



成功阶梯智慧丛书

羊皮卷

照亮你的人生之路，
帮助你获得智慧和成功的“圣经”。

全集

带给你成功与财富，
引导你走向幸福生活的的励志书。

| 全球成功人士的“启示录” |

YANGPIJUAN QUANJI

文 博◎编



CHENGGONG
J I E T I

★★★ZHUIHUICONGSHU★★★

内蒙古出版集团
远方出版社

羊皮卷

全集

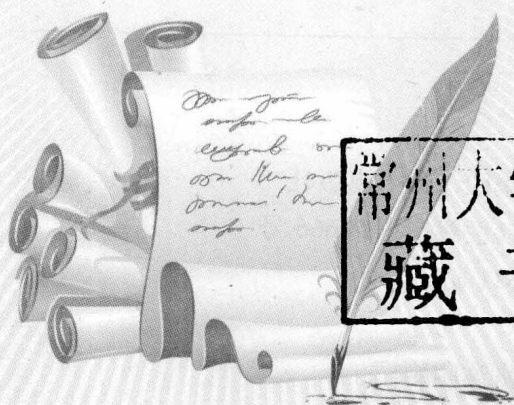
照亮你的人生之路，
帮助你获得智慧和成功的“圣经”。

带给你成功与财富，
引导你走向幸福生活的的励志书。

| 全球成功人士的“启示录” |

YANGPIJUAN QUANJI

文 博◎编



常州大学图书馆
藏书章

CHENGGONG
JIETI

★★★Z

图书在版编目(CIP)数据

羊皮卷全集/文博编. —呼和浩特:远方出版社,2011.3

(成功阶梯智慧丛书)

ISBN 978-7-80723-591-0

I. ①羊… II. ①文… 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(2011)第 038612 号

成功阶梯智慧丛书

编 者 文 博

责任编辑 孟繁龙

出版发行 内蒙古出版集团 远方出版社

社 址 呼和浩特市乌兰察布东路 666 号

电 话 0471-4919981(发行部)

邮 编 010010

印 刷 北京市通州富达印刷厂

开 本 787mm×1092mm 1/10

字 数 4500 千

印 张 600

版 次 2011 年 3 月第 1 版

印 次 2011 年 6 月第 1 次印刷

印 数 1-5000 套

书 号 ISBN 978-7-80723-591-0

定 价 735.00 元(全 15 册)



你希望事业成功吗？

你希望情感满足吗？

你希望生活幸福吗？

回答当然是肯定的！一个成功、幸福的人生是众望所归的！但为什么我们苦苦追寻，结果却一无所获！反而经常百事缠身、疲惫不堪！在这个拥挤而繁忙的世界里，忙碌和疲惫已经成了很多人的通病！为了实现目标，很多人恨不能把时间掰成两半，像拧紧的发条一样快速运转！

成功并不会轻易地降临到每个人的头上，真正事业有成的人毕竟凤毛麟角，让人可望而不可及。尤其在这个竞争激烈、被成功的欲望搞得眼花缭乱的年代，迷茫的你我怎样才能摆脱今日的困惑，从容不迫地安身立业，修养心性，使自己的事业达到巅峰，使自己的人生跨上一个更高的阶梯呢？

成功并非唾手可得，它只留给有准备的并且积极努力去奋斗的人！成功亦不是一蹴而就，攀爬成功的阶梯需要脚踏实地、循序渐进，最终铸就伟大的成功。尤其在当今这个竞争激烈的时代，要想成功，单单凭借满腔的热情和坚忍不拔的精神还远远不够。成功人生需要一定的智慧——完善自我、确立目标、把握机遇、坚持不懈、付诸实践。当你按着这个阶梯方向一步一步攀登，相信你就可以提高对自我的认识，找到自己的真正目标，开发自己的潜能，轻松攀上成功阶梯的巅峰。

为了鼓舞那些苦于追求成功的人们，更是为了给那些渴望成功的人提供一个走向成功的阶梯智慧，我们特此编辑了《成功阶梯智慧丛书》，这套书撷英采华，精心分类，向你揭示左右成功的基因与密码，帮助你编织成功的网络与经纬，给予你战胜挫折、跨越人生沼泽的神勇与心智，引导你轻松、愉快、如沐春风般地实现人生成功之梦，攀爬

