



真希望我 20几岁 就知道的 人生经验

不必问师，却能洞悉人生真谛
融会贯通，方能畅游人生江河



 中国纺织出版社

真希望我
20几岁
就知道的
人生经验



中国纺织出版社

内 容 提 要

20几岁是年轻人走向成功的尝试期,也是获得经验和智慧的最佳时期。从懵懂走向成熟的道路上,年轻人需要选择正确的人生方向,掌握必备的人生经验和智慧,这样才不会迷失前进的方向,不会在现实中处处碰壁,不会被成功拒之门外。

这是一本讲授人生经验和智慧的书,书中每一条人生经验和法则都有强大的生命力。在生活中奉行这些经验和法则,便能获取强大的精神力量,这必将改变你的人生观,最终使你的生活和处境发生根本性的改观,在通往成功的道路上健步如飞!

图书在版编目(CIP)数据

真希望我20几岁就知道的人生经验/胡善林编著. —北京:

中国纺织出版社, 2011.4

ISBN 978-7-5064-7121-3

I. ①真… II. ①胡… III. ①人生哲学—青年读物

IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第243602号

策划编辑:黄磊 责任印制:陈涛

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010—64168110 传真:010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail:faxing@c-textilep.com

北京云浩印刷有限责任公司印刷 各地新华书店经销

2011年4月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:15.5

字数:189千字 定价:25.00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



20几岁，正是人生鲜花盛开的季节，也是离开父母、离开师长独自开始在社会的大潮里闯荡的人生角色转换期。我们不再是那个曾经幼稚天真的小孩，我们已经准备开始承担生存与创业的重担。

刚进入人生的大江大河里弄潮，难免要呛几口水；要在社会中为自己的生存而战，也难逃挫折与失败。所以，在这一时期，你可能每天还会在梦想与挫折交织的罗网中，体验酸、甜、苦、辣、咸等不同的人生况味。

20几岁，是人们走向成功的尝试期，也是获得经验和智慧的最佳时期。从懵懂走向成熟的道路上，年轻人需要不断选择和调整正确的人生方向，掌握必备的人生经验和智慧，锻炼自己的毅力与心性，这样才不会迷失前进的方向，不会在现实中处处碰壁，不会被成功拒之门外。

当今的社会，是一个到处都充满着激烈竞争的角斗场。无论是求学、求职、创业，还是婚姻、家庭，生活中任何需要我们涉足的领域都充满了难以预想的变数。一个20几岁的年轻人在没有经过相当的精神准备之前，就贸然进入这样一个“刀光剑影”的场地中来，难免不受些小磨难。或许就在你欣

欣然满怀希望地奔向眼看到手的成果时，转瞬间已成他人囊中之物，只剩你一脸的茫然与无助了。

要想在激烈的竞争中保持不败的战绩，一方面要提高自己的内在素质，另一方面要为自己创设能够取胜的外部环境。这其中“强身固本”，加强自身修养，增加自身应对社会各种挑战的知识、技能，是决胜的基础。因为它能调动我们积极投身社会实践的内部因素，让我们能够以一种高昂的精神状态面对生活、工作中遇到的任何艰难困苦。“狭路相逢勇者胜”，建立起可以战胜一切磨难的必胜信念，我们的成功之路就已经走了一半。

然而，要在激烈的竞争中保持不败的战绩，我们还必须努力让自己适应于多变的外部环境，在与周围环境的切磋中，实现游刃有余、左右逢源的从容。社会是由千千万万的人组成的，20几岁年轻人要想在社会中闯出一条属于自己的道路，必须首先能够融入社会中，然而有时，我们则不得不审时度势、韬光养晦，经由一段默默的“蛰伏”后方能一飞冲天、一鸣惊人。

人生经验和智慧的传承，可以让我们在自我奋斗的道路上少走弯路。因为每一条人生经验和法则的得来都是前人付出了心血、汗水甚至生命的代价，所以，一代又一代的人们在面对相同、相似问题的时候，取过一本“锦囊”来，就可以得到一条取胜的“妙计”，就可以选择一条通向成功的捷径。本书就是在这样的指导思想下，结合当前社会现实中青年人初次踏入社会时出现频率最高的问题，提供了可资借鉴的经验和法则。如果我们在生活中能够不断地研磨、灵活地运用这些经验和法则，便能获取强大的精神力量，在求学、求职、创业、婚姻、家庭等方面达到如鱼得水、游刃有余的境界。

