

5步

韩健◎编著

让你超越同龄人

要知道如何开始——改变命运的开始
要知道怎样结束——让错误及时结束



金城出版社
GOLD WALL PRESS

5步

韩健◎编著

让你超越同龄人

把能做到的事情都做到
把能做好的事情都做好

图书在版编目(CIP)数据

5步, 让你超越同龄人 / 韩健编著. -- 北京: 金城出版社, 2011.1

ISBN 978-7-80251-691-5

I. ①5… II. ①韩… III. ①成功心理学—青年读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第204905号

5步, 让你超越同龄人

作 者	韩 健
责任编辑	梁一红
开 本	700毫米×960毫米 1/16
印 张	15
字 数	160千字
版 次	2011年1月第1版 2011年1月第1次印刷
印 刷	北京金瀑印刷有限责任公司
书 号	ISBN 978-7-80251-691-5
定 价	29.80元

出版发行	金城出版社 北京市朝阳区和平街11区37号楼 邮编: 100013
发 行 部	(010) 84254364
编 辑 部	(010) 64210080
总 编 室	(010) 64228516
网 址	http://www.jccb.com.cn
电子邮箱	jinchengchuban@163.com
法律顾问	陈鹰律师事务所 (010) 64970501

序 言



人要活得有尊严

每次春节回家，我心里总有一种说不出的辛酸，只因自己没有同龄人“混”得好。

辛辛苦苦一年，事业依旧不见起色，只能空着口袋回家过年。

看着同龄人衣锦还乡，给父母、亲戚、朋友买礼品，口袋比脸还干净的我，恨不得找个地缝钻进去。

在郁闷的同时，一个问题始终困惑着我。为什么在同龄人当中，我“混”得最差？

虽然读的不是名校，但我也接受过高等教育。比起那些比我“混”得好的朋友们，在学历方面，我比他们还略高一些；虽然能力不是很出众，但我肯定是最能吃苦的一个；虽然没有过硬的人际关系网，但也结交了一些颇有资历的朋友。我真是不明白，为什么在同龄人当中，有学历能吃苦的我，却始终处处落后于人呢？

我迷茫、困惑，不知如何是好！难道我这辈子注定是个失败者？

这是我在3年前写的一篇日记。当时的我深深陷入迷茫之中，不知自



己该怎么做，做什么。

为了给家人争光，为了让自己在熟人面前能抬起头，我顶着种种压力再次出来打拼，并发誓，不“混”出名堂，决不回去。

如今，我取得了一些成就，年薪近30万。但是，这对我来说，才刚刚上路。

在这3年的奋斗过程中，我深刻认识到人生规划的重要性。成功不仅是刻苦努力，还需要有科学的规划。

《5步，让你超越同龄人》就是一张人生地图、一套人生攻坚作战计划，让你用最有效的方法，突破人生中的种种障碍，在迷茫中找回真实的自我，以最强有力的方式向成功发起挑战，超越自己，超越他人，超越梦想……

韩 健

2010. 10

目 录 CONTENTS



第一步 确立正确的前进方向

⇒ 你的领奖台在哪里？	3
⇒ 在哪个方向你能成功？	7
⇒ 除了钱，你还对什么感兴趣？	11
⇒ 靠什么找到成功的支点？	16
⇒ 你擅长这类“运动”吗？	19
⇒ 如何找到正确的前进路线？	23
⇒ 你做事有计划吗？	27
⇒ 你的优势是什么？	32
⇒ 你真正需要什么？	38
⇒ 你拥有成功的基本条件吗？	42
⇒ 你的未来谁做主？	47
⇒ 什么会使你一直平庸？	50
⇒ 美好的未来靠什么支撑？	54

