精品生活丛书系列

必须改变的
50个小毛病

烨子 编著

中国商业出版社

需要全本请访问 www.ertongbook

小毛病（广告词）

人生总是难如人意，一次次的失败，莫名的痛苦和烦恼……难以摆脱。于是人世间便有了勇敢与懦弱、坚强与犹弥、洒脱与痴迷、勤奋与懒惰……从此，你的取舍便牵系着你的命运！

小毛病（引言）

人生本来是平等的，这种平等不仅表现在天赋人权上，还表现在其他方面。你应该知道，追求成功的过程就是一个理性战胜本能，克服自身惰性、缺陷，战胜自我的过程是一个不断地与自己的惰性和缺点做斗争的过程。古今中外著名伟人也好，和身边成功人士接触得来的经历也好，人本来都是一样普通而平凡，有各种各样的毛病和惰性，只不过他们认准了一个目标后，坚持去克服自身的惰性而不懈在去努力，最终在人群中昂起了高贵的头，居高临下地看着芸芸从生。

毛病不是错误，却是错误的根源。错误是已然的结果，毛病却是一种不断产生错误结果的状态；毛病是你打不开的心锁；毛病是你转不过的弯；毛病是你看不见的障碍、越不过的坎；毛病是你解不掉的愁情……

每天克服自己一点毛病，每天坚持进步一点点，成功就这么简单。成功之人必有过人之处，可怜之人必有可恨之处。如果你深深陷入“泥坑”而不能自拔，或许从你身上看不出什么过人之处，只要你有勇气，有毅力战胜险恶，即使不成功，也能让别人在你身上看到一些可敬之处。

为了不让小毛病成为大问题，为了让你对所失有挽回的余地；也为了让你不听任于命运的摆布；更为了即时发现你身上的缺点。本书从各方面、多角度例举了困扰人们身心的众多小毛病、坏习惯，并开出了相应的、具有哲理性“药方”，看完本书也许对你有一

些启发：

每个坏毛病，都有其巨大的惯性；每一个毛病惰性，必都有着不小的诱惑，问题是，你享受了眼前，便不能享受未来。怕吃苦者往往苦一辈子；不怕苦者，只苦半辈子。

不要忽视这些陷井，不要享受这多睡半小时的诱惑，起床行动吧，去战胜那个讨厌的自我！

内容提要

每个人都在追求成功，可为什么有的人好像轻而易举地就获得了成功，而有的人总是原地踏步？是什么支持着一些人，有是什么制约着另一些人呢？答案很简单，你缺乏勇气与斗志。

《必须改变的一百个小毛病》将从多层次、多角度来介绍失败者身上的共性——自己战胜不了自身的小毛病。结合具体、生动的例子从人身自卑、怯懦、贪婪、虚伪等多方面进行系统、全面地剖析，并有针对性地提出了名言警句。使你能以一颗坦然的心面对自己的缺点。

需要全本请访问 www.ertongbook

目摇摇录

第一章摇认识自身的弱点

员爱不要盲目地对待别人…… 员
圆避目光短浅，河泽而渔 …… 源
猿避假终不能乱真…… 苑
源避激情融化冰雪…… 怨
缘避保持清醒头脑 …… 员猿
远避打发糊弄吃大亏 …… 员缘
苑避重话万万说不得 …… 员愿
愿避让笑讥讽来不得 …… 圆圆
怨避说话切忌“一根肠子通屁眼” …… 圆远
员远避劳叨害处多…… 圆怨
员猿懒惰使你失去很多机会…… 猿猿

第二章摇自卑毁前程

员爱自卑是心灵的钉子 …… 猿远
圆避退缩即灭亡 …… 猿怨
猿爱自弃损失了金钱 …… 源圆
源爱“自卑”消得人憔悴 …… 源缘
缘避抵头走路会撞墙 …… 源愿
远爱吃一堑，长一智…… 缘员

