任何液体。”

.....

这些关于人生的比喻，毕竟要受到个体的局限，只是有感而发，并没有人能够真正地把人生读懂。在经历了沧桑过后仿佛悟彻了一切，懂得了人生的真谛，于是乎产生联想暗喻，用于教育他人。殊不知世情百态，人生百味，哪里有两个相同人生的个体可以相互借鉴，哪里有人会产生完全相同的人生感悟，惟有独自体会、独自品味。

“降生在世”，即是一趟旅行。这项旅行，买的是单程的车票。我们学习工作，过一日少一日。知道时光转瞬即逝而又不愿在人间白跑一趟的人们，便刻意把生活的格子填得满满的，力求做到“当回忆往事的时候，不因为虚度年华而痛悔，也不因为过去的碌碌无为而羞愧”。只有工作和学习，整个人活得好像是机械人一般，脑筋也会渐渐僵化如石；而更多的人虽然忙忙碌碌却不知道为了什么，也许只是简单的“为了生存”！

多么辛苦的人生！多么简单的人生！有谁能放下一切，静



静地思索自己的一生,重新定一个目标,重新选择一条道路,重新认识自己的人生,更确切地说是真正读懂自己的一生。

在现代的社会中,高节奏的生活制约了人们对自身的关注,很少有人能够对自己的人生有个整体的把握,或者是由于各种各样的原因不得不放弃自己的人生选择,屈从于现实。而生者为何而生,忙者为何而忙,如果总是糊里糊涂、不明不白,人生的旅途就会失去所有的意义。所以劝君不妨挤出一点点时间和精力来,思忖一下自己的一生应是怎样的:回味过去是怎样过来的,现在是怎样生活的,未来要怎样对待。只有先读懂自己的一生,才能在纷乱的社会中应付自如,游刃有余。

当你打开这本书时,也许正处在人生的某个重要阶段,正在茫茫书海中寻找着解决问题的方法,希望你能从此书中得到更多的启示,获得有益于你的营养,早日读懂你的一生。



目 录

前 言	(1)
-----------	-----

机 遇 篇

01 你要在原地守候机遇吗	(1)
02 把握生活赐予的每个机遇	(5)
03 别让机遇轻易溜走	(8)
04 机不可失,失不再来	(11)
05 幸运之神不会眷顾你两次	(15)
06 鱼和熊掌不可兼得	(19)
07 如何获得好运	(24)
08 不可缺少的朋友	(31)
09 与生俱来的“怕”	(35)
10 一万次失败后的发明	(39)
11 利用垃圾发财的富翁	(42)
12 最大限度的利用机遇	(46)
13 环境也是一种机遇	(51)
14 像武松一样打虎	(54)



- 15 危机中的机遇 (58)
- 16 连自己都意外的机遇 (63)
- 17 “糊涂”得来的机遇 (67)
- 18 机遇也需要逆向思维 (69)
- 19 想像的机遇 (73)
- 20 “师與尸”的大悲剧 (79)

抉择篇

- 01 选择的自信 (83)
- 02 取舍之间的代价 (87)
- 03 选择放弃 (92)
- 04 一生中什么最重要 (99)
- 05 人生也是一张答卷 (105)
- 06 职业的选择 (110)
- 07 若为人生故,诚信不可抛 (114)
- 08 人生价值的选择和评价 (118)
- 09 怎样选择幸福 (124)
- 10 时间的价值 (127)
- 11 新闻与利益的选择 (131)
- 12 豁达才能活得轻松 (137)



- 13 “自然而得体”的选择 (143)
- 14 切莫脚踩两只船 (146)
- 15 选择与被选择 (151)

成 败 篇

- 01 价值观:人生成功的指南针 (159)
- 02 命运攥在自己手里 (165)
- 03 相信自己,永不放弃 (172)
- 04 做事要力求完美 (180)
- 05 成功离不开勤奋 (185)
- 06 坚持到底的报酬 (190)
- 07 情绪的自我调节 (196)
- 08 将脑袋打开一毫米 (202)
- 09 难度更高的乐谱 (208)
- 10 改变是成功之父 (210)
- 11 学会自控 (214)
- 12 珍视细节 (220)
- 13 答案就在问题里 (227)
- 14 提高自己的能见度 (231)
- 15 积极待人,才能获得成功 (235)

