



让现在的你， 对得起未来的自己

致每一个慌张迷茫、无所适从的人

我们都曾孤独彷徨，无奈沮丧，我们都曾迷惘不甘，毫无方向，但世界上总有人能活成你梦想的样子。

张瀚文◎编著

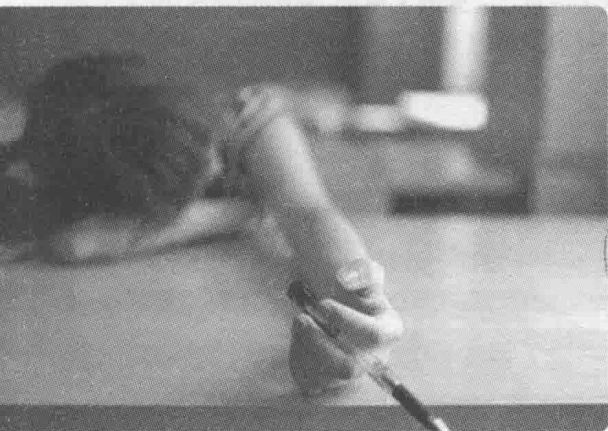
从今天起，做一个有梦想的人，
独立，坚强，自在安定；
从今天起，做一个执着的人，
不骄纵，不萎靡，冬寒抱冰；
从今天起，做一个努力的人，
低调谦逊，沉稳宁静；
因为，
美好的风景，值得我们翻山越岭



中国纺织出版社

让现在的你， 对得起未来的自己

张瀚文◎编著



中国纺织出版社

内 容 提 要

青春就应该有梦想,青春就是追逐梦想的最好时光。最好的路在前方,未来充满了无限可能,你若希望有个灿烂的明天,就要抓住今天。

这是一部写给正在人生路上默默奋斗却内心迷茫的年轻人的书,这是一本给人力量、催人奋进的书。书中告诉我们,心中有梦想就决不放弃,不必害怕经历冲突、失落、挫折,不必害怕做无用功,因为青春无悔,每个人都应该趁着青春,好好努力。

图书在版编目(CIP)数据

让现在的你,对得起未来的自己/张瀚文编著. --
北京:中国纺织出版社,2017.7
ISBN 978-7-5180-3341-6

I. ①让… II. ①张… 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(2017)第035704号

责任编辑:闫 星

责任印制:储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址:北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码:100124

销售电话:010-67004422 传真:010-87155801

http://www.c-textilep.com

E-mail: faxing@c-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博http://weibo.com/2119887771

北京通天印刷有限责任公司印刷 各地新华书店经销

2017年7月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:17

字数:198千字 定价35.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换



前言

在我们的生活中，不少人尤其是年轻人，看似忙碌，实则迷茫，他们不知道自己到底喜欢什么，到底想要什么样的生活。他们从读书到工作，从少年到青年，总是按照父母长辈们规划的道路去走，他们不敢有自己的想法，也习惯了听从别人的意见，在别人眼里，也许他们是成功的，他们工作稳定、有房有车、家有妻儿，一切行进得很平顺。然而，每当独处时，他们总是感到十分落寞、怅然若失，似乎自己的生命缺少了些什么。

然而，也有一些人，他们的生活和境遇是完全不同的，他们认为，即使生活不富有，也不能失去自己热衷的事业。每当他们沉浸在做自己喜欢的事情中时，即便他们没车没房，也没有令人羡慕的高收入，但是他们觉得十分充实和快乐。

那么，你想做哪种人，更想拥有哪种生活呢？很明显是第二种，因为他们有梦想、在进步，他们的明天是光明的、积极的，其实，人与人命运的不同，就在于他们是否能在梦想的指引下不断向前。安于现状本身就是懒惰的表现，是主动放弃追求，不愿进步和创新。当今世界，瞬息万变，或者现在的你是成功的，但随着时间的流逝，大家都在进取的同时，你却停滞不前，你就落后了，如果你意识到这种落后的存在却又不愿意奋起直追，那么就只能过这种平淡乏味的生活了。

