

几千年前，圣人孔子给中国人下了一道“三十而立”的咒，从此，“30岁”对于中国人而言成了一道惊慌失措的坎儿。30岁之前怎么做，决定了30岁之后怎么活。如果在30岁之前不能搭建好自己的舞台，30岁以后你将感到力不从心，你的成功之路会变得十分艰难。阅读本书会让渴望成功的你活得更加轻松、幸福，在属于自己的舞台上舞出精彩的人生。

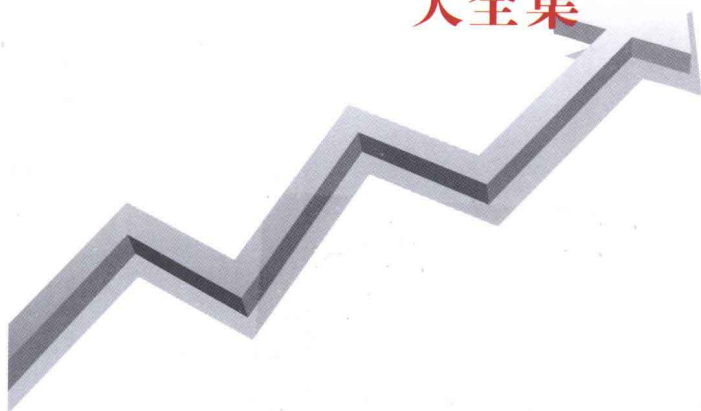
30岁时你能

赢



邱霜 田宇 编著

那些成功者20几岁就懂就做成的事 大全集



人的一生是极其短暂的，在“30岁”这场特殊的考试中，谁赢得了时间、勇气和信心，谁就赢得了先机，谁就可能赢得胜利。如果你对时间进行卓有成效的利用，那么你必将使自己的生命呈现耀眼的光芒；如果你始终有着一往无前的勇气和对前途充满乐观的信心，那么你的一生也必将充满生机和活力。

中国华侨出版社

30 岁时你能赢

那些成功者 20 几岁就懂就做成的事

大全集

邱霜 田宇 主编



中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

30 岁时你能赢: 那些成功者 20 几岁就懂就做成的事大全集 / 邱霜 田宇编著. —北京: 中国华侨出版社, 2013.1

ISBN 978-7-5113-3048-2

I. ① 3… II. ①邱… ②田… III. ①成功心理—通俗读物 IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 265054 号

30 岁时你能赢: 那些成功者 20 几岁就懂就做成的事大全集

编 著: 邱 霜 田 宇

出 版 人: 方 鸣

责任编辑: 清 霖

封面设计: 凌 云

文字编辑: 李 鹏

美术编辑: 刘欣梅

经 销: 新华书店

开 本: 1020mm × 1200mm 1/10 印张: 46 字数: 736 千字

印 刷: 北京中创彩色印刷有限公司

版 次: 2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5113-3048-2

定 价: 29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成达大厦三层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

发 行 部: (010) 58815875 传 真: (010) 58815857

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

如果发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。



前言

几千年前，圣人孔子给中国人下了一道“三十而立”的咒，从此，“30岁”对于中国人而言成了一道惊慌失措的坎儿。在现实与理想的对比之中，在拥有与失去的衡量之下，“年届三十”也成了如今80后尤为感慨的字眼。紧迫感，就像一场肆无忌惮的龙卷风袭向这一代人，而且，越来越多的人将被卷进来，成为一股驱动我们生活的神秘力量。

形势越来越紧迫，但有一点我们必须明白：年轻时的努力足以决定人一生的命运，经营人生的起点，20几岁还不晚。20几岁的我们要挖掘潜能，想清楚，自己到底是个什么样的人，弄明白，自己到底要成为什么样的人。因为，人生只有一次，但命运可以选择。我们只有早思考，早明白，早行动，才能早幸福。

总有人在30岁或更年长的时候感叹：“如果我20几岁的时候明白这些就好了。”可是，人生只能往下翻页，却不能重读。20几岁的你，是否曾觉得自己一无是处？是否曾觉得偌大的世界竟没有自己可以施展的舞台？是否曾觉得自己做什么都不成功？是否有过站在十字路口，却不知去向何方的恐惧？你犹疑、恐惧、迷茫、失落，觉得成功和幸福遥不可及；你羡慕、嫉妒同龄人的成就，叹息、怀疑自己的未来……这些都是因为你不曾发现自身的优势，30岁时你能赢，只要你明白：那些成功者20几岁就懂就做成的事。

