

生活给你的，一定是你能承受的

宿文渊 编著

你从来不缺梦想，缺的是
应付这个世界的办法

即使你是一匹千里马，
遇到伯乐才能梦想成真

版集团股份有限公司



生活给你的，
一定是
你能承受的

宿文渊 / 编著



吉林出版集团股份有限公司

版权所有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

生活给你的,一定是你能承受的/宿文渊编著.——

长春:吉林出版集团股份有限公司,2018.9

ISBN 978-7-5581-5778-3

I. ①生… II. ①宿… III. ①人生哲学-通俗读物

IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第221464号

SHENGHUO GEI NI DE ,YIDING SHI NI NENG CHENGSHOU DE
生活给你的,一定是你能承受的

编 著:宿文渊

出版策划:孙 昶

项目统筹:孔庆梅

责任编辑:王 妍 姜婷婷

装帧设计:韩立强

出 版:吉林出版集团股份有限公司

(长春市人民大街4646号,邮政编码:130021)

发 行:吉林出版集团译文图书经营有限公司

(<http://shop34896900.taobao.com>)

电 话:总编办0431-85656961 营销部0431-85671728 / 85671730

印 刷:天津海德伟业印务有限公司

开 本:880mm×1230mm 1/32

印 张:8

字 数:160千字

版 次:2018年9月第1版

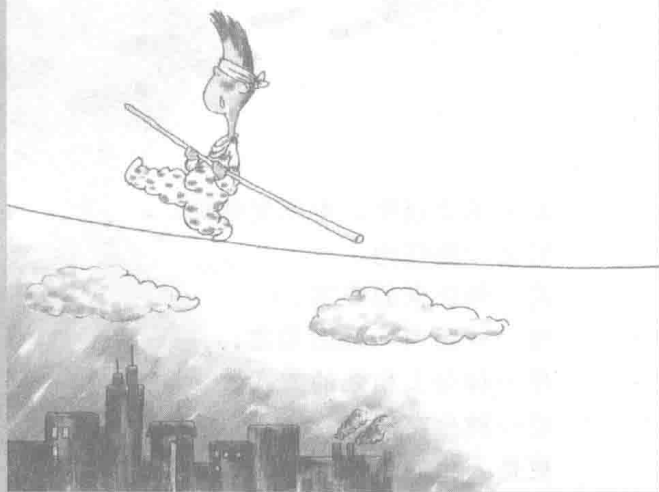
印 次:2018年9月第1次印刷

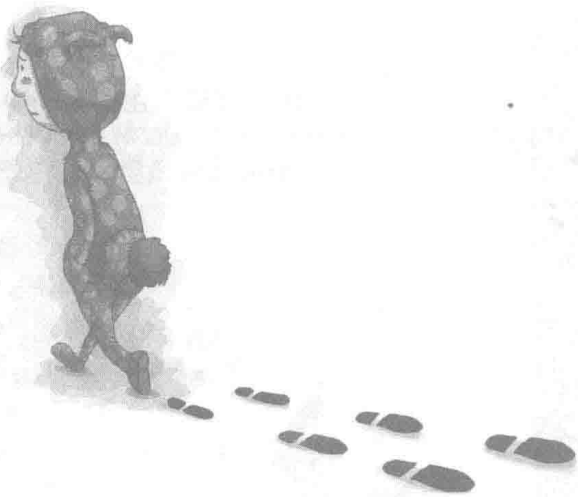
书 号:ISBN 978-7-5581-5778-3

定 价:38.00元

印装错误请与承印厂联系 电话:022-82638777

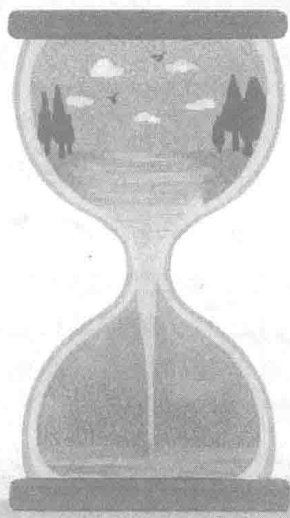
你从来不缺梦想，
缺的是应付这个世界的办法。
有梦想固然不错，
但是不管梦想多么完美，
一旦碰到了现实，
也必须适度地妥协，
否则，到最后往往会一事无成。

