

# 명심보감

## 더 똑똑해지기 위해 매일 할 수 있는 10가지 작은 습관들

1. 온라인상에서 똑똑하게 시간을 보내라. (ex. 킬링타임 보다는 TED 강연)
2. 배운 것을 직접 적어라. (하루 400자)
3. '했던' 리스트를 만들어라. (지능의 큰 부분은 자신감과 행복) (have to list가 아닌 I Did list)
4. 보드 게임과 퍼즐
5. 똑똑한 사람들과 지내기
6. 많이 읽어라 (양이 중요)
7. 다른 사람에게 설명해라. (만약 어떤 것에 대해 간단하게 설명하지 못한다면, 그것에 대해 충분히 잘 이해하지 못한 것이다 - 아인슈타인)
8. 되는 대로 새로운 것을 해라. (ex. 스티브잡스)
9. 새로운 언어를 배워라.
10. 휴식시간을 가져라.

---

아무리 고난이 있어도 결국 지난다.

다 지났을 때 행복할지 아닐지는 고난에서의 내가 정한다.

어려운 것에 관하여,

처음 볼 때는 손도 못 댈 만큼 어렵고, 다음에 볼때에는 해결에 약간 가까워지나 다시 실패할 수도 있다. 하지만 그 다음에 볼 땐, 해결하는데 성공한다.

항상 총명하게, 호기심을 채우며 적극적으로 살자.

눈과 귀를 열고 집중하며 세상을 듣고 보며 골똘히 생각하자.

해가 떠있을 때는 전투하듯이 전사로서 공부하고,

해가 저있을 때는 연구하듯이 학자로서 공부하라.

언어를 공부할때는 사전과 번역기를 언제나 손에 쥐고있어라.

나태한 자가 되지 말자.

아버지께서 말씀하신 작심삼일, 작심삼월, 작심삼년을 기억하자.

그 고비를 넘는 자만이 살아남는다.

열심히 살고있다고?

잘하고 있네.

근데 그거알아?

어중간하게 열심히 해서는 성공 못 해.

미치도록 해야 성공하는거야.

미래를 위해 투자하고

현재에 집중하자.

지식도 중요하지만 지혜가 더 중요하다.

인격적으로도 발전을 해야한다.

열등감은 내가 더 나아질 이유이고 연료이다.

힘든 것 조차 익숙해지도록 만드는 것이 성공이다.

끊임없이 뇌를 발달시키자.

스파르타처럼,

죽이겠다가 아니라 죽겠다는 생각으로.

사람이 나이가 들 수록 시간이 확확 감.

그 이유는 신경 세포들의 소통 속도가 느려져서 그럼. 신경 전달 속도가 느려져서 시간이 확확 지나감. 신경 전달 속도가 빠르면 시간이 느리게 흘러감.

신경 전달 속도를 높이는 2가지는 카페인(5분), 집중.

## 명언집

실제로 필요할 때 무조건 구현하되, 그저 필요할 것이라고 예상할 때에는 절대 구현하지 말라. -  
론 제프리

힘겨운 훈련을 참아낼 것.  
아무리 위험이 닥쳐도 냉철한 정신을 잃지 말 것.  
죽음을 담담하게 맞을 것.  
- 검도의 기본 정신

하수는 한번에 하려고 하고 고수는 단계적으로 한다. - 누워서 읽는 알고리즘

풀리지 않는 문제들 앞에서 결코 인내심을 잃지 마라.

불안이 밀려올 수도 있다.  
휩쓸리지만 앉았으면 좋겠다.  
밀려온 것들은 빠지기 마련이다.

매사에 일희일비하며 휘둘리지 말자.  
당고자 하는 지점에 우직하게 걸어가 보자.

신념으로 두려움을 녹여라.

해낸다는 확신에게 성공은 답을 준다.

오늘을 다하고 내일을 기다리자.

흔들리는 건 너의 눈과 활시위를 당기는 손이다.  
명중할 수 있을까 의심하는 마음이다.

바람은 너에게만 부는 것이 아니다.

멈춰 방황할 시간에 한 발 더 뛰어 지금을 살자.

근심은 욕심을 많이 부리는 데서 생겨난다.  
지금 네가 하는 것에 몰입!

자신의 노력을 존중하라.  
자존감은 자제력을 낳는다.

했더라면,  
혹은 하지 않았더라면.  
가정법으로는  
어디에도 닿을 수가 없다.  
현재를 살자.

삶을 이루는 것 중 상당수는  
사실 습관이고,  
습관이 행복한 사람이  
행복하다.

꾸준한 오늘이 있기에  
무한한 내일이 있다.

