

早知早成功书系

笨死的牛

方法比勤奋更重要

庖丁解牛指出笨牛的15种通病

给笨牛支招 让笨牛走出7种困境

盲目从众没主见不敢标新立异

不知变通不善于自我推销不善表现没有目标循规蹈矩容易满足

容易被别人利用说话不看对象

不懂得幽默不敢说“不”自我封闭害怕求人

不会察言观色

宿春礼◎编著

石油工业出版社

笨死的牛

方法比勤奋更重要

宿春礼◎编著



石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

活该笨死的牛：方法比勤奋更重要/宿春礼编著.
北京：石油工业出版社，2005.1
ISBN 7-5021-4896-5

I.活…

II.宿…

III.成功心理学-通俗读物

IV.B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2004) 第127363号

活该笨死的牛——方法比勤奋更重要
宿春礼/编著

出版发行：石油工业出版社

(北京安定门外安华里2区1号楼 100011)

网 址：www.petropub.com.cn

总 机：(010) 64262233 营销部：(010) 64240503

经 销：全国新华书店

印 刷：石油工业出版社印刷厂

2005年1月北京第1版 2005年1月北京第1次印刷

640×960毫米 开本：1/16 印张：12.75

字数：190千字 印数：1-10000册

书 号：ISBN 7-5021-4896-5/B·130

定 价：19.80元

(如出现印装质量问题，我社发行部负责调换)

版权所有，翻印必究

本书编写组成员

主 任 宿春礼

副主任 于心愿 司云雪

编 委 (排名不分先后)

徐保平 杜延起 李 宁 邢群麟

苏亚莉 李秀敏 陆晓飞 李淑敏

李晓林 乔洪波 王 杰 蔡亚兰

袁丽卿 何瑞欣 齐 冲 郭红珍

李 乐 胡乃波

前 言

牛被动拘谨。活泼、热情、奔放、敢作敢为、有棱有角、勇于创造、充满活力这些优秀的品质，**牛**从来就不曾有过。**牛**无论做什么事都是小心翼翼，缩头缩尾，自主性和独立性都比较差。**牛**更多地考虑“对我如何，待我怎样”，而较少考虑“我在如何，我应怎样”。**牛**遇事不敢自己做主，过多依赖父母、亲友、同事、上级的意见，缺乏奔放的气势和泼辣的闯劲。

牛盲目从众。千人一面，众口一词，遇事随大流，是**牛**性格中的另一个大弱点。“树大招风”，“枪打出头鸟”，“出头的椽子先烂”，“人怕出名猪怕壮”，是**牛**的处世格言，对他的影响根深蒂固。他从不标新立异，注定了不可能脱颖而出。

牛过于内向。**牛**人对人对事从不轻易表示看法，不流露情感，对问题往往含糊其辞、模棱两可，很少明确地说“对”或者“不对”，而是说“也许”或“但也不一定”。信奉“是非只为多开口”，看似工于心计，城府很深，实质是自信力很弱。内心把握不定，才不敢向外表露；无力防范，才怕招惹是非。结果，只能是没有魅力，没有主见，人云亦云，随波逐流。

牛怯懦软弱。**牛**多愁善感，感情脆弱，厌倦力争向上。往往还没有开始做事情，就已感到千难万难，感到恐慌；还没有遭受什么真正的挫折和打击，便已心灰意冷。久而久之，形成了一种“办事要寻找最低抵抗路线”的心理习惯，什么事情省劲就干什么事，怎么好办就怎么





办。把遇难而退，碰到困难绕道走或推给别人等做法，视为一种“明智之举”。

牛性格老化。“充满激情，有一股汹涌澎湃、奔流不息的青春活力”，这样的状态描写从来与**牛**不沾边。他总是知足常乐，清心寡欲，顺其自然，恬淡平和，心理波动极少，平静得出奇。明明是缺乏雄心大志，却自命为稳重成熟。年纪轻轻，就出现了性格上的未老先衰。

这种保守、顺从、拘谨、怯懦、老化的性格，多年前曾备受赞誉，但是，这种性格越来越与今天开放、开拓、竞争、急剧变化的时代极不协调。

当然，**牛**也具备他特有的优点，他们保持下来的或许正是我们所不应该丢掉的闪光的金子。我们并不认为**牛**一无是处，我们不是一棒子将其打死。我们的目的是，让**牛**走出困境，克服缺点，最大限度地发挥优点，让每个人都明白**牛**的困境，做人不能像**牛**那么窝囊。本书从**牛**的各个方面：交际、心态、爱情、事业、说话、办事、做人等去分析**牛**，解读**牛**，帮助**牛**，帮助像**牛**那样的人。

本书以**牛**喻人，从人性方面，从现实角度，深刻而客观地分析了**牛**的缺点，并为**牛**提供了有效可行的方法和技巧。相信会对每个和**牛**有相似个性的朋友有所帮助。