其实，每一个人都心存梦想，都有自己向往的生活，但如果你畏首畏尾、只是幻想而不付诸实践的话，那么，你只能在一片幻想的迷途中越陷越深。因为成功与胆量有着莫大的关系，有胆量的人才会有资格拥有成功。

也许现在的你也感到困惑，原本你有着固定的工作，但是你却不再热爱，提不起兴趣，你也许会犹豫要不要放弃稳定工作做自己喜欢的事情。

事实上，人的一生，能找到自己喜欢的事情是幸运的。做自己喜欢的事，才会生活得有趣，才可能成为一个有意思的人。当你不计功利地全身心做一件事情时，你所产生的愉悦和成就感其实就是最大的收获，你会是开心的、满足的，你才会生活得更美好。



让现在的你，♥♥♥ 对得起未来的自己

然而，你是否觉得急需一个导师帮助你重新规划人生？是否觉得无从下手？本书就是一本给人力量、催人奋进的正能量书。它让你懂得规划自己的人生，让你懂得在灯红酒绿的社会中找到自己的位置，让你敢于突破自己，不患得患失，该出手时就出手，看完本书，你会获得力量，会找到自己热爱的事业，最终驾驭自己的人生，实现自己的人生价值！

编著者

2016 年 11 月

目 录

CONTENTS

第一章 现在的你，决定将来的自己 // 1

未来你是谁，取决于现在变成谁 // 2

感谢那些曾经绊你一脚的人 // 4

有梦想，更要敢于革新 // 7

五年以后的你是什么样子 // 9

绝境是弱者的绊脚石，也是强者的助推器 // 12

不放弃，你总会变得很棒 // 15

蜗牛再慢，有一天也会成功 // 18

最好的“报复”，是幸福给伤害过你的人看 // 21

第二章 马上行动，从来没有太晚的开始 // 25

你的内心深处埋藏着黄金 // 26

有些事现在不做，一辈子都不会做了 // 29

身体和灵魂，总有一个要在路上 // 32

只要有梦想，何时都不晚 // 35

马上去做，没有什么来不及 // 37

立即行动，培养高效的行为习惯 // 40

与其抱怨现状，不如用行动来改变自己 // 43

第三章 制定目标，朝着梦想的方向前进 // 47

最关键的是你下一步的方向 // 48



脚踏实地，梦想才有实现的可能 // 50

化繁为简，成功有时也有捷径可走 // 53

只要行动，梦才会真正成为你的梦想 // 56

请为未来的幸福生活做好打算 // 59

在不断摸索和尝试中找到适合自己的目标方向 // 61

做好职业规划，目标明确才更有动力 // 64

第四章 有点雄心，眼界决定未来的前程 // 69

要有敢争第一的雄心 // 70

想法决定活法，起点并不决定成功 // 72

没有不可能，不能不想做 // 75

放眼未来，不要怕眼前的苦与累 // 78

敢于冒险也是一种长远投资 // 81

当你拥有优秀这一习惯，你就成功了 // 83

眼光长远，别只看到眼前的蝇头小利 // 86

第五章 克制自己，才能成就将来的自己 // 89

少一分享乐，多一份忍耐 // 90

把持自己，让思维具有远见性 // 92

别被欲望蒙蔽了双眼 // 95

敢于走自己的路，世界都会为你让路 // 98

有自己的想法，切勿人云亦云 // 101

对抗外界干扰，培养自己的专注力 // 104

“管住嘴巴”是自控的第一步 // 107

第六章 把握内心，别让它改变了你的节奏 // 111

控制了情绪，也就能掌好人生的舵 // 112



- 人生难得保持一颗平常心 // 115
- 放下冲动，方能远离灾祸 // 118
- 以淡定之心压住内心的火焰 // 120
- 别人怎么说，别太在意 // 122
- 别太自负，始终保持内心谦逊 // 125
- 积极一点，要相信明天是美好的 // 128

