

最现实的人生哲学，最实用的成功宝典

101条人生经验，为你的奋斗指明了一条阳关大道

101条人生经验，是你出人头地不可多得智慧锦囊

20几岁课本上 学不到^的101条 人生经验



田仲平◎编著

送给年轻人梦想成真的珍贵礼物！

SONGGEINIANQINGRENMENGXIANGCHENGZHENDEZHENGUILIWU

学习成功智慧，积累人生经验，是20几岁急需做好的功课。要想在风云变幻的当代社会中生存发展，有些规矩你不可不知，有些窍门你不可不懂，有些本事你不可不会。

中国致公出版社

20几岁课本上 学不到^的101条 人生经验

田仲平◎编著



学习成功智慧，积累人生经验，是20几岁急需做好的功课。要想在风云变幻的当代社会中生存发展，有些规矩你不可不知，有些窍门你不可不懂，有些本事你不可不会。

中国致公出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

20 几岁课本上学不到的 101 条人生经验 / 田仲平编著.
北京: 中国致公出版社, 2009. 6
ISBN 978 - 7 - 80179 - 817 - 6

I. 2… II. 田… III. 人生哲学—青年读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 073019 号

20 几岁课本上学不到的 101 条人生经验

编 著: 田仲平
责任编辑: 柳 琦

出版发行: 中国致公出版社
(北京市西城区太平桥大街 4 号 电话 66168543 邮编 100034)

经 销: 全国新华书店
印 刷: 北京才智印刷厂
印 数: 10000

开 本: 720 × 1010 毫米 1/16 开
印 张: 19
字 数: 300 千字
版 次: 2009 年 8 月第 1 版 2009 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 80179 - 817 - 6
定 价: 29.80 元

前言

这是一个风云激荡的年代，这是一个机会频生、奇迹迭出的年代，这是一个人人都渴望成功的年代。没有人甘于平庸，也没有人愿意默默无闻一辈子，每个人都想创造自己生命的辉煌。对于20几岁的年轻人来说更是如此。

生活处处都是竞技场。虽然获得成功者总是极少数，但是为成功而苦苦拼搏的却总是大多数。竞争也许是残忍的，但对社会来说却是绝对必须的。只有在残酷的竞争面前，最杰出的人才才会脱颖而出。只要你找到正确的方法，只要抓住机会，只要你开动脑筋，发掘潜能，你就有可能创造卓越人生，成就一生的梦想。

其实，追求人生事业本来没有固定之法，但因为成功人士越来越多，由此而产生的成功经验便被更多的人接纳和推崇，所以就形成了一些特有的、约定俗成的规律性的东西。毫无疑问，借助这些规律性的东西，将有助于我们打开人生的成功局面。

有真本事的人，走遍天下都不怕。真本事不同于练几套花拳绣腿，照猫画虎；真本事讲究内功深厚，出神入化，无招胜有招。勤学苦练，拜师求艺，都是不可缺少的。学而不思则罔，思而不练则忘，练而不用则废。

早就有哲人说过：“人生的路虽然漫长，但要紧的只有几步。”这句话道出了人生盛衰际遇的奥秘。有人说人生无常，似乎人生的游戏是没有规律可循的。不过，人生的许多无常，每每也是选择后的必然。人生从来没有犯过错误的人是有的，但千万要避免那些可能会毁了自己一生的错误。

20 几岁

课本上学不到的 101 条人生经验

20 几岁，正是花样年华，好像早晨八九点钟的太阳，充满了希望。但是要知道，好花不常开，好景不常在。人生一世，面对的是一连串的机会。机会是珍贵的、稀缺的、稍纵即逝的。机会来了，勇敢地投入一次，别让若干年后的自己为虚度年华而悔恨。如果你能比别人更主动、更积极、更富于勇气和魄力、更善于调动自己的聪明才智，机会就更容易被你掌握，成功就离你近了一步。

目 录

Chapter 1 如何绕开人生的陷阱

——课本上学不到的生存戒律

01. 善于听取别人的忠告 2
 没有武松的本事，却还要“明知山有虎，偏向虎山行”，这种做法，不是勇猛，而是愚蠢。
02. 选择对人生有益的朋友 5
 把纯洁的友情看成是金钱工具、权势附庸的人，生活中仍不在少数。
03. 做人不能因小失大 8
 贪婪是一切罪恶之源。贪婪能令人忘却一切，甚至自己的人格；贪婪能令人丧失理智，做出愚昧不堪的行为。
04. 学会认输，避免一错再错 11
 当你在一条路上毫无头绪，一错再错，一跌再跌时，就根本没有必要再坚持下去。看不到希望的路不值得你付出努力。
05. 攀比对人有百害而无一利 14
 攀比让你的虚荣心满足，可为了这满足你却付出了多大的代价：想方设法、不择手段、焦头烂额、心神交瘁。
06. 贪心是把杀人的刀 17