시간이 흐른다고  
미래가 되는 것은 아니다.  
미래를 내세워  
오늘 할 일을 흐리지 말 것.

“자네는 사람이 X위도구인가?”

“부끄럽지 않은 인간이 되시게”

- Ho 中 원이에게 범석 아저씨(노가다)가 한 말. -

<차라투스라는 이렇게 말했다>

“지체높은 인간들이여, 그대들 모두는 실패하지 않았는가? 용기를 잃지 말라. 그게 무슨 문제라고! 얼마나 많은 것이 아직도 가능한가!”

“앞으로는 어디에서 왔는가 아니라 어디로 가고 있는가 하는 것이 너희의 명예가 되기를! 너희 자신을 뛰어넘고자 하는 의지와 발길, 그것이 너희에게 새로운 명예가 되기를!”

“나 어떤 숙명을 맞이하게 되든, 나 무엇을 체험하게 되든, 그 속에는 방랑이 있고 산 오르기가 있으리라. 사람은 결국 자기 자신을 체험할 뿐이니. 내게 우연한 일들이 일어날 수도 있는 때는 지나갔다. 이미 나 자신의 것이 아닌 그 어떤 것이 새삼 내게 일어날 수 있다는 말인가!”

사람은 경험 때문에 현명해지는 것이 아니라, 경험을 받아들일 수 있는 능력에 따라서 현명해진다. - 조지 버나드 쇼

시간이 흐른다고 미래가 되지는 않는다. - 피터 틸, "제로 투 원" 中

한계는 환경을 탓하는 마음 때문에 생긴다. - 김동욱

내가 무서워하고 피하는 것이 내 약점이다 - 조정식

잠깐의 즐거움을 위해 앞으로의 즐거움을 포기하지 말자, 그건 너무 아까운 짓이다. - 조정식

미래에 대해 너무 생각하지 말고 과거에 얽매어있지 말자, 현재를 즐겨라. - 김동욱

우리가 가진 모든 것은 당연한 것이 아니라 참으로 감사한 것이다.  
오늘도 감사하는 맘으로..

최악의 상황에서도 최선을 생각하기를

주눅 들지 말고 흐트러짐 없기!

생각하는 쪽으로 삶은 스며든다.

아침의 신선함이 나른함으로 바뀌고 갑자기 아무것도 마음대로 되지 않을 때,

이때가 바로 멈추지 말아야 할 때이다.  
언젠가, 아마도, 그리고 만약에.  
앞으로 금기어들.

승자의 주머니 속에는 꿈이 있고  
패자의 주머니 속에는 욕심이 있다.

행운이란 100% 노력한 뒤에 남는 것이다.

최고의 장애는 당신 안에 있는 두려움이다.

마음이 없으면 보아도 보이지 않고, 들어도 들리지 않는다.

사람을 자발적으로 움직이게 하는 것은 호기심이다.

자주 미루는 사람에게는 일주일에 someday라는 요일이 하나 더 있다.

높은 벽은 그것을 넘었을 때 우리를 지키는 담장이 된다.

내 마음이 힘든 것과 그날 하루의 공부를 하지 않는 것은 다른 것이다.

지금보다 더 잘해야 한다는 압박감이 슬럼프를 만든다.

모든 꽃이 봄의 첫날 한꺼번에 피지는 않는다.

나이테는 나무가 겨울에도 자란다는 증거.  
그 겨울에 자란 부분이 더 단단함.

하고 싶은 일에는 방법이 보이고  
하기 싫은 일에는 핑계가 보인다.

확실한 미래는 확실한 나에게서 나온다.

텍스트의 가치는 읽는 사람의 정성에 따라 달라진다.

어쨌거나, 일단 시작하자.  
10분만 공부할 각오로 일단 책상 앞에 앉아라.

일찍 시동을 걸수록 몸도 마음도 가볍다.

실전을 연습처럼 할 수 있는 여유는 열심히 준비한 자만이 누릴 수 있다.

오늘 하나는 내일 둘의 가치가 있다.

걱정은 만기일이 되기도 전에 지불하는 이자이다.

뇌는 습관을 단축키로 인식한다.

나를 힘들게 하는 감정은 비우는 것이 아니라 좋은 감정으로 교체하는 것이다.

긍정적인 기억으로 부정적인 기억을 덮어라.

인생을 해롭게 하는 비애를 버리고 명량한 기질을 가져라. 웃는 하루!

네가 가진 생각이라는 강력한 무기를 믿어라.  
너를 믿는 하루!

스스로를 믿어라.  
자신감을 상실한 채로 계속 노력할 수 있는 사람은 없다.