上成功的阶梯，迈向人生极致卓越的顶点。

别再去羡慕别人的成功，而轻视了自己的能力。请记住，成功不是施舍、不是等待，更不是恩赐。你才是掌控自己命运的主人，成功必须靠你自己去努力开创！

由于编者水平有限，能力绵薄，加之时间仓促，书中难免有不尽之处，恳请广大读者提出宝贵意见。愿本书伴随着读者在人生的道路上，走向成功，成就辉煌！

激发内心的潜能，做最优秀的自己！

攀上成功的阶梯，迈向卓越的顶点！

编 者

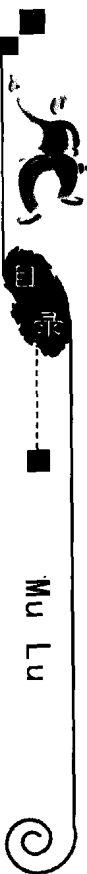
目 录

CONTENTS

第一章 忘掉过去,重新开始

今天,我开始新的生活;今天,我爬出满是失败创伤的老茧;今天,我重新来到这个世上,我出生在葡萄园中,园内的葡萄任人享用;今天,我要从最高最密的藤上摘下智慧的果实,这葡萄藤是好几代前的智者种下的;今天,我要品尝葡萄的美味,还要吞下每一粒成功的种子,让新生命在我心里萌芽。

》1. 就在今天,奋力拼搏	2
》2. 把握今天	3
》3. 忘记昨天的私怨	6
》4. 不要为了打翻的牛奶哭泣	8
》5. 为了自己的梦想努力前进	10
》6. 他人的忠言有助于我们走向成功	12
》7. 养成良好的习惯	13
》8. 找准你的方向	15
》9. 放飞梦想	16
》10. 对自己宽容些	18
》11. 计划你的人生	21
》12. 改变推脱的恶习	24
》13. 认清你的优点和缺点	28
》14. 好习惯助你成功	30
》15. 用良好的心态面对新的生活	32
》16. 向着你的目标前进	34
》17. 接受不能改变的事实	36



第二章 心怀仁爱,迎接生活

我要用全身心的爱来迎接今天,因为,这是一切成功的最大的秘密。强力能够劈开一块盾牌,甚至毁灭生命,但是只有爱才具有无与伦比的力量,使人们敞开心扉。在掌握了爱的艺术之前,我只算商场上的无名小卒。我要让爱成为我最大的武器,没有人能抵挡它的威力。

- 》1. 让生命中充满爱 / 40
- 》2. 爱的力量 / 43
- 》3. 平凡的生活也值得热爱 / 44
- 》4. 给别人爱也是给自己爱 / 47
- 》5. 付出爱,你也将收获爱 / 49
- 》6. 爱是武器 / 52
- 》7. 用爱迎接每一天 / 55
- 》8. 热情是你的财富 / 56
- 》9. 培养你的热忱之心 / 58
- 》10. 用爱化解仇恨 / 61
- 》11. 用爱宽容别人 / 62
- 》12. 付出多少爱就能得到多少幸福 / 64
- 》13. 懂得感恩也是一种爱 / 65
- 》14. 重新对工作燃起热情 / 67
- 》15. 工作时充满激情 / 69
- 》16. 通过行动奉献你的爱心 / 72
- 》17. 不要过度激情 / 74
- 》18. 学会赞赏别人 / 77

第三章 坚持奋斗,永不放弃

在古老的东方,挑选小公牛到竞技场格斗有一定的程序。它们被带进场地,向手持长矛的斗牛士攻击,裁判以它受戮后再向斗牛士进攻的次数多寡来评定这只公牛的勇敢程度。从今往后,我们须承认,我们的生命每天都在接受类似的考验。如果我们坚韧不拔,勇往直前,迎接挑战,那么我们一定会成功。