人们总说，人生应该在挫折里总结教训，得出经验，但挫折教育需要成本，成本还十分高昂，而借鉴前人的经验，是降低人生挫折成本的最佳途径。

20几岁是令人羡慕的年龄，拥有10多岁没有的自主，又没有30多岁该有的负担。所以大多数20多岁的年轻人活得轻松惬意，却不知道20几岁该为30几岁以及40几岁将忧虑的事情做好准备，比如财富、健康、学会情绪管理、建立生活态度等，或许有些人已经意识到了这一点，却不知道该如何做好。

在“30岁”这场特殊的考试中，谁赢得了时间、认识、勇气和信心，谁就赢得了先机，谁就可能赢得胜利。人的一生是极其短暂的，如果你对时间进行卓有成效的利用，那么你必将使自己的生命呈现耀眼的光芒；如果你对自己和外界事物有了充分的认识，那么你至少为自己迈出人生中的重要一步提供了一个理性思考的平台；如果你始终有着一往无前的勇气和对前途充满乐观的信心，那么你的一生也必将充满生机和活力。每个人的起点可以相同，但只要把握好人生的拐点，终点就会大大不同。好好把握你的30岁，生命就会发生质变的飞跃。

本书会告诉你，那些成功者 20 几岁就懂就做成却没有人告诉你的事：人生规划、完善性格、人情世故、心态建设、职场成长、成功法则等，教你游刃有余地去处理工作与生活中方方面面的细节。敢于面对、敢于定位，敢于挑战，给自己建立一张受益终生的成就存折。

30 岁时你能赢，但那也只是事业成功、人生幸福的一个起点。本书会给你提供一些重新认识自我、挖掘自身优势潜能、准确成功地定位自我的方法。发现优势，准确定位，有所行动，才能不断提升、练就自我，成就事业，从而锁定成功。

希望本书能给迷茫中的 20 几岁的年轻人一点启示，给还在美好幻想里的 20 几岁的年轻人一些提醒，给犹豫不前的 20 几岁的年轻人一些开导，给挫败的 20 几岁的年轻人一些鼓励，希望正在度过 20 几岁年纪的读者能够找好定位，拥有快乐、充实、无悔的 20 几岁。

30 岁时你能赢！只要你懂得了那些成功者 20 几岁就懂就做成的事。





目 录

第一篇 要想 30 岁时赢，20 几岁必须明白什么

第一章 年轻时的梦想决定你未来的路.....	2
年轻时的梦想，未来的路.....	2
别把梦想丢在年少时.....	2
你给自己定位是什么，你就是什么	3
找对方向才会走对路.....	4
起点低不要紧，有梦想就有成就	5
确立你的人生目标.....	6
不妨把目标定得稍高一些.....	7
了解自己，给梦想一个支点.....	8
第二章 有想法的人有未来.....	9
带着超前意识生活，眼光着眼未来	9
冷静思考，成功不走弯路.....	10
眼光有多远，成功的路上我们就能走多远	11
用梦想为生活着色.....	11
成功是“想”出来的.....	12
前途比“钱”途更重要.....	14
20 岁时把自己当成 30 岁.....	14
把每一天当成最后一天.....	15
想掌控未来，就要对未来有所预见	17
清晰的远见是成功的入场券.....	18
埋头苦干，更要抬头看路.....	19
第三章 不行动就什么都实现不了.....	20
可以没有天赋，但不能没有勤奋	20
有所决定就要立刻行动.....	20
智者永远比别人早一步.....	21
不同的今天兑换不一样的明天	22
用行动为成功蓄势.....	23
不付出一定没有收获.....	23
有知识，更要在行历中锤炼见识和胆识	24