새로운 하루를 위해 익숙한 일을 한다.  
모든 반복은 특별하다.  
오늘도 특별하게~

변명은 성장을 가로막는다.  
변명하지 않는 하루.  
변명할 것이 없는 하루 만들기.

조금 숨차도 한 걸음 한 걸음 그 소중함을 기억한다면 곧 비상할 것이다.

급정거와 급가속은 운전을 못하는 사람의 특징.  
공부도 마찬가지.

스트레스를 받는 것은 시간이 없을 때가 아니라 시간을 통제할 수 없다고 느낄 때이다.

생각은 크게, 실천은 작은 것부터

E와 F의 차이는 선 하나.  
Excellent와 Failure 차이는 선 하나.  
그것은 최선.

눈의 색깔은 바꿀 수는 없지만 눈빛은 바꿀 수 있다.

습관은 삶을 떠받치는 힘이다.

가슴 뛰는 삶, 그것에 무섭게 집중하라.

결심했던 때의 아름다운 나를 기억하자.

생각하지 않고 읽는 것은 씹지 않고 먹는 것과 같다.

아는 것이 아니라, 하는 것이 힘이다.

매일 10km를 달려두지 않은 사람은 경기 당일 풀코스를 달릴 수 없다.  
오늘도 달렸!



쓰지 않아도 저절로 줄어들고  
오늘이 지나면 다시 만날 수 없는 것은  
오늘이다.

아침의 작은 성취가 온종일 자신감을 준다.

너 자신을 더욱 깨끗하고 밝게 유지하라.  
너는 세상을 보기 위한 창문이니.

내가 아니라면, 누가?  
지금 이 아니라면, 언제?

노력을 중단하면 습관을 잃는다.

만족감과 함께 잠자리에 들고 싶다면  
매일 아침 투지와 함께 일어나야 한다.

기분 좋은 하루는 내가 만든다.

한계는 환경을 탓하는 마음 때문에 생긴다.

위대한 것들은 항상 나로부터 시작된다.

기쁘게 자고 기쁘게 일어나는 것만으로도 인생은 달라질 수 있다.

내일의 약속보다는 오늘의 노력이 중요하다.

내 일이 없으면 내일도 없다.

돌멩이에 넘어졌다는 것은 곧,  
너는 이미 그 돌멩이를 넘어섰다는 것이다.

이 순간을 넘어야 다음 문이 열린다.  
그래야 내가 원하는 세상으로 갈 수 있다.

세상이라는 퍼즐에 한 조각이 되어라. 너 없이는 완성될 수 없도록.

스승은 문을 열어준다.  
하지만 반드시 당신 스스로 들어가야만 한다.

여유는 능동적 선택으로부터 생기고,  
게으름은 선택을 회피할 때 찾아온다.

사자는 한번 정한 목표물을 바꾸지 않는다.  
선택과 집중이 그를 사자이게 한다.

길이 하나라면 잃어버릴 것도 없다.

네가 걷는 모든 길의 이름은 성장이다.

마음을 다한 노력의 끝에, 마음을 닦은 꿈을 만나기를.

기적을 일으키는 것은 신이 아니라 자신의 의지다.

습관은 나무껍질에 글자를 새긴 것과 같아,  
그 나무가 커 감에 따라 글자도 커진다.

장애물을 보는 자는 장애물에 부딪히고  
목표를 보는 자는 목표에 닿는다.

큰 뜻을 가진 사람은 작은 굴곡은 건넌다.  
견딜 수 있어야 한다.

불안도 습관이다.  
조금씩 없애야 한다.

출발은 가속보다 힘들다.  
이번 주도 힘찬 출발!

모든 것은 바꿀 수 있다.  
그리고, 나 역시 무언가를 바꿀 수 있다.

수동적인 노력은 고생이고  
능동적인 노력은 훈련이다.

즐길 것인가?  
견딜 것인가?  
오늘도 즐기길 바란다.  
파이팅!

인생은 토너먼트가 아닌 리그다.  
어제는 어제다.  
오늘이 중요하다.

아침에 눈 비비며 참고, 식사 후 졸림도 참아 얻는 잠은 하루를 잘 끝낸 나에게 주는 선물이다.

시련을 견디는 힘은 신념에서 나온다.

뇌는 우리가 믿고 기대하는 방향으로 작동한다.  
너의 신념을 지키는 오늘이길.

사과 속에 들어 있는 씨앗은 셀 수 있지만  
씨앗 속에 들어 있는 사과를 셀 수 없다.

너의 하루하루가 가능성의 범위를 확장하는 새로운 시작이 되었으면 좋겠다.

운명은 너의 힘으로 바꿀 수 있다.  
너에게 좋은 쪽으로 끌어 당겨라.

