



Huang
Dehui
黄德惠
—— 著

走自己的路

看自己的景

OWN TRIP,
OWN VIEW

光明日报出版社

走自己的
路

看自己的
景

OWN TRIP,
OWN VIEW

黄德惠 著

Huang
Dehui

光明日报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

走自己的路, 看自己的景 / 黄德惠著. -- 北京:

光明日报出版社, 2014.1

ISBN 978-7-5112-5630-0

I. ①走… II. ①黄… 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(2013)第284245号

北京市版权局著作权登记 图字: 01-2013-8705

本著作通过成都天鸾文化传播有限公司代理, 经华文网股份有限公司授予长沙魅丽文化传播有限公司独家发行, 非经书面同意, 不得以任何形式, 任意重制转载。本书限于中国大陆地区发行。

走自己的路, 看自己的景

著 者: 黄德惠

责任编辑: 庄 宁

策 划: 北京魅丽心情坊

封面设计: 棱角视觉工作室

责任校对: 张 翀

责任印制: 曹 净

出版发行: 光明日报出版社

地 址: 北京市东城区(原崇文区)珠市口东大街5号, 100062

电 话: 010-67022197(咨询), 67078870(发行), 67078235(邮购)

传 真: 010-67078227, 67078255

网 址: <http://book.gmw.cn>

E-mail: gmcbs@gmw.cn zhuangning@gmw.cn

法律顾问: 北京天驰洪范律师事务所

印 刷: 湖南凌华印务有限责任公司

装 订: 湖南凌华印务有限责任公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 880×1230mm 1/32

字 数: 135千字 印 张: 8

版 次: 2014年4月第1版 印 次: 2014年4月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5112-5630-0

定 价: 25.00元

目 录

序

当幸福来敲门，你人在哪里？

第一章

你的优势为何成不了大事？

童年的不幸不能作为逃避人生的借口，只有相信自己、全力以赴，才能改变命运。所以，现实对任何人来说，既不是天堂也不是地狱。因为，无论你的出身如何，无论你是贫穷还是富有，你永远都拥有扭转人生的机会与能力，就看你愿不愿意。无论现况多么险恶，挑战命运，至少有成功的可能。屈服于命运，就注定一事无成，一生平庸。

别认命，你的人生只欠缺一场革命 006

能否摆脱命运的枷锁，取决于你的意志力 008

生命可以大胆冒险，也可以一无所获 011

- 013 麻木生活，惰性改变不了现状
- 015 你成为什么样的人，取决于内心的设定
- 018 想迈向“理想中的自己”，先从外在小小的改变影响内心
- 020 让生活注入活水的深度：沉淀、运动、打扫
- 023 逃避现实，别让鸵鸟心态掩埋才华横溢
- 024 吃得了生活的苦，你才能拥抱自己的梦
- 029 人生没有过不去的关卡，上帝只会试炼你能应付的课题
- 031 不要忘了最初的自己想去哪里
- 033 兼具虚心与自信，就能化压力为动力
- 035 过分谨慎、害怕失败的心理要不得
- 039 渴望成功和害怕失败，造就人生的高低
- 041 软糖实验的启示：不要贪图一时之快
- 044 别为了一时之快，反而折损一生成就
- 047 没有人能打败你，除了你自己
- 050 先“求生存”，后“谈抱负”
- 051 眼睛长在头顶上，你不服人，人不容你
- 055 适应力差，会被公司排挤的人格特质
- 059 盲目听从，失去自我，尽信书不如无书
- 061 经验未必人人适用，自己的路还是得自己走

第二章

模仿名人模式，自己就能有出头之日？

无论你处在什么样的境遇，能对自己的信念越坚定，面对艰巨挑战就会越积极，才能成就一切。随时准备好退场机制，就不会被突发事件击败。害怕失败的念头是一个人不能走向梦想人生的最根本原因，因为你都不相信自己了，你还指望这世界上会有谁相信你？