- 16 成功从快乐中获得灵感 (240)
- 17 放下身段,路会越走越宽 (245)
- 18 改变一生的一句话 (247)
- 19 “玩”出的成功 (250)
- 20 生气的哲学 (253)
- 21 想像的惊人力量 (257)
- 22 非凡的投资 (263)
- 23 没有时间可以浪费 (268)
- 24 在今天种下我的葡萄树 (273)
- 25 风筝是因逆风而高飞 (279)
- 26 怎样对待挫折 (282)
- 27 战胜迷惘的方法 (287)
- 28 何时都要记住谁是你的老板 (291)
- 29 失败的原因:没有目标 (298)
- 30 从失败中学东西 (303)
- 31 骄傲轻敌的皇帝 (311)



机遇篇

1

你要在原地守候机遇吗

记住：机遇不会因为等待而来，你必须去争取！

当失败者谈到别人的成功时，常常摇头叹息，总是愤慨地说：“那家伙纯粹是好运，而且占有天时地利。我从来没有机会呀！”因此他们不行动，坐着等待“那一天”来临。他们认为成功就是——幸运落在幸运人身上。失败者认为胜利者都是有好运道的，而他们却厄运连连，幸运之神不对他们微笑，他们什么都没有，只有埋怨和懊恼。

年复一年，他们生活在失败的阴影下，他们不知道“坐而言不如起而行”的道理，不知道是自己的所作所为招致了失败，他们反而责备配偶、事业伙伴、坏运道和社会体系。他们宁愿花几个小时讨论这世界如何使他们失败，也不去改变自己来解决问题或者立即行动。

与失败者相反，胜利者没时间去浪费，他们忙着去解决问题、努力工作，他们不会将行动拖延到“那一天”，他们今天就做。他



们不但努力做好今天的工作,还时刻准备着明天将要付诸的行动——尝试失败及成功。他们继续提高自己,不断开拓新领域。

如果你总是一味等候成功上门,你将面临极沉重的失望。成功很少强加于任何人身上,也不会意外地降临在你头上。如果你计划要追求生命中任何形式的成功,你就必须准备妥当,并主动寻求机遇。机遇需要等待,但不能只靠等待。不时地注意你事业或工作上的变化,订阅商业杂志和专业期刊,加入工会或商业团体,以便认识这一行的专家,并跟上新的发展趋势。

太多的人终其一生都在等待一个完美的机遇自动送上门,以便他们可以拥有光彩的时刻。直到他们了解,每一天的机遇都属于那些主动找寻机遇的人,那时已经太晚了!

机遇并不是苦苦等待就会降临的。斯迈尔斯说:“碰不到机会,就自己来创造机会。”机遇之门要靠自己的力量去打开,并且采取主动。如果你看到什么事需要做,那就只管去做。大卫·托玛斯曾指出,少许的主动就可以使你生活中的运气大增。

在现代商业领域也不乏其例。中国的茅台酒在国际上评奖时,由于包装平平,一直没有引起大家的注意,眼看这次机遇就要失去了,一位中国商人突然灵机一动,佯装失手将一瓶茅台酒摔在地上,顿时酒香四溢,满堂震惊,于是,茅台酒获得了国际金奖。此举就是对机遇的最好把握,一个小小的动作就改变了茅台酒的命运。

如果你对一生的目标尚未有具体的规划,那么,别再耽误了!当你用内心渴望确定追求目标时,没有任何事能阻碍你!别蹉跎时光,也别期望成功自然发生,当你确定自己想要的是什么时,命运才会同意你的要求,而不是空等就能获得成功。机遇不会因为等待而来,你必须去争取!

