



高铁飞◎编著

人的一生，只有三万多天。日子如此短暂，时光如此残酷，而我们的生命应该是一场精彩的旅行。有异彩纷呈，非同凡响的经历，各个阶段都会展现不同的风景。

# 35岁之前， 你凭什么 脱颖而出

35岁之前，如果你不能脱颖而出，  
65岁之后，你拿什么来养活自己？

成功到底难不难？难！但并不像我们想象中那么难！

我们一次次地被阻挡在成功之外，只是因为我们还不明白成功的真相！

成功的秘诀，在于养成成功的习惯。

潮水涨到最高的一刹那，不但没有阻力，而且能帮助你迅速成功。

中国华侨出版社

# 35岁之前，你凭什么 脱颖而出

人的一生，只有三万多天。日子如此短暂，时光如此残酷，而我们的生命应该是一场精彩的旅行，有异彩纷呈，非同凡响的经历，各个阶段都会展现不同的风景。

高铁飞◎编著

中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

35 岁之前, 你凭什么脱颖而出 / 高铁飞编著. —北京: 中国华侨出版社,  
2015. 4  
ISBN 978 - 7 - 5113 - 5389 - 4

I. ①3… II. ①高… III. ①成功心理 - 青年读物  
IV. ①B848. 4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 085336 号

●35 岁之前, 你凭什么脱颖而出

编 著/高铁飞

责任编辑/文 喆

封面设计/纸衣裳书装·孙希前

经 销/新华书店

开 本/710 毫米×1000 毫米 1/16 印张 18 字数 220 千字

印 刷/北京溢漾印刷有限公司

版 次/2015 年 6 月第 1 版 2015 年 6 月第 1 次印刷

书 号/ISBN 978 - 7 - 5113 - 5389 - 4

定 价/32.80 元

中国华侨出版社 北京朝阳区静安里 26 号通成达大厦 3 层 邮编 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: 64439708

网 址: [www.oveaschin.com](http://www.oveaschin.com)

e-mail: [oveaschin@sina.com](mailto:oveaschin@sina.com)

## 前言

一直以来在人们的印象中,成功这码事似乎都是极不寻常的。如果有人言辞凿凿地当众宣布,35岁之前自己一定能够脱颖而出,多数人可能都会觉得:这个人不是太幼稚就是爱吹牛。但事实上,这是我们把成功想象得太复杂了,这种错误的认知对人生的影响非常大。尤其是对那些初入社会、意气风发的年轻人而言,这种意识上的打击是很沉重的。

那么,想在35岁之前获得成功到底难不难?难!但并不像我们想象中那么难!我们一次次地被阻挡在成功之外,只是我们还不明白成功的真相!成功的真相到底是什么?大家先来听听这段“骇人听闻”的往事吧。

多年前,有一位韩国学生到剑桥大学进修心理学课程。在喝下午茶的时候,他常到学校的咖啡厅或茶座室听一些成功人士聊天。这些成功人士包括:诺贝尔奖获得者、某一些领域的学术权威以及一些创造了经济神话的人,这些人幽默风趣,举重若轻,都把自己的成功看得非常自然和顺理成章。久而久之他发现,在韩国国内时,他被一些成功人士欺骗了。那些人为了让正在奋斗的人知难而退,普遍把自己创业时的艰辛夸大了,也就是说,他们在用自己的成功经历吓唬那些还没有取得成功的人。

作为心理系的学生,他认为很有必要对韩国成功人士的心态加以研究。于是,他把《成功并不像你想象的那么难》作为毕业论文,提交给现

代经济心理学的创始人威尔·布雷登教授。布雷登教授阅读以后,大为惊喜,他认为这是个新发现,这种现象虽然在东方甚至在世界各地普遍存在,但此前还没有一个人大胆地提出来并加以研究。惊喜之余,他写信给他的剑桥校友——当时韩国政坛第一人——朴正熙。他在信中说:“我不敢说这部著作对你有多么大的帮助,但我敢肯定它比你的任何一个政令都能产生震动。”

