

找准自己人生的风向标，成功跨越人生的分水岭

30岁以后，养活自己 必备的9种能力

30岁前，你可以有意无意地“啃老”；

30岁后，一定要靠能力养活自己！

30岁以前，你可以跟运气赌博；

30岁以后，你需要凭实力吃饭。

马晓鑫◎编著



30岁以前，你可以一无所有；30岁以后，你拿什么养活自己？

30岁是人生的分水岭，30岁以前，发生的任何事都只是热身而已。30岁以后，你的人生才刚刚开始。

30岁是事业的里程碑。你能不能“立”起来，人生是赢还是输，你未来的生活状态如何，全部都要靠你自己的能力。

找准自己人生的风向标，成功跨越人生的分水岭

30岁以后，养活自己 必备的9种能力

马晓鑫◎编著

朝華出版社

图书在版编目(CIP)数据

30岁以后, 养活自己必备的9种能力 / 马晓鑫编著.

—北京: 朝华出版社, 2012. 8

ISBN 978-7-5054-3280-2

I. ①3… II. ①马… III. ①成功心理—通俗读物

IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第203074号

30岁以后, 养活自己必备的9种能力

作 者 马晓鑫

选题策划 杨 彬

责任编辑 楼淑敏

责任印制 张文东

封面设计 天下装帧设计

出版发行 朝华出版社

社 址 北京市西城区百万庄大街24号

邮政编码 100037

订购电话 (010) 68413840 68996050

传 真 (010) 88415258(发行部)

联系版权 j-yn@163.com

网 址 www.blossompress.com.cn

印 刷 三河市航远印刷有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 710mm×1000mm 1/16

字 数 200千字

印 张 18

版 次 2012年10月第1版

2012年10月第1次印刷

装 别 平

书 号 ISBN 978-7-5054-3280-2

定 价 32.80元

版权所有 翻印必究 • 印装有误 负责调换

前言>> PREFACE

俗话说，三十而立。那么，何为“立”？最通俗的说法是，30岁应该成家立业，有所作为。而最低的要求则是30岁的人应该能依靠自己的能力养活自己。

30岁是人生中一个重要的里程碑。每一个人都希望自己拥有好的发展前途，没有哪一个人甘愿平庸地度过一生。因此每个人都应该在30岁的时候加快脚步，为自己的未来打造一个广阔的平台，活出一种气概，干出一番伟业，闯出一片属于自己的天地，赢得一个精彩的人生。

作为一个30岁的人，不知你是否想过：你还可以年轻多久？你打算什么时候结婚生子？你希望自己的未来是什么样？你规划在职场上达到什么样的目标……

30岁以前的人，恋爱就像玩扑克牌，态度可以不认真；生活就像喝饮料，喜欢喝哪个口味的就喝哪个口味的；脾气就像炸弹，随时会爆发；思想就像流星，可以转瞬即逝。30岁之前的人什么都可以无所谓，因为人们会为这些行为找出很多的借口：当他们的思想不切实际的时候，有人会说那是天真；当他们做了一件愚蠢的事情时，有人会说那是因为还年轻。但是当他们过了这个年龄段，却还一直在做着类似的事情时，即使人们嘴上不说什么，心里也会对他们产生异样的想法。

所以到了30岁之后，就要懂得识人间烟火，恋爱就应该像放风筝，懂得收放和珍惜；生活就应该像喝白开水，无论你喜不喜欢都要喝得有滋有

味；发脾气应该像射击，在射出每颗子弹的时候，都要经过细心的瞄准，不要轻易地误射误伤他人；思想应该像一杯浓茶，让人越品越有味道。这样的人才会搭上人生的列车，向着自己理想的目的地行驶。

30岁是人生中的一个重要转折点，到了这个年龄段的大多数人，都该为自己考虑以后的生活了，如结婚、工作、买房、要孩子，要学会为将来的生活和事业作计划，因为这些在以前看似遥远的事情，一瞬间就要排上日程。

路怎么走，是每个人自己决定的。一个出色的年轻人懂得30岁有多么的重要。30岁的人，从学校毕业几年，找到第一份工作或许换过几次工作，正在学习社会大学的规范；30岁的人，都有一个年轻时的梦想，梦想打拼出属于自己的生活，梦想开辟出自己的事业版图。30岁，这个关键时期往往能决定人的一生。所以，如果你是30岁的年轻人，你应该看看这本书，它将成为你走向成功的领路人，引导你以足够的智慧和技能去拥抱梦想人生。