第二步 用心想事，用脚走路

- ⇒ 切勿好高骛远..... 61
- ⇒ 稳优于快..... 65
- ⇒ 一步一个脚印地走..... 68
- ⇒ 成功是个过程..... 71
- ⇒ 可以冒险，但不能盲目..... 73
- ⇒ 浮躁背后的陷阱..... 77
- ⇒ 多一些耐心..... 81
- ⇒ 不要尽力而为，要全力以赴..... 85
- ⇒ 一定要保持冷静..... 88
- ⇒ 在小事上多留心..... 91

第三步 你必须完成一些蜕变

- ⇒ 成功者的最大感悟..... 97
- ⇒ 摒弃想放弃的念头..... 100
- ⇒ 借口是导致失败的根源..... 104
- ⇒ 以积极的心态迎接各种考验..... 107
- ⇒ 不要把你的前途留在身后..... 111
- ⇒ 拆除自己设置的墙..... 116
- ⇒ 用积极的眼光展望未来..... 119
- ⇒ 不断地尝试..... 123
- ⇒ 永远不要怀疑自己..... 127

⇒ 命运好坏不在于出身	131
⇒ 学会与人共赴	135
⇒ 人生难得几回搏	139
⇒ 思路决定出路	143
⇒ 怀着一份坚忍上路	147

第四步 掌握成功背后的秘密

⇒ 驱使你前进的力量是什么?	153
⇒ 心有多高,路就有多远	157
⇒ 激励自己永不气馁	161
⇒ 能借,会借,善借	165
⇒ 机会总在风险的背后	169
⇒ 不是哪一天,是今天	173
⇒ 希望在,成功就在	177
⇒ 感谢你身边的懒人	181
⇒ 不要让恐惧主宰你	184
⇒ 时刻挑战自己的承受极限	188
⇒ 你可以是奇迹的创造者	192
⇒ 爬起来比跌倒多一次	195
⇒ 只坐一把椅子	199



第五步 永远做最好的自己

- ⇒ 我这点儿成绩算什么 205
- ⇒ 仰望星空，低头走路 209
- ⇒ 炫耀什么，别人就知道你缺什么 213
- ⇒ 心有多大，天地就会有多大 215
- ⇒ 别忘记给你提供帮助的人 218
- ⇒ 走出去，拿进来 222
- ⇒ 最美的风景在最高处 226
- ⇒ 你的野心有多大？ 229

第一步

确立正确的前进方向

有多少事因准备不充分而陷入困境？有多少人因盲目做事而以失败告终？成功者不打无准备之仗。对于正在追求成功的我们而言，正确的方向就是我们抵达目的的保证。



◎ 你的领奖台在哪里？

约翰斯顿给予我们这样的教导：“如果你不知道你要去向何方，便不会取得什么惊世骇俗的成就。”

一名长跑运动员在赢得胜利后接受采访。记者问：“请问，你的心情如何？有什么话要对大家说吗？”

“我现在很激动，我的梦想终于实现了，我要感谢我的小学老师。”

“这位小学老师一定是一位非常优秀的体育老师吧？否则他怎么能培养出你这样优秀的运动员呢？”

“你说错了，他并不是体育老师，而且他还是残疾人。”

“既然不是你的启蒙教练，那你为什么要感谢感谢他呢？”

运动员不假思索地回答：“在我迷茫的时候，他帮助我确定了我的人生目标在哪里。如果没有他，我就不会站在这里，更不会取得这么优秀的成绩。”

“记得在我上小学时”，运动员接着说，“身体并不是很健壮，跑得也不快，很多比我小的同学都比我强。当时我觉得我更适合跳高，或者是游泳。当时，我不知道自己是不是该继续练习跑步。一次，在放学回家的路上，我和几个同学一起跑着回家，他们跑得都比我快，我被远远落在了后面，我很伤心。就在我下定决心放弃跑步时，我的老师走到了我身边，对我说：‘小霞，你怎么不跑了？’我有些失落地看着他说：‘老师，我想放弃跑步，我觉得我不是跑步的料。’老师笑着对我说：‘小霞，你