当物质欲和精神欲统一在一起的时候，会产生一股巨大的人生动力，激励人们在事业的道路上奋力开拓。但是，一个人必须注意使这种贪心在适度的范围内膨胀，否则就会咎由自取。

07. 约束自己去做正确的事情 20

自律对于个人的事业来讲，发挥着重要的作用，加强自律有助于磨砺心志，有助于良好品性的形成，使人走向成功。

Chapter 2 要做竞争中的强者

——课本上学不到的自我激励术

08. 要做自己的主人 24

在这种生存竞争激烈的时代，那些三心二意、没有勇气、没有决断力的青年，到处都将受到排斥。

09. 摆脱依赖，自立自强 27

有依赖心理的人，他不能独立地做成任何事情，无从谈起操纵和把握自己的命运，他的命运只能被别人操纵。

10. 独立自主，踏上成功之路 30

从没听说过某个习惯于等候帮助，等着别人拉扯一把，等着别人的钱财，或是等着运气降临的人能够真正成就大事。

11. 不要让别人替你做决定 33

如果怕别人提出反对意见就放弃自己的想法，那么你就失去了你自己。

12. 犯了错误不要过分自责 36

一个健全的好人应该是该做就做，想说就说。一切要求合情合理之外，如果自己偶有过失，也能潇潇洒洒地承认。

13. 管理好自己的情绪 39

你愤怒、你愤恨，只是因为你已习惯，你已学会了用它们来表达你的不满，来表明你的要求，希望达到你的目的。

14. 要自己看得起自己 42
痛苦这把利刃，一方面割破了我们的心，使我们的心里流血；
另一方面也开掘出了新的希望源泉，使我们满怀信心地从头做起。
15. 激发“我能”的自信心 46
一个敢于肯定自我的人并不会否认消极因素的存在，他只是学
会不让自己沉溺于自我的弱势中。当一个人连自己都无法信任时，
便预告了一种不幸的即将到来。
16. 勇于挑战，超越自我 49
愈是挑战欲望强烈、永不止息地挑战的人，取得的成就就越
大；反之，当一个人逐渐失去挑战的精神，小心翼翼、庸庸碌碌地
过日子，他终将被无情地挤出成功者的行列。
17. 玩就玩到满分 52
要想成就一番伟业，首先必须排除各种干扰，锲而不舍。成就
事业最忌讳的就是心性浮躁，坐立难安。
18. 要有冒险家的胆量 54
其次，成功的冒险家必须具有过人的智慧和冷静的头脑。冒险
并不是只凭勇力一味猛冲猛打，没有目标求新求异。
19. 改变命运，先改变自己 57
草原法则诠释着一个亘古不变的道理，只有不断地提升和改变
自己，才会有立足之地，才能生存下去。
20. 认清自己的实际需要 60
一个人勉强地干着自己不乐意干的事情，或者在受压抑的心情
下工作，都不会取得好成绩，更不用说能取得多么骄人的业绩了。

Chapter 3 让挫折成为人生的转机

——课本上学不到的挫折应对之道

21. 做人要有一点豪气 64



这豪气、逸气、清气，合在一起，便是君子所有的正气，也是具有不竭生命力的浩然正气。

22. 面对屈辱时要坚忍 67
要记住你的最终目标是什么，把所有的来自外界的冷嘲热讽、人格侮辱等等，都看做是成功路上少不了的考验。
23. 在痛苦中超越自己 70
生命中收获最多的阶段，往往就是最难挨、最痛苦的时候，因为它迫使你重新检视反省，替你打开了内心世界，带来更清晰、更明确的方向。
24. 面对困境不抱怨 72
死，什么样儿？就像你没出生时那样儿呗。死，不过是在你活着的时候吓唬吓唬你，谁想它想得发抖了，谁就输了；谁想它想到坦然镇定了，谁就赢了。
25. 把人生缺陷变为成功的资本 74
彼时的成功之路，此时可能就是陷阱；而彼时的陷阱也许会成为此时的成功坦途。
26. 引导自己走出心理阴影 76
面对困难，乐观就像一副盔甲，抵挡它的进攻和侵蚀；而随乐观而来的自信就像一把钥匙，打开心锁勇敢前进。
27. 孤独会使人更坚强 79
只要你有了目的，有不达目的死不瞑目的执著，你的身上就可以释放出奋斗的勇气、力量和智慧。
28. 天无绝人之路 82
哥伦布如果没有不怕困难，不怕牺牲，勇往直前的进取精神，“新大陆”能被早日发现吗？
29. 谁都能改变自己的运气 85
大起大落的人，通常是最相信运气的人。许多人庸庸碌碌，默默受穷而终，是因为他们认为人生自有天定，从没想到可以创