模仿比尔·盖茨就一定能成功吗？ 066

模仿名人风险大，不如找出属于自己的路 068

做你喜欢的事，而不是做“成功几率比较大”的事 070

乔布斯曾说：“被苹果公司开除，是我的幸运。” 073

害怕失败是阻碍梦想的最大绊脚石 076

另辟新路，人生最好的投资是投资自己 079

- 084 打破旧模式，培养出一种新的“惯性”
- 086 在旧经验上找出路，等同于蠢蛋在守株待兔
- 089 打破惯性思维，去看不一样的风景
- 093 创造运气，就能让不好的事变成好事
- 094 命运之神只给肯修正自己的人一次机会
- 098 保持低调，不要锋芒毕露
- 101 让别人看不到你的强项，其实是在等待机会

第三章

致命弱点，是扼杀成就的最大杀手

我们不可能保证事事顺心，但可以做到坦然面对，与其为烦恼而抱怨，不如提升人生的视野，把心力花在各种阶段性的目标上，用思考解决之道取代无用的烦恼，你的人生就不会一再失焦。因为你只需要专注地看着今日的自己是否比过去的自己心智更茁壮、能力更优秀，其他的不过是过眼云烟，不足挂齿。

- 抱怨声越大，生活越糟糕 106
- 把解决问题的责任推给别人，会让人生开始走下坡 108
- 你是否是一个爱抱怨的人？ 111
- 把自己看得太重，就失去了飞翔的机会 114
- 天使能飞翔，是因为把自己看得很轻 116

- 119 把自己看得太重的人，往往是容易摔得最重的人
- 122 少说“因为……”，别让借口耽误你一辈子
- 124 如果你的人生没有一丝借口，梦想终将使命必达
- 127 用“宇宙化的视野”来分解忧虑疑惑
- 130 系统化思考，帮你分忧解劳
- 132 时刻提醒自己：“不要拖！”
- 133 为什么你有拖延症？
- 136 克服拖延心魔大绝招
- 138 以最喜欢的方式开始工作
- 140 不虚荣，面子无法带来实质幸福
- 143 表象的自尊无法取代内在的尊严
- 146 贪婪会让一个人忘了他原本的样子

第四章

坦诚做自己，你真正想要的生活是什么？

无论你处在人生何种阶段，都可以重新选择自己的人生，只要你用心去看世界，总能从僵化的现况中发现一些特别之处，然后慢慢地将这些体会累积起来，这就是你人生独特的养分。别再用众人的观点去审视自己的人生，发自内心地去寻找最能令你快乐、感动的事物，你就找到了梦想人生的路口。

- 走自己要走的路，不要把人生交给别人 150
- 别盲从，你的想法最好与众不同 151
- 可以照出五年后自己形象的“三面镜子” 153
- 在头脑中植入信念，不要给自己留退路 155
- 替潜意识下一道不容置疑的命令 156

- 158 信念能够帮你找到希望的出口
- 160 不要犹豫，而要全心全意投入
- 162 把梦想当成一口井，人生的源泉需要不断挖掘
- 164 坚持到底，就能把幻想变成现实
- 165 目标战略化，务实打造一个最好的自己
- 167 迎向梦想终点站，就从累积“小目标”的成就感开始
- 169 梦想不抽象，只要把目标具象化
- 171 用与生俱来的能量，积聚全宇宙的潜能来帮助你
- 173 应用吸引力法则，让心中的能量与宇宙相呼应
- 175 应用能量增长定律，运用赞美和感激来积聚力量
- 178 无论运用什么技巧，都别忘了真诚赞赏才能贴合初衷
- 179 用爱启动，所有的秘密源于美好的爱
- 181 平时有意识地去关注事物积极的一面
- 184 别忘了，宇宙中永远有取之不尽、用之不竭的爱

第五章

不涉足无感的领域，在兴趣的领域不断修行

亲近一些我们觉得值得学习的对象，吸取别人的正面经验后，我们可以将其有益的观点，用自己的方式去加以诠释、思考。如此一来，等于是将别人的优势与自己的优势结合，甚至能延伸出更深层、更受用的观点，这才是真正属于我们自己的东西，你的心才能真正地认同接纳，而让这些新颖的观点在潜移默化中微调人生。