爱跑步吗？’‘爱’。我坚定地回答。老师指着自己的右手对我说：‘看看老师的右手，连笔都拿不起来，这是我小时候不小心触电造成的。在这件事情没有发生之前，我一直梦想着以后能成为一名优秀的教师，但后来因为这只手的问题，我陷入了迷茫，我和现在的你一样也想到了放弃。可最后我还是选择了坚持下去，现在，老师成功了！’老师的话深深激励了我，他让我明白了，只要有梦就去追，只要能坚持下去，最终一定能实现梦想。今天，我做到了，我现实了我的梦想……”

人生一世最重要的就是找到属于自己的方向，只有如此，我们才有可能成就事业。

一个找不到人生目标的人，就不会有明确的奋斗方向，他很容易迷失在“浓雾弥漫”的现实中。

给自己一个准确的定位，对于一个人来说，具有异乎寻常的重要性。我们必须要根据自己的兴趣、爱好和特长来确定主攻方向。

对自己进行定位时，既要有的放矢，又要量力而行。

在人的一生中，往往只有一个目标是最适合自己的。一旦确定了目标，就要尽全力去实现，哪怕遇到再大的困难、再多的挫折，也要克服。一旦选错方向，就会使我们的人生偏离正确的轨道。

由于人生定位错误而失败的人不在少数。比利时一家杂志，曾对全国60岁以上的老人做过一次问卷调查，调查的题目是：“你最后悔的是什么？”结果，有67%的人后悔年轻时错误地选择了职业。

我们每个人都有各自的才能，我们的才能决定我们最适合做什么。如果一个人用他的短处而不是长处去解决问题，他就会在永久的卑微和失意中沉沦。

对于将要步入社会的人而言，应该问一问自己到底要做什么。很多刚步入社会的青年虽然对未来充满向往，但是普遍的问题就是对自己定

位不清，在网上海投简历，成为面试多次的“面霸”；即使刚刚参加工作，却不断地从一家公司换到另一家公司。有一位工作不久的小姑娘，在不到3年的时间里跳槽了8次，仍然无所适从。许多朋友都有过类似的经历，总是怀疑自己付出的努力得不到好的结果。

对自己定位不清是因为我们对自己不够了解。专家对定位作了比较深刻的研究，提出了很多科学的建议。要彻底分析自己，准确评价自己，对自己的性格，能力，专业技能等全面考虑清楚。

首先要“定向”。方向错了，距离目标就会越来越远，还要重走回头路，付出较大的代价；其次是“定点”。就是在个人发展的区域，比如有些人选择去大城市，有些人选择到中小城市发展。这主要是根据个人的情况考虑。最后是“定位”，要对自己的水平、能力、心理承受能力等进行全面分析，越全面越好。不把自己定位过低，也不高估自己。

麦当劳中国首席人才官、副总裁陈麒亦在一次演讲中这样说道：“对于应届毕业生来说，现在最需要的问题不是简历投向哪里，而是搞清楚自己应该属于哪里。你要不断了解自己内在的兴趣爱好、价值观、优势和长处，全面准确地认识外界对自己的看法，从而把握合适机会，变得出类拔萃。

“在择业前，你要做足功课，包括：掌握目标行业的主流发展趋势和职业特点，如何把个人的贡献与公司战略方向最好结合，你要提前了解为了适应公司的要求，自己必须具备哪些能力或进行哪些改变。

“在进入公司前，你要明确自己的职业目标和发展计划，将个人努力方向与团队、进而整个公司的发展目标有机地结合起来。

“你要学会有效交流。保持一个正确积极的人际网络非常重要，它可以帮助你主动管理和维系好个人的良好声誉和形象，有助于更清楚地认识自己，达到职业目标。另外，你还要有激情、有活力和热忱待人，这

是企业所普遍期待的。”