- 》1. 自強会给人带来幸运 / 82
- 》2. 坚持到底才有可能实现你的目标 / 83

》3. 实现梦想的关键就是坚持到底	/ 85
》4. 面对失败要坦然	/ 87
》5. 跨越人生的苦难	/ 88
》6. 身陷困境要学会忍耐	/ 90
》7. 再试一次就能成功	/ 91
》8. 从摔跤中学会走路	/ 93
》9. 一蹶不振比失败更可怕	/ 95
》10. 其实苦难并不苦	/ 97
》11. 学会如何面对失败	/ 100
》12. 学着接受苦难	/ 102
》13. 面对困难要坚韧不拔	/ 104
》14. 不要轻易说放弃	/ 106
》15. 苦难也是一种财富	/ 107
》16. 面对失败不要退缩	/ 109
》17. 失败之后是成功	/ 112

第四章 坚持自我,找寻自信

我是自然界最伟大的奇迹。自从上帝创造了天地万物以来,没有一个人和我一样,我的头脑、心灵、眼睛、耳朵、双手、头发、嘴唇都是与众不同的。言谈举止和我完全一样的人以前没有,现在没有,以后也不会有。虽然四海之内皆兄弟,然而人人各异。我是独一无二的造化,我是自然界最伟大的奇迹。

》1. 相信自己才能成功	/ 116
》2. 自己是世上最棒的	/ 117
》3. 世界上没有相同的两片叶子	/ 119
》4. 你是独一无二的奇迹	/ 120
》5. 对自己进行积极的评价	/ 122
》6. 给自己树立一个积极的形象	/ 124
》7. 成功的第一秘诀——自信	/ 126
》8. 信心最能帮你走向成功	/ 128
》9. 摆脱自卑心理	/ 129
》10. 自信带给你成功	/ 131
》11. 不要怀疑自己的能力	/ 133
》12. 让你的个性得到充分发展	/ 134
》13. 保持你自己的个性	/ 135
》14. 天生我材必有用	/ 138



》15. 找到你自己最美丽的地方	/ 139
》16. 用自己的标准来衡量自己	/ 141
》17. 清除心底的自卑	/ 142
》18. 学会欣赏你自己	/ 145
》19. 不要轻易丧失信心	/ 147
》20. 相信自己很重要	/ 148
》21. 做事要有自己的风格	/ 149
》22. 不要恃才傲物	/ 151

第五章 珍惜时间,把握今天

过去的永远过去了,我不再去想它。假如今天是我生命中的最后一天。我该怎么办? 忘记昨天,也不要痴想明天。明天是一个未知数,为什么要把今天的精力浪费在未知的事上? 想着明天的种种,今天的时光也白白流逝了。企盼今早的太阳再次升起,太阳已经落山。

》1. 把你的时间管理好	/ 156
》2. 提高你的工作效率	/ 159
》3. 每一秒都要学会珍惜	/ 160
》4. 时间对我们是公平的	/ 162
》5. 不要打扰别人,也不要让人打扰你	/ 164
》6. 时间是成功者胜利的筹码	/ 165
》7. 寸金难买寸光阴	/ 167
》8. 时间是衡量事业的标准	/ 168
》9. 时间一去不复返	/ 169
》10. 学会支配你的时间	/ 170
》11. 让每一分钟都能得到有效利用	/ 172
》12. 只要你愿意挤,你就有时间	/ 174
》13. 养成节约时间的良好习惯	/ 175
》14. 时间宝贵,务必珍惜	/ 179
》15. 不能只想着明天	/ 181
》16. 做时间的“谋士”	/ 182
》17. 学会对时间进行规划	/ 184
》18. 合理安排时间	/ 186
》19. 爱惜自己和别人的时间	/ 187
》20. 善用零碎时间	/ 189
》21. 自由支配时间的利用	/ 191

》 22. 别让时间轻易溜走	193
》 23. 做事要有条理	195
》 24. 珍惜时间,把握今天	196
》 25. 充分利用你每一天的时间	197
》 26. 你的时间价值千金	199
》 27. 制订一个时间表	201
》 28. 用你的每一分钟创造价值	202

第六章 控制情绪,悲喜不惊

今天,我们要学会控制情绪。潮起潮落,冬去春来,夏末秋至,日出日落,月圆月缺,雁来雁往,花飞花谢,草长瓜熟,自然界万物都在循环往复的变化中,我们也不例外,情绪会时好时坏。今天我要学会控制情绪。这是大自然的玩笑,很少有人窥破天机。每天我们醒来时,不再有旧日的心情。