惯性逃避解决不了任何问题.....	25
与其在等待中枯萎，不如在沉默中绽放	26
第四章 人生要经得起碰撞.....	28
人生大多是迂回曲折前行的.....	28
大成功是大痛苦磨砺出来的.....	29
泅渡苦海，成为强者.....	30
越早失败就越早成功.....	31
没有轻而易举的成功.....	32
命运的玩笑不可怕，屈从命运才是最大的不幸运	33
没有绝望的处境，只有对处境绝望的人	34
面对挫折，请保持积极.....	35
被解雇也许是你碰到过的最好的事	35
在碰撞中释放内心的能量.....	37
拿一手坏牌并不注定就是败局	38
没有绝对公平.....	39
第五章 要拔出身上的“刺”	40
不做虚荣的“囚犯”	40
抱怨让你一无所有.....	41
把自私踩在脚下.....	42
拔掉内心的冲动之苗.....	43
远离暴躁.....	44
别让多疑困住了你.....	45
自大的人离成功最远.....	46
自闭限制你的发展.....	47
消除自卑的心理.....	47
拒绝内心的狭隘.....	48
频繁的抑郁要引起注意.....	49
冷漠的人没有人缘.....	50
悲观的人要懂得自拔.....	51
把嫉妒从内心移除.....	52
忧虑让人远离快乐.....	53
第六章 20 几岁，获得经验比赚钱更重要.....	54
工作本身不是奋斗目标.....	54
带着一颗事业心去工作.....	55
多问我能做什么，而非能得到什么	56
为自己而工作，别让努力的价值变了味	56
基层是最容易积累工作经验的地方	57
先让付出超过回报.....	58
打好基础，创造平台.....	59
挑战高难度的工作.....	60
脚踏实地，干好每一件事.....	61

适时加班，为自己加价.....	62
主动补位，不放过锻炼自我的机会	63
没有最好，只有更好.....	64
在平凡的岗位干出大成就.....	64
第七章 成功不是奋斗的唯一目标	66
不要仅仅为了成功而努力.....	66
适时放弃，轻装前行.....	66
量力而行，尽力而为.....	67
学会在人生的直行道上转弯.....	68
追逐的过程最幸福.....	69
享受一路的奋斗.....	70
 第二篇 要想 30 岁时赢，20 几岁可以改变什么	
第一章 出众源自 1% 的改变	72
影响大局的往往是一些小事.....	72
追求零缺陷.....	73
刚刚好的下一步就是极致.....	74
对小事负起责任.....	74
自信是改变命运的蝴蝶效应.....	75
从依赖到独立的转变.....	77
从平凡到非凡，只需加一点雄心	78
成败取决于最后 1% 的努力	78
再努力一点，就是卓越.....	79
比别人多做 1%	80
成功与失败的距离其实并不遥远	81
做得比别人的期待更多一点.....	82
永远做最最 20% 的人	82
抓住偶然的灵感.....	83
不要为自己的缺点遮羞.....	84
做到出色才最具竞争力.....	84
第二章 培养自己的核心能力，不断充实自我	86
成为本行业的专家.....	86
建立排名前五名的专业水平.....	87
好的阅读与写作能力让你如虎添翼	88
掌握一门外语.....	89
即使是临危受命，仍能游刃有余	89
比别人多会一点，多做一点.....	90
在工作中学习，一步步靠近成功	91
以老板为榜样，是老板更是老师	92

争取每一次进修的机会.....	93
培养高效处理信息的能力.....	93
第三章 改变你的形象，为人生加分	95
让自己看起来就像个成功者.....	95
健康的体魄是良好形象的首要条件	96
选择合适着装应注意 TPO 原则	96
商务场合着装的黄金法则.....	98
出门前，理好“头”	99
给自己选一双美观又舒适的鞋	99
适当的淡妆是对个人形象负责的表现	100
让饰品为你的形象加分.....	100
不经意的细节会破坏你的形象	101
第四章 把自己做成品牌	103
创造出色的个人品牌.....	103
巧妙推广你的“个人品牌”	104
打造你的品牌知名度.....	105
百门通不如一门精.....	106
拥有自己的特色，做不可替代的人	107
打造闪光点，摆脱谁也不是的状态	108
投资自我，多角度提升能力.....	109
成为某方面不可多得的人才.....	110
在自我介绍中传播个人价值.....	111
推销自己，让伯乐看到.....	112
主动曝光自己的能力.....	113
自抬身价把自己武装成“绩优股”	114
让人脉成为宣称自己品牌的“喉舌”	115
第五章 打造你的人格魅力	116
快乐的人永远受欢迎.....	116
热情让你的魅力深入人心.....	117
自尊才能得到尊重.....	118
诚信的人能得人心.....	119
自信的人更受他人推崇.....	119
宽容更能收获众人的力量.....	120
谦虚是提升形象的一种大智慧	121
把责任看得像生命一样重要.....	122
成熟稳重的人深受喜爱.....	123
忠诚：吸引他人的磁力场.....	124
保持一颗仁爱之心.....	125
第六章 随时表现你的修养	126
面带三分笑，礼仪已先到.....	126
熟知握手礼仪.....	127