目录>> CONTENTS

能力一 有野心：不想当元帅的士兵不是好士兵

拿破仑曾经说过一句名言：“不想当元帅的士兵，不是好士兵。”这是对所谓野心最好的诠释。“野心”是成功的原动力。有些年轻人30岁以后之所以平庸，往往是因为他们有一种无可救药的弱点：缺乏“野心”。

- ◆有“野心”才有收获 / 3
- ◆用激情调动积极性 / 6
- ◆敢想敢做才能实现自己的“野心” / 8
- ◆发掘自我潜能 / 11
- ◆相信自己，相信未来 / 14
- ◆拿出勇气，挑战自我 / 17
- ◆勤奋是走向成功的捷径 / 19
- ◆坚持下去，继续前进 / 21
- ◆成功偏爱执著追求者 / 24
- ◆朝着自己确定的目标前进 / 28



能力二 好心态：不怕做不到，就怕想不到

在成功者眼中，没有做不到的事情，只要想到了、意识到了，他们就会努力去开拓、去奋斗，永不言败，最终他们攀上了人生的巅峰。

- ◆巧借他人之力，白手起家 / 33
- ◆靠山吃山，靠水吃水 / 37
- ◆在绝境中创造奇迹 / 41
- ◆跌倒了再爬起来 / 45
- ◆有勇气去尝试才会有收获 / 48
- ◆保持乐观的积极态度 / 51
- ◆恒心，成功者必备的品质 / 54
- ◆勇于向困难说“不” / 57
- ◆方法总比困难多 / 59

能力三 善行动：想成功，就要动起来

克雷洛夫说：“现实是此岸，理想是彼岸，中间隔着湍急的河流，行动则是架在河上的桥梁。”只有行动才会产生结果，行动是成功的保证。不管现在决定做什么事，不管设定了多少目标，30岁以后的你，一定要立刻行动。

- ◆行动是制胜的根本 / 65
- ◆勇敢地迈出第一步 / 69
- ◆行动起来，切勿踌躇不前 / 72
- ◆拖延会让我们远离成功 / 76
- ◆行动能够开发我们的潜能 / 80

◆行动决定了我们的价值 / 83

◆只有行动才有希望 / 86

◆勿因小事而不为 / 89

能力四 抓机遇：机会偏爱有准备的人

处处留心皆机遇，人生的机会可能会以多种方式降临在我们面前，要捕捉它，你就得在平时多留心，时时刻刻全身心地准备着去迎接、去拥抱它。

◆机会属于有准备的人 / 95

◆只要用心，处处有机会 / 99

◆抓住眼前的一切机会 / 102

◆机遇不因挫折而失色 / 105

◆没有机会可以创造机会 / 109

◆风险孕育着机会 / 112

◆抓住机遇就立即行动 / 114

◆耐心等待最佳时机 / 117

◆练就扑捉机会的慧眼 / 120

能力五 懂创新：思路决定出路

思路决定出路，有什么样的思路，就会有什么样的出路。成功的喜悦从来都是属于那些思路常新、不落俗套的人。

◆思考、变通能够产生好结果 / 125

◆变则通，通则灵 / 129

◆转换思路，就有出路 / 132



- ◆逆向思维有助于走向成功 / 135
- ◆不断寻求发展，才有出路 / 138
- ◆不要让自己钻进死胡同 / 143
- ◆突破中规中矩的做事思路 / 147
- ◆适当地给大脑做做“体操” / 150

能力六 织人脉——人脉就是财脉

人脉资源是一种潜在的无形资产，是一条潜在的财脉。有着良好的人脉关系，你前进的道路就会畅通得多。人生中最大的收获不不是你赚了多少钱，积累了多少经验，更重要的是你认识了多少人，结识了多少朋友，积累了多少人脉资源。

- ◆记住别人的名字是打开人脉的第一步 / 155
- ◆朋友之间常来往 / 157
- ◆雪中送炭，救人于危难 / 160
- ◆储蓄人脉 / 162
- ◆有“礼”走遍天下 / 165
- ◆以德报怨是一种大度 / 168
- ◆择善而从，虚心好学 / 170
- ◆曲得了，才伸得直 / 172
- ◆多一份尊重，少一点专横 / 175
- ◆做人不能太较真 / 178