造人生。

30. 失败了可以从头再来 88

暂时性的挫折是一种幸福，因为它会使我们振作起来，调整我们的努力方向，使我们向着不同，但更美好的方向前进。

Chapter 4 三分天注定，七分靠打拼

——课本上学不到的出人头地绝学

31. 唤醒自己的野心和欲望 92

当你有足够强烈的欲望去改变自己命运的时候，所有的困难、挫折、阻挠都会为你让路，欲望有多大，就能克服多大的困难，就能战胜多大的阻挠。

32. 立志成大事，永远不会晚 95

高远的志向也许不一定能够实现，但它至少会激励人为靠近它而不断努力，在奋斗的过程中体验搏击的快乐。

33. 成功未必需要高起点 98

中国有句古语：“不积跬步，无以至千里；不积细流，无以成江海。”要想有所成就，我们必须认认真真，踏踏实实，从小事做起，从基础做起，扎扎实实地把成功的基础夯实，我们的成功大厦才会坚久牢固。

34. 建立值得奋斗的人生目标 101

明确的目标，会让你自身激发出强烈的进取心、丰富的想像力、无比的热忱、严格的自律和全力以赴的干劲。

35. 机遇总是垂青有准备的人 104

和珅登上政治舞台之前的第一声叫喊，便引起了乾隆帝的注意，正是由于他抓住了这瞬间的机遇，才能顺利地爬上了梦寐以求的高位。

36. 成大事需要日积月累 108

栽什么树苗，结什么果儿；播什么种子，开什么花儿。积累耕耘的经验就成为农夫，积累砍削的经验就成为工匠，积累贩卖货物的本领就成为商人。

37. 从最小的事情做起 111

如果你一直不被人重视，不妨降低一下自己的目标，从最基层的事做起，终有一天你会拥抱成功。

38. 瞪大眼睛抓机会 114

机会之于命运，往往在关键的几步上发生作用，而这关键的几步，往往影响到了人的一生。

39. 不必等到万事俱备才行动 116

一个人如果满足于他已有的，绝对不会有过分的需求，而伟大人物和庸人最大的区别即在于此。庸人有了不满，只知道呆坐呻吟，埋怨自己的境遇不佳。伟人则知道努力改造环境。

40. 精力集中做好一件事 119

蚂蚁是我们最好的榜样。它们围着一大颗食物，齐心协力地推着、拖着它前进，一路上不知道要遇到多少困难，要翻多少跟斗，千辛万苦才把一颗食物弄到家门口。

41. 看得远才能行得远 121

不要被一时的蝇头小利而迷惑，也不要被一时的困难而吓倒，一个人看的有多远，他的事业走的也就有多远。

42. 要反思自己为什么会错失良机 123

真理往前再走一小步就是谬误。凡事都要求尽善尽美者，结果往往因为在最后一点的差异上而前功尽弃。

43. 没有好牌，也别放弃赢的努力 126

人生就像扑克牌比赛，并不是每个人都能够幸运地摸到一手好牌。然而，没有一副好牌，并不应该成为你输掉比赛的理由。并不是所有赢得比赛的人都是好牌在手的人。没有一副好牌，就要打好坏牌。



