

# 第一章 做人要有好的心态

## 一、为什么心态决定命运

为什么有些人就是比其他的人更成功，赚更多的钱，拥有不错的工作、良好的人际关系、健康的身体，整天快快乐乐，拥有高品质的人生，似乎他们的生活就是比别人过得好，而许多人忙忙碌碌地劳作却只能维持生计。其实，人与人之间并没有多大的区别。但为什么有许多人能够获得成功，能够克服万难去建功立业，有些人却不行？

不少心理学家发现，这个秘密就是人的“心态”。一位哲人说：“你的心态就是你真正的主人。”一位伟人说：“要么你去驾驭生命，要么是生命驾驭你。你的心态决定谁是坐骑，谁是骑师。”

大概是 40 年前，南非某贫穷的乡村里，住了兄弟两人。他们受不了穷困的环境，便决定离开家乡，到外面去谋发展。大哥好像幸运些，被奴隶主卖到了富庶的旧金山，弟弟却被卖到很穷困的菲律宾。

40 年后，兄弟俩又幸运地聚在一起。今日的他们，已今非昔比了。做哥哥的，当了旧金山的侨领，拥有两间餐馆，两间洗衣店和一间杂货铺，而且子孙满堂，有些承继衣钵，又有些成为杰出的电脑工程师等科技专业人才。

弟弟呢？居然成了一位享誉世界的银行家，拥有东南亚相当分量的山林、橡胶园和银行。经过几十年的努力，他们都成功了。但为什么兄弟两人在事业上的成就，却有如此的差别呢？

兄弟相聚，不免谈谈分别以来的遭遇。哥哥说，我们黑人到白人的社会，既然没有什么特别的才干，惟有用一双手煮饭给白人吃，为他们洗衣服。总之，白人不肯做的工作，我们黑人统统顶上了，生活是没有问题的，但事业却不敢奢望了。例如我的子孙，书虽然读得不少，也不敢妄想，只有安分守己地去担当一些中层的技术性工作来谋生。至于要进入上层的白人社会，相信很难办到。

看见弟弟这般成功，做哥哥的，不免羡慕弟弟的幸福。弟弟却说：“幸运是没有的。初到菲律宾的时候，担任些低贱的工作，但发现当地的人有些是比较愚蠢和懒惰的，于是便接下他们放弃

的事业，慢慢地不断收购和扩张。生意便逐渐做大了。”

以上是真实的故事，它告诉我们：影响我们人生的绝不仅仅是环境，心态控制了个人的行动和思想。同时，心态也决定了自己的视野、事业和成就。

有两位年届 70 岁的老太太，一位认为到了这个年纪可算是人生的尽头，于是便开始料理后事；另一位却认为一个人能做什么事不在于年龄的大小，而在于有什么样的想法。于见她在 70 岁高龄之际开始学习登山，其中几座还是世界上有名的山。就在最近还以 95 岁高龄登上了日本的富士山，打破攀登此山年龄最高的纪录。她就是著名的胡达·克鲁斯老太太。

70 岁开始学习登山，这乃是一大奇迹。但奇迹是人创造出来的。成功人士的首要标志，是他思考问题的方法。一个人如果是个积极思维者，实行积极思维、喜欢接受挑战和应对麻烦事，那你就成功了一半。胡达·克鲁斯老太太的壮举正验证了这一点。

一个人能否成功，就看他的态度了。成功人士与失败者之间的差别是：成功人士始终用最积极的思考、最乐观的精神和最辉煌的经验支配和控制自己的人生。失败者则刚好相反，他们的人生是受过去的种种失败与疑虑所引导和支配的。

有些人总喜欢说，他们现在的境况是别人造成的。这些人常说他们的想法无法改变。但是，我们的境况不是周围环境造成的。说到底，如何看待人生、把握人生由我们自己决定。

## 二、为什么做人应有好心态

一个人要想成功，没有良好的心态是不行的。心理学家告诉我们，以下六种心态是人们成功的前提，必须好好把握：

### 1. 理解心态

一般来说，人际关系上的失败，大部分要归因于“误解”。

对于特定的一系列“事实”或者环境，我们往往指望别人也会跟我们一样地作出反应和得出结论。大多数情况下，别人的反应或者立场并不是要为难我们，也不是因为太顽固或者心怀叵测，而是因为他对情况的“了解”和解释与我们不同。

其实，我们也不愿意承认自己的过失、错误、缺点，甚至不承认自己干得不对劲。我们不愿意承认我们不希望出现的情况。这实际上是在欺骗自己。正因为看不到真相，所以才无法采取适当的行动。有人说过，每天对自己承认一件痛苦的事实，是一项有益的训练。成功型个性的人不仅不欺骗他人，而且对自己也很诚实。我们所说的“真诚”本身，就是以对自我的理解和诚实为基础的。用“合理的谎言”欺骗自己的人，没有一个能称得上是真诚。

相信别人是真诚的而不是故意心怀敌意的，即使事实并非如此，也有助于缓和人与人之间的紧张关系，使人与人之间更深刻地互相了解。

## 2. 有勇气的心态

有了目标，了解了情况还不够，你还必须有行动的勇气，因为只有通过行动才能把目标、希望和信念转化为现实。

世界上没有一件事可以绝对肯定或保证。一个成功者和一个失败者之间的区别，往往不在于能力大小或想法的好坏，而在于是否有勇气信赖自己的想法，在适当的程度上敢于冒险和行动。

也许你在行动时随时都可能犯错误，你所作的决定也难免失误，但是绝不能因此而放弃自己追求的目标。你必须有勇气承担犯错误的风险、失败的风险、受屈辱的风险。走错一步总比在一生中原地不动要好一些。因为人向前走就可以获得矫正前进方向的机会。

## 3. 宽容心态

成功型个性总是对别人有兴趣、关心别人的。他们体谅别人的困难和要求。

一个人对别人宽容时，他也必定对自己宽容。学会不在你心中谴责别人，不要评价别人，不要因为他们的错误而责怪和憎恶他们。你觉得别人更有价值的时候，你就能发展一个更佳的、更合适的自我意象。