善于运用手势语.....	127
接打电话也要讲礼仪.....	128
电话交谈应注意什么.....	130
公共场合，避免“听觉污染”	131
运用有风度的语言.....	131
熟知中西宴会的礼仪.....	132
掌握敬酒和劝酒的礼仪.....	133
关于宴会进餐的礼仪.....	134
离席的时候也不要忘记礼仪.....	135
“身送七步”，注重送客的礼节	136
风尚男人的礼仪禁忌.....	137
魅力女人应注意的礼仪细节.....	137
第七章 用人情经营人脉，用真心改变世界.....	139
储蓄人情要循序渐进.....	139
给人一份人情，收获一片心.....	140
主动拉人一把，把人情送出去	140
送人情一定要恰到好处.....	141
好人做透，人情做足.....	142
感情投资要有所保留.....	142
收获人情，借不如给.....	143
雪中送炭，扩大感情投资的性价比	144
适当地回馈他人的帮助.....	145
别让你的人情账户透支.....	145
第八章 用持续学习赢得稳定的成长	147
注意学习能力的培养.....	147
多读书，开阔视野.....	148
做到学以致用，学习才有意义	148
优秀的学习计划是提高个人能力的蓝图	149
有效的学习方法为提升自我锦上添花	150
好奇心是获得知识的前提.....	151
向优秀者学习，让自己更加优秀	152
不要睡在暂时成功的温床上.....	153
不断地学习才能不断地成长.....	154

第三篇 要想 30 岁时赢，20 几岁不可以失去什么

第一章 圆融处世的态度	156
留条后路，全身而退.....	156
争一步不如让一步.....	157
懂得适时而止.....	157



随机应变应对困境.....	158
小事糊涂，大事清醒.....	159
小处妥协，大处取胜.....	160
为人处世，无愧于心.....	160
淡定处世，宠辱不惊.....	161
摒弃小聪明，显示大智慧.....	162
在人之上以人为人，在人之下以己为人.....	163
与人无争，是最强有力的争.....	164
低姿态是最佳的自我保护之道.....	165
主动吃亏是一种大智慧.....	165
第二章 每一次失败的磨砺.....	167
每一次失败都是一次宝贵的经验.....	167
在逆境中绝不放弃.....	168
把失败当新的起点.....	168
绝望时试着再给自己一次机会.....	169
挫折可以燃烧成动力.....	169
以最小的代价弱化失败.....	170
失败不是结局，而是过程.....	171
失败是必需的，否则人们就不懂适时反省.....	172
第三章 实现梦想的持久力.....	173
用骆驼精神坚守梦想.....	173
专一地做一件事情.....	174
沿着同一方向，你才能走到最远的地方.....	175
循序渐进能直达.....	176
坚持不懈的乌龟快过灵巧敏捷的兔子.....	177
成功就是越走越近.....	178
量力而行走得更稳.....	178
坚持到底，永不放弃.....	179
持久的力量能够把平凡变成非凡.....	180
珍视今天，成就更好的明天.....	181
第四章 成就事业的“偏执”.....	182
做完美的“偏执狂”.....	182
细节成就完美.....	183
在嘈杂的环境中坚守信念.....	184
在冷嘲热讽中前行.....	185
为目标倾注狂烈的热情.....	186
有热情，再带点偏执.....	187
再试一次，就是成功.....	188
年轻时要对自己狠一点.....	188
自己采摘的苹果才最香甜.....	189
凭一股傻劲克服困难.....	190

不怕万人阻挡，因为自己决不会投降	190
全心投入生命战场.....	191
第五章 永不满足的“饥饿感”	193
时刻准备着获取新的信息.....	193
保持空杯心态.....	194
不满现状的人才有进步的空间	195
在心智成熟的基础上需要新的挑战	196
开阔眼界，消除迷茫感.....	196
求知若饥，虚心若愚.....	197
进取心是不竭的动力.....	198
真正的进步是比别人进步得快	199
生活单调时，用好书拓展视野	200
制定更高的目标.....	201
做攀登型人才.....	202
给梦想增加几分迫切感.....	203
时刻保持危机感.....	204
第六章 创造财富的信仰	206
努力成为“脱贫”一族.....	206
尊重金钱，它才会朝你靠拢.....	207
每个人都有成为富人的机会.....	207
没有穷困的世界，只有贫瘠的心灵	208
像富人一样去思考.....	209
信念越坚定，财富越会滚滚而来	209
雄心和财富永远成正比.....	210
前瞻性眼光让你获得别人无法获得的财富	211
先用小钱赚经验，再用经验赚大钱	212
人舍我取，垃圾变珍宝.....	212
让金钱流动起来.....	213
成功投资者的必备素质.....	215
想拥有财富，先学会选择.....	216