后来这本书果然伴随着韩国的经济起飞了。这本书鼓舞了许多人,因为它从一个新的角度告诉人们:成功与艰难困苦联系不大,上帝赋予你的时间和智慧足够你圆满地做完一件事情。后来,这位青年在 35 岁之前也获得了成功,他成了韩国泛业汽车公司的总裁。

这就是成功的真相:它的确有难度,但绝非不可突破。成功的秘诀,在于养成成功的习惯。成功虽然没有一定之规,但一定有迹可循。

本书对以往的、现在的成功人物进行了细致、客观的分析,从他们身上总结出十二条成功必备的黄金条件:一个目标,两个基本点,三大技巧,四项安身立命的理念,五大黄金品质,六种必要的创造思维,七项学习要领,八条交友原则,九步骤抓住机遇,十分自信在心中,十一个必须踢开的成功障碍,十二分韧性与努力。本书有理念,有案例,又逐步强调了一些行之有效的方法,叙述简单明了,富含哲理,客观地揭示了成功的基本内涵,对激励奋斗精神、争取在 35 岁以前获得成功,具有一定的积极作用。

或许看过本书以后你就会明白,其实人生中的许多事,只要想做我们都能做到,该克服的困难就去克服,想克服就能克服,用不着什么心思或谋略,只要你仍旧实际却又不乏激情地活着,你终会发现,努力过后,很多事情都是自然而然的。

## 目录

### 一个目标 没有航标的船，任何方向都是逆风

1. 一个明确的目标，是所有成就的起点 / 2
  - (1) 制定成功的目标，不能靠凭空想象 / 5
  - (2) 目标太分散，很难谈明天 / 7
  - (3) 梦想这东西，需要接地气 / 9
  - (4) 只有行动，才能决定价值 / 11
  - (5) 认清现实，才能实现 / 14
  - (6) 将目标具体细化，分阶段进行 / 16

### 两个成功基本点 定位决定地位，思想决定状态

1. 好的定位，意味着好的开始 / 22
  - (1) 自知之明是最难得的见识 / 22
  - (2) 认清自己的优势与劣势 / 25
  - (3) 贫穷并不可怕 / 28

- (4) 先建立好的自己，才能建立好的将来 / 30
- 2. 思想是会享用它的人的财产 / 33
  - (1) 成功与失败皆取决于思想的力量 / 33
  - (2) 心态的好坏，决定了谁是坐骑谁是骑师 / 35
  - (3) 你必须学会与命运抗争 / 38

## 三大技巧 时间金钱管理好，个人形象打理好

- 1. 谁浪费时间，谁就甭想成功 / 42
  - (1) 谁偷走了我们的时间？ / 42
  - (2) 竞争时代，快人一步两重天 / 44
  - (3) 时间不仅要省，更要懂得如何“用” / 48
  - (4) 利用零碎的时间为自己服务 / 49
- 2. 你不理财，财不理你 / 52
  - (1) 君子爱财，治之有道 / 52
  - (2) 存款绝对不能成为你的唯一 / 55
  - (3) 没钱怎么办？借鸡来生蛋 / 57
- 3. 人的相貌是天生的，但仪表却是后天的 / 62
  - (1) 形象很关键 / 62
  - (2) 让自己看上去像个成功者 / 63
  - (3) 坐立行走，都要大方得体 / 66
  - (4) 别让口头禅毁了你 / 68