能力七 会理财：你不理财，财就不理你

人生需要规划，钱财需要打理，理财决定命运。30岁以后的人，有必要了解理财知识，站在理财高起点上提升自己的理财能力。

- ◆养成储蓄的好习惯 / 183
- ◆保险是一把财务保护伞 / 186
- ◆股市有风险，投资需谨慎 / 189
- ◆高投入高产出的房地产投资 / 192
- ◆如何选择基金 / 196
- ◆黄金市场给你带来“黄金机遇” / 199
- ◆收藏品投资——艺术与金钱的有机结合 / 202
- ◆让你受益适中的投资——债券 / 205

能力八 有口才：会说话才是真本事

我们天天都在说话，但并不见得个个都会说话。会说话是一个人智慧的反映，是影响一个人事业成功、人际和睦、生活幸福的重要因素，是一种可随身携带的永不过时的基本能力。所以，如果你想朋友多、关系广、好办事，你必须会说话、巧说话，以赢得人们的喜爱和好感。

- ◆好口才才是走向成功的捷径 / 211
- ◆精诚所至，金石为开 / 215
- ◆幽默使语言锦上添花 / 219
- ◆把握好说话的时机 / 222
- ◆把话说到点子上 / 225
- ◆同样的话用不同的方式说 / 228
- ◆恰当地说“不” / 231



- ◆ 赞美可以获得良好的人际关系 / 234
- ◆ 批评是一种艺术 / 237
- ◆ 动之以情，晓之以理 / 241

能力九 多包容：宽容别人就是善待自己

宽容是一场春雨，它净化着人的心灵；宽容是宽广的大海，它能让你心胸更加开阔；宽容是一缕阳光，它能照亮我们的未来。30岁以后，学会宽容，让你的人生更加精彩。

- ◆ 享受宽容的幸福 / 247
- ◆ 豁达坦荡地享受生活 / 250
- ◆ 发扬谦让的美德 / 252
- ◆ 严以律己，宽以待人 / 255
- ◆ 让宽容成为一种习惯 / 258
- ◆ 要宽容不要狭隘 / 261
- ◆ 宰相肚里能撑船 / 264
- ◆ 宽恕就像一面镜子 / 267
- ◆ 一分宽容胜过十分责骂 / 270
- ◆ 宽容是仇恨最好的良药 / 274



能力一

有野心：不想当元帅的士兵不是好士兵

拿破仑曾经说过一句名言：“不想当元帅的士兵，不是好士兵。”这是对所谓野心最好的诠释。“野心”是成功的原动力。有些年轻人30岁以后之所以平庸，往往是因为他们有一种无可救药的弱点：缺乏“野心”。

◆有“野心”才有收获

要想完成自己的理想，拥有成功的人生，如果没有“野心”的欲望，那只能像小孩子玩过家家，图一时的享受和欢娱，不会有什么大的发展。

人的思考是源于某种心理力量的支持。一个连内心都懒洋洋的人，即使他有什么“野心”，这些“野心”对他来说也永远只能是漂浮的肥皂泡，甚至连肥皂泡都不算，因为“野心”对他并没有什么美好的诱惑力，他也就丝毫没有力量去思考实现“野心”的详细步骤。

当人有了某种“野心”后，就要去渴望达到或追求实现这些“野心”，而不要总是找理由来打击自己的“野心”。但有一点是必要的，这种愿望在我们的心中必须是意识所能接纳的，是美好的。

很多人在陌生的城市中打拼了几年，或者在学校里郁闷了多年，发现自己没有了激情和目标。生活中除了无聊和郁闷，似乎没有别的色彩了。看着别人的成功也觉得无所谓了，麻木了。虽然几年前还是那么的艳羡，似乎还有个崇拜的偶像，还有自己的理想和抱负，但现在什么感觉都没有了。每天的生活就是麻木地工作、闲聊、发呆、看无聊的电视或沉迷于网络，对自己不懂的东西已经没有任何好奇心了，甚至连静下心来读一本书的心思都没有了。