15岁的亨利向哥哥借了0.25元美金,在报纸上刊登了一

行小字广告:做事认真,勤奋苦干的少年求职。不久他就被著名的比达韦尔公司雇用了,做的是服务生,薪金很少,工作繁杂、紧张,但他总是挂着一脸微笑,对别人的工作也极力帮助。勤奋、敬业、自信的他,后来被董事长垂爱并获得资助,因开办制铁厂成为千万富翁。他的朋友钢铁大王卡耐基在自传里称赞说:“亨利就是这样主动地、积极地创造机会,开拓自己的前程。”

一位失败者前去拜访一名成功者。他来到成功者面前,看到了一扇漂亮的旋转门。他轻轻一推,门就旋转起来,他夹在两块透明玻璃间转进去,看到成功者正站在面前。

“你能不能告诉我成功有什么窍门?”失败者虔诚地问。

成功者用手一指他的身后:“就是你身后的这扇门。”

失败者回过头去只见刚才带他进来的那扇门正慢慢地旋转着,把外面的人带进来,把里面的人送出去。两边的人都顺着同一个方向进进出出,谁也不影响谁。

“就是这同一扇门,把里面的人送出去,把外面的人送进来。其实,我们每个人的心里都有一扇门,是用不同材料做成的。有的人是带锁的木门,成功快乐时就打开,而失败痛苦时就关闭,把自己锁在黑暗里;有的人是旋转的玻璃门,不管成功还是失败,快乐还是痛苦,总是让自己的心灵之门旋转起来,把失败和痛苦旋转出去,让希望和未来旋转进来,在旋转中寻找机遇,把握未来,找到一个新的人生舞台!”

希望和现实的差距产生了痛苦,而成功其实就是一个经历痛苦的过程。从现在开始,停止你的坏运说法,对胜利者而言,幸运的同义词就是努力工作。埋怨并不会招致幸运,它会占据你用来迈向成功的时间,如果你也想有“天时地利”的契机,那么先去找一处你可以努力的战场吧!幸运绝非意外所得,在工



作岗位上多花些时间吧！幸运之神总有一天会降临到你的头上。倘若饱食终日，无所事事，或一遇逆境就悲观失望、灰心丧气，那么，机遇是不会来拜访的。

2

把握生活赐予的每个机遇

留意生活就会有回报,就会发现难得的机遇。

对于人生,有一种耐人寻味的说法是:有些人可以看到机遇,有些人却只看见“问题”。当你训练自己的思想去找寻机遇时,你会发现,每一天在生活中的机遇,远超过你可以利用的。

有人曾经观察发现:为什么当机会来临时我们无法确认?那是因为,机会总是乔装成“问题”的样子。当顾客、同事或是老板向你提出问题时,可能正为你创造一个珍贵的机会。对于提问题的人来说,谁该为此问题负责?谁该负责解决问题?那是不重要的,他只想把问题搞定。下一回,当顾客、同事或老板要求你协助,做一些你分内之外的事,而不是委托他人办理时,伸出援手吧!以其他人的看法来观察情势。如果角色互换,你希望如何解决这件事呢?主动去寻求答案,解决问题,使整个计划持续发展下去。

我们天生两只耳朵,两只眼睛,一张嘴,这是上帝让我们多听多看。所以留意生活就会有回报,就会发现难得的机遇。

说起“迷你裙”和“牛仔裤”恐怕无人不知,其实,这两款风靡全球的服装的出现,是启发于生活中普通人的谈话。

服装设计师马莉在街上溜达时听到几个女嬉皮士在闲谈:

“那种样式的服装是有钱的肥胖老太婆穿的，我们年轻人不合适。我们的流行性衣裳都是缺乏吸引力的，真令人生厌。”于是，马莉的脑海中逐渐形成了更能显出女性的臀部和腿部线条美的裙子。回到家里，她拿剪刀把裙子下摆剪去约 30 厘米，下摆刚好在膝盖上面约 10 厘米的大腿地方。不久，英国掀起争穿“迷你裙”热潮，然后，这股热潮迅速扩展到世界各地。

1850 年犹太青年利戴带着淘金的目的来到加利福尼亚。一天他在街上听到有人抱怨：“这种裤子真差劲，穿一个月就破了。”这话启发他萌生了做不容易穿破的裤子的想法。他回去将帐篷裁剪后缝制成带有许多口袋的裤子，结果这种耐磨的裤子大受欢迎。他的淘金梦由另一种事业实现了。即使 100 多年之后的今天，牛仔裤依然流行于世。