对别人的宽容之所以是成功型个性的体现，是因为那意味着这个人正视现实。人是重要的。人不能永远被当作动物或机器，或者当作达到个人目的的牺牲品，希特勒就这么干过，其他的独裁暴君也这么干，不管是在事业上或者是在人与人之间的关系上。

## 4. 尊重心态

生活中的陷阱和深渊中，最可怕的就是自己不尊重自己，这种毛病又是最难克服的。因为它是由我们自己亲手设计和挖掘的深渊。

而一向尊重自己的人不会对他人抱有敌意；他不需要去证明什么，因为他可以把事实看得很透彻；他也不需要别人证明自己的要求。

“尊重”这个词意味着对价值的欣赏。欣赏你自己的价值并不等于自我中心主义，因为人们需要自我尊重。

自我尊重的最大秘密是：开始多欣赏别人，对任何人都要有所尊敬，你和别人打交道时要留心考虑，训练自己把别人当作有价值的人来对待，这样，你会惊奇地发现，你的自尊心也加强了。因为真正的自尊并不产生于你所成就的大业，你所拥有的财富，你所得到的荣誉，而是对你自己的欣赏。不过，当我认识到这一点时，我必须得出结论说，其他的人也可以根据同样的理由得到尊重。

## 5. 自信心态

自信建立在成功的经验之上。我们开始从事某种活动时，很可能缺乏信心，因为我们没有从经验中知道我们会成功。学习骑自行车，在公开场合演说或者进行外科手术都是如此。成功孕育着成功，这个道理完全正确。一次小的成功可以成为巨大成功的

基石。

另一个重要的技巧，是养成记住过去的成功而忘却失败的习惯。

我们不仅记住失败，而且带着感情色彩把失败深深印在心里，吸收挫折的经验重新振作起来。

过去你失败过多少次并不紧要，重要的是记取、强化和专注成功的尝试。查尔斯·凯特林说过，任何一个年轻人如果想要成为科学家，都必须准备在获得一次成功之前失败九十九次，而且不因为这些失败而损伤自我。

回忆过去勇敢的时刻是恢复自信最有效的方法；而有很多人却因为一两次失败而埋葬了美好的回忆。他说，如果我们系统地重温记忆中勇敢的时刻，我们就会惊奇地发现，我们比想像中要勇敢得多。欧弗豪尔塞博士介绍说，生动地回忆我们过去的成功和勇敢的时刻，是自信动摇时极其有益的训练。

#### 6. 承认自我

只有一个人在某种程度上承认自我时，他才能得到真正的成功和幸福。世界上最不幸、最痛苦的莫过于尽力要使自己和别人相信自己不是本来这副样子。一个人最终抛弃了虚伪和矫饰、主动表现出本来面目时，他得到的轻松与满足是无可比拟的。

### 三、为什么人的面貌是最美的景物

假使我们仔细观察人的脸，看到深处，就不止看到其轮廓和美丑，还能看到这个人的精神和性格，因此我们常常能看到他许多可爱可喜的东西。

《莎士比亚本事》的作者、英国文学家查尔斯·兰伯曾说过：“人的面貌是世界上最美的景物。”虽然它只是一个小小的椭圆体，只有几英寸见方的面积，可是外形也好，神采也好，都是如此生动。

我们过去是怎么样的，现在又是怎么样的，以及我们的长处和短处如何，都在我们脸上那千百条皱纹中表露出来。脸的轮廓、表情，就是一个人心灵的真实写照。

因而，人们常说，可以从一个人的面部了解这个人的性格等等。

在都市的大街上，我们可以看到千万张脸，在每一张脸的背后，都有一段故事，它也许是可喜的，也许是可悲的。有的极艰苦，有的很忧郁，有的十分和善，有的神采奕奕。我们说的话有好多语调，怎么样的心情就会用怎么样的语调说话。同样的，我们也有好几副脸孔，在团体中是一副怎么样的脸，在街上走又是一副什么样的脸，做生意又是另外一副脸。在怎么样的性情下，就会有怎么样的脸孔。

伦敦有一份报纸，说过这样一个故事：

有一个人，早年失明，后来突然恢复视力，重见天日。他说，

这个世界同他的想像似乎不同，特别是人的脸孔。因为以前他只听到过他们说话的声音，可是现在当他看到说话的那个人的脸时，觉得那张脸似乎同说话的语调不相称。使他感到最惊奇的是人们脸上所表露出来的那种渴望、疲倦、忧虑的表情。好像他们都被恐惧和悔恨的情绪所击倒，使人们很少见到快乐、平安的脸。人们都觉得人生很艰苦、很沉重、充满忧愁，仿佛他们对这些都已厌倦。在他眼睛变瞎的时候，虽然看不见东西，但心里却是快乐的。

我记得曾在报上读过一段短讯。它记载有一个摄影师，他的那架照相机至少替 4 万人照过相。在谈话中，他谈到许多关于人的脸、以及人脸如何转变的话。他开照相馆开了很多年，也替人家照过不知多少相。其中有些人后来还成为名人。他说，他从来没有看到过一张脸特别丑，邪恶的脸更少。

假使我们仔细观察人的脸，看到深处，就不止看到其轮廓和美丑，还能看到这个人的精神和性格，因此我们常常能看到他许多可爱可喜的东西。

有一次，一位爵士到这家照相馆来照相，他对摄影师说：“我的脸很不好看，你尽量照得漂亮些，可是不要抹除我脸上的皱纹，这是我活了这么多年才获得的！”每一个人脸上的皱纹都是这样得来的，不管这皱纹是温柔，还是严酷，或者像美国幽默大师马克·吐温的脸一样，纵横交叉，布满困惑。