整个人已经麻木了。心灵已荒如沼泽，人已形同枯槁。

如果这个人就是你，那你该醒醒了，该找回自己的“野心”了！

每个人都希望自己是成功者。没有人喜欢终日唯唯诺诺，看别人脸色行事；没有人喜欢成为一个可有可无的二流角色，受人摆布，平庸地度过一



生。可以说，每个人来到世上就是为了成功，就是为了不断成长，不断向高处前进。

然而事实上，成功者只是少数，更多的人似乎没有成功，终其一生都过着普通人的生活，早早地就丢失了成大事的“野心”，永远也没有找到通往成功的路。他们哀叹，痛苦，彷徨……

人们费尽心机，到处寻求金钱和财富，却对自身所蕴含的宝藏茫然无知。其实，每个人都有成功的能力与天赋，关键就看你是善加运用还是束之高阁。信念、自尊、勇气、坚忍、乐观、希望……就像一粒粒金色的种子，将这些种子植于心中，生活将随之萌芽发展。每天耕耘这方心田，幸福、美满、富足与成功就会伴随你的人生。

一位24岁的年轻人充满自信地走进美国通用汽车公司，应聘做会计工作。他来应聘的原因只是因为他的父亲曾经说过“通用汽车公司是一家经营良好的公司”，并建议他去看一看。

在面试的时候，他的自信使面试官印象十分深刻。当时只有一个空缺，而面试的人告诉他那个职位新手可能很难应付得来。但他当时只有一个念头，就是进入通用汽车公司，展现他足以胜任的能力与超人的规划能力。

当面试官在雇佣这位年轻人之后，曾对他的秘书说过，“我刚刚雇佣了一个想当通用汽车董事长的人”。

这位年轻人就是通用汽车前董事长罗杰·史密斯。罗杰刚进公司的第一位朋友阿特·韦斯特回忆说：“合作的一个月中，罗杰曾正经地告诉我，他将来要成为通用汽车的总裁。”正如罗杰所愿，32年之后，他成了通用的董事长。

拥有一颗奔腾的“野心”，高度自我激励，是指导有志之人永远朝成功迈进的重要保障。一位智者说：生，非我所求；死，非我所愿；但生死之间的岁月，却为我所用。所以我们与其仰首感叹如烟往事，不如低头审视一下

自己的内心，“野心”的炉火是否还在燃烧，是否还在为你带来光和热；当我们卧躺枕边，想重拾昨夜的旧梦时，是否该为你的“野心”做些什么了？成功的法则有成千上万，但最重要的一点是：坚信自己会成功，让自己有颗奔腾不息的“野心”。

人类所具有的种种力量中，最神奇的莫过于有梦想的能力。如果我们相信明天更美好，就不必计较今天所受的痛苦。有“野心”的人，即使挡在他面前的是铜墙铁壁，也挡不住他前进的脚步。



◆用激情调动积极性

我们个人成就的大小，都是与自己内心的激情成正比。当我们拥有满腔的热忱时，就会激发出自己的信心，产生进取的动力，我们的潜能就会得到极大的发挥；相反，如果缺乏激情，积极性就调动不起来，做什么事都犹豫彷徨，这样的人，往往与成功失之交臂。

随着社会的发展，我们已经全面步入竞争型社会，人和人之间的竞争愈来愈激烈了，如果我们没有激情，就会被社会淘汰出局！

一个有“野心”的人身体的每个细胞都蕴藏着激情，激情创造热忱，热忱激发信心，信心产生动力，动力发掘潜能，潜能造就成功。

30岁以后，若我们能保有一颗热忱之心，那会给我们带来奇迹的。

一个浓雾之夜，当拿破仑·希尔和他母亲从新泽西乘船渡江到纽约的时候，母亲欢叫道：“这是多么令人惊心动魄的情景啊！”

“有什么出奇的事情吗？”拿破仑·希尔问道。

母亲依旧充满热情，“你看呀，那浓雾，那四周若隐若现的光，还有消失在雾中的船带走了令人迷惑的灯光，那么令人不可思议。”

或许是被母亲的热情所感染，拿破仑·希尔也着实感觉到厚厚的白色雾中那种隐藏着的神秘、虚无可及点点的迷惑。拿破仑·希尔那颗迟钝的心得到了一些新鲜血液的渗透，不再没有感觉了。

母亲注视着拿破仑·希尔，“我从来没有放弃过给你忠告。无论以前的忠告你接受不接受，但这一时刻的忠告你一定得听，而且要永远牢记。那就