## 四项安身立命的理念 低调谦逊人不欺，诚信豁达万人迷

- 1. 不要太把自己当回事，不要把自己太当回事 / 72

- (1) 自负生骄横，骄兵必致败 / 72
- (2) 冷板凳不怕坐十年 / 76
- (3) 正确做人，完美做事 / 79
- 2. 虚心竹有低头叶，傲骨梅无仰面花 / 80
  - (1) 成功前，要过一段“潜水艇”式的生活 / 80
  - (2) 不听老人言，吃亏在眼前 / 82
  - (3) 打铁还需自身硬 / 84
- 3. 祸莫大于无信，失信就是失败 / 87
  - (1) 诚信尤其珍贵 / 87
  - (2) 只有真的声音，才能感动人 / 90
  - (3) 以诚为本才有成就事业的可能 / 92
  - (4) 承诺是一种责任 / 95
- 4. 你容得下这个世界，这个世界才能容下你 / 97
  - (1) 培养豁达的胸襟 / 97
  - (2) 坦然面对折磨你的人 / 99
  - (3) 用善意的心灵与世界对话 / 101

## 五大黄金品质 人之风动一世，在品行不在地位

- 1. 博爱：不要让爱的传递因你而中断 / 106
- 2. 善良：助人一次，胜似诵经十年 / 108
- 3. 奉献：生命的真意是被需要 / 111
- 4. 果敢：立即选择最明智的做法和计划 / 113
- 5. 坚强：身体可以被击倒，精神必须屹立 / 116



## 六种必要的思维能力 思维世界的发展， 就是对惊奇的不断摆脱

1. 创新思维：不创新就消亡！ / 120
2. 发散思维：这个新大陆是我首先发现的 / 123
3. 联想思维：风马牛未必不相及 / 126
4. 逆向思维：从问题的反方向进行深层次探索 / 129
5. 质疑思维：任何事情都没有一定之规 / 132
6. 自主思维：你的世界何必由别人指手画脚 / 135

## 七项学习要领 鸟欲高飞先振翅，人求上进需学习

1. 学习之事，没有最好只有更好 / 140
2. 为学修业，贵在坚持 / 142
3. 会学比学会更重要 / 143
4. 不要抱着文凭睡大觉 / 145
5. 学而时习，方有所获 / 147
6. 要用实践验证学习 / 149
7. 虚心求教，不懂就问 / 153

## 八条交友原则 朋友是一种潜在的无形资产， 是一种潜在的财富

1. 交朋友要有选择 / 156
2. 与优秀的人交往 / 157

3. 找志同道合的人做朋友 / 159
4. 想结交朋友，先要学会关爱朋友 / 162
5. “尊重”二字不可忘 / 164
6. 有矛盾时，且退一步 / 167
7. 与见利忘义者保持距离 / 170
8. 交浅不要深言 / 172

## **九步骤抓住机遇 当运气向你微笑时，赶快拥抱她**

1. 做好准备，你才有抓住机遇的资本 / 176
2. 改掉畏缩的毛病，否则你与机遇无缘 / 178
3. 培养信息意识，别对机会视而不见 / 180
4. 学会自我推销，机遇与你结交 / 183
5. 学会随机应变 / 187
6. 三思之后，就要当机立断 / 190
7. 危急之中，善于变废为宝 / 193
8. 若勤奋，好运更易降临 / 195
9. 再掌握点成功的诀窍 / 197

## **十分自信在心中 先相信自己，然后别人才会相信你**

1. 没有天生的高贵与卑微 / 200
2. 不要试图让别人觉得你可怜 / 202
3. 就算起点低，人生仍然有无数种可能 / 204
4. 当你为自尊而努力后，你就会成为贵族 / 206
5. 挺直了腰板，世界给你的回馈才多点 / 208

6. 全无自信，生命便全无生机 / 211
7. 人生的成就，取决于你如何看自己 / 212
8. 不要因为别人低估你，你就轻贱了自己 / 215
9. 你发现自己的那一天，就是遇到圣人的时候 / 216
10. 只看我所拥有，不看我所没有 / 218