第七章 留有余地，给自己留条退路 // 133

- 少说多听常点头 // 134
- 谨言慎行，说话留有余地 // 136
- 沉默是金，更能表达你的反驳 // 139
- 学会拒绝，同情心泛滥容易被人利用 // 142
- 学会靠自己，别总依赖别人 // 144
- 低调为人，是保护自己的策略 // 147
- 学会打好人情这张牌 // 150

第八章 主动成长，适应人生的不公平 // 155

- 做人有点“心机”，看破不说破 // 156
- 别把你的喜怒哀乐都写在脸上 // 158
- 话别说满，事别做绝 // 161
- “吃亏”是福，但别“被动吃亏” // 164
- 学会舍得，舍弃其实也是得到 // 167
- 难得糊涂，做人做事切勿太精明 // 169
- 远离和防范那些行事诡诈的人 // 172

第九章 愿意吃苦，别在最能吃苦的年纪选择安逸 // 177

- 学会吃苦，不做“扶不起的阿斗” // 178



让现在的你，♥♥♥ 对得起未来的自己

想成功，就别对自己心慈手软 // 181

咬咬牙，再大的难关也会过去 // 183

在命运面前，勇气有时代表一切 // 186

不逼自己一把，怎能改掉恶习 // 189

战胜自己的人，才有资格获得上帝的垂青 // 192

清算苦难，不如努力向前 // 195

第十章 善于等待，一切都会及时到来 // 199

扎根于泥土里的种子，才能长成大树 // 200

只需努力，其他的都交给时间 // 202

静下心来，在等待中成就大器 // 205

内心宁静，才能沉淀自己 // 208

让心安宁的全部秘密 // 211

只有放下，才能迈着轻盈的步子前行 // 213

别让自己败给自己的贪婪 // 217

第十一章 知晓进退，躲过陷阱人生才能一帆风顺 // 221

骄傲自大者，你输了很正常 // 222

适时退一步，凡事别想着占便宜 // 224

显山露水，不如韬光养晦 // 226

择善而行，适时调整方向 // 229

立足长远，做人做事要懂分寸、知进退 // 232

与人相处亲密也要“有间” // 235

第十二章 承受压力，优秀是在压力下催生出来的 // 239

忍耐枯燥与痛苦是成功的必经之路 // 240

每天为自己上一堂反省课 // 243



人生再艰难，也要有志向 // 246

从沙子到珍珠的蜕变过程 // 248

人生路上，始终保持心境的平和 // 251

不要为自己找任何放纵的借口 // 254

参考文献 // 257

现在的你，决定将来的自己

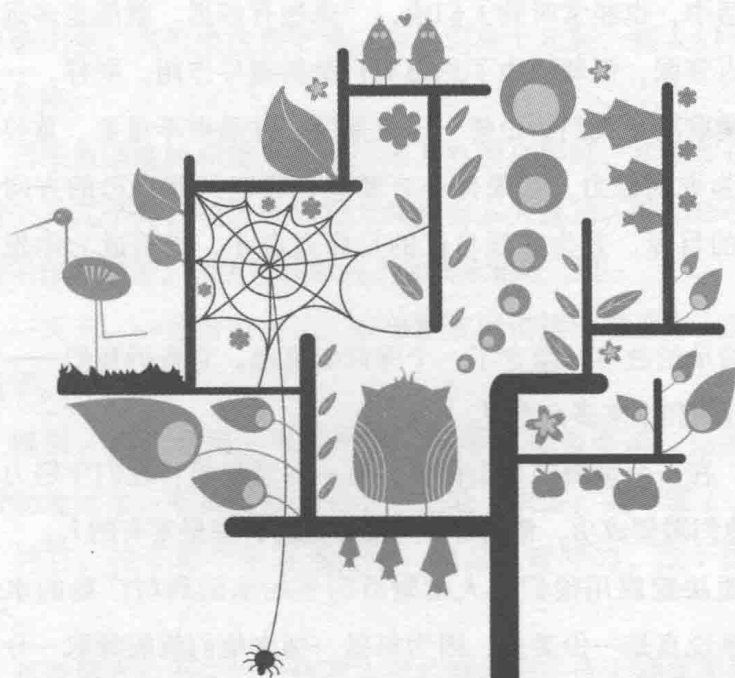
人生是一场马拉松，不是短跑。在漫长的旅途中，我们常常会感到疲惫和迷茫。但请记住，正是这些经历塑造了我们的性格，教会了我们成长。不要抱怨路途遥远，因为每一步都算数。保持内心的坚定，勇敢面对每一个挑战。未来的你，一定会感谢现在努力的你。