不必问师，却能洞悉人生真谛；一书在手，融会贯通，就能畅游人生的大江大河。读这本书必将改变你的思想和人生观，最终使你的生活和处境发生根本性的改观，从而帮助你在通往成功的道路上健步如飞！

在本书的编写过程中，承蒙得到许多师友的帮助和支持，他们是：吴秀峰、曹贤芳、张清颖、贾翠平、王亭亭、刘墨屹、钱丽、唐海彬、谢万龙、赵鸿飞，在此一一表示谢意。限于编者水平，本书难免会出现一些纰漏和不足，恳请广大读者提出批评建议，以使其在不断修订中日臻完善。

胡善林

2011年2月



第一辑 20 几岁，培养好心态好习惯才会受益一生 1

心态决定想法，想法决定行为，行为决定习惯，习惯决定命运，命运决定你的一生！在现实生活中，人与人之间的命运原本并没有太大的区别，真正的区别在于心态和习惯。如果你想要主宰自己的命运，那么，请从现在开始做自己习惯的主人，并控制好自己的心态。

好心态成就好状态	3
改变命运，先要改变内心	7
快乐不在于拥有得多，而在于计较得少	12
习惯决定一生命运	16

第二辑 20 几岁，圆融说话变通办事才会受人欢迎 23

说话办事是一门学问，更是一门艺术。说话办事要讲本领，更要讲技巧。我们天天在说话，不一定就说对话；我们天天在办事，

不一定会办事。圆融说话、变通办事是一个人在复杂的社会环境中保全自己，在激烈的竞争中获得胜利的必备本领。只有那些说话得体、办事得当的人，才能在工作生活中左右逢源、四面通达。

少说话，多做事	25
话不说满，事不做绝	33
说话要把握分寸	39
做事敢于挑战权威，打破常规	47
学会吃亏，成功办事	54
要坚持，更要学会变通	62

第三辑 20 几岁，学会选择懂得放弃才会活得轻松坦然 ... 71

人生一盘棋，落子之时即为选择和放弃之时。落子无悔，每一次抉择更要无悔。成功与否，幸福与否，就要看我们能否正确地取舍。人生最大的难题是得失取舍，我们必须在纷繁琐碎中学会选择与放弃。只有学会选择和懂得放弃的人，才能拥有一份成熟，才会活得更坦然、更轻松。

选择比努力更重要	73
抓住最适合你的机遇	77
走出一条属于自己的路	85
思路广一点，出路多一点	92

第四辑 20 几岁，善待别人尊重对方才会人际和谐 99

善待别人，关心别人，这是对别人的一种尊重，同样也是一种人格魅力的表现。当你尊重别人，别人就会尊重你，你重视别人，别人也才会重视你；一个不懂得尊重别人的人，同样也不会得到别人的尊重。他将会远离人群，很难和他人建立良好的人际关系，他会孤独、寂寞、抑郁、消极甚至无助。只有善待他人，你才能拥有更多的好朋友，成为一个讨人喜欢、受人尊敬的人。

善待别人，就是善待自己	101
与其抱怨别人，不如改变自我	109
保持个性，尊重他人	117
他人隐私碰不得	126
多交朋友，少树敌	130

第五辑 20 几岁，只找方法不找借口才能悟透成功之道 ... 139

每个人都遇到过这样或那样的困难，每当此时，有的人积极想办法去解决问题，而有的人则去寻找借口，逃避责任。于是，前者成功了，后者沦落为失败者。要成功，绝对没有借口，有借口，绝对不会成功。只有失败者才会为粉饰自己的失败而四处寻找借口。成功者，永远只会专注于找方法。凡事找方法解决者，一定是成功者；凡事找借口推脱者，一定是失败者！

成功不能只靠自己	141
成功寓于细节，小处不可随便	146

没有永远的失败，只有暂时停止成功	150
沉住气，才能成大器	156
放弃者不会成功，成功者永不放弃	164
感恩磨难，生气不如争气	172
积累人脉，学会感情投资	181
找准自己的定位	189