》 1. 完善你的情绪和性格	206
》 2. 调整情绪,度过悲痛	207
》 3. 把你的心放宽些	209
》 4. 情绪可以促你前进	212
》 5. 伟人能成为自己情绪的主宰	214
》 6. 战胜心里的恐惧	215
》 7. 学会控制自己	217
》 8. 学会发泄你的怒气	218
》 9. 不要轻易冲动	220
》 10. 学会利用情绪	222
》 11. 教你如何控制情绪	225
》 12. 不要让失望情绪滋生	228
》 13. 一起床就要有个好心情	230
》 14. 丢掉愤怒的情绪	231
》 15. 学会自我调节	232
》 16. 摆脱消沉情绪	234
》 17. 重拾生活的信心	236
》 18. 运用你的自制力	237
》 19. 不要斤斤计较	240



第七章 笑待人生,快乐生活

树木受伤时会流“血”,禽兽也会因痛苦和饥饿而哭嚎哀鸣,然而,只有我们人类才具备笑的天赋,可以随时开怀大笑。从今往后,我要培养笑的习惯。笑有助于消化,笑能减轻压力,笑,是长寿的秘方。现在我终于掌握了它,我要笑遍世界。

- 》1. 微笑是你的资本 / 244
- 》2. 快乐是内在的 / 245
- 》3. 经常保持愉快的心情 / 247
- 》4. 微笑是人类情感共同的沟通 / 248
- 》5. 笑对生活 / 250
- 》6. 笑着接受批评 / 252
- 》7. 每天都有好心情 / 254
- 》8. 微笑能带给你财富 / 255
- 》9. 心境决定心情 / 256
- 》10. 眼前一笑皆知己 / 260
- 》11. 给自己一个笑脸 / 262
- 》12. 笑对磨难 / 264
- 》13. 你的笑容是你好意的信使 / 266
- 》14. 无须为将来而烦恼 / 267
- 》15. 财富不能带来快乐 / 269
- 》16. 愉快地工作 / 270
- 》17. 达观地看待生活 / 272
- 》18. 做一个乐观的人 / 274
- 》19. 有一个积极的心态 / 275
- 》20. 培养快乐向上的性格 / 277

第八章 重视自己,提升价值

桑叶在天才的手中变成了丝绸;粘土在天才的手中变成了堡垒;柏树在天才的手中变成了殿堂;羊毛在天才的手中变成了袈裟。如果桑叶、粘土、柏树、羊毛经过人的创造,可以成百上千倍地提高自身的价值,那么我为什么不能使自己身价百倍呢?

》1. 重视你自己	280
》2. 认识你的潜能	282
》3. 开发你的潜能	284
》4. 你的目标决定你能开发的潜能	286
》5. 让自己的潜能尽可能得到开发	289
》6. 如何开发你的潜能	290
》7. 提高你自己的修养	293
》8. 战胜你自己	295
》9. 通过学习提升竞争力	297
》10. 不要小看自己	298
》11. 选对奋斗目标	299
》12. 超越自己	301
》13. 万物的存在都有其意义	303
》14. 自觉地发挥自己的能力	306
》15. 选对你的工作	308
》16. 不断开拓自己的视野	310
》17. 培养良好的品质	312
》18. 学习没有止境	314
》19. 不断挖掘自己的潜力	315

第九章 丢掉幻想,马上行动

我们的幻想毫无价值,我们的计划渺如尘埃,我们的目标不可能达到。一切的一切毫无意义——除非我们付诸于行动。我们现在就付诸于行动。一张地图,不论多么详尽,比例多精确,它永远不可能带着它的主人在地面上移动半步。一个国家的法律,不论多么公正,永远不可能防止罪恶的发生。

》1. 不行动就不会成功	320
》2. 该行动时要果断	322
》3. 行动胜于任何诺言	324
》4. 养成马上行动的习惯	326
》5. 勇于行动	327
》6. 不要再拖延	329
》7. 就是现在,马上行动	331
》8. 把空想变成行动	333
》9. 今日事,今日毕	335
》10. 只靠想象不会成功	337