这位摄影师说，外貌如何，一个人自己做不得主，可是表情却是我们自己的。过了 40 岁，我们的脸在人家眼里看来是快乐，是忧伤，都得由我们自己负责。如果哪一天一个人脸上满是忧伤慌忙的颜色，那么这一天他便可能虚耗过去、毫无成就。相反地，如果表情坚毅、温和、生活在悠闲的生活中，这一天就带来祝福。

菲利浦·伯洛克斯牧师，一直住在美国依阿华州的一个小镇上，他在那里住了好多年了。后来他退休了。有一份报纸建议：

这个小镇可以照样给他一份薪水，只希望他每天挂着那一丝来自天国的微笑，在街上来回走一走。

一张单纯而善良的脸，对旁人有多大的贡献啊！

前几年我到曾住过好几年的一个城市回访。给我印象最深的，不是城市的发展，而是所有我熟识的人，他们的脸都变了（当然，他们回看我的脸，也会看到生活使我的脸有了多大的变化）。有的脸愈来愈可爱，有的脸却忧容满面，有的脸皱纹密布，因此我竟无法一一辨认。

像林肯那样伟大的脸，多么富于人性、多么坚强、多么温和。虽然也有忧伤留下的痕迹，可是到了过于疲累的时候，只要一笑，便浑然忘却了一切。而且在他那双深邃的眼睛里，有含泪的微笑，它逃不过我们的眼睛，我们可以看到国事带给他的辛劳，以及他为国事所花的心血。林肯的脸既不属于男性的粗野，也不全是女性的温柔，却常常使我们想到他的母亲与儿子。从他的脸上，我们可以看到底层人物灵魂中所蕴藏的情绪，这是高等社会的进步、

身份以及尊荣的代价。林肯最后被谋杀，可是他的面容上仍有无尚的威严、宁静、肃穆。他死时宽恕一切，将微不足道的小事统统一笔勾销，正是那高于一切的慈爱把一切都遮蔽住了。

我们的人生有所改变，我们的面貌也会随之改变。

为什么我们不让人家看我们的脸呢？就是一张脸留下的模糊照片，也如诗人勃朗宁所说的：“它不会消失，也不会长成。只是拆开来重新组合，造成了我们所知。”

一个人的脸，如果我们凝视到心灵的深处，便可以找到真理、平安和希望。

#### 四、为什么人要出头不可强出

每一个在茫茫人海中碌碌奔走之人都希望自己有出头之日，希望自己成为人上之人。我国古代有句俗语：“烦恼皆因强出头。”这句话可以说是世间生存的经验之谈。

首先，人想出头，这是天经地义之事，只有那些白痴、傻子，或者那些躯体仍在，但实质生命已去之人才不想出头。在现代社会，人们每天都面临无数的自我压力与竞争环境，要想摆脱出人头地的欲望是很难做到的。

既然人人都想出头，但为何要说“烦恼皆因强出头”呢？让我们从“强”字说起；这里的“强”有两个意思：

第一个意思是“勉强”，也就是说，自己的能力还不够，却勉强去做某些事情。固然勉强去做也有可能获得意外的成功，但这种成功的可能性并不高，通常的结果是：失败了，折损了自己的斗志，也惹来一些嘲笑。当然，我们并不是嘲笑正常情况下的失败。失败是成功之母，可是在别人眼中，你的失败却是能力不足、自不量力的同义语，这种失败是一种致命伤，而且还会成为一个人生烙印，跟着你一辈子。这就是你强出头的烦恼。

第二个意思是强力，也就是说，自己虽然有足够的力量，可是客观环境却还不成熟；所谓客观环境是指天时和人势，天是大环境的条件，人势是周围人对你支持的程度，也就是一种人气。天时如果不利，以本身的力量强力出头，虽然不是毫无成功机会，但会多花很多力气；如果缺少人势，而你偏要强力出头，必会遭到别人的打击排挤，也会伤害别人，埋下仇恨的种子，冤冤相报，没完没了。这也是强出头的烦恼。

所以，这里我们奉劝你一句：人要出头，但不要强出头。而且你还应当谨记两点：

1. 本身能力不足时，就不要想出头。
2. 天时不利，人势不足时，就不要想出头。

不强出头，自然可以减少自己的损伤，可以与他人保持一种和谐共处的关系，也可以透过冷静的观察，掌握大环境的趋势和脉动，等到各方面条件皆已成熟时，自然便可脱颖而出！

其实，人只要有力量，又能维持良好的人际关系，别人自然

乐意抬他出头，因为这样一可做人情投资，享受他出头后的人情回报，二可使自己的生存变得单纯，免得和他长处，感受到他各种条件的压力。所以，只要你是强者，用不着你去强出风头。

一个身为下级的人，本来就有些不得已去做的事情。只要按实际情况去办，忘却自身的一切，尽管去办就是了。还有一种情况，凭智慧心机争斗的人，开始来明的，到后来就来暗的；到最后急于求胜时，就诡计多端。合作的事情，开头总能互相信任，往往到后来就互相欺诈了。事情开头简单，待到要完成的时候，肯定就越来越艰难了。

人们说话，就像刮风起浪一样，时起时伏，人们做事也必然有得有失。刮风起浪，水面动荡不已，行为得失就容易引发危险。有的人愤怒，并不是别的原因，往往是由于花言巧语，说话一边倒引起的。

野兽临死的时候乱吼乱叫，还会产生吃人的念头。任何事情都一样，如果要求苛刻琐细，别人受不了，就会使出坏主意对付你，而你自己还不知道别人为什么这样。

常言说：不要改变一级的命令，不要勉强求得成功。说话处世，超过了限度，就意味着添油加醋。改变命令，勉强取胜，就会给行动带来危险。

一件好事要能办成功，在于长期的努力。一件坏事出现了，即使后悔也来不及了。

顺着事情的自然规律，让心境悠游自适，一切事情都在不得不做的情况下去做，绝不要无事找事地主动去做，使心灵始终保持平静，这就是最佳状态了。

没有必要劳力伤神，总想把事办得让人刮目相看。这样即使传达君主的话，也就复述一遍，有什么困难呢？灾祸又会从哪儿来？

能做事，达到目的即可，不必节外生枝，画蛇添足，人我两安，这正是办事的最好办法。把握自己是如此，面临凶残无比的人又怎样？

## 五、为什么苦其心志劳其筋骨

在中学时代，我们就从课本上学过孟子的下面这篇文章，古人的此番教诲确实深刻，可惜当时我们没有太多的人生经历，也根本无从体会孟子的苦口婆心。现在，既然我们已经踏入社会，再回头细加品读，也许“犹未晚矣”！