要想做到不错过生活赐予的每个机遇，提高自己的预见能力也非常重要，因为机遇，只会悄悄地跟从那些可以认清它们并准备好随时拥抱它们的人。未来并不是一本现成的书。大多数将要发生的事都是由现在正在发生的事所决定的。相对来说，很少有人能通过自觉的努力来设计今后的自己、预测未来的可能性并照此行动。预见能力在商务活动中也很重要，许多公司都把它作为工作取得进展的主要尺度。掌握好审时度势的艺术还包括看准将来事情会向何处发展，明白抓住现在这个时机采取行动会减少将来的麻烦，或是在将来能得到好处。

饭店经理康拉德·希尔顿应当把他的巨大成功归功于一种灵活地调谐自己的敏锐预感的技能。有一次，他打算投标购买芝加哥的一所老旅店。就在拍卖的前几天，希尔顿提出了一份价值十六万五千美元的投标。那天晚上他睡觉时，模糊地感到一种内心的烦乱，醒来时强烈地预感到他的投标将不会获胜。

“这仅仅是感觉不妙。”他后来说。由于服从了这一奇怪的直觉,他又提交了另一份投标书,数额为十八万美元。他获胜了,比他少一点的第二号投标额是十七万九千八百美元。

希尔顿的预感来自一时涌上心头的、原来储存在他心灵深处的那些事实。自从他年轻时在德克萨斯州买下第一所旅馆,他一直在收集关于这一行的知识。不仅如此,在对芝加哥旅馆的投标中,他毫无疑问是知道很多有竞争可能的投标人的情况的——仅仅是知道,并没有专门地把它们清楚明晰地联系起来。当他的潜意识正在一间巨大而隐秘的仓库里翻找着其他那些事实,并且推论出那个投标额太低时,他相信了这个预感,它竟是令人吃惊的准确。

你怎样才能知道是否应当相信一种预感呢?一位成功的预言家、已经退休的证券经纪人说:“我问我自己,我在没有意识到的情况下已经收集了有关这一问题的材料,这点是否可信呢?对于这一问题我是否已经发现了我所能够发现的所有情况,做了我所能做的一切?如果回答是肯定的,而且预感是强烈的,那么我就打算这样办。”

这里要提出两点警告:

第一,千万不要相信买彩票和赌博这类事情上的预感。这样的预感决不可能是出自隐藏在你内心深处的材料库。

第二,千万不要把预感和希望混为一谈。许多拙劣的预感只不过是经过伪装的强烈的愿望而已。

在别人看来现在的成功是值得钦佩的,而失意或平淡是难以赢得掌声的。其实,成功仅仅拥有一次机会,好好地把握住就足够了。



3

别让机遇轻意溜走

机遇偏爱有心人,它只留意那些有准备的头脑,只垂青那些懂得追求它的人。

机遇之神有时很诡怪,对于人们的苦苦追求常常置之不理,而那些毫无思想准备的人却常常会遇上它。但是当机遇之神光顾你时,你却未必能把握住它。如果把机遇视作某种资源的话,我们会发现机遇的损耗最大。也就是说,太多机遇没有被人们合理利用,究其原因,就是对机遇缺乏必要的准备。

一位老教授退休后,巡回拜访偏远山区的学校,传授教学经验与当地老师分享。由于老教授的爱心以及和蔼可亲的态度,使得他所到之处皆受到老师及学生的欢迎。

有次当他结束在山区某学校的拜访而欲赶赴他处时,许多学生依依不舍,老教授为之感动,当下答应学生,下次再来时,将送给他们一份神秘的礼物,但希望他们能将自己的课桌椅收拾整洁。

在老教授离去后,每到星期三早上,所有学生一定将自己的桌面收拾干净,因为星期三是每个月教授例行前来拜访的日子,只是不确定教授会在哪一个星期三来到。其中有一个学生的想法和其他同学不一样,他一心想得到教授的礼物留作纪念,生怕教授会临时在星期三以外的日子突然带着神秘礼物来到,于是