- 》 11. 把握时机,当机立断 / 339
- 》 12. 作决定要既慎重又迅速 / 341
- 》 13. 努力克服怠惰的习惯 / 343
- 》 14. 心动不如行动 / 345
- 》 15. 行动要下定决心,破釜沉舟 / 347
- 》 16. 从实际行动开始改变自己 / 348
- 》 17. 放开你的脚步 / 351

第十章 坚定信念,心怀梦想

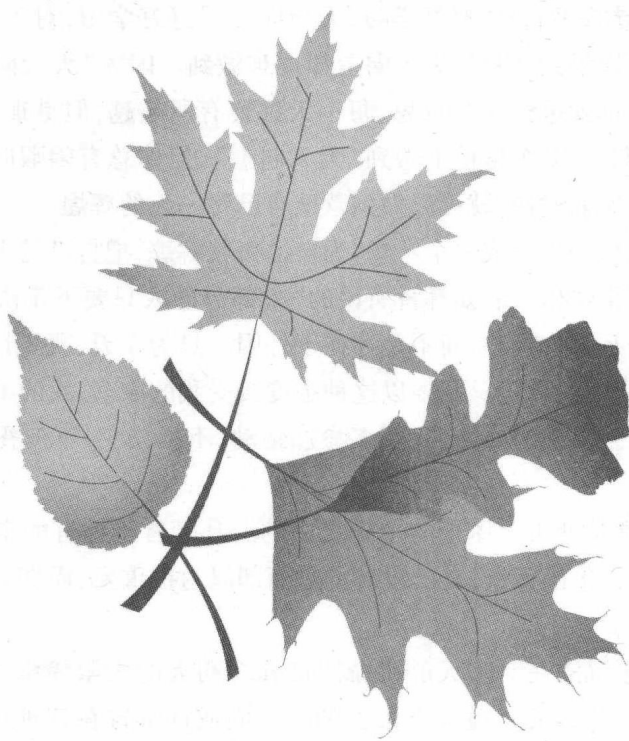
把你的手在别人眼前出其不意地挥一下,你会发现他的眼睛本能地一眨;在他的膝盖上轻轻一击,他的腿会跳动;在黑暗中吓一个朋友,他会本能地大叫一声。不管你有没有宗教信仰,这些自然现象谁也无法否认。世上的所有生物,包括人类,都具有求助的本能。

- 》 1. 信念的魔力 / 356
- 》 2. 坚定不移的信心能够移山 / 357
- 》 3. 一个空水壶 / 358
- 》 4. 信念能够超越贫穷 / 360
- 》 5. 选择什么信念就有什么样的生活 / 361
- 》 6. 任何时候都要心怀希望 / 363
- 》 7. 调整你的心态 / 364
- 》 8. 进取信念 / 366
- 》 9. 信仰也是一种信念 / 369
- 》 10. 你是自己的“造命人” / 370
- 》 11. 不要放弃你的希望 / 373
- 》 12. 朝着自己的梦想奋进 / 374
- 》 13. 积极的心态成就你的梦想 / 376
- 》 14. 接受梦想的牵引 / 378
- 》 15. 把握机遇,成就梦想 / 380
- 》 16. 运用信仰的力量 / 382
- 》 17. 强大的信念能战胜风暴 / 384
- 》 18. 有了成功的愿望才有可能成功 / 385
- 》 19. 人生的法则就是信念的法则 / 386

第一章

忘掉过去，重新开始

今天，我开始新的生活；今天，我爬出满是失败创伤的老茧；今天，我重新来到这个世上，我出生在葡萄园中，园内的葡萄任人享用；今天，我要从最高最密的藤上摘下智慧的果实，这葡萄藤是好几代前的智者种下的；今天，我要品尝葡萄的美味，还要吞下每一粒成功的种子，让新生命在我心里萌芽。





1. 就在今天,奋力拼搏

大多数人认为我们的生活就是时间堆积,认为人生就是一次随意的旅行,每到一处就寻找那里的休息之所,并采用适当的方法来解决自己面临的困难。

著名学者余英时教授曾经说过,他在年轻的时候就养成了一种习惯,每天晚上睡觉之前都要静下心来反省一下:今天即将过去,我有没有学到新的东西?在工作上、在学识上,我有没有学到新的概念和新的知识?假如答案是“有”,他就会安心睡觉,假如答案是“没有”,他一定要去书房找一本书读上半个小时,在确定自己真正学到了新的东西后才肯睡觉。