舜发于畎亩之中，傅说举于版筑之间，胶鬲举于鱼盐之中，管夷吾举于士，孙叔敖举于海，百里奚举于市。故天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为；所以动心忍性，增益其所不能。人恒过，然后能改，困于心，衡于虑，而后作；征于色，发于声，而后喻。入则无法家拂士，出则无敌国外患者，国恒亡；然后知生于忧患，而死于

安乐也。

这段话的意思大致是这样的：

舜是从田野间出生成长，而后当上天子；傅说原是一位筑墙工人，后被举用为相；胶鬲原是贩卖鱼盐的商贩，后来被人举用；管夷吾最早在牢狱里看管囚犯，后被举用；孙叔敖是在海边被举用的，百里奚是在市场上被举用的。

所以，当上天要把重任交给一个人时，必定会先困苦他的心志，劳累他的筋骨，饥饿他的躯体，穷乏他的身家，扰乱他，使他的所作所为都不顺遂，以此激发他的心志，坚忍他的性情，增加他所缺乏的能力。一个人只有发生错误后才能改正，人因困顿不畅，思虑拥塞不通，然后才能奋发作为；察看人家的脸色，发掘人家的声音，才能通晓别人的真伪。

国内没有守法的世臣和辅助贤士的诤谏，国外没有敌对的国家 and 外来的忧患，这个国家常常会灭亡，然后我们知道：在忧患的环境中才能生存，在安乐的环境中便会灭亡。

这段话既讲出了治国的大理，也说明了做人的准则，值得我们谨记在心里，至少我们可以从中悟出以下几个道理：

1. 王侯将相本无种，英雄不怕出身低——不管是在古代还是在现代社会，很多贤人智士能够有所作为，他们都出自于贫寒低微的家庭，由此可见，成功并不一定非得出生于一个显赫的家世！尤其在现代社会，每个人都得靠自己的能力与本事而生存，可谓条条大路通罗马，只要努力，你就能有出头之日！

2. 人穷不能志短——困苦与逆境并非完全不利，许多成就大业者都成长于一个贫穷困苦的环境之中，然而他们最终还是克服和改变了自己的处境，最终获得了成功。无数事实说明，逆境有时正隐含着更大的成功因素，只要你用自己的毅力和精神加以克服，不利的因素就能转化为成功的种子。如果你精心培育，就会随之开花结果。但在现实生活中，有些人一旦陷入贫穷，或遇到困境，他们要么哀叹命运不公，消沉懈怠；要么羡慕他人、嫉妒他人；要么自怜自悲、缺乏自信，在他人面前抬不起头，说不出话。俗话说，穷不灭志，富不癫狂。这句话应该作为现代人——不管是穷人还是富人——做人的道理。

3. 贫穷困苦能够磨练一个人的心志和能力——当然，有的人生来贫穷，其实这并不是“上天”的意思，我们自己也无法选择，但有一点可以相信：凡是在困苦的环境中没被击倒，并且更加奋发自强者，都能有百折不挠的韧性和坚持到底的毅力。恶劣环境的一再试炼，也提升和强化了他的能力与见识。这正是一个人担负重大责任时的必要条件！所以一个人只要从困苦中走出，他就能承担大任，这就是成功的本钱！相反，一个生来富贵优越者是很难体验到这些的，如此看来，穷困也许还是你成就大业的一种资本呢！而这种资本并非人人都有。

4. 过于安逸舒适可能使人缺乏斗志——也许有人会反驳，难道安逸舒适不是我们每个人所追求的生活目标吗？这又有什么

不好。对于这一观点，应该辩证去看。当然，日子过得舒服不是坏事，我们也应该力争让自己生活得更好。但是，自古以来人们就懂得一个“居安思危”的道理，一个人如果缺乏危机意识，就很容易退步，赶不上时代的脚步，经不起环境的变动。大至一个国家的灭亡，小至一个公司的破产、某个人被人迎头赶上、家道中落等等，大都因为如此！所以，当你获得成功，当你拥有财富时，切不可忘乎所以，过度奢华，甚至丧失做人的根本。

因此，行走于人性丛林中的每个人都应该记住：

如果你正在遭受困苦，这并不完全是件坏事，因为老天要把重任交给你，他正在磨炼和考验你！

## 六、如何调整渴望完美的心态

不能容忍美丽的事物有所缺憾，是人的一种普遍的心态。对许多人来说，追求尽善尽美是理所当然的。他们从未想过，正是这种似乎无关紧要的态度，给他们的生活带来了巨大的压力。

如果进一步分析，有些渴望完美的人是出于一种自我保护的需要。根据格式塔心理学，安全感是人的最基本需要之一。假如一个人缺乏自信，生活上屡遭挫折，那么他的安全感就受到了伤害。这种伤害需要通过其他途径来加以补偿。

无需仔细观察就可以发现，生活中每干一件事就想把它做得完完美美的人，并不是一个强者。恰恰相反，这些追求完美者企望毫无瑕疵的结局，只把自己保护起来，免受他人的指责和讥讽。

心理学研究证明，试图达到完美境界的人与他们可能获得成功的机会，恰恰成反比。追求完美给人带来莫大的焦虑、沮丧和压抑。事情刚开始，他们在担心着失败，生怕干得不够漂亮而辗转不安，这就妨碍了他们全力以赴去取得成功。而一旦遭到失败，他们就会异常灰心，想尽快从失败的境遇中逃离开去。他们没有从失败中获取任何教训，而只是想方设法让自己避免尴尬的场面。