员摇承诺是金 …… 缘
愿摇自卑使失败永远 …… 缘
怨摇天无绝人之路 …… 远
员摇挑战自卑生活更精彩 …… 远
员摇自轻自贱是顽敌 …… 远
员摇把“失去”当做“被遗弃” …… 苑

第三章摇自负清高离人远

员摇好争强不一定能好“胜” …… 苑
圆摇满招损,骄必败 …… 苑
猿摇出类拔萃不是自我穷显 …… 苑
源摇无畏的争执源于狭隘 …… 愿
缘摇飞扬拨扈无人爱 …… 愿
远摇无“礼”则无“理” …… 愿
苑摇知足常乐吃老本 …… 愿
愿摇戴高帽 …… 怨
怨摇造真实自我 …… 怨
员摇放下架子,真诚恳切 …… 怨
员摇见奶便吮非好汉 …… 员
员摇自信让你“年青” …… 员
员摇站着说话不腰疼 …… 员

第四章摇悲观厌也让你失去快乐人生

员摇悲从心生,厌由悲起 …… 员

圆

圆摔跌倒了却爬不起来…… 员源
猿蜀葵求迷失自我，迷失人生 …… 员愿
源猿失望即是失败…… 员园
缘猿给自己增重…… 员圆
远猿难都需要对手…… 员原
苑猿超越自我，快乐常在 …… 员远
愿猿勿莫小题大作…… 员园
怨猿失败是一种磨炼…… 员圆

第五章摇正视你的劣根

员猿蝶喋不休不值钱…… 员源
圆猿适可而止莫贪图…… 员愿
猿猿敛好冲刺准备…… 员园
源猿跟由狭隘生…… 员圆
缘猿庐贤嫉能害自己…… 员缘
远猿身正不怕影子歪…… 员愿
苑猿拖拖拉拉坐失良机…… 员员
愿猿鲁”而乱性 …… 员源
怨猿奸疵必报心胸狭小…… 员苑
员园猿人者人恒说之 …… 员怨
员员猿恶行有恶报 …… 员圆
员圆藏事需从点滴做起 …… 员源
员猿善于言辞，不无裨益…… 员愿
员源给自己留条后路 …… 员员
员缘该出手时就出手 …… 员缘

员源险蝉脱壳 …… 员源
员缓严于律己从我做起 …… 员园
员迷信心理害人不浅 …… 员源

第六章摇坏习惯需要改正

员不要期望明天…… 员怨
圆别吊死在一颗树上…… 员源
猿保持平常心…… 员苑
源不要放弃坚持…… 圆园
缘别让自己浮躁…… 圆猿
远不做“白日梦” …… 圆缘
苑专心二意,诸事不宜 …… 圆愿
愿对自己树立起充分的信心…… 圆员
怨学会使用真诚去说服别人…… 圆猿
员园不要随意模仿人家 …… 圆苑
员员摆脱强迫的空想 …… 圆员
员圆镇住不安分的心 …… 圆源
员猿克服浮躁走出抑郁 …… 圆愿

第七章摇怯懦失良机

员站直了说话…… 圆缘
圆逃避不是现实…… 圆怨
猿别躲在角落里生活…… 圆园
源失去信心也就失去自己…… 圆缘

缘猿因身为匹夫不失志…… 园猿苑
远猿狭路相逢，勇者胜 …… 园猿园
苑猿做一天和尚撞一天钟…… 园猿猿
愿猿让绊脚石让路…… 园猿缘
怨猿期行动把握良机…… 园猿愿
员园猿逃避压力非好汉 …… 园员
员猿猿事三思不可取 …… 园猿猿

第八章摇杞人忧天浪费时间

员猿犹从“悲”中生 …… 园远
园猿怀弓蛇影皆入画…… 园怨
猿猿别怕自己不行…… 园园
源猿忧忧”岁月使人好困惑 …… 园缘
缘猿多一言不如少一语…… 园愿
远猿不要跟自己过意不去…… 园员
苑猿不要一味徒劳…… 园源
愿猿罢脱强迫的空想…… 园苑
怨猿过分谨慎导致事与愿违…… 园园
员园猿认清你自己 …… 园源