无论从就职业角度还是创业角度来看，为自己制定清晰、准确的人生目标都对未来发展起着至关重要的作用。

犹如灯塔给黑夜中航行的船指引方向一样，目标就是我们工作的灯塔，它指引我们一步一步向成功迈进。

拥有远大的目标，才有正确的方向，才有成就大事的希望。没有目标，没有规划，不管你如何努力，最终只能是浪费自己的时间、浪费自己的生命。

确立明确的目标是你事业发展壮大关键。切实可行的目标对你未来的发展是非常有益的。只有目标明确才可以排除不必要的犹豫和干扰，从而全身心地致力于目标的实现中去。

事业起点从制定目标开始。我们要明确目标，要清楚自己的前进方向，只有这样，我们才能更快地走上成功的领奖台。

目标对事业发展意义重大，下一节我将给大家讲如何为自己的人生正确制定目标，怎样才能发现走向成功的捷径，以最快，最稳的步伐向成功迈进。

► 在哪个方向你能成功？

成功对于每个人都意义非凡，我们总是梦想着有一天能过上幸福、快乐的生活。

幸福和快乐往往是需要建立在事业成功上的。由于没有科学合理的人生规划，很多时候我们就像无头苍蝇一样撞来撞去，找不到正确的前进方向。这是我们走向失败的重要原因。

虽然有强烈的欲望驱使我们追求成功，但缺少规划，缺少目标，我们是很难坚定地前进的。

设定一个适合的目标就等于成功了一半。明确目标，成功的动力才能源源不断。

明确目标是迈向成功的第一步，也是最重要的一步。试想，如果一个人连自己要去哪里都不知道，那他又怎么可能会赢得胜利呢？

当然，一个人的成功与他的勤奋、努力有着很大的关系，但话又说回来，一个失去方向的航船，即使它的马力强劲，也是无法到达目的地的。所以，制定目标是我们获得成功非常重要的一步。

美国前财务顾问协会的总裁刘易斯·沃克曾接受一位记者的采访，话题是有关稳健投资计划基础的。他们聊了一会儿后，记者问道：“到底是什么因素使人无法成功？”

沃克回答：“没有明确的目标。”

当记者要求沃克进一步解释时，他说：“我在几分钟前就问你，你的

目标是什么，你说希望有一天可以拥有一栋山上的小屋，这就是一个模糊不清的目标。问题就在‘有一天’不够明确，因为不够明确，成功的机会也就不大。如果你真的希望在山上买一间小屋，你必须先找到那座山，核算一下你想买的那栋小屋的价值，再考虑通货膨胀等因素，计算一下在5年之后这栋房子的价值。然后你再决定为了实现这个目标，你每个月至少要存多少钱。如果你真的按照上面说的去做了，那么你可能在不久的将来就会拥有一栋山上的小屋，但如果你只是说说，梦想就可能不会实现。梦想是简单而让人兴奋的，但如果没有切合实际和充足全面的计划，那最后只能是妄想而已。”

说了这么多，大家都已经深刻认识到了目标对于我们未来发展的重要性。那么，我们该如何为自己制定目标呢？笔者根据诸多成功人士的亲身经历，制定了以下几点关于制定目标需要注意的事项，希望能够给大家一些帮助。

第一，你要清楚地认识到，目标必须属于你自己。你的目标一定要由你来定，因为你才是实现目标的原动力。要切记，别人为你安排好的路，往往会让你迷失，只有自己开辟出的路才能走得坚定。制定目标也是同一道理。

第二，目标必须有很强的针对性。就像在一个艳阳高照的天气里，你用一面放大镜放在报纸上，并且保持和报纸间有一小段距离。如果放大镜是移动的，永远也无法点燃报纸。只有保持放大镜的焦点对准报纸，集中太阳光的能量，纸才会燃烧起来。

不管你具有多大才华或本事，如果你无法管理它，将它聚集在特定的目标上，并且一直保持在那里，你是很难获得成功的。就像猎人并不是朝鸟群射击，而是每次选定一只作为“特定”目标一样。

第三，目标必须是长期而坚定的。没有长期的目标，你可能就会被