第四篇 要想 30 岁时赢，20 几岁必须学会什么

第一章 学会借助外力为成功加速	218
依靠朋友快速走向成功.....	218
善于借用他人的智慧.....	218
团队合作才会成功.....	219
同行要竞争，更要合作.....	220
与强者建立合作关系.....	221
“人的情报”胜过“铅字情报”	222

连横合纵，让天下人带你成功	223
第二章 随机应变，少走弯路	224
办事懂得抓住时机.....	224
从侧面入手，间接打动对方.....	225
请将不如激将.....	226
声东击西，自己领悟.....	228
求人办事要有耐心.....	228
先在心理上满足对方.....	229
引起对方的心理共鸣，办事更容易	230
借他人威望，迂回说服对方.....	231
第三章 会做事，更要会做人	233
提供援助要以尊重对方为基础	233
不在失意人面前谈自己的得意之事	234
得理时也要让人三分.....	235
成全他人的好胜心.....	235
千万不要揭他人的短.....	236
他人的心事，看透别点破.....	237
不争口头上的胜利，让对方赢	238
给别人表现的机会.....	239
学会自省是做人的责任.....	239
第四章 会说话才会更受欢迎	241
如何轻松地创造话题.....	241
别人郁闷时，多说些让他宽心的话	242
站在对方的立场上考虑和说话	243
言语失误时，智慧补救.....	243
委婉表达你的不满.....	244
巧妙地把“不”说出口.....	245
把批评迂回地说出口.....	246
巧妙化解语言冲突.....	247
给人机会，别当“话癆”	248
说话要注意时机.....	249
打好圆场，消除阻碍.....	250
巧妙道歉，获得原谅.....	251
有所问，有所不问.....	252
招人反感的五种说话方式.....	253
第五章 学会与不同的人交往	255
从容应对“实干家”	255
冷静对待脾气暴躁者.....	255
如何与“闷死牛”的人打交道	256
如何与疑心过重的人合作.....	257
如何与清高傲慢的人相处.....	257

如何与自己不喜欢的人相处.....	258
不合作的同事，顶撞对方不是良策	259
倚老卖老的同事，尊重与反击并存	260
自以为是的同事，强化自己的立场	260
第六章 学会维护你的人脉.....	262
人脉并非越多越好.....	262
科学管理人脉资源.....	262
择友要慎，清除人脉中的“杂草”	264
筛选你的人际关系网.....	264
定期登门问候你的朋友.....	265
维护人脉要在平时下工夫.....	266
适当的距离感是维护人脉的上上策	267
你的人脉库中是否有这样的朋友	268
第七章 学会维护各种关系.....	269
同学关系.....	269
父母的关系.....	270
爱人的关系.....	270
远亲不如近邻.....	271
老乡关系.....	272
让同事愉快地为你办事.....	272
让客户为你办事的技巧.....	273
第八章 培养看穿他人真实想法的洞察力	275
直言自己长胖了的人往往期待否定的回答	275
常说错话的人表里不一.....	275
从言辞看穿对方的谎言.....	276
下意识的动作与谎言.....	277
笑容与谎言.....	278
频繁眨眼掩盖谎言.....	278
脚上的动作会出卖你.....	279
说谎者常用的八大方式.....	280
从语速窥探对方的内心变化.....	281
从座次安排看彼此的心理距离	281
游离的视线暴露内心的不安.....	282
眉毛的变化体现喜怒哀乐.....	283
嘴巴动作透露人的性格.....	284
笑容反映人的个性.....	284
不同手姿的不同心理活动.....	285
不同坐姿洞悉对方心理动向.....	286
谈话中的小动作透露性格.....	287
从接受表扬的反应看透对方的品性	288
根据习惯动作洞察对方心理.....	289

女性常常用这些动作来表达戒心	290
男性紧张时的信号	291
吃饭的方式透露真性情	292
从笔迹洞察性格	292
端杯喝酒也有秘密	293
吸烟动作显示性格情绪	294
不同的沐浴习惯表现不同的心理特征	295