第六辑 20 几岁，用脑工作用心生活才会充实有意义 ... 193

行事于脑，生活于心。每个人都有自己的工作与生活方式。喜欢自己的工作，热爱生活和家庭，经常清点一下自己的生活和工作，调整自我，放松自己，好好工作，好好生活，不仅工作充实而有意义，生活也会充满乐趣。

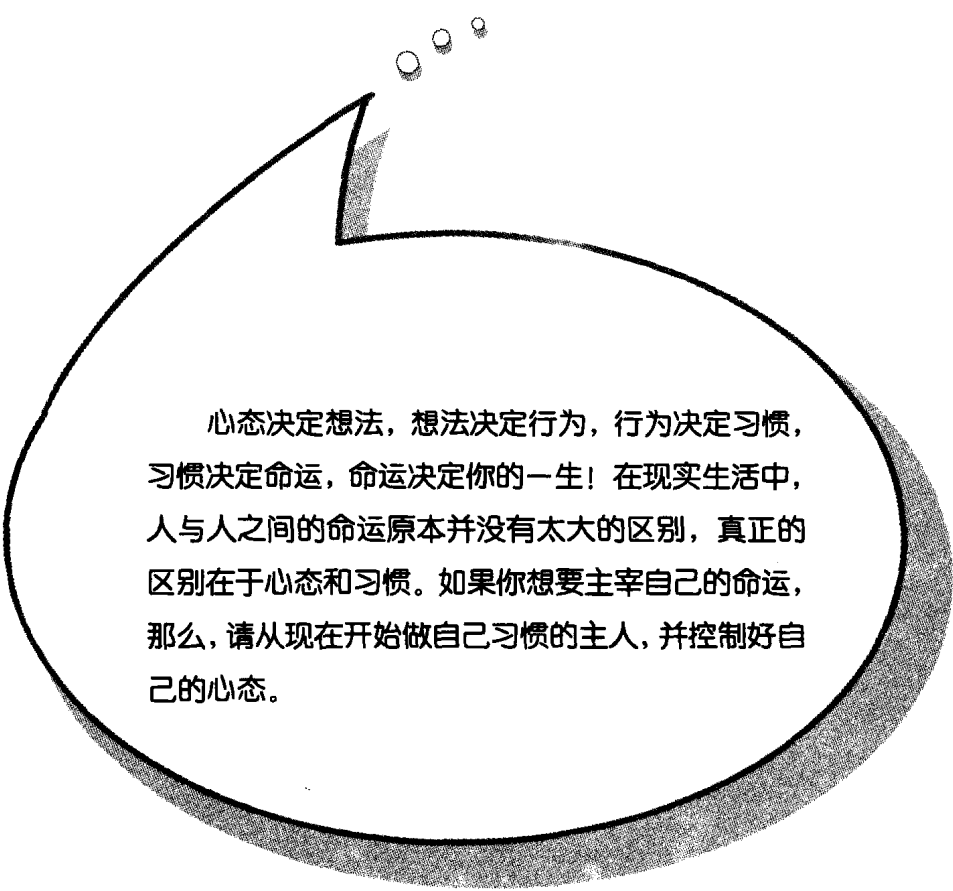
理财远比赚钱更重要	195
金钱是天使，也是魔鬼	201
抱怨工作不如热爱工作	210
升职有道，跳槽有方	221
不要草率结婚	229

参考文献 237

第一辑

20几岁，

培养好心态好习惯才会受益一生



心态决定想法，想法决定行为，行为决定习惯，习惯决定命运，命运决定你的一生！在现实生活中，人与人之间的命运原本并没有太大的区别，真正的区别在于心态和习惯。如果你想要主宰自己的命运，那么，请从现在开始做自己习惯的主人，并控制好自己的心态。

好心态成就好状态

一位哲人说：你的心态就是你真正的主人。要么你去驾驭生命，要么是生命驾驭你。人生中有晴天丽日，也有阴雨霏霏。悲观的人总是看到红灯，积极的人则总是看到绿灯，因此才有了不竭的动力。人生并非只是一种无奈，而是可以由自身主观努力去把握和调控的，心态就是调控人生的控制塔。人有什么样的心态，就会有什么样的生活和命运。

