



25

岁

就知道晚了

——写给全球年轻人的90条幸福定律

已风靡两个世纪的欧美青年必读书，首次引进中国

【美】纳撒尼尔·C.小福勒◎著

贾雪瀛◎译



Beginning Right

古吴轩出版社

25

岁

知道就晚了

——写给全球年轻人的90条幸福定律

已风靡两个世纪的欧美青年必读书，首次引进中国

【美】纳撒尼尔·C.小福勒◎著

贾雪瀛◎译

古吴轩出版社

图书在版编目(CIP)数据

25岁知道就晚了：写给全球年轻人的90条幸福定律
/(美)福勒著；贾雪瀛译．—苏州：古吴轩出版社，
2010.10

ISBN 978-7-80733-543-6

I. ① 2… II. ① 福… ② 贾… III. ① 人生哲学—青年
读物 IV. ① B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第187243号

策 划：苏善生 吕夏乔

责任编辑：张 颖

见习编辑：郁 婷

书 名：25岁知道就晚了

——写给全球年轻人的90条幸福定律

著 者：(美)纳撒尼尔·C·小福勒

出版发行：古吴轩出版社

地址：苏州市十梓街458号

邮编：215006

Http://www.guwuxuancbs.com E-mail: gwxcbs@126.com

电话：0512-65233679

传真：0512-65220750

经 销：新华书店

印 刷：北京市业和印务有限公司

开 本：787×1092 1/32

印 张：8.5

版 次：2010年10月第1版 第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-80733-543-6

定 价：26.80元

出版手记 <<<

福勒先生的“生命启程”系列文章在各大主要报纸发表之后，反响空前。在麦克卢尔报纸集团的赞助下，我们以书的形式将这些文章结集出版。

这本《成功启程》于去年一出版，即受到大众与出版界的高度评价，评论界对此也赞誉颇高。

本书读者甚广，商界、专业人士与教育界人士对此也予以高度的评价，许多雇主还买给其员工去阅读！

福勒先生的这些短篇文章被誉为有史以来最震撼人心的文章之一。

为了满足读者持续的阅读需求，我们从原先的250篇文章中，精心挑选其中一部分编成第二本书，两本书都是自成系统，绝无重复之嫌。可以说，已经拥有了第一本书的读者，会很自然地想买这本书。

目录 Contents

Chapter 1 这辈子，你能得到多少幸福？

如果你学历不高，从事着一份卑微的工作，拿着仅仅可以维持温饱的薪水，那么，你还敢奢望幸福吗？我的朋友具备了所有“自怜”的资本，而他却仍在幸福的道路上一点一滴地执著着，直到有一天，上帝终于把他带进了幸福的大门……这辈子，你能得到多少幸福？

定律 1：每一件小事都值得你去努力 / 2

定律 2：不同的今天兑换不一样的明天 / 4

定律 3：盲目冒险与不思进取一样危险 / 6

定律 4：握紧命运的魔法杖 / 8

定律 5：未来只垂青那些渴慕它的人 / 10

定律 6：每个人都要修炼一项必杀技 / 12

定律 7：你所拥有的就是最适合你的 / 14

Chapter 2 幸福就在手边，每天努力一点点

两个初入职场的年轻人，同样兢兢业业，一个人每天只是机械地做着事，而另一个人则总是不断思考，想着如何改进，他们的未来不言而喻。其实，当我们抱怨幸福总是与我们擦肩而过的时候，我们却忘记了它曾来过，是我们把它放走的。

定律 8：不要垂涎那些“看上去很美”的东西 / 18

定律 9：得罪身边的人倒大霉 / 20

定律 10：工作时间，私事靠边 / 22

定律 11：人们只买他们需要的东西 / 24

定律 12：送人玫瑰，手有余香 / 26

定律 13：想与天使为伍，你不能是恶魔 / 28

定律 14：“拿来主义”是个好主意 / 30

定律 15：梦想的路是一步步走出来的 / 32

定律 16：影响大局的往往是一些小事 / 34

定律 17：换个角度，你会看到不一样的风景 / 37

定律 18：有修养的人总是对别人怀着永恒的尊重 / 39

定律 19：不要像时钟一样机械地转动 / 42

定律 20：靠得住的除了自己，还有别人 / 44

定律 21：如果你不知道怎样结束，就不要急于开始 / 46

Chapter 3 幸福源于一种态度，挫折也可化为祝福

为了省去麻烦，很多人寻求一种“刚刚好”的幸福——考试刚好及格，工作不被抱怨，没有过多的兴趣，不求太高的薪酬，他们“恰到好处”地掌握着生活的平衡。然而，这样的幸福却脆弱且廉价。挫折看似令人痛苦，实是通往幸福的康庄大道。