Chapter 5 人在社会，名声就是本钱

——课本上学不到的个人形象营造术

44. 建立个人品牌越早越好..... 130
- 个人的“知名度”、“美誉度”、“忠诚度”、“独特性”，一个都不能少。
45. 独特地亮出你自己..... 133
- 塑造个人品牌过程就是理解他人的需要、愿意满足他人的需要，并且在自己的价值体系内能够满足他人的需要。
46. 活出自己的风格来..... 135
- 人生就像一场戏，在自己生命的舞台上演绎着生活中的琐碎片段，我们是制片，是编剧，是导演，更是主角。把自己当成这出戏的中心，四周的人，充其量都只是配角而已。
47. 营造超强的影响力..... 138
- 一个人的影响力是衡量他成功的一个标准，它的大小将直接影响到一个人外部资源的大小、广度和深度，从而影响一个人事业的成败。
48. 外在形象是内在素养的体现..... 140
- 翩翩的仪表风度、不俗的言谈举止、得体的服饰穿戴等外在形象所展示的个人魅力，是一个人赢得他人亲近、认同、尊重的重要因素。
49. 向别人展示你开朗的一面..... 143
- 人们都喜欢个性开朗而不是沉闷忧郁的人，因为你的情绪真的能感染周围的人，除非你周围的人都是你的敌人，他们嫉妒你的快乐。
50. 把握好人生的四个阶段..... 146
- 现在的你：领取别人的薪水，学习别人的经验，付出自己的青春，建构自己的未来。



51. 靠行动建立诚信的口碑..... 149

如今是信用抵万金的社会，没有信用，你将一事无成。所以，我们宁可殚精竭虑树立个人良好信用，也别上信用黑名单。

52. 风度高雅畅通无阻..... 151

举止魅力产生凝聚力，往往会感染他人。一个有风度有性格魅力的人，就会在团队中激发出一种力量，这种力量将会超越一切，将为优秀的你锦上添花。

53. 良好的印象可成为后的本钱..... 154

“人缘好”，自然使人产生乐于亲近的感觉。如此一来，朋友也好，同事、上司也好，会把你当成“推心置腹”可共商大事之人。

54. 以胜利者的面目出现..... 157

其实你完全不必告诉你的对手，你将给他们颜色瞧，你只要积极地告诉自己，你是最伟大的，你肯定行就可以了。

55. 追求做人的品位..... 159

不同的人自有不同的人生航向，这缘于目标的不同和理想的不同所造成的品位不同，品位代表了一个十分重要的方向。

Chapter 6 改变想法才能改变命运

——课本上学不到的脑筋活络法

56. 遇事多动动脑子..... 162

一个人从自小就在努力，三十岁时能做到遇事冷静，宠辱不惊，就算是小有成就了，在这个过程中，只有冷静的人才可以用思考给自己带来成功。

57. 凡人一思考，上帝也吓倒..... 165

独立思考的人与众不同。他们从不循规蹈矩，往往放荡不羁，喜欢标新立异、独辟蹊径，爱以新的方法去干老的工作。

58. 手脚勤不如头脑勤..... 168



一件事不经过思考就去做，那肯定是鲁莽的，也是会栽跟头的，除非你特别地幸运。但幸运并非总是光顾你，所以，最稳妥的办法是三思而后行。

59. 从别人想不到的地方下手..... 170

世界上只有20%的人是富人，他们掌握着世界上80%的财富，这不是上帝的不公。因为那20%的富人是用心工作。

60. 要把重要的事情放在首位..... 173

做事的一个重要原则就是要区别事情的轻重缓急，把重要的事情放在首位。如此看来有必要制订一个时间顺序表。这样你就不会对突然涌来的大量事务手足无措。

61. 不要自我设限、划地为牢..... 176

人们常常在自己生活的周围筑起界限，要么就生活在别人强加给他们的局限里。这些局限有些是家人朋友强加的，有些是自己强加的。

62. 确定是对的，就坚持下去..... 179

你认为对的，你就不受动摇地去做，参考别人意见时要看意见本身，而不是看别人的脸色。

63. 学习与与众不同的思维方式..... 181

要扩大思考领域，最重要的是要突破先入为主的观念。古语云“失败为成功之母”，生而为人实无恐惧失败的理由。

64. 学会认输，懂得放弃..... 184

在陷入泥潭时，要知道及时爬起来远远地离开那里；上错了公共汽车时，要及时下车，去上另外的一辆。会认输是基本的生活常识。

65. 培养与时俱进的精神力量..... 187

与时俱进的人心中有颗永远都不落山的太阳。这颗太阳是我们的希望、温暖和活力。所以他的生活能落实到工作上，工作能带给他丰富的意义和喜悦。

66. 聪明智慧，还要机智灵活..... 189

不管一个人是多么的才华横溢、天资过人，如果他缺乏足够的智慧来对才华和天资进行有效的引导，如果他不能够在适当的时间说适当的话做适当的事，那么他还是无法有效地施展和运用自身的才华。