第九章摇因“贪”而“失”

员猿贪得富贵，失却荣华 …… 园苑
园猿金钱至上，多多亦善 …… 猿员
猿猿贪得一时，却失一世 …… 猿园源

源贪“急”不能喝热粥 …… 猿愿
缘贵不要闭着眼睛说话 …… 猿员
远须有贪必有失 …… 猿源
苑贵生命不可贪 …… 猿苑

第十章摇虚伪人生无真友

员表里不一，言行相异 …… 猿园
圆拥有一颗弹性的心 …… 猿猿
猿孤掌难鸣 …… 猿苑
源言不及意便无“义” …… 猿园
缘事不关已，高高挂起 …… 猿猿
远假做真时情便假 …… 猿缘
苑留住真情 …… 猿愿
愿勿不可自欺欺人 …… 猿员
怨言辞莫乱套 …… 猿猿
员自以为是害处多 …… 猿远
员以实夸实，措辞适当 …… 猿怨
员说不做非君子 …… 猿圆
员狂妄自大不可取 …… 猿远
员远离好高骛远 …… 猿怨
员真实胜于雄辨 …… 猿猿

需要全本请访问 www.ertongbook

第一章摇认识自身的弱点

员摇不要盲目地对待别人

摇摇盲目只是无知的表现，也是一种不负责任的行为，对待他人切莫如此！

从前，有一只老鼠生下了一个漂亮的女儿，总想嫁给一个有权势的人物。它看到太阳很非凡，就巴结太阳说："太阳啊！你多么伟大，能干，万物没有你，简直就无法生存，你娶我的漂亮女儿作妻子吧！"太阳客气地回答："我不行，因为乌云能遮住我，把你的女儿嫁给乌云吧。"老鼠又去找乌云，阿决地对它说："你娶了我的女儿吧，有你这样神通广大的本领，我真非常敬慕你。"乌云说："不行，我没什么本领，我比不上风，风一吹，我就被吹跑了。"老鼠一听，原来风比乌云更有本领，就找到风，对它说："风啊！我可找到你了，听说你很有本领，有权威，我愿将我美丽的女儿嫁给你。风一听这无头尾的话，紧锁双眉说："谁稀罕你的女儿，你去找墙吧。他比我行！"老鼠一听，又决定去找墙。墙偷偷地说："倒是怕你们这些老鼠你们一打洞，我可就危险了。我不配作你的女婿。"老鼠一想 墙怕老鼠，老鼠又怕谁呢？它忽然想起了祖宗的古训，老鼠生来是怕猫的。它就赶紧去找猫，点头哈腰地说："猫大哥，我总算相中你了，你聪明、能干、有本事、有权威，作我的女婿吧！"猫一听，倒是爽快地答应了："太好了，就把你女儿嫁给我吧！最好今

晚就成亲。”母老鼠一听，猫大哥真不愧有魄力、有作为的男子汉，心想总算给女儿找到了如意郎君，于是喜滋滋地跑回家去，大声对女儿说道：“终于给你找到好靠山了，猫大哥最显赫。最有权势。可享一辈子福呢！”当晚就把女儿打扮起来，请来了一群老鼠仪仗队，打着灯笼、凉伞、旗号，敲着锣鼓，一路上吹吹打打，把女儿用花轿送到了新郎的住地，猫一看，老鼠新娘来了，等轿刚进门，还未等新娘下，就扑了上去，一口将可爱的新娘吞进肚里去了。

人人都应自强，不要巴结、依附一些所谓的强者，否则，只会自取灭亡。

有一位父亲带着 猿个孩子，到沙漠去猎杀骆驼。他们到达了目的地。

父亲问老大：“你看到了什么呢？”老大回答：“我看到了猎枪、骆驼，还有一望无际的沙漠。”