定律 22：沿着同一个方向，你才能走到最远的地方 / 50

定律 23：最好的机会就在人们都能看得到的地方 / 52

定律 24：多吃一些“分外的事”好处多 / 55

定律 25：你的价值决定了你的收益 / 58

定律 26：家丑不可外扬，团队的合一最重要 / 60

定律 27：挫折是上天给我们的赏赐 / 62

定律 28：“刚刚好”的下一步就是极致 / 65

定律 29：闲谈勿论人非，静坐常思己过 / 68

定律 30：别担心，是金子总有发光的一天 / 70

定律 31：专心耕耘自己的田地才是正道 / 72

定律 32：幸福之源在哪里 / 74

定律 33：没有完全自由的自由 / 77

Chapter 4 幸福的人都是生活的艺术家

幸福的人总是能把生活安排得井井有条，不过度劳累也不过分懒散，他们是生活的艺术家，随时随处掌握着幸福的秘诀。

定律 34：早起的鸟儿有虫吃 / 80

定律 35：健康的生活是成功的一半 / 82

定律 36：懂得休息的人才懂得工作 / 85

定律 37：像工作一样地努力休息 / 88

定律 38：把时间浪费在无用的“交际”上就是慢性自杀 / 90

定律 39：别再打乱你的身体节奏，否则你会吃不消 / 92

定律 40：新鲜的空气是健康最好的良药 / 94

定律 41：谁说你没时间，时间就是海绵里的水 / 96

定律 42：在亲近自然的地方休息和工作 / 98

定律 43：这个时代不欢迎遁世者 / 100

Chapter 5 幸福不在于我们拥有多少金钱，而在于我们是怎么把它花掉的

“如果有了钱，我就会幸福”，这完全是懒惰的人为自己的不快乐找的托辞。金钱的魔力在于它可以实现我们物质的愿望，然

而幸福从未明码标价，有时候，一分钱也可以买来幸福。

定律 44：每一分钱都用来购买幸福 / 104

定律 45：金钱不是万恶之源，万恶源于贪念 / 106

定律 46：不要效法“月光族”，日子总有不好过的时候 / 109

定律 47：把钞票放在哪儿也不如放在银行好 / 111

Chapter 6 只要你愿意，你也可以成为幸福的人

有的人选择闲荡，有的人乐于自命不凡，聪明人似乎有一种发现幸福的天分，它总能在纷纷杂杂中一眼发现幸福的所在，于是，他们成了令人羡慕的幸福的人。做个幸福的人其实很简单，只要你愿意。

定律 48：闲散者永远也等不到机会的船 / 114

定律 49：站稳你的立场，不做墙头草 / 116

定律 50：永葆童真是精力永不衰竭的秘诀 / 119

定律 51：要做就做最好的 / 121

定律 52：每个人都是平等的，别以为你很了不起 / 124

定律 53：静下心来，听听别人怎么说 / 127

定律 54：简单是孕育伟大成就的温床 / 130

定律 55：合乎中道地看待自己 / 132

定律 56：爱笑的人运气不会太差 / 135

定律 57：除非有充足的证据，否则不要轻易评价别人

/ 137

定律 58：在行动以前，先让心灵找到方向 / 140

定律 59：尊重别人才能赢得尊重 / 143

定律 60：为别人做件小事，你会收获加倍的幸福 / 145

定律 61：谁都不是万事通，万人才能通万事 / 148

定律 62：人没有三六九等，只有人人平等 / 150

定律 63：如果可能，就去做一名绅士 / 152

Chapter 7 工作不是苦役，而是幸福孕育的又一温床

工作让我们发现了自己的价值所在，价值感让我们感到幸福。有的人把工作当成苦差，有的人把工作看做兴趣所致。如果你被工作奴役，你就放弃了实现价值的机会，而其他人则正在工作中酝酿着幸福。