具有这种性格的人，在日常生活中通常带有以下 6 个特点：  
神经非常紧张，以至于连一般的工作都不能胜任。 不愿冒险，生怕任何微小的瑕疵损害了自己的形象。 ③不能尝试任何新的东西。 对自己诸多苛求，毫无生活乐趣。 ⑤总是发现有些事未臻完美，于是精神总是得不到放松，无法休息。 ⑥对别人也吹毛求疵，人际关系无法协调，得不到别人的合作与帮助。

很显然，背负着如此沉重的精神包袱，不用说在事业上谋求成功，而且在自尊心、家庭问题、人际关系等方面，也不可能取得满意的效果。他们抱着一种不正确和不合逻辑的态度对待生活和工作，他们永远无法让自己感到满足，每天都是焦灼不安的。

追求完美，害怕失败，只能使我们处于瘫痪的境地。如何从追求尽善尽美的诱惑中摆脱出来？专家的建议是：

1. 对自己的潜能有个正确的估计

既不要估得太高，更不必过于自卑。有一分热发一分光。你

如果事事要求完美，这种心理本身就成为你做事的障碍。不要在自己的短处上去与人竞争，而是要在自己长处上培养起自尊、自豪和工作的兴趣。

## 2. 重新认识“失败”和“瑕疵”

一次乃至多次的失败并不能说明一个人价值的大小。仔细想一下，如果从不经历失败，我们能真正认识生活的真谛吗？我们也许一无所知，沾沾自喜于愚蠢的无知中。因为成功仅仅只能坚定期望的信念，而失败则给了我们独一无二的宝贵经验。

人只有经受住失败的悲哀才能达到成功的巅峰，亡羊补牢，尤为未晚。更不必要为了一件事未做到尽善尽美的程度而自怨自艾。没有“瑕疵”的事物是不存在的，盲目地追求一个虚幻的境界只能是劳而无功。我们不妨问一问：“我们真的能做到尽善尽美吗？”既然不行，我们就应该尽快放弃这种想法。

## 3. 请你为自己确定一个短期的目标

寻找一件自己完全有能力做好的事，然后去把它做好。这样你的心情就会轻松自然，办事也会较有信心，感到自己更有创造力和更有成效。实际上，你不追求出类拔萃，而只是希望表现良好时，你会出乎意料地取得最佳的成绩。

目标切合实际的好处不仅于此，它还为你提供了一个新的起点，能使你循序渐进地摘取事业上的桂冠。同时你的生活也会因此而丰富起来，变得富有色彩，充满人情味，并不像你原来所想的那样暗淡。

## 七、为什么做好人而不充好人

在人际交往圈中，我们每个人都喜欢好人，欢迎好人，期望遇到好人，也想让自己成为好人！因为好人不具侵略性，不会伤害别人，甚至有时还会为了别人的利益而让自己吃亏！这种好人岂止用一个“好”字形容，简直可以说是一种伟大的人性。

但在现实生活中，我们经常听到有人说：好事难为，好人难当。那么到底做好人是好还是不好呢？

事实上，要让自己做一个好人还是坏人，这是由一个人的性格决定的，而不是意志可以决定；换句话说，有人性本善，有人性本恶，而受教育及后天成长环境的影响，性本善的人有时也会呈现恶的一面，而性本恶的人有时也会不那么恶！性格形成的障碍和弱点，并不是想改变就可以改变，因此对于做好人是好还是不好这一问题，我们只能这样回答：

做好人是一个人的性格决定的，想不做都不行，而做好人也有其人际关系上的价值，做好人是值得称道的，但是有一点我们要引以为戒：不可滥充好人！

所谓滥充好人，至少有以下特点：没有原则、没有主见、不能坚持原则的好人，这种人不知是性格因素，还是有意以好人的姿态去讨别人欢心，反正是对他人有求必应，也不管自己该不该

去做；有时候，他也想坚持，可是别人声音一大，马上就软下骨来；因为缺乏原则与坚持，导致是非难分，当事情不能妥善解决的时候，便以牺牲自己来成全大家；他有时也想坏一点，可是还不到坏的程度他就开始自责，检讨自己……。

这种滥充的好人就像我们平时所说的“好好先生”一样，其得到的效应和真正的好人是不同的。好人是有原则的，所以当他人颂赞好人时，往往带着几分敬畏。但滥充的好人则不然，他在人际关系中，往往得到的是“不能担此大任”的评语，而且别人因为深知他的弱点，甚至会算计他、陷害他，得寸进尺，随欲索求，反正他不会反抗，不会拒绝！于是所有人都从他那儿得到了好处，惟独这个滥充的好人一点好处都没有！

照此看来，滥充好人实在不宜，那么怎样才能判断自己真正是个好人，还是在滥充好人呢？那些滥充好人者应该怎么办？

前面说过，一个人的性格决定了自己的行为，因此，滥充好人者可以从以下心理方面试着改变自己：

- (1) 了解自己滥充好人的苦果。
- (2) 了解拒绝和坚持并不一定会得罪别人，而且还能保护自己。
- (3) 学会拒绝和坚持。
- (4) 如果自己摆脱不出性格的限制，可请旁人不时暗示你、鼓励你，以强化你不滥充好人的动机和决心。

既然如此，当你下次面临他人的求助时，当你又再次施舍自己的仁善友爱之时，请考虑一下，你是否真正是一个好人？

## 八、为什么吸引财富要有积极的心态

如果人生交给我们一个问题，它也会同时交给我们处理这个问题的能力的。人生绝不会使我们陷入困境。每当我们受到激励去发挥我们的能力时，我们的能力就会有所变化。即使你处于一种极端不良的健康状态中，你仍然能过着对社会有用的幸福生活。