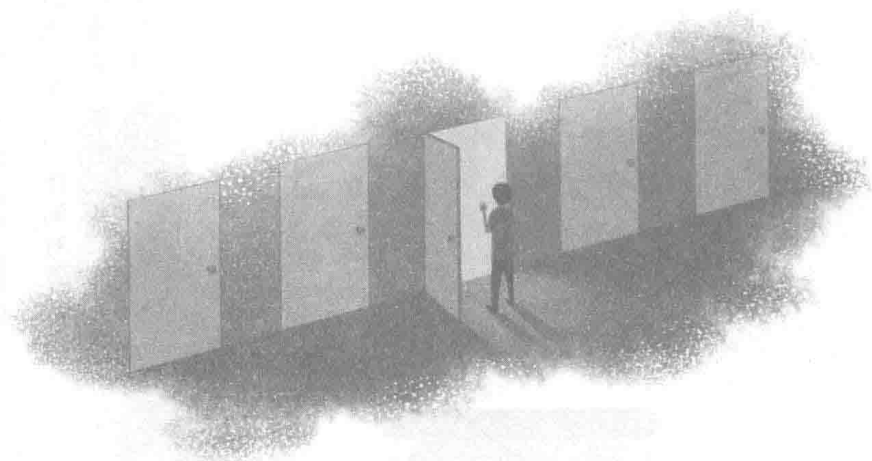




低头不是自卑，更不是怯懦；
它是一种能力，
是一种处世的姿态，
是一种思考问题的角度，
是一种与人相处的方式，
是一种生存策略，
更是人生的大智慧。

我们要学会适应现实，在面对各种困难时勇往直前，不断成长，才能在将来闪耀绽放。





即使你是一匹千里马，
遇到伯乐才能梦想成真。
如果你希望自己的才华有用武之地，
那么就要有意识地寻找自己的伯乐。
不管你有多少才华，
如果缺少伯乐的赏识，
也很难有成功之日。

PREFACE
前言

刚走出校门的年轻人难免有些理想主义，怀抱着梦想，憧憬着未来，有着不肯与世俗妥协的清高。平日里他们锋芒毕露，职场中他们看不起基层的工作，交际中他们高谈阔论……然而，这些年轻人常常处处碰壁，甚至被撞得头破血流，不但成就不了任何事业，甚至连容身之所都没有。有梦想固然不错，但是不管梦想多么完美，一旦碰到了现实，必须适度地妥协，否则，到最后往往会一事无成。

对绝大多数年轻人而言，缺少的并不是各种人生的梦想，而是帮助自己应付这个世界的各种办法，缺乏做事的方法和技巧，所以终究还是成就不了梦想。这是一个竞争的时代，也是一个放飞梦想的时代，优胜劣汰，适者生存。如果你一心只读圣贤书，两耳不闻窗外事，那么你只不过徒有满腹经纶而无所用；如果你不懂应变之道，那么你也只能处处碰壁；如果你只知争强好胜，不懂屈伸进退，那么你也只能赔了夫人又折兵；如果你总是心直口快，不加掩饰，不知用晦于明、藏巧于拙，那么你也只能聪明反被聪明误，搬起石头砸自己的脚。凡此种种，都是不善于处世的表现。不会处世，痛

失良机的是你，四处碰壁的是你，功亏一篑的是你，扼腕叹息的也是你。

俗话说：“直木遭伐，水满则溢；地低成海，人低成王。”现实生活中常常有这样一些人，他们很有能力，也不乏干劲儿，但为人傲气十足，处处把头抬得很高，不屈就现实中的一些低矮“门槛”，这些人最终只能以失败收场。我们要学会适应现实，在面对各种困难时勇往直前，不断成长，才能在未来闪耀绽放。

本书从年轻人最关心的人际关系、职场、金钱、恋爱、婚姻等人生问题入手，开启年轻人与这个世界的和解之门，帮助他们转变认识，学会适应现实，在复杂多变的社会环境中把握做人的准则，衡量处世的分寸，学会退让，懂得妥协，在人生的舞台上走好每一步，扮演好每一个角色，尽快获得事业的成功，找到人生的幸福。

第一章 你要现实地活着，才有闪亮的未来

- 不要跟这个世界格格不入 /2
- 少一分书生气，多一分入世心态 /5
- 适者生存，做人要随时调整自己 /8
- 既然无法改变，那就去适应 /11
- 摒弃“怀才不遇”的想法 /14
- 年轻人要有担当 /17
- 把自己看轻些 /19
- 不要太高估自己 /23
- 即便你是天才，也应该保持谦逊 /26
- “架子”越大，身份越低 /29
- 不要随意张扬个性 /32
- 别人不会像家人一样迁就你 /34