第五篇 要想 30 岁时赢，20 几岁不能做什么

第一章 千万不能犯迷糊	298
现实生活跟你想的不一样	298
社会不会等待你成长	299
命运不是一成不变的	300
高学历不是成功的代名词	301
过分特立独行的性格是种危险	302
权威意见是参考而不是镣铐	303
过去和将来都不是最重要的	304
最适合的才是最好的	305
第二章 有些错误你不能再犯了	306
不可自命不凡，太把自己当回事	306
不可知自己的浮躁和冲动	307
为了稳定而不敢尝试	308
不要把批评自己的人当敌人	308
玩笑开过了火	309
不要抓住对方的错误不放	310
不要把场面话当真	311
不要轻易承诺，开“空头支票”	312
不要遇事就为自己找借口	313
不要嫉妒他人的成绩	314
放不下自己的面子	314
不能仗着年轻忽视健康	315
第三章 别让消费绑架了你的财富	317
在消费前保持清醒的头脑	317
抛弃错误的消费习惯	318
别让信用卡“卡”住你	319
把钱花在最需要的地方	320
花小钱过精致生活	320
学会“杀价”	321
超市购物如何省钱	322

淘衣有学问.....	323
布置家居的省钱高招.....	324
旅游省钱小窍门.....	325
玩一玩“出租主义”	326
第四章 30岁前要敢于突破.....	327
成功者往往都是“离经叛道”的人	327
成功就是走少有人走的路.....	328
胜利有时候需要反其道而行.....	329
别怕做白米饭上的黑芝麻.....	330
“能成为海盗，何须加入海军”	331
成功属于爱折腾的人.....	332
首先，打破一切常规.....	333
打破沉闷的生活模式.....	334
两思而后行才是明智之举.....	334
退是另一种进取策略.....	335
经验少也是优势.....	336
常理并非真理.....	337
有时候不妨相信你的直觉.....	337

第六篇 要想30岁时赢，20几岁必须突破的瓶颈

第一章 拆掉思维的墙	340
想象力是第一生产力.....	340
打破规则才能有所超越.....	341
逆向思维，坏事也能变好事.....	341
没有解决办法，那就改变问题	342
善于变通，适时突破.....	343
用好奇心探索世界.....	344
大胆实践心中的创意.....	346
突破标准答案.....	346
摆脱绝对的是与非，展现不同的人生成果	347
别让你的思想变成你的囚徒.....	348
敢于特殊化，才会脱颖而出.....	349
脱离旧轨道，打开新局面.....	350
不曾注意到的盲点.....	350
从回忆的牵绊中解脱出来.....	351
第二章 用脑袋做事.....	353
带着思考去工作.....	353
弄清楚目标再去做.....	354
做最重要的事而非最紧要的事	355
抓住问题的根源，做对事.....	356

先化繁为简，再处理问题.....	357
找准靶心，正确地界定问题.....	358
努力做事，还要聪明地做事.....	359
善于变通，适时突破.....	360
能完成 100%，就绝不只做 99%.....	361
高效执行，办事要向行动要结果	362
第三章 把职业当事业	364
工作的意义：远离地狱，靠近天堂	364
把工作当成最伟大的事.....	364
像恋爱一样去工作.....	366
对工作保持热忱.....	367
在工作中获取满足感.....	368
每一次工作就是一次祈祷.....	369
不只是尽力而为，而是全力以赴	369
变“打工心态”为“老板心态”	370
不仅仅为薪水而工作.....	372
在蘑菇期积蓄力量.....	372
想升职，先升值.....	373
第四章 在转折点取胜	375
选择比努力更重要.....	375
停止推，开始拉吧.....	376
半途而废的智慧.....	376
把握人生阶段转变的关键时期	378
人生岔道口要慎重选择.....	379
跌倒后仅仅爬起来是不够的.....	380
让选择与你的人生操守相吻合	381
工作还是继续深造.....	381
如果入错行，就选择退出.....	382
从人才到帅才的转变.....	383
第五章 不能只做有把握的事	385
不离开海岸，就无法发现新大陆	385
冒险是成功的催化剂.....	386
最好的机会一定在危险之中.....	387
危机可以是一种转机.....	387
恐惧成功，就注定会失败.....	388
盲目冒险和不思进取一样危险	389
勇敢面对人生的问号.....	390
勇气：阳光一般的力量.....	391
幸运之神眷顾勇者.....	392
摒弃对失败的恐惧.....	393
越艰难的路，越值得投入精力去探索	394