许多人认为不健康是一个不能克服的巨大障碍。如果确实是这样的话，可以从米罗·琼斯的经历中获得勇气。

当琼斯是农民时他身体很健康，工作十分努力，在美国威斯康星州福特·亚特金逊附近经营一个小农场。但他好像不能使他的农场生产出比他的家庭所需要的多得多的产品。这样的生活年复一年地过着，突然间发生了一件事！

琼斯患了全身麻痹症，卧床不起。他已处在晚年，几乎失去了生活能力。他的亲戚们都确信，他将永远成为一个失去希望、失去幸福的病人。他不可能再有什么作为了。然而，琼斯确实有了作为。他的作为给他带来了幸福，这种幸福是随他事业的成就、经济和成功而俱来的。

琼斯用什么方法创造了这种奇迹呢？他应用了他的心理。是的，他的身体是麻痹了，但是他的心理并未受到影响。他能思考，他确实在思考，在计划。有一天，正当他致力于思考和计划时，

他认识了那个最重要的活人和他的法宝——积极心态。就在其时其地，他作出了自己的决定。

琼斯要发展积极的心态。他要满怀希望，抱着乐观精神，培养愉快情绪，从他所处的地方，把创造性的思考变为现实。他要成为有用的人，他要供养他的家庭，而不要成为家庭的负担。

他把他的计划讲给家人听。

“我再不能用我的手劳动了，”他说，“所以我决定用我的心理从事劳动。如果你们愿意的话，每个人都可以代替我的手、足和身体。让我们把我们农场每亩可耕地都种上玉米。然后我们就养猪，用所收的玉米喂猪。当我们的猪还幼小肉嫩时，我们就把它宰掉，做成香肠，然后把香肠包装起来，用一种牌号出售。我们可以在全国各地的零售店出售这种香肠。”他低声轻笑，接着说道。

“这种香肠将像热糕点一样出售。”

这种香肠确实像热糕点一样出售了！几年后，牌名“琼斯仔猪香肠”竟成了家庭的日常用语，成了最能引起人们胃口的一种食品。

琼斯活着看到他自己成了百万富翁。通过积极的心态，琼斯还取得了比这更大的成就，那就是把他法宝翻到了“积极心态”的一面。这样，虽然他在生理上遇到重重障碍，他却成了一个愉快的人。

他很愉快，因为他是一个有用的人。

## 九、如何描绘心中美丽的图景

在我们所接触的人中，每 100 人中有 98 人不满意他们的世界，但他们心中又缺乏一个他们所喜欢的世界的清晰图样。

可以想想那些人终生无目的地漂泊，胸怀不满，反抗、斗争，但是并没有一个非常明确的目标。

你是否现在就能说说你想在生活中得到什么？确定你的目标可能是不容易的，它甚至会包含一些痛苦的自我考验。但无论付出什么样的努力，它都是值得的，因为只要你一说出你的目标，你就能得到许多好处，而且这些好处几乎自动到来。

1. 第一个巨大的好处就是你的下意识心理开始遵循一条普遍的规律进行工作。这条普遍的规律就是：“人能设想和相信什么，就能以积极的心态去完成什么。”如果你预想出你的目的，你的下意识心理就会受到这种自我暗示的影响，它就会进行工作，帮助你到达那儿。

2. 如果你知道自己需要什么，你就会有一种倾向，试图走上正确的轨道，奔向正确的方向，于是你就开始行动了。

3. 现在，你的工作变得有乐趣了。你因受到激励而愿意付出代价。你能够预算好时间和金钱了。你愿意研究、思考和设计你的目标。你对你的目标思考得愈多，你就会越发热情，你的

愿望也就变成了一种热望。

4. 你对一些机会变得很敏锐了。这些机会将帮助你达到目标。由于你有了明确的目标，你知道你想要什么，你就很容易察觉到这些机会。

这四种好处我们可以从爱德华·包克早期的经历中看出。

包克是《妇女家庭》杂志的一名编辑。他小时候就沉浸在一种想法中：总有一天他要创办一种杂志。由于他树立了这个明确的目标，就能够抓住一个机会，这个机会实在是微不足道的，以致我们大多数人都会任其过去，不屑理睬。

事情是这样的：他看见一个人打开一包纸烟，从中抽出一张纸条，随即把它扔到地上。包克弯下腰，拾起这张纸条。上面印着一个著名女演员的照片。在这幅照片下面印有一句话：这是一套照片中的一幅。烟草公司欲促使买烟者收集一套照片。包克把这个纸片翻过来，注意到它的背面竟然完全是空白。

像往常一样，包克感到这儿有一个机会。他推断，如果把附装在烟盒子里的印有照片的纸片充分利用起来，在它空白的那一面印上照片上的人物的小传，这种照片的价值就可大大提高。于是，他找到印刷这种纸烟附件的平板画公司，向这个公司的经理说明了他的想法。这位经理立即说道：

“如果你给我写 100 位美国名人小传，每篇 100 字，我将每篇付给你 100 美元。请你给我送来一张名人的名单，并把它分类，你知道，可分为总统、将帅、演员、作家等等。”

这就是包克最早的写作任务。他的小传的需要量与日俱增，以致他得请人帮忙。于是他要求他的弟弟帮忙，如果他的弟弟愿意帮忙，他就付给他每篇 5 美元。不久，包克还请了 5 名新闻记者帮忙写作小传，以供应一些平板画印刷厂。包克竟然成了编者！

起初，世界对包克或库柏并不特别亲切。然而他们每个人都做出了令人满意的事业。要注意到这个事实，没有什么人用大盘子把成功送给我们所谈到的任何获得了成功的人。

## 十、为什么天无绝人之路

只要接触生活，就一定会遇到坎坷。因此，所有人都在坎坷的平台上对话：有人抱怨坎坷是磨难，有人在披荆斩棘之后说，所有的坎坷都是路！其实，在这个世界上，根本没有多少死胡同。即使是最坏的结果，你走进了死胡同，也完全可以按原路走出去。那时候，阳光就会格外地灿烂。前方又产生了新的选择，你完全有机会一路走好。