第一章

现在的你，决定将来的自己

谁都知道，世间最抵挡不住的就是时间，就是青春，青春美好，青春有热血，青春有快乐和痛苦，但青春易逝，须臾间年华老去，任何一个年轻人，都要在年轻的时候为未来打算，人生初期，一定要努力学习，因为现在的你，决定将来的自己，诸事蒙昧，难免摸索，任性地拒绝学习，就是冒险，因为赌的是未来的人生，自己也失去了改变的可能。





未来你是谁，取决于现在变成谁

在刘易斯·卡罗尔的作品《爱丽丝漫游奇境记》中，有这样一段猫和爱丽丝的对话，十分有趣：

“请你指点我，我要走哪条路？”

猫回答爱丽丝：“那要看你想去哪里？”

“去哪儿无所谓。”爱丽丝回答。

“那么走哪条路也就无所谓了。”猫说。

这一对话寥寥数语，但却耐人寻味。任何人，在心中无梦想、无目标的情况下，自己不知道该怎么走前面的路，别人也无法帮助你，当自己没有清晰的梦想时，也就没有努力的方向。

我们在生活中，也经常听到人们说，“思想有多远，就能走多远”，这句话虽然有点夸张，但却道出了思想对行动的指导作用。同样，一个人能走多远，关键取决于我们的思想，也就是说，你是谁不重要，重要的是现在你正在成为谁而努力，如果你心有梦想，就能找到自己的方向，就能制定出明确的目标，并为实现自己的目标而奋斗，最后成为你想成为的人。

下面一个简单的故事，蕴含了一个深刻的道理，它告诉我们——梦想对于一个人的行动和未来多么重要。

很久以前，在一个偏僻的小山村里，有一对堂兄弟，他们年轻力壮，都雄心勃勃。他们渴望成功，希望有一天能够成为村里最富有的人。

一天，村里决定雇用他们二人把附近河里的水运到村广场的水缸里去。这对他们来说真是一份美差，因为每提一桶水他们就能赚取一分钱，这在小镇人看来是最好的工作了。两个人都抓起两只水桶奔向河边。



“我们的梦想实现了！”表哥布鲁诺大声地叫着，“我们简直无法相信我们的好福气。”

但是表弟柏波罗不是非常确信。他的背又酸又痛，提那重重的大桶的手也起了泡。他害怕明天早上起来又要去工作。他发誓要想出更好的办法。

几经琢磨之后，表弟决定修一条管道将水从河里引到村里去。他把这个主意告诉了表哥，但是表哥觉得他们现在做着全镇最好的工作，不愿意花那么长的时间去修一条管道。

柏波罗并没有气馁，他每天用半天时间来提水，半天时间修管道，并且始终耐心地坚持着。

布鲁诺和其他村民开始嘲笑柏波罗。布鲁诺赚到比柏波罗多一倍的钱，炫耀他新买的东西。他买了一头驴，配上全新的皮鞍，拴在他新盖的二楼楼旁。

他买了亮闪闪的新衣服，在乡村饭店里吃可口的食物。村民们称他为布鲁诺先生。当他坐在酒吧里，为人们买上几杯，而人们为他所讲的笑话开怀大笑。

当布鲁诺晚间和周末睡在吊床上悠然自得时，柏波罗还在继续挖他的管道。头几个月，柏波罗的努力并没有多大进展。他工作很辛苦，比布鲁诺的工作更辛苦，因为柏波罗晚上和周末都在工作。

一天天，一月月过去了。表弟柏波罗仍然没有放弃，完工的日期越来越近了。

偶尔，柏波罗闲下来的时候，他看了看布鲁诺，他发现，布鲁诺还在费劲地运水。布鲁诺似乎一下子苍老了很多，背都驼了，步伐沉重起来了，并且，他开始产生抱怨情绪，总是气呼呼的，他不想就这样一辈子运水。