## 十一个必须踢开的成功障碍 不懂得从失败中找教训的人，其成功之路是遥远的

1. 人越浮躁，事越难成 / 222
2. 急则有失，怒中无智 / 224
3. 没有踏实的心，就无法登上成功的梯 / 227
4. 不是世界对你不公，是你对自己太放松 / 230
5. 人长不大，又谈何做大事 / 232
6. 抱怨就是降低成功几率的噪音 / 234
7. 犹豫等于浪费生命，拖延等于死亡 / 237
8. 太“知足”，不是福 / 239
9. 自我设限，是对自身潜能的束缚 / 241
10. 表现无度，可能阻塞自己的路 / 244
11. 职场不接受个人主义 / 246

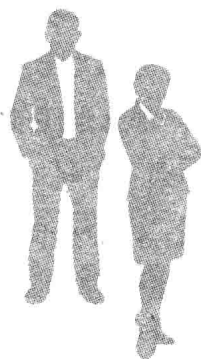
## 十二分韧性与努力 成功者不过是爬起来比倒下去多一次

1. 业精于勤荒于嬉 / 250
2. 勤字成就传奇 / 252
3. 跑起来才有机遇 / 254

4. 笨鸟先飞早入林 / 257
5. 跳出人生的枯井 / 258
6. 找到适合自己的种子 / 260
7. 成功挺立在失败与屈辱的废墟上 / 261
8. 忍非常之痛，才能成非常之事 / 264
9. 只要你还在走，希望便属于你 / 265
10. 应该坚持的一定要坚持下去 / 269
11. 或许奇迹就在下一分钟 / 271
12. 你无法决定生命的长度，但可以控制它的宽度 / 273



**一个目标  
没有航标的船，任何方向都是逆风**



## 1. 一个明确的目标，是所有成就的起点

每个人，一开始都可能对未来抱有较高期望，但只有极少数人能够实现期望，其他大多数人都是黯然收场。于是一部分人选择了愤愤不平，在各种场合都能听到他们高分贝的啸叫，他们用这种方式宣泄心中的失落，表达自己的不满。但毕竟，只有极少数人能像李白那样叫得好，为历史所挽留，更多的人则郁郁而终，籍籍无名。

还有一部分人选择了麻木不仁。也就是说，当寻常生活给了这些人不寻常的压力之后，他们放弃了不寻常的梦想，转而去做一个寻常得不能再寻常的人，当然这是个人的选择权利，但多少有那么一点自甘堕落的意味。

是的，这种生活是毫无目标的，所以我们说它“堕落”，因为甚至连他们自己都不知道下一步该怎么走，就那样浑浑噩噩着。

路易斯·卡罗尔的《爱丽丝漫游仙境》中有这样一个场景：

爱丽丝问猫：“请你告诉我，我该走哪条路？”

“那要看你想去哪里？”猫说。

“去哪儿都无所谓。”爱丽丝说。

“那么走哪条路也就无所谓了。”猫说。

因为去哪儿都无所谓，所以走哪条路都无所谓，这是很多人的生活写照，因为没有目标，所以索性走一步算一步，自己不知道该怎样做，别人也帮不了他们，而且就算别人说得再好，那也是别人的观点，不能转化成他们的有效行动。

我们看看那些壮丽的人生，他们的生命轨迹都是异常跳跃和曲折反复的，这里面有苦难，有折磨，有痛苦，也有血泪，但他们最终挺过了

来，并把这些转化成为成就人生的财富，而这一切都源于对异乎寻常目标的异常追求。

美国汽车大王亨利·福特在 12 岁那一年，随着父亲驾着马车到城里，偶然间见到一部以蒸汽做动力的车子，他觉得十分新奇，并在心中想着：既然可以用蒸汽做动力，那么用汽油应该也可以，我要试试！

虽然是个遥不可及的梦想，但是从那时候起，他便为自己立下了 10 年内完成一辆以汽油做动力的车子。

他告诉父亲说：“我不想留在农场里当一辈子的农民，我要当发明家。”