定律 64：放弃抱怨的权利，学会享受你的工作 / 156

定律 65：今天只做今天的事 / 158

定律 66：适当做些“合同之外”的事 / 160

定律 67：在老板面前，不要羞于展示才干 / 162

定律 68：你把工作当负担，工作就把你当累赘 / 164

定律 69：敏锐的直觉来自经验 / 167

定律 70：好员工都喜欢“多管闲事” / 170

定律 71：有价值的是服务，而不是时间 / 173

定律 72：多做点事没坏处 / 176

定律 73：机遇一定会光顾有准备的人 / 178

定律 74：竞争让一切都变得欣欣向荣 / 180

Chapter 8 储备能力就是积累幸福的资本

疑窦丛生的时候，我们才会发现知识的匮乏，何必等待山穷水尽呢，从现在开始，重拾学生的心态，时时为自己充电，储备能力就是积累幸福的资本。

定律 75：如果你不知道身边每天在发生着什么，你就 out 了 / 184

定律 76：接受教育是一个人长远发展的不二法门 / 186

定律 77：书中有你想要的一切答案 / 188

定律 78：学习是为了让自己变得更高效 / 191

Chapter 9 带着爱和希望奔向幸福

幸福终究是一种内心的感受，与心灵有关，带着希望和爱前行，放弃抱怨、恐惧、失望等负面缠累，幸福就会随时

与我们同在。

定律 79：灵魂的美是不会随着岁月的流逝而消失的 / 194

定律 80：如何度过此生，这是个值得思考的问题 / 196

定律 81：精神的力量可以抗拒肉体的衰微 / 200

定律 82：既然担心的事情很少发生，那么担心还有什么用
/ 206

定律 83：让我们时刻想着那些快乐幸福的时光 / 212

定律 84：很多麻烦都是我们自己想出来的 / 216

定律 85：心里想着阳光，阳光就会真的普照 / 223

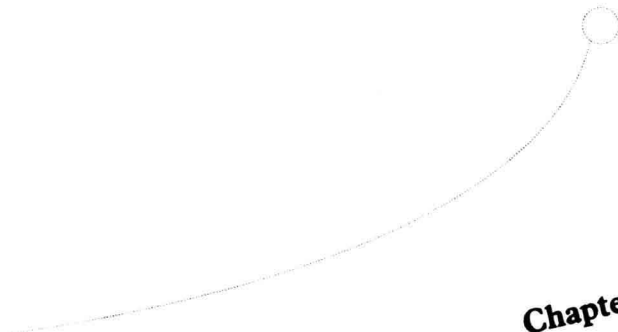
定律 86：只要你坚信，你就可以做到 / 230

定律 87：上帝从来不曾毁坏我们的生活 / 235

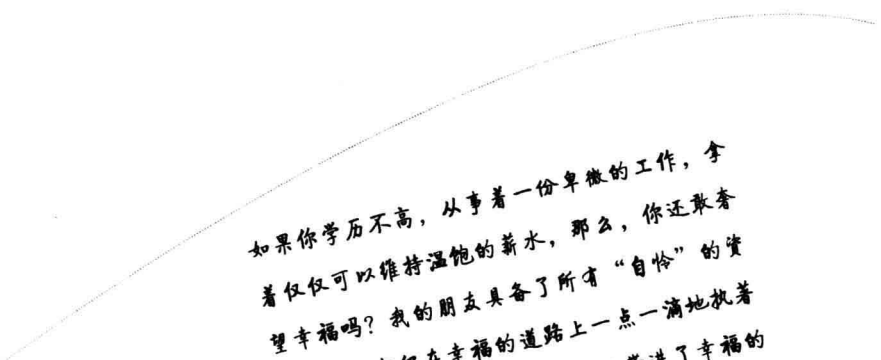
定律 88：做一个永远传播正面思想的使者 / 240

定律 89：习惯是在日复一日的重复中养成的 / 245

定律 90：带着爱和希望前行 / 249



Chapter 1 这辈子， 你能得到多少幸福？



如果你学历不高，从事着一份卑微的工作，拿着仅仅可以维持温饱的薪水，那么，你还敢奢望幸福吗？我的朋友具备了所有“自怜”的资本，而他却仍在幸福的道路上一点一滴地执著着，直到有一天，上帝终于把他带进了幸福的大门……这辈子，你能得到多少幸福？