布鲁诺再也不会因为他有大把的时间在吊床上睡觉而感到惬意了，他喜欢泡在酒吧里，现在，当布鲁诺出现的人们面前时，人们都会在背地里



议论他：“提桶人布鲁诺来了。”那些无聊的醉汉们还模仿布鲁诺驼着背走路的样子，布鲁诺羞愧难当，也不再给别人买酒，那些曾经的笑话现在在他看起来就是最大的讽刺。

而此时，表弟柏波罗正在接近成功，很快，管道完工了！村民们纷纷前来看新管道是怎样运行的，他们看到，清澈的水从管道流入水槽里，整个村庄都有了新鲜的水，因为这条管道，其他村庄的人也都陆续搬到这个村来。

管道一完工，柏波罗不用再提水桶了。无论他是否工作，水源源不断地流入。他吃饭时，水在流入。他睡觉时，水在流入。当他周末去玩时，水在流入。流入村子的水越多，流入柏波罗口袋里的钱也就越多。

管道人柏波罗的名气大了，人们称他为奇迹创造者。

人们常说，鱼与熊掌不可兼得，其实，做任何事情都是如此，想要日后达成目标，现在就要忍受痛苦。

的确，梦想可以燃起一个人的所有激情和全部潜能，载他抵达辉煌的彼岸。我们每个人，都要在年少时为自己树立一个梦想，最重要的是，无论你拥有什么样的理想，都不要轻易舍弃它。只有坚持，你才能最终用自己的力量去创造自己的美好人生。

也许你现在还站在穷人的行列，被周围的人嘲笑，也许你受了很多痛苦，但无论你遇到什么，如果你内心有目标，就绝不可轻言放弃。

感谢那些曾经绊你一脚的人

人活于世，我们都渴望一帆风顺、事事如意，而事实上，我们总是遇到各种大大小小的烦心事，这些事也总是折磨人心，让我们焦躁不安、不得安稳，然而，人的生命就是一个破茧成蝶、不断蜕变的过程，我们的身



心只有经过不断历练、折磨之后，才会变得更加坚强，生命的厚度才会因此拓宽。法国文豪罗曼·罗兰说：“从远处看，人生的不幸、折磨还是很有诗意的！一个人最怕庸庸碌碌地度过一生。”

同样，在追逐梦想的过程中，我们总会遇到一些绊住我们脚步的人，甚至他们还会在我们努力的时候踹我们一脚，此时，我们唯有放平心态、正视脚下的路，感谢他们，我们才能成为领悟成功的人。

曾经有这样一个故事：

一次，拿破仑骑马经过一片树林，却听到一阵紧急的求救声，于是，他赶紧挥起马鞭，朝着发出声音的地方奔去。

原来，声音来自于一片湖泊，他定睛一看，原来有个士兵掉进了水里，正往深水当中漂流，距离岸边大约三十米。此时，岸边还有几个士兵，但个个都心急如焚，手足无措，因为他们谁都不会游泳，眼看，这个落水的士兵就要被冲走了。

拿破仑赶来问道：“他会游泳吗？”

一个士兵回答说：“会是会，可是好像已经没有体力了，刚才还喊过救命。”

拿破仑哼了一声：“喔！”随即从侍卫长手里取过一支手枪，并大声朝落水的人喊道：“你还往当中爬什么，赶快游回来。再往前去，我就开枪把你毙了！”

说完，果然朝那人的前方开了两枪。落水的人也许是听到岸上的威胁话语，也许是听到前方子弹入水的响声，猛然地回转身来，努力扑通扑通地胡乱划着，居然很快就向岸边靠拢了。

落水的士兵得救了，同伴们都很高兴。这时才发现，站在他们身边的竟是拿破仑。被救的小伙子惊魂未定，连忙拜谢拿破仑，并不解地问：“陛下，我是不小心落到水里去的，快要淹死了，你还要枪毙我，这是为什么？你的子弹差一点就打中了我，真把我吓死啦！”拿破仑笑道：“傻瓜！不吓这一下，你才真的要淹死哩！你再往前漂去，越漂越远，你就再