아침마다 나를 설득해서 책상까지 가게 할 수는 없다.  
반사적으로 책상 앞에 앉아야 한다.

불편함은 성장의 신호.  
너에게는 불편함을 이기는 강인함이 있다.  
오늘도 파이팅!

2가지 기쁜 일을 위해 8가지 힘든 일을 슬기롭게 이겨내면 10가지가 모두 기쁨으로 올 것이다.

마음이 걱정과 긴장으로 젖어 있으면 열정의 불씨가 발생해도 의지로 불이 옮겨 붙지 못한다.

운전대를 잡아라.  
조수석에서 할 수 있는 것은 불평뿐이다.

지름길은 빠른 길이 아니라 바른 길이다.

비교는 내 행복의 기준을 남에게 넘겨주는 것이다.

현명한 사람은 내일이라는 공수표를 믿지 않는다.  
오늘도 열공!

정말 걱정해야 할 것은  
걱정만 하고 있는 자신의 모습이다.

너의 능력은 세상의 평가보다 더 높은 곳에 있다.  
자신감!

좋은 생각엔 더를 부치고  
나쁜 생각엔 덜을 부쳐보자.

더 행복하다.  
덜 힘들다. 덜 어렵다.

찰나를 이겨라!  
일단 그렇게 선택하면 그 다음으로 나아가는 것은 쉽다.

넘을 수 없는 벽이라고 고개를 떨구고 있을 때 담쟁이 잎 하나는 결국 그 벽을 넘는다.

높은 벽은 그것을 넘었을 때 우리를 지키는 담장이 된다.

후회는 내가 했던 행동보다 하지 않았던 행동을 향한 미련이다.

오늘보다 내일,  
내일보다 모레,  
조금씩 성장하고 있다는 믿음이 습관을 만드는 힘이다.

해야함은 할 수 있음을 함축한다.

성공으로 가는 엘리베이터는 고장.  
계단을 이용한다.  
한 계단, 한 계단씩.  
오늘도 힘찬 걸음!

지혜로운 사람은 사소한 일상을 통해 자신 스스로 주인이 된다.

여전할 것인가,  
역전할 것인가.

자잘한 충동에 일일이 화답하며 기회를 흘려보낸다면 평생을 기다려도 쫓구칠 수 없다.

• Great deeds are usually wrought at great risks - Herodotus

• 김동욱쌤의 칼같이 비유, 그물의 비유.

행동가처럼 생각하라  
그리고 생각하는 사람처럼 행동하라

미래는 현재 우리가  
무엇을 하는가에 달려있다

모든 전사중 가장 강한 전사는 이 두가지  
시간과 인내다

얻기 어려운 것은 시기요  
놓치기 쉬운 것은 기회다

위대한 사람은 목적을 갖고  
평범한 사람은 소원을 갖는다

생각대로 살지 않으면  
사는대로 생각하게 된다

로마는 하루아침에 세워지지 않았다

나는 똑똑한 것이 아니라 단지 문제를 더 오래 연구할 뿐이다. - 알버트 아인슈타인

고개 숙이지 마십시오.  
세상을 똑바로 정면으로 바라보십시오.

- 헬렌 켈러 -

고난의 시기에 동요하지 않는 것,

이것은 진정 칭찬받을 만한

뛰어난 인물의 증거다.

- 베토벤 -

사막이 아름다운 것은  
어딘가에 샘이 숨겨져 있기 때문이다.

- 생텍쥐베리 -

행복의 한 쪽 문이 닫히면 다른 쪽 문이 열린다.

그러나 흔히 우리는 닫혀진 문을

오랫동안 보기 때문에

우리를 위해 열려 있는 문을 보지 못한다.

- 헬렌 켈러 -

만족할 줄 아는 사람은 진정한 부자이고,  
탐욕스러운 사람은 진실로 가난한 사람이다.

- 솔론 -

성공해서 만족하는 것은 아니다.  
만족하고 있었기 때문에 성공한 것이다.

- 알랭 -

곧 위에 비교하면 족하지 못하나,  
아래에 비교하면 남음이 있다.

- 명심보감 -

그대의 하루 하루를  
그대의 마지막 날이라고 생각하라.

- 호라티우스 -

자신을 내보여라.

그러면 재능이 드러날 것이다.

– 발타사르 그라시안 –

자신의 본성이 어떤것이든 그에 충실하라.

자신이 가진 재능의 끈을 놓아 버리지 마라.

본성이 이끄는 대로 따르면 성공할 것이다

– 시드니 스미스 –

당신이

할 수 있다고 믿든,

할수 없다고 믿든,

믿는 대로 될것이다.

– 헨리 포드 –