第二章 你从来不缺梦想，缺的是应付这个世界的办法

追求理想也要兼顾现实 /38

有才华的人一事无成，只因跟错了人 /41

选老板一定要慎重 /43

你想成为什么样的人，就跟随什么样的人 /46

主动结交比你优秀的人 /49

做好人，但不做滥好人 /51

不以卵击石，在后退中积蓄成功的力量 /53

外露的聪明不如深藏的智慧 /56

灵活应变，全面兼顾 /60

放下“身架”，才能抬高“身价” /62

主动示弱，赢取人心 /64

第三章 即使你是一匹千里马，遇到伯乐才能梦想成真

你不是怀才不遇，是没有建立人际关系 /68

工作10年后，你的才华远不如资源引人注目 /70

社会不需要独行侠，单打独斗早晚要摔跟头 /74

笨人才认为“一切靠自己” /76

人在社会中，独木难成林 /79

成功人士的共同特征——善于向他人求助 /82

个人主义在现代社会早就落伍了 /85

关键时刻，背后的人际关系决定你的命运 /89

你身边的5个朋友决定你的财富指数 /92

第四章 死要面子活受罪，别让不好意思害了你

死要面子，活得累 /96

别为面子沉浸在别人的吹捧中 /99

真正的快乐和地位、面子没有关系 /101

走出虚荣的死胡同 /103

莫怕出丑而失去尝试的机会 /104

消除自己渴望被赞许的心理 /106

舍得面子才能得人心 /108

做人要敢于抛下面子 /111

面子放下一点，交际顺利一点 /112

迎着别人的嘲笑前行 /115

人前放下面子，内心挺起腰杆 /118

第五章 学会低头，才能出头

还当不了领头羊时，就先躲在羊群里 /122

只有坐得了冷板凳，才能坐得了高堂 /125

从宋兵甲到喜剧王的蜕变 /129

做人要“降低”一个层次，做事要提高一个档次 /132

做甘当扶梯的副手 /135

“笨小孩”的“低调哲学” /137

懂得低头的人最聪明 /140

没有花的芳香就当最有生机的绿叶 /142

做人做事能而有度 /144

适时当回第二名 /146

第六章 职场会做事，也要会处世

职场中的理想与现实 /150

不要掉入越位犯规的陷阱 /153

学历不代表能力 /155

关键时刻勇于为老板“补台” /159

不要向老板挑战 /161

先升值，再升职 /164

晋升：早“下手”为强 /167

擦亮眼睛，做晋升路上的“机会主义者” /170

用点小木盖住老板心中的痛 /173

既要努力工作，也要适当表现 /175

把功劳让给老板是明智的捧场 /177

第七章 恋爱不仅要情怀，还要有技巧

借鉴《恋爱兵法》，爱到深处不妨“趁火打劫” /182

甜言蜜语不妨多说一点，爱情才不会枯萎 /184

- 男人要会“哄”，女人要会“柔” /187
- 消除陌生感，缩短与她的心理距离 /190
- 要她爱，你先“坏” /194
- 对女孩贴心，可以让恋爱急速升温 /197
- 含蓄地表达爱意更能取得对方的认可 /200
- 让她感动，她才会甘愿被你握在手中 /201
- 听懂女人的话外音，不做她眼中的“木头” /203
- “女追男”又何妨，该出手时就出手 /206

第八章 别说谈钱很俗，钱是生活中不可缺少的

- 人喜欢与喜欢自己的人在一起，钱也一样 /210
- “月光族”看似潇洒，其实并不潇洒 /212
- 理财趁年轻，早理财早受益 /215
- 别拿钱不够花当不理财的理由 /218
- 别让自己掉进信用卡透支的陷阱里 /221
- 不要花明天的钱做今天的事 /224
- 坚决不做“啃老族” /227
- 扔掉父母呵护的“拐杖” /230
- 经济独立了，你才能挺起腰杆做人 /232
- 别再让父母为自己埋单 /236

第一章

你要现实地活着，

才有闪亮的未来



不要跟这个世界格格不入

有一位网民慨然撰文哀叹：“我是一个传统意识非常强的人，虽然年轻，但是总感到自己和现在的经济社会格格不入。我向往古人的那种侠义豪爽和忠肝义胆，但在现代人身上早已找不到这些优秀的品质了，反而充满了虚伪和欺骗，充满了铜臭味儿。我觉得即使是孔子再生也无法适应现代社会，何况我呢？”

其实，无论我们生活在哪个年代，都难免对这个世界存在“水土不服”的问题。因为这个世界毕竟不是按照我们的要求设计的，难免存在这样或那样不尽如人意的地方。如何缩短现实与我们自身愿望之间的距离呢？大文豪萧伯纳说：“明智的人使自己适应世界，而不明智的人只会固执地坚持让世界适应自己。”

地球是不会随着我们的指挥棒转动的，坚持要世界适应自己，无非是发发毫无价值的牢骚、喝几瓶闷酒，或者做几件荒唐事而已。这对改善我们的精神状态和生活质量没有任何帮助。