67. 磨练先知先觉的能力 192

深事深谋，浅事浅谋，大事大谋，小事小谋，远事远谋，近事近谋，都必须具备深远高明的见识与策略。计谋贵在高人一等，策略贵在远人一着。

68. 三思之后要赶快行动 194

诸葛先生“三步一棋”，司马先生“一步三棋”，前者谋、动相宜，后者谋多动少，结果尽人皆知。

Chapter 7 学习是迈向成功的通行证

——课本上学不到的能力培养方案

69. 积攒成就事业的必备资本 198

累积起来的学识与经验，是成功的资本，你必须储存这些资本，应当集中精力、毫不懈怠、积年累月地去进行。

70. 让自己变得不可替代 201

如果你被认定是一个积极、有重要贡献的人，你就会备受欢迎。

71. 学会适应社会竞争 203

如果你到了一个新的环境时，一定要自己努力地去适应这个环境，而不是让环境适应你。

72. 向博学多才的人看齐 206

爱好激发热情，爱好培养才能。多一种爱好就等于多一种选择，多一项才能就等于多一种幸福。

73. 寻找自身未被开发的领域 208

“1 分钱和 20 块钱如果同时被扔进大海中，它们的价值就毫无



区别。”只有当你将它们捞起来，并按照正确的方式使用时，它们才会各自显现价值。

74. 掌握四种最起码的本事..... 210

现在单位招聘新人时问的不再是过去的“你可以做什么”，而是要知道“你可以学什么”，你是否能够学会我们要你掌握的东西。

75. 善于灵活使用知识..... 213

能够踏上高等学府的台阶，只是代表你对课本知识的领悟能力比较高，仅此而已。至于在社会上能否取得成就，则是另外一回事。

76. 积累尽可能多的经验..... 215

你的经验也是你的一个最重要的资本。假如你做计划时有些预见，你就能以很小的代价获得很多的经验，不管需要付出什么代价，经验反正永远是你的。

77. 把闲暇用来读书..... 217

一个青年怎样度过他的闲暇时间，怎样消磨他的浪漫的秋日黄昏，那么就可预言出那个青年的前程怎样。

78. 离开学校不等于学习结束..... 220

无论学历高低、年龄大小，都一定要放弃“终于可以不用再读书了”的想法，而是应该把学习贯穿到我们的一生中去。

79. 以学习武装头脑..... 223

所谓“大器晚成”的人必是那种保持自觉学习态度的人，他们勤奋地学习，踏实地工作，自身实力与日俱增。

Chapter 8 培养好习惯，创造新生活

——课本上学不到的自我管理要则

80. 良好的习惯是成功的关键..... 226

习惯是一种最不为人重视的存在，谁都会不在意它的作用。然而，习惯却会把你导向成功或者失败。良好的习惯能使平庸者成为



人才，不好的习惯却只能埋没人才。

81. 养成有利于成功的好习惯 228

良好的习惯是帮助一个人走向成功的良师益友。当你的目标已经融入你的潜意识后，你的行为就会相应地做出调整，从而使你养成特定的习惯。

82. 恶习是不知不觉中形成的 231

如果去问那些在社会上很“吃香”的成功人士：究竟世上的人，为什么会遭遇失败？那么他们给出的答案中一定会有这一条：“不良的习惯。”

83. 改掉你的坏习惯 233

“好习惯是一个人在社交场合中所能穿着的最佳服饰。”而坏习惯则是你的敌人，它只会让你难堪、丢丑、添麻烦、损坏健康或者事业失败。

84. 马虎轻率是成功的致命杀手 236

时刻对马虎轻率保持高度的警惕心，并养成细心严谨的工作态度，时间长了就会形成细心严谨的工作作风，进而形成你的良好习惯。

85. 避重就轻会使人堕落 239

无论事情大小，如果总是试图避重就轻，可能表面上看来会节约一些时间和精力，但结果往往是浪费更多的时间、精力和钱财。

86. 办事有条理的人更容易成功 241

没有条理、做事没有秩序的人，无论做哪一项事业都没有功效可言。而有条理、有秩序的人即使才能平庸，他的事业也往往有相当的成就。

87. 杂乱无章导致效率低下 243

试着养成在一张十分干净、简洁的桌子上工作的习惯。而放在桌子上的文件，也一定要是最重要的，而且对你有益。把其他不相关的东西搁置一旁吧。

88. 跑赢时间，就能跑赢人生 246