- 读万卷书，从阅读中吸取他人日月精华 188
- 通过阅读，打开你封闭的心 189
- 突破既定思维，换一种角度来看问题 192
- 换位思考，激出另一种出路 194
- 不放过任何学习的机会，现在就为自己工作 196

- 198 工作其实就是人生，别把自己做小了
- 201 回避投射效应：不当炮灰，也不过度防卫
- 204 做好分内的事，不善交际也能赢
- 207 利用泡菜效应：和比你强的同事一起吃午饭
- 209 替自己的心装一套防毒软件，只下载受用的更新程序

第六章

我到底该为生活而工作，或为梦想而工作？

如果你把工作看成一份领干薪的职业，那么你也把自己看得太廉价了，因为同样的工作，别人能够从中获得成就与热情，但你的收获却只有每个月的那份薪水，岂不把自己看扁了。一个人如果在他的工作中有杰出的表现，百分之八十五是取决于他的工作态度，而只有百分之十五是取决于他的智力和专业知识。

- 燃烧热情，让工作与梦想接轨 214
- 能否领略工作的艺术，全看自己的心 216
- 工作态度比专业知识更重要 218
- 创新源于好奇，梦想成就未来 220
- 打开创意的头脑，玩转人生 222
- 将拥有“亿万资产”作为奋斗目标 224

- 228 先少后多，小钱是筑梦的必经之路
- 229 如果你连一枚硬币都不在乎，怎么谈发财呢？
- 232 应用马太效应：让财富像滚雪球般越滚越大
- 234 用自我价值，滚出财富的雪球，完成人生的使命
- 236 用心做好每个小细节，就能完成不可能的任务
- 238 为了你自己而活，不要为了别人而活

序

当幸福来敲门，你人在哪里？

全球畅销书改编成的电影《当幸福来敲门》中，
全 有一幕主角克里斯·贾纳走在纽约的闹市区，

他望着来来往往的路人，禁不住问自己：“为什么其他人看起来都这么幸福，而我却不能？”

如同多数的好莱坞电影情节，克里斯·贾纳在经历诸多现实的转折后，找到一生的志愿，成为美国少数的黑人富豪。但这并不只是一个激励人心的电影，更是一个人在面对现实与追寻梦想间不断跌倒、又不断重新站起来的人生。

或许你觉得克里斯是受到幸运之神的眷顾，才能走出人生的低潮。不过，设身处地地思考一下，如果你身为一名单亲父亲，必须独力抚养孩子，且自己的职业又是无酬的股票业务实习生时，你是否也能具有如同克里斯·贾纳

一般的信念、勇气，与努力不懈的毅力，直到幸运之神来敲门？

或是你会选择和多数人一样，因为害怕追求梦想的风险，于是一生都在寻求安稳，最终偏离了属于自己的人生轨道，导致幸运之神在芸芸众生中找不到你的身影，梦想才会迟迟无法实现？

“我这辈子只能这样了吗？”

“我每天努力工作，认真为家庭付出，为何就是不快乐、不满足？”

“我该如何找回自己失落的人生？”

在午夜梦回时，或许你也常常如此反问自己，却对极想证明人生价值的自己使不上力。

其实人人生来都有专属自己的天赋使命，只是迫于现实的考验，你把内在的自我遗漏在某段人生的转折点，即使最后你的确站上了某个耀眼的舞台，但那却不见得是你朝思暮想的幸福。因此，成就越大，精神压力反而越大。

一旦我们偏离初心，失去了与真实自己的连接，就会让真心的能量一点一点消失。即使满足了外在所有需求，却始终弥补不了心中的破洞——其实我不想成为任何人的复制品，我只想做我自己。

所幸，人生永远都有重来的可能。只要你发自内心地想改变，宇宙也会听见你的心愿，用全世界的力量来帮助