为自己的心情做主

心态是人生态度的具体化，是人生态度的现实反映。积极乐观的人生态度决定了人的心态环境，一个人需要有积极的心态。你也许听过这样的谚语：“成功吸引更多成功，而失败带来更多失败。”这句话真是一语中的。为成功而努力会使你更有能力迈向成功；如果你什么也不做，坐等失败，只会使你遭受更多的失败。

曾经在一场世界性的桌球比赛中，其中有一位技术一流的球员就是败在自己一直引以为豪的心理素质上。

那一次，他刚进赛场上时，有记者问他：球王先生，今天你觉得能取胜吗？他回答说：“能，因为我很放松”。比赛开始了，刚开始时，他遥遥领先，直到中间的局时，当他准备击球时，发现了一只苍蝇落在那球上，于是他想吓走它，用球杆挥了挥，不料，球杆碰到了球，就这样，失误的开始也是对手反

击的开始，看着局数逐渐被追上来，他感到了很紧张，甚至开始暴躁起来。

盘中休息过后，他再次开始，但是很不巧，白球上又落了一只苍蝇，任人怎样赶，总在球上逗留。最后的结果可想而知，球王情绪大受影响而输掉比赛。并且在这场关键的失利后，球王一蹶不振，竞技状态迅速下滑，最后不得不早早退役。这就是球王与苍蝇的故事。

其实，球王完全可以取胜的，但由于他的心态没有把握好，也没有足够的意志力，导致了他的失败，如果当时可以对那苍蝇视而不见，忽略它的存在，结果就不一样了；再退一步说，就算他真的战败了，但人的一生能没有失败的时候吗？他为什么不接受现实，接受失败呢？那下一次，胜的就会是自己。

一位名人曾经说过：“播下一种心态，收获一种思想；播下一种思想，收获一种行为；播下一种行为，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。”这句话的直接结果就是：心态决定命运。人的命运在自己手里，因为人掌握着自己的心态。

比尔·盖茨认为如果你以积极心态发挥你的思想，并且相信成功是你的权利的话，你的信心就会使你成就所有你所制定的明确目标。但是如果你接受了消极心态，并且满脑子想的都是恐惧和挫折的话，那么你所得到的也只是恐惧和失败而已。

这就是心态的力量，为什么不选择积极心态呢？

哲学家叔本华说过：“一个悲观的人，把所有的快乐都看成不快乐，好比美酒倒入充满胆汁的口中也会变苦一样。生命的幸福与困厄，不在于降临的事情本身是苦是乐，而要看我们如何面对这些事。”一个人的心态决定了自己的工作和生活状态，进而又影响着内心的快乐程度及幸福指数。面对一时的得失，应有淡然处之的心态。面对荣誉、成就，我们要知足者常乐。遇到

挫折、失败，我们要学会吸取经验从头再来……

要想生活快乐，就要有一份轻松的心情和健康的生活态度，一个好的心态对任何一个人而言都是非常重要的，好的心态是我们做好每一件事情、应对生活中出现的问题与困难必须具备的一个前提条件。

每个人都手持一把自己的钥匙，配上自己信念的锁，没有人能左右。用“猝然临之而不惊”的泰然自若，用“遗人玫瑰，手有余香”的宽宏大量，主宰自己的欢笑和泪水，方向和行动，我的心情我做主，就可以拥有一份“质本洁来还洁去，一抔净土掩风流”的洒脱坦然。岁月可以将我的容颜变老，但我一如既往地行进在我的方程式中创造自我。我的人生我创造，我的心情我做主。