定律 1：每一件小事都值得你去努力

我们无法实现所有的理想，却可以把现实理想化。

没有翱翔之志，怎么能环游天宇？成功总是与理想紧紧相伴的。

成功之路迂回曲折，攀上巅峰的人凤毛麟角。不思进取之人只能滞于山脚，仰望险峰之威严。

胸无大志之人难免遭人鄙视，他无法成为一个好市民、好父亲、好丈夫，更不用说对世界作出什么贡献。他空占着这世界的空间，他的心是冰冷的，血液里没有丝毫的热情。对于他，只有生存，而没有生活可言。

能真正撷取理想之光的人不多，但只要心中怀着贵贱毁誉都无差别的信念，所有的人都可以将现实理想化，都可以让生活从沉寂平庸中升华，都可以在平凡的生活中过起属于自己的人生。

雄心壮志是由成百上千的“小理想”组成的，正是这

一个个不断被实现的小理想，最终融合成更为高远的人生。

无论你的地位多么卑微，无论你的境遇如何落魄，我都不会因此鄙视你。当你开始尝试攀爬第一层阶梯时，可能暂时感到无力，然而，当你到达时，你就可以把下一个阶梯作为目标，接着第三个台阶，然后一步一步往上攀爬。

我有一位很年轻的朋友，他的理想就是作一名出色的员工。虽然他的第一份工作是整理文件，但从一开始，他就全身心地投入工作，很快，他就成了办公室里有史以来最好的文件整理者。当他出色地完成一个任务时，公司又把更加重要的任务交给他。他一如既往地完成工作，然后，等待着他的就是一个更高的职位，而他也尽心地履行着自己的职责。他心中有两个理想：当前的理想与未来的理想。他专注于当前的职责并脚踏实地地完成它的同时，对未来满怀憧憬。他始终铭记一点：若不完成今日的职责，明日的理想便没有基石，一切美好的事物都只是空中楼阁而已。而他的具体理想也是随时势而变，但在前脚未稳之前，绝不莽撞冲动迈出后脚。他能因袭别人成功的经验，避免失败的歧路，而不像许多毫无理想，罔顾现实与未来的人那样失败得一塌糊涂。

朋友，于心间铸个理想，时时感受其心跳吧。因为，一个没有理想的现实与一个超脱于现实的虚无缥缈的理想，都是一样难以触摸的。

定律 2：不同的今天兑换不一样的明天

人生有三季：昨日、今日和明日。

今日之果为昨日之因，明日又是今日的继续。

要问三者之中哪个最重要，确实没有答案，因为三者之中任何一个都不是独立存在的。

昨日的职责完成了，今日的工作就会简单很多；今日勤勉工作，明天的大门便为你敞开。

每一天都有其重要性——昨日、今日和明日——疏漏任何一方，都将实质性地影响当前的生活与其余两者。

昨日之日不可留，已永逝于忘川。若这是堆满错误的一天，就必须在今明两天去慢慢修复。

若只活在今日，那与动物何异？

今日之重要性不仅囿于今日，也系着明日。

今日在你手中，明日只是可能。

今日的你，若不忧思明日，明日将变得难以掌控。

成伟业者对此都是一视同仁的。他们做好今日之工作，而是因其会影响明日之进程。

可能的话，你尽可深埋于昨日之愧疚之中，为自己的失足而捶胸顿足。但当懊悔之时，今日也已溜走了。若你有不堪的昨日，可在今明两天弥补。明天远比今日更让人希冀——因其绵延至无限的未来。而今日之光阴则在日暮西沉之时，便会悄悄谢幕。

你的所作所为，事无大小，都将深深烙印于生活的车辙里。若不能与明日之车点相吻合，就可能与通往成功的大道失之交臂。

今日事，今日毕。不要在今明两日之间留下难以逾越的鸿沟。否则，就要用额外的时间搭建互往之路。

成熟之人或有所成就者，为人尊敬的同时，也同样是心忧今明之人，把以往成就链接起来，待时机成熟，一跃而起。

失败者惯于自我满足，觉得任务完成就可一劳永逸，然后轻轻用笔在记事本上划掉。然后，他就另开炉灶，任未竟之事随风逝去。

连贯性实为成功之首要因素。在人生的旅途中，没有哪件事是可以独成系统，任何事情的价值都源于其相互的链接之上。这种链接应该融合着经验与行为，融合着逝去的往昔、飞驰的今日和莫测的明日。

这辈子，你能得到多少幸福？