然后他离开家乡到工业大城底特律去，当一名最基本的机械学徒，逐渐对机械有了更深入的认识。工作之余，他一直没有忘记他的梦想，每天劳累地从工厂下班后，仍孜孜不倦地从事他的研发工作。

29 岁那年，他终于成功了。在试车大会上，有记者问他：“你成功的要诀是什么？”福特想了一下说：“因为我有远大的目标，所以成功。”

那么回到我们的生活中，看看我们的生命曲线。

首先回想一下我们走过的路，然后把那些事情列在生命的坐标系上：技能、财富、权利、声誉、朋友甚至爱情，都可以按实现程度在头脑中标示出或高或低的点，用你走过的人生轨迹将这些点连接，这个曲线可以反映出你的生命质量。

回答自己：你是不是一直生活在低价值的目标区里？

这个答案最好是否定的！但如果截然相反，说明你一直在以种种因为借口，原谅了自己生命的平庸，这是思想上深刻的堕落。

在这种浑浑噩噩的日子中，你主动忽略了很多目标，在这些目标中，有相当一部分出现的很自然，如果你愿意去争取，那么实现起来不是难事，对于提高你的生命质量也是意义非常，但你并没有这样做，因为你思想上的堕落和懒惰。

我们来看看哈佛大学历时 25 年进行的一项跟踪调查，这个课题的题目就是“目标对人生的影响”，调查结果是这样的：

在一群各方面条件相差无几的大学生中，有 27% 的人缺乏目标；有 60% 的人目标不够清晰；有 10% 的人有目标，且清晰，但只是短期目标；而只有 3% 的人，具有清晰的长期目标。

25 年以后，那 3% 具有清晰的长期目标的人几乎都成了社会精英，其中包括创业成功者、行业领袖等等；10% 具有短期目标的人一直生活在社会中上层，生活相对惬意；60% 目标模糊者生活在社会中下层，衣食无忧，仅此而已；而 27% 没有目标者，则一直处于社会最底层，生活状况极不如意。

这已经说明了问题：一个明确的目标是所有成就的起点。

那么接下来，我们需要做一个关于“完整目标设定”的思考，因为你只有知道自己想要的是什么以及用什么样的方法得到，才有机会获得成功。

在头脑中思考：

目标设定的意义：

- ①指明奋斗的方向；
- ②激发潜力；
- ③提高自身素养；
- ④增强克服困难的决心；
- ⑤专心致志，不被外界因素所侵扰。

缺乏目标会犯的错误：

- ①不知道自己应该追求什么；
- ②缺乏思考的主观能动性；
- ③做事三分钟热度；
- ④容易自我满足；
- ⑤缺乏主见；



⑥容易妥协；

⑦生活穷极无聊；

⑧喜欢空想，期待不劳而获；

⑨没有目标，二十年后你拿什么养活自己？

设定适合自己的目标：

①你的短期目标是什么？

②你的中期目标是什么？

③你的最终目标是什么？

详细计划：

①每天、每月、每年的工作计划；

②每天、每月、每年的学习计划；

③个人时间安排计划；

④每一阶段的人脉培养计划；

⑤每天的信息收集计划；

⑥然后思考如何将这些计划付之于实践。

通过这些思考，我们会在头脑中清晰地勾画出一张未来的蓝图，你将知道“该走哪条路”，以及这条路该怎么走。

## （1）制定成功的目标，不能靠凭空想象

确定目标最为重要的，是对自身实力有个正确的评估。大到一个国家，小到一个人，在确立目标之时，必须首先考虑目标的可行性，认清实现目标的基础，分析这样的基础自己目前是否已经具备，衡量目标与现实之间的差距，客观判断凭借自己的能力是否可以消除这种差距。只有这样，我们才能避免滑铁卢式的失败。

在一堂推销员培训课上，有个同学举手问老师：“老师，我的目标是在一年内赚 100 万！请问我应该如何计划我的目标呢？”