也回不来了。这是一个荒野深湖，周围没有居民。你看，这里几个人有谁能下水救你呀？你吓了一跳，不就回过头来自己救自己了吗？”

这位落水的士兵为什么能得救？是谁救了他？他自己还是拿破仑？从这个故事中，我们发现，有时候，那些我们恨得咬牙切齿、伤害我们的人，实际上正是我们应该感谢的人，是他们让我们懂得自救，激发我们努力、奋斗！

可以说，即使你是个人际关系很好的人，你也有几个“敌人”，或许他们就是绊倒我们的人，或许他们让我们身负重债，让你背黑锅，让你活得不清闲。这时候你光是恨，永远无法从中学到该学的，也永远不懂自己为何失败？事实上，从宏观或整个人生大格局的角度来看，你的这些仇人，也正是你的恩人。好好感谢他们吧！也许就是因为当初他们推你下水，你今天才学会“游泳”。

事实上，除了那些踹我们一脚的人，自打我们来到人世，还会遇到很多其他的麻烦、痛苦或折磨，比如，年少时，我们要面临升学压力、工作压力、生活压力，稍后，我们还可能会面临失业、离婚、破产、疾病等，这些烦心事始终都萦绕在我们周围，困扰着我们的头脑和心灵，甚至让我们寝食难安。然而只有历经这些困难的人，才能够更快、更好地成长，生活，只能在挫折中得到升华。因为如果你走的是一条平坦的大道，那么，你就失去了一个磨练自己心智的机会，若你选择了坎坷的小路，你的青春也许会充满痛苦，但人生的真谛也许就此被你打开。

没有经历过风霜雨雪的花朵，无论如何也结不出丰硕的果实。或许我们习惯羡慕他人的成功，感叹他人得到的掌声，但是别忘了，温室的花朵注定经受不住任何风雨！温室的花朵注定要失败。正所谓“台上十分钟，台下十年功”，在他们辉煌的背后一定有汗水与泪水共同浇铸的艰辛。那么，从现在起，感谢那些过去的和现在的逆境吧，即使你正在经受着某些伤害，但正是这些伤害，教会了你独立，磨练了你的心智，激发了你的斗志！



有梦想，更要敢于革新

生活中，总有些人慨叹：其实我并不喜欢现在的生活，我有自己的梦想……谈了一大堆的计划，一大堆的梦想，可是，最后他们并没有去实践，如果这么一问，他们还会摇摇头说：不行啊，无奈啊，没办法啊……真的有那么无奈吗？既然无力改变又何必总是埋怨？如果充满埋怨、不满，又为何不去努力改变？

当你对工作、对生活有了最初的梦想，你是大胆地去实践，还是仅仅把它作为一个遥不可及的梦想，最后只能默默地埋藏在心底，到老了才感到莫大的遗憾？

在第一次世界大战期间，法国有个很著名的上校叫泰勒，当时，他任第六师师长，他的处事方式很令人钦佩。

有一次，在他的儿子向他告别时，他告诫儿子说：“孩子，记住：你的姓是泰勒，泰勒这个姓代表着做事能力。你永远不可以靠边站，让出路给其他敢于冒险的人走。你要冒险向前使他们让出路来给你走。”

他继续说道：“大街上行人拥挤，交通阻塞。但当呼啸的消防车飞驰而过时，大家都自动地让出路来。当然你偶尔也会感到沮丧、软弱，但这正是你需要鼓起战斗勇气的时刻。只要你迈步向前，沮丧、软弱都会躲开你。”

一个人不愿改变自己，往往是舍不得放弃目前的安逸状况。而当你发觉不改变不行的时候，你已经失去了很多宝贵的机会。任何成功都源于改变自己，你只有不断地剥落自己身上守旧的缺点，才能做到敢为人先，才能抓住第一个机会，才能实现自己的进步、完善、成长和成熟。

我们大多数人都与梦想渐行渐远。为什么呢？因为我们都认为梦想终