人们的生活就是在日出日落之间来进行的,如果能够把每一天作为自己施展才能和学习的舞台,那么每一天你都会面临着一场考试,究竟这场考试是通过了还是没有通过,完全取决于你的答卷,而你的答案就是你在一天当中的表现。所以每天进行反省,在反省中不断提高是一种很科学的自省方式,也是自己强迫自己、自己要求自己实现人生价值的方式。

毛泽东曾经教导青年们要“好好学习,天天向上。”好好学习,对于大多数精神比较集中的人来讲,应该都可以做到,但是,天天向上却很难做到。因为“天天向上”的本身就有一种比较,意味着每一天都要进行深刻反思,每一天都要有所超越,但是很少有人能够做到:因为你可以在一个时期,在某个事情上做到“天天向上”,但你总有闲暇时刻,你总有松懈的时候,你仍能够过得充实而愉快,就可以做到营造自己每一天的辉煌。

聪明的人,请把每一天当成一个考场,为自己铸就辉煌,把自己的未来照亮。

只为今天,我要很快乐。假如林肯所说的“大部分的人只要下定决心都能很快乐”这句话是对的,那么快乐是来自内心,而不是存在于外因。只为今天,我要让自己适应一切,而不去试着让一切来适应我的欲望。我要以这种态度接受我的家庭、我的事业和我的未来。

只为今天,我要爱护我的身体,我要多参加运动,不损伤它,不忽视它,使它能成为我争取成功的好基础。

人们的心态常常是处于无休止的矛盾之中的。凡是自己拥有的东西,无论别人是多么的羡慕,自己总是觉得平淡无奇,自己没有的东西却以为很重要,而拥有的东西一旦失去,才想起当初应当珍惜。

人们往往是宁愿沉浸在对昨天的拼命回忆和对明天的无限憧憬之中,而常常漠视“今天”的存在,但实际上今天又是最容易失去的。人们或许都曾在钱钟书先生描绘的“围城”内外思想过。在多数情况下,经过几番折腾,你就会大彻大悟,懂得甘苦与艰辛,明白珍惜与留恋。然而,失去的爱情可以追回,荒废的事业可以重振,创伤的心灵可以抚平……唯有时光不能倒流,过去会永远成为过去,今天会不断地沦为昨天。

你昨天的辉煌事业并不能证明你今天的价值,你想象中的明天的灿烂也无法减轻你今

天的痛苦。把自己全部幸福和希望都寄托在明天的人,明天将永远只能是明天。我们所需要的永远是抓住今天,把全部热情与心血都放在今天。无论是阳光灿烂还是阴雨绵绵,无论是瑞雪纷飞还是狂风呼啸,该享受时则尽情享受,该拼搏时则奋力拼搏,该牺牲时则勇敢牺牲。这样,你方能无愧于昨天,也无愧于明天。

今天是我们唯一能利用的时间,去善加利用吧。过去的已经过去,不要再去管它;将来的还没有到来,也不要管它;重要的是现在,正一分一秒地走过。只要你把握住了现在,那么所有的时间都将会被充分地利用,一点一滴也没有浪费掉。一位前人是这样讲的:“无限的未来都以现在为归宿,无限的未来都以现在为渊源,在过去与未来中间,全仰仗有现在,以成为连续,以成为永远,以成为无始无终的大实在。”

那么,将如何才能抓住今天呢,我们要心存这样的信念:

就在今天,我要开始工作;

就在今天,我要拟定目标和计划;

就在今天,我要考虑只活今天;

就在今天,我要锻炼好身体;

就在今天,我要健全心理;

就在今天,我要克服恐怖忧虑;

就在今天,我要走向成功卓越。

成功秘笈

时间随着时代的进步,愈来愈重要了。假使把今天的时间虚度过去,那么就永远失去了这个日子。你应该记住,它就是昨天我们想做各种事情的“明天”。昨天是一张已注销的支票,明天是一张期票,只有今天才是手上的现金。