编者

2004年12月

目 录

绪论 庖丁解牛

- 盲目从众的牛 / 3
- 没有意见的牛 / 4
- 不敢走自己的路 / 6
- 从不敢标新立异的牛 / 8
- 跟不上社会潮流的牛 / 9
- 死脑筋的牛 / 11
- 不知变通的牛 / 13
- 小心翼翼的牛 / 14
- 循规蹈矩的牛 / 15
- 容易满足的牛 / 19
- 牛的牛脾气 / 21
- 自卑的牛 / 23
- 容易被利用的牛 / 26
- 没有“眼力见儿”的牛 / 27
- 不善于表现的牛 / 29

第一章 牛进职场

- 第一节 职场牛病 / 35
- 没有目标的牛 / 35





不善于自我推销的牛 / 37

总是吃亏的牛 / 40

羞于争利的牛 / 40

从不参与竞争的牛 / 41

抓不住机遇的牛 / 42

唯唯诺诺的牛 / 45

第二节 给笨牛支招 / 47

设定人生目标 / 47

自我推销的技术 / 49

要勇于抗争 / 51

“锱铢必较”不丢人 / 52

牛应该积极参与竞争 / 53

看清机遇来临的方向 / 54

战胜自卑，敢于发言 / 57

第二章 蠢牛做事

第一节 只管埋头苦干的牛 / 63

第二节 给笨牛支招 / 64

办事一定要讲方法 / 64

帕累托法则 / 66

贾金斯法则 / 69

优化时间管理 / 72

决定工作顺序 / 76

适当“钻”牛角尖 / 77

适度冒险 / 78

第三章 笨牛开口

第一节 出口伤人的牛 / 83

笨牛常吃“嘴上亏” / 83

说话不看对象的牛 / 84

- 羞于说“不”的牛 / 85
- 不知回绝技巧的牛 / 86
- 直言直语的牛 / 87
- 吝于称赞的牛 / 89
- 不懂幽默的牛 / 91

第二节 给笨牛支招 / 93

- “花言巧语”好办事 / 93
- 学会“见风使舵” / 95
- 学会说“不” / 97
- 否定的艺术 / 100
- 实话不一定要实说 / 101
- 称赞的原则 / 102
- 幽默技巧 / 103

第四章 牛在江湖

第一节 牛的遭遇 / 111

- 自我封闭的牛 / 111
- 孤军奋战的牛 / 112
- 没有“贵人”相助的牛 / 113
- 害怕求人的牛 / 114

第二节 给笨牛支招 / 118

- 拿捏社交尺度 / 118
- 人靠衣装 / 120
- 着装要领 / 123
- 学会察言观色 / 127
- 送礼有技巧 / 128
- 学会与各种类型的人打交道 / 130
- 用好五个交际圈 / 132
- 主动营建关系网 / 135
- 避免交友误区 / 139