父亲摇摇头说：“不对。”

父亲以相同的问题问老二。

老二回答：“我看到了爸爸、大哥、弟弟、猎枪、骆驼、有沙漠。”

父亲又摇摇头说：“不对。”

父亲又以同样的问题问老三。

老三回答：“我只看到了骆驼。”

父亲高兴地说：“答对了。”

圆

摇摇毛病点拨：制定目标而能产生效果，秘诀就是“明确”二字，成功的目标，必须是确定的。进一步说，目标要具体化，要量化。不管怎样，要果断去实现，如果你犹豫不定，吃亏的只有你自己。

圆梦目光短浅,河泽而渔

摇摇正确面对现实,切不可见异思迁,河泽而渔,并不会捞到好处,因为谁也不比自已傻。

我只拿这点钱,凭什么去做那么多工作,我干的活对得起这些钱就行了。

许多时候,我们会听见许多人在抱怨:我们那个老板太抠门了,只给我们开这点儿工资,公司一年赚那么多钱,全是他一个人的。或者是:经理干的活也不比我多多少啊,可他的薪水比我高出一大块,他拿的多,就该干的多嘛,我只要对得起这份薪水就行了,多一点我都不干。

不可否认,在一个单位或组织中,会存在着这样或那样不尽如人意的地方,付给员工的薪水或其他奖励也有不公平之处,要知道这是难免的。但在所有解决此类问题的对策中,上述这种办法是最不可取的。

很多人有这样一个误区:我是在为老板工作,薪水一定要和我的工作等价交换(超额当然更好),也就是说,你在用钱来购买我的劳动,你出什么样的价钱,我就提供什么样的质量。

这种想法有以下几个错误:

首先,工作的目的与回报并不只是薪水。人需要工作,需要社

会归属与认同,而且一个人的才干只有在工作的磨炼中才有可能长进,也只要用积极愉快的心态去工作,才能在自身进步与工作成绩中获得一种成就感的享受,如果你对工作环境与报酬不满意,完全可以与老板沟通或另谋高职。消极抵抗的作法只能是自毁前程:自己业务没有进步,工作不认真负责,当然不会招人喜欢。

其次,在衡量一个人工作成果时,也许会有暂时的标准差异,但不可能长久失衡。也许从一开始,老板并没有意识到或发现你的能力,因为这需要一个过程,而给你定了一份较低的薪水标准。如果你不能正确对待,消极怠工,那么你的实力大部分被你冰冻起来浪费掉了,你的薪水也很难有提高的可能,因为老板还在想:这小子就这么两下子,他对公司的贡献比给他的薪水还低呢。

有位电车公司的服务小姐,年方二十岁,她做梦都想当个职业歌手,可是她容貌够不上漂亮,她是暴牙。后来,一个偶然的机会,她到一个俱乐部去演唱,首次展现自己的容貌与歌喉,她感到十分紧张,惟恐观众发现她不雅观的牙齿,于是将上唇紧抿着,希望借此引开观众的注意力,结果弄巧成拙。在观众席中,有位乐师听了她的歌声,认为她具有歌唱才能,乐师在演出后对她说:"刚才在台上你所做的一切动作我都看得清清楚楚。你尽量抿着嘴唇不使暴牙露出来,你真的以为自己的牙齿不好看吗?"听罢,姑娘羞得满脸通红。乐师又说:"那有什么值得羞耻呢?暴牙又不是你的罪过,放声唱吧,你会得到观众的喜爱的。"这位小姐终于听从了乐师的劝告,接纳自己。此后,每逢表演,她都尽情地张开嘴,开怀歌唱。不久,便成了深受观众欢迎的歌星。后来很多演员竟也学起她的舞台形象来。

几年前在某个大学的毕业典礼中,可口可乐的总裁[illegible]那[illegible]燥说了一段有关工作与其他事物之间关系的话:

需要全本请访问 www.ertongbook