2. 把握今天

也许很多人都觉得自己每天有做不完的事,并认为自己的生活压力越来越大。除此之外,还觉得对未来也不是很有把握,不知道未来会是什么样子。这个问题对于现在生活在迷茫中的一代更是一个严重存在的问题。但是这个问题并不是现在才有的,很久以前人们就在受着它的困扰。而以前的人又是如何解决的呢?让我们看看吧:

在1871年的春天,有一位年轻人跟我们一样有这种感觉。他刚从医学院毕业,不知未来何去何从,及如何开业维生。后来他很幸运地看到影响他深远的二十几个字,改变了他的一生。



第一章

忘掉过去,重新开始



那天他从书上读到的那二十几个字,使他成为一代名医,使他日后创立美国医学界最有名的约翰霍普金斯医学院,并获得英国国王颁授爵位。他的名字是威廉·奥斯勒爵士。他在1871年所看到的二十几个字是:“我们的首要之务,并不是遥望模糊的远方,而是专心处理眼前的事务。”

像他这样的名教授,又是医学院的创办人,大家一定认为他的能力应该是超人一等,可是他强调那是绝对不正确的。他的好朋友都知道,他其实资质平平。那么,他成功的秘诀到底是什么呢?他认为完全归功于那二十几个字,清楚地提醒他要“活在今天的方格中”。

奥斯勒的意思是要我们不为明天作计划吗?绝对不是的。他真正的意思是如果我们想要为明天做最佳准备。就要将自己所有的智慧与能力、热忱,积极地投入在今天该做的事务中。这是我们唯一能为未来做的准备工作。这也是卡耐基先生所强调的克服忧虑、开创人生的关键。

英国前首相劳合·乔治有一个习惯——随手关住身后的门。

乔治有一天和朋友在散步,每经过一扇门,他便随手把门关上。

“你没必要把这些门关上。”朋友说。

“哦,当然有必要。”乔治说,“我这一生都在关我身后的门。你知道,这是必须做的事。当你关门时,也将过去的一切留在后面,然后,你又可以重新开始。”

朋友听后,陷入了沉思中。

乔治正是凭着这种精神一步一步走向了成功,踏上了英国首相的位置。

“我这一生都在关我身后的门!”多么含义深刻的一句话啊!一直沉浸在过去回忆的人又能看到什么呢?看到了清清白白的少年时光,叛逆无畏令人炫目的美丽;看到了被尘封的温暖与荒凉,还有稍纵即逝的激情、狂想。左手年华,右手倒影,中间是岁月流逝。只会沉浸在过去的人是对未来失去了希望的人,所以他们裹足不前。没有希望是很可怕的,没有希望,你就不会相信今天的充实一定能带来明天的美好,不会相信人生还有成功在前方守候。这样的人是活着也等于死了。其实我们每个人心里都应该有个温暖的太阳,暖暖地照着自己前行,轻轻地还能听到头顶上有天父在微语呢喃。

从昨天的风雨里走过来,身上难免沾染一些尘土和晦气,心中多少留下一些酸楚的记忆,这是不能完全抹掉的。

我们需要总结昨天的失误,但我们不能对过去了的失误和不愉快耿耿于怀,因为伤感也罢,悔恨也罢,都不能改变过去,不能使你更聪明、更完美。如果总是背着沉重的过去的包袱,为逝去的流年伤感不已,那只会白白耗费眼前的大好时光,也就等于放弃了现在和未来。

追悔过去,只会失掉现在;失掉现在,哪有未来!正如泰戈尔所说:“如果你为错过了月亮而伤感,那么你也要错过繁星了。”

要想成为一个快乐成功的人,最重要的一点就是记得随手关上身后的门,学会将过去的错误、失误通通忘记,不要沉湎于懊恼、后悔之中,应该往前看。记得要关上您身后的那道门,跟已逝的过去隔绝,专心的把今天活好。人类的救赎就在今天,而浪费精力为昨日的挫折,只会拖累自己。所以,记得把身后的门关紧。练习“活在今天!”

时光一去不复返,每天都应尽力做完当天该做的事,今天将是新的一天,应当重新开始,振作精神,不要使过去的错误成为今天的包袱