以淡然的心态做人

是一条鱼儿，就安心地在水中游弋，从不羡慕鸟儿的飞翔；是一只鸟儿，就自由地在天空翱翔，从不探询水底鱼儿去向。

战国时期，楚国是个大国。那天，庄子正逍遥地在濮水上钓鱼。楚王派了两个大夫到庄子那里，毕恭毕敬地说：“想要用我们国家的事劳烦先生您啊！”话说得很客气，就是想要请他出山为相，希望把楚国的相位授给他。庄子手拿渔竿，头也不回，说：“我听说楚国有一只神龟死了都三千年了，楚王还把它包上，藏在盒子里，放在庙堂之上。你们说，这只龟是愿意死了留下骨头被人尊贵呢？还是愿意活着拖着尾巴在泥地里爬呢？”两个大夫回答：“当然是愿意活着在泥地里爬啊！”庄子说：“那好，你们请回吧，让我在泥地里活着吧！”

庄子视钱财如粪土，对功名不屑一顾。他在做漆园吏时，不因官小而气短，用非常心做平常事。从平凡上见功夫，力求不凡。庄子以“扶摇直上九万里”的心态，“乘天地之正，而御六气之辩，以游天地之穷”。在自己的天地里享受闲适，让心灵进入自由、快乐的状态，忘却烦恼；他不慕宝贵、不求功名。他善于调节自己的心态，淡泊名利、超然通达。他认为，善于堵塞利欲的洞穴，发觉悟之心，破色魔之障，节制欲望，就会没有忧虑，也是升华生命价值的最好选择。

居里夫人第一次获得诺贝尔奖之后，毅然将原来的100多个荣誉称号统统辞掉，专心研究，终于又再次荣获了诺贝尔奖。有一天，一位朋友来她家作客，看见其小女儿正在玩英国皇家学会刚刚颁发给她的一枚金质奖章，大惊道：“居里夫人，现在能得到一枚英国皇家学会的奖章是极高的荣誉，你怎么能给孩子玩呢？”居里夫人笑了笑说：“我是想让孩子从小就知道，荣誉就像玩具，只能玩玩而已，绝不能永远守着它，否则就将一事无成。”

这，实在需要一种淡泊的境界和气度。但愿，这淡泊成为一种人生的境界，被我们追求着；成为一种生活的态度，被我们演绎着；成为一种宽广的胸怀，被我们保持着……也许我们不能完全地拥有这境界，但我们一定要走在这样一条路上；也许我们不能完全拥有这态度，但我们一定要把这态度发挥到极限……因为，有了这种月白风清的淡定，也才有了人淡如菊的从容；因为，有了这种天高云远的潇洒，也才有了流水潺潺的心情。

淡泊是一种境界。浑浑噩噩、不思进取的人是无法“淡泊”的，他们眼中的淡泊不过是一种“平淡”和“玩世不恭”。淡泊也是一种胸怀，锱铢必较、气量狭窄的人是无法“淡泊”的——利己思想太重的人又怎样奢谈淡泊？淡泊更是一种信仰，公而忘私的人甘于淡泊，敬业奉献的人懂得淡泊，节操

高洁的人向往淡泊。研制“两弹一星”的科学家们不正是为了祖国的科技和国防事业而淡泊名利，默默奉献吗？然而也有一些人，虽然曾经为革命事业出生入死，功勋显著，但在个人荣辱得失面前，却斤斤计较，患得患失。为了追名逐利，他们放弃信仰和人格尊严，置党纪国法于不顾，胆大妄为，铤而走险，以身试法，最终落了个身败名裂的下场。

非淡泊无以名志，非宁静无以致远。人生有晴天，也有阴天；是雨天，又是雪天；不总是一帆风顺的。当你掉入泥沼之中，别老是想想着靠别人，要知道那摆渡生死的小船正握在你的手中，你唯一要做的就是如何战胜自己，摆渡出去！

幸福就像一只蝴蝶，你追它时追不着，当你静下来的时候，蝴蝶会栖息在你的身上……

改变命运，先要改变内心

你无法去左右你的未来，但你却可以真切地把握现在。走过泥泞不堪的人生之路，我们可以一次次跌倒。可是跌倒后的站起却让人走得更加稳健，挣扎后的步伐却让脚印踩得更深更扎实。一个健康的心态，比一百种智慧都有力量；一个人有什么心态，就有什么样的人生；一切的成就，一切的财富，都始于积极的心态。命运是残酷的，但它却是可以改变的，当命运向你关闭一扇门的时候，它一定会在另一个地方为你打开一扇窗。