当上帝把门都关上的时候也会给你留扇窗子。只要你看准了彼岸世界的方向，并继续朝前走，就算是山重水复，也必将柳暗花明。走路是一种动作，开路却是一种卓然的创新。因此，任何人都没有资格灰心丧气，一个人能不能找到路，走得好不好，完全在于个人的本领。绝望的人群在毁灭自己的同时，也不会给其

他人群带来希望。他们没有承担属于自己的义务和责任，而无形中加重了别人的负担。

当然，不同的人面对着不同的路，有的崎岖，有的平坦。这与个人的眼界和社会的分工有着不同程度的关系，使得道路或狭窄或宽广。可是，再宽广的路也得一步步走，再狭窄的路也一直通向远方。而且，有些路越走越宽广。

很多人往往都有迷路的经历。从这个角度看待人生，得到的结论是：迷路者是因为手中没有线路图和指南针。线路图靠客观的考察，指南针靠心灵的知觉。你手中如果没有这两种工具，迷路也就不足为奇了，日常生活中的现代人在钢筋水泥的都市中行走，也会有类似的体验，但并不是所有的人都能够走出来。

土耳其有句谚语：每个人心中都隐伏着一头雄狮。这与中国的“人人可以为尧舜”有异曲同工之妙。任何人都应该发觉自己的潜能，在绝望中寻找希望，塑造人生的辉煌。因此，声称自己具有情绪化人格的人应该对自己的人生加以诊治。时而能看到路，时而又看不清路的感觉使人处于可走可不走的状态，如果把这种状态定位为性格，那么，它同样可以决定命运。自己耽误自己的事情往往都是在无意识之中发生的。当你为自己的聪明而洋洋得意时，别人或许已经超过了你，直奔终点线而去。

## 十一、为什么识时务者为俊杰

聪明人都识时务，识时务者都聪明，他们知道如何防患未然并转危为安。固执的人往往厌恶识时务者，理由是对方等同于见风使舵的小人。其实，世界上没有什么是长久不变的，变化的时代对一个人的适应能力有很高要求。面对突如其来的挑战，原来的地位和身份似乎并不具有多少价值，在情势复杂的时候，只要不涉及大是大非，大可做些变通的工作。“变则通，通则久”，只有这样，人生才能够平稳地化险为夷。

识时务者为俊杰，这世界上不存在万能的人，命运常常要受到其他人的决定的辐射，所以要注意全方位地接触对方，从而使他们做出对你有利的决定。这样看来，识时务者从事的是一种高质量的工作，如果本身拥有道德基因，就是很有魅力的成功人士了。

时务与人的洞察力有关，某个集团的总裁因年龄的关系要离休了，几位副总裁中有一位可能要接替他的职位，作为部门经理，你要处理好跟几个人之间的关系，这件事情非常微妙。其中有一些是比较直接的现实关系；另一些是比较间接的未来关系，如何处理好这两种状态的关系，确实是一门较深的学问。现实关系能够使你事业平稳，未来关系则可能使你更上一层楼，协调到炉火纯青的地步时，你才能顺利升级。要想维持某种关系就必须作出让步和付出代价，这世上没有白捡的便宜。

如今，不识时务的人已经越来越少了，因为人们逐渐认识到

固执得不偿失。谁都需要来自各行各业的信息和各行各业人士的支持，一味板个面孔做严肃状，跟别人握手蜻蜓点水，让人觉得他三度风湿，最终只能证明自己的无价值。因为其行为使得他逐渐成为不受欢迎的人，而谁都不愿意与不受欢迎的人为伍，于是，他们的日子注定就不会好过，眼前的情景跟他们的愿望南辕北辙，他们成不了有口皆碑的俊杰，连真诚的人都算不上。

有的人非常的识时务，但除此之外似乎没什么值得夸耀的了。他称得上是半个心理学家，对你内心的思想似乎非常明白，时不时的给你来一颗糖衣炮弹，把你“炸”得晕晕乎乎。对于这一类人，任何人都有必要警惕，因为他们从不真刀真枪地跟你干，他们发挥自己察言观色的看家本领在要紧处下套。

因此，对于“时务”这个中性的词汇，应该有一个健康的理解。如果你非在它身上嫁接一枚毒果，整体的味道就变化了。如果你从它身上汲取积极的营养，这棵参天大树也会根深叶茂。后者永远比前者可贵，因为在讲“要实事求是”的年代，没人会因为是非不分而说驴是骆驼。

## 十二、为什么宁可做过莫要错过

一个园丁用最大的热情和关心，不断地掘地挖土，这是一个热爱劳动的人，一个强壮的脸色红润的人。

园丁有一个什么都懂得的邻居。一次，他冷笑着对园丁说道：

“我的朋友，毫无疑问，你工作得十分卖力。可是我想好的那个计划如果实行起来，就会远远地超过你的成绩。跟我的那个比较起来，你马上就会承认你的菜园是一片荒地。老实说，我真不明白你怎样能从这片土地上搞出名堂来，据我所知，你并没有读过一行书啊！”

“我没有时间读书，”园丁说道，“我只知勤勤恳恳地工作和实践，一刻儿也不放松地坚持到底，就凭着这些，感谢上帝，我挣得了我的粮食。”

“你竟妄想嘲笑知识，你这个蠢材！”

“不，先生，你不应该歪曲我说话的意思。你无论什么时候想出了好计划，我总是很愿意来学习的。”

“那么，你等到夏天吧！那时候你就可以看到值得一看的东西了！”

“可是，先生，现在为什么不动手来做呢？我在一个星期以前，就把黄瓜种上一些了，可是你连一畦也没准备好呢。”

“现在我可没有工夫管这些，我得读书和研究。用铲子挖掘苗床好呢，还是用犁翻土好呢？我还不能决定。哦，不忙！时间还是富裕的。”

“对于你，也许是这样，——对于我，时间可紧得很哩。”