你有好人缘吗 / 139

第五章 牛的情事

第一节 被爱惯遗忘的牛 / 145

不注重穿衣打扮的牛 / 145

抓不住爱情的牛 / 146

爱你在心口难开 / 147

粗枝大叶的牛 / 149

婚姻中的“牛魔王” / 150

第二节 给笨牛支招 / 153

要注重仪态 / 153

求爱的技巧 / 158

一生中最大的一笔投资 / 159

学会说甜言蜜语 / 161

学会做婚姻家庭中的智者 / 163

第六章 笨牛变成千里马

健康——成功的基础 / 167

梦想——成功起飞的地方 / 169

正确的“自我观”——成功的一半 / 172

自信——成功之门的钥匙 / 174

积极进取——成功的助推器 / 176

坚定执著——成功的利器 / 179

合作精神——成功的协助者 / 181

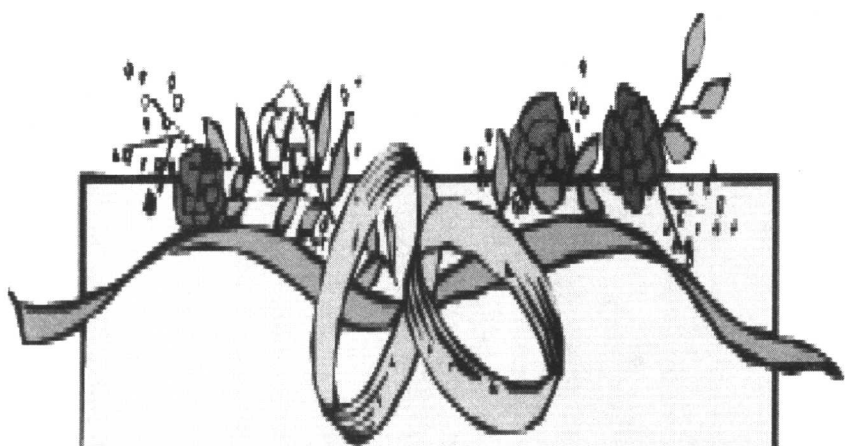
习惯——成功的直接通道 / 183

技能——成功的通行证 / 185

思考——成功的法宝 / 186

行动——成功的开始 / 189

家——成功的温床 / 191



绪论 庖丁解牛

牛为何因笨而一生徒劳无成，让我们磨亮屠刀，剥去**牛**皮，从头到脚，挑开肌腱，打开所有关节，斩成碎片，从中查找致命因子。



盲目从众的牛

牛把“别人都这样”奉为行为准则。他相信“法不责众”，跟着大家走肯定没错。

前几年流行事物中令人十分惊讶的，是人们对于山地自行车的青睐。该车型适宜爬坡和行走崎岖不平的路面，但在平坦的都市马路上却毫无用处。骨架异常坚实沉重，车把僵硬别扭之极，转向笨拙迟缓，根本无法对都市复杂的交通做出灵巧的机变。一天折腾下来，让人腰酸背痛，再加上尖锐刺耳的刹车声，看起来真是一个中看不中用的东西。放着好端端的轻便车或跑车不骑，却要弄上一辆笨拙之物，就好像一个人丢下良马，偏要骑那笨牛一样。时髦先生们头戴耳机，腰挎“随身听”，脚踩山地车，一身牛仔服，表面上自我感觉良好，其实却难受得一塌糊涂，而这份潇洒背后的代价，更与何人说？

但是，假如把时髦比喻成一座令人心旌摇荡的山峰，则山地车的功能便“昭然若揭”了。追赶时尚，大约就像骑山地车一样，即便把你累得半死，也是心甘情愿。究其根源：“为什么这样？”必答曰：“别人都这样！”

缺乏自信心，盲从他人，往往会给自己带来损失或伤害。而要想在生活中、事业上有所成就，就必须善于用自己的头脑思索问题，想人之所未想，见人之所难见，为人之所不能为，并坚信自己终究会达到目的，方能获得成功。

“永远不可能靠着模仿而成为世界第一名，想要成为世界第一名就得要立异、要创新。”BMW 汽车公司总裁曾如此说。

当时，BMW 公司发现，奔驰车设计得越来越高档，而且看起来气派、高贵，适合重要人物使用。抓住这个商机，一向生产高档车的





BMW 决定走年轻人的路线，决定走时髦的路线，使车款开始趋向于流线型跑车，与众不同的设计使 BMW 获得了成功。

真正体会到成功真谛的人发现，每一个人都可以在一开始向成功者学习，以借鉴宝贵的成功经验，并在先行者的脚步上再走一步，慢慢改善原来的旧有的方法、旧有的产品，使之总要比别人的好一点点，也就是力求与众不同，从而走向成功。

没有主见的牛

牛总是根据主人的命令做事，从来没有自己的理由。其实很多人也是这样，他们总是根据其他人——亲人、朋友、老师的意见选择他们的职业、生活，甚至爱情。

人要有自己的主见，应明白自己真正爱什么，恨什么，喜欢什么，厌恶什么，不要輕易为流行的时尚所左右，不要随便落入别人设计的框架中。应该有自己的独特个性，拥有自己特有的生存方式，而不要被别人牵着鼻子走，以别人的眼光来规范自己的举止，改变自己的习性。生活属于你，任君自选择。成才的道路在你脚下，一个有志于成才的青年，就要做一个堂堂正正的、自主自立的人。

生命当自主，一个永远受制于人，被人或物“奴役”的人，绝享受不到创造之果的甘甜。人的发现和创造，需要一种坦然的、平静的、自由自在的心理状态。自主是创新的激素、催化剂。人生的悲哀，莫过于别人在替自己选择，这样，自己会成为别人操纵的机器，从而失去自我。

人生一世，草生一秋。活就要活出个色彩，留也要留下闪光轨迹。

我们要做生活的主角，不要将自己看做是生活的配角。要做生活的编导、主角，而不要让自己成为一个生活的观众。

我们要做自己命运的主宰。心理学家布伯曾用一则犹太牧师的故事阐述一个观点：凡失败者，皆不能清楚自己；凡成功者，皆能非常清晰地认识他自己。失败者是一个无法对情境做出确定反应的人。而成功者，在人们眼中，必是一个确定可靠、值得信任、敏锐而实在的人。

成功者总是自主性极强的人，他总是自己担负起生命的责任，而绝不会让别人虚妄地驾驭自己。他们懂得必须坚持原则，同时也懂得灵活运转的策略。他们善于把握时机，摸准“气候”，适时适度，有理有节。如有时需要“该出手时就出手”，积极奋进；有时则需稍敛锋芒缩紧拳头，静观事