说完，园丁拿着铲子回去掘地，我们的学者就躲到他的书斋里去了。这一个在书本里挖掘：阅读，比较，考证；那一个在田

畦上挖掘：勘查，分枝，掘穴。“聪明人”的工作难以就绪：“纸上谈兵”的叶子刚透出尖尖的芽儿，他又有了新的想法、新的计划，他又要重新开始。

结果如何呢？显而易见。园丁种的黄瓜长大成熟了，拿到城里去换了钱。而我们的“聪明人”呢，一条小黄瓜也没有种成！

一个好主意不实施就像空中楼阁，白日梦谁都会做。

只有行动才会产生结果，有非常多的人这么说：“成功开始于想法。”但是只有想法，却没有付出行动，还是不可能成功。

成功者都非常积极活跃，以行动作为自己的方向，尝试许多新的途径。所以，经过一番奔波忙碌之后，必然会取得成就。所有的知识必须化为行动，因为有行动才有力量。不管你现在决定要做什么事，不管你现在设定了多少目标，请你一定要立刻行动。

所谓理论结合实践，讲的不就是这个道理吗？如同一个狂傲的领导者只会在那儿趾高气扬的指手画脚一样，真让他去干，他就蔫了。实践才是最重要的。空头支票毫不起作用。

发展中的青年最需要的是什么呢？一位颇有名气的青年问题专家提出了一个得到广泛认同的见解：青年人要善于把握属于自己的各种机会发展自己，这是他们最不当忽视的。

“宁可做过，莫要错过。”它提示我们在生活与事业中要有一种积极进取、果敢自信的态度。当你在事业追求中面对一个“可能”的时候，当你在人生旅途中遇有一个“机遇”到来时，要果敢地迎上去，抓住它，要充满信心，竭尽全力去做。因为行动是争取机遇、实现追求、通向成功的惟一途径。当你一次次“做过”以后，你会感到：啊，我真幸运，我能拥有这样的成绩，真是没想到。当你一次次“错过”以后，你不免叹道：唉，我真后悔，当初为什么不试一试呢？试一下该有多好！

### 十三、为什么要少指责多倾听

对方或许完全错了，但他仍然不以为然。在这种情况下，不要自认为聪明的去指责他的过失。

中国有个圣人名叫老子，他说过一些话，也许对今日的许多读者仍有益处：江海之所以能成为百谷之王，是因为懂得身处低下，方能成为百谷之王；圣人若想领导人民，必须谦卑服务；若想引导人民，必须跟随其后。因此，圣人虽在上，而人民不觉其压力；虽在前，而人民不觉有什么伤害。

你或许已经意识到大多数人都会啰啰嗦嗦的说一大通道理来使别人同意自己的观点，尤其是那些推销员。其实，你不如让对方畅所欲言，因为每个人对自己的事和与自己有关的问题一定比你懂得得多，所以不如问他一些问题，让他给你讲述有关的一些事情。

如果你不同意他人的意见，你或许想阻止他，但最好不要这

样。当他人还有许多意见要发表的时候，他是不会注意你的。所以要忍耐一点，用一颗开放之心听取他人讲话，并诚恳鼓励他完全发表自己的意见。

事实上，没有人不喜欢对自己的成就夸夸其谈。

为什么会如此？因为当我们的朋友胜过我们时，他们获得了一种自重感；但当我们胜过他们时，他们会产生一种自卑感，甚至引起猜忌与嫉妒。

最纯粹的快乐，是我们从别人的困难中所得到的欢乐。是的，你有些朋友，恐怕从你的困难中比从你的胜利中得到的满意更多。所以不要时时向他人夸大自己的成就，谦逊的人永远是受欢迎的。

我们应当谦逊，因为你我都没有什么了不起的。你我都要逝去，过百年之后完全被人遗忘。生命过于短促，不要总是谈论我们小小的成就，使人厌烦；反之，我们要鼓励他们说话。

#### 十四、如何做到严以律己宽以待人

《菜根谭》中提到的圆滑人际关系的智慧之一，是切忌严厉指责他人，而代之以宽容人。这个道理大家都清楚，欠缺宽容的态度不可能建立起圆满的人际关系。

如“人之短处，要曲为弥缝，如暴而扬之，是以短攻短；人有顽固，要善为化诲，如忿而疾之，是以顽济顽”。对于别人的短处，应该尽力为其遮掩，若是不顾一切在人前揭人之短，就暴露了自己的不是，可谓以短攻短；对别人顽固的行为应该善加开导而不是忿而疾之，否则便是以顽济顽了。有的人专门喜欢当众揭别人的短，这种人是不是太愚蠢了呢？

书中接着说：“攻人之恶，毋太严，要想其堪受；教人之善，毋太高，当使其可从。”批评人家不要太苛刻，要先想想对方是否受得了；教人家做好事也不要论调太高，要在对方能力范围内。

书中进一步论述：“不责人小过，不发人隐私，不念人旧恶。三者可以养德，亦可以远害。”可见凡事不要逼人太甚，如此一来不仅可以修养自己的品德，也能够避免灾祸。

以上三例都是实践的方法，主要是提醒我们，在与人相处时要随时体谅他人，在温和且不伤害他人的前提下，适宜地帮助别人。孔子也曾说过：“严以律己，宽以待人。”以严厉的态度对待别人，容易招致他人的怨恨，如此一来反而无法达到目的。若要避免遭受无益的困扰，关键在于宽容他人。

人往往能够将别人的缺点看得一清二楚，却暗于自见，所以在斥责他人的时候，容易忽视自身的缺点，而严厉地指责对方的不是。一旦超出别人所能忍受的范围，反而引起厌恶和反感，丧失说服力。所以人要给对方留面子，要有体贴心，不要去指责别人的小过失，不去攻击别人隐瞒的私事，更不要去揭别人的旧疮疤。

所谓的宽容，和“度量”与“包容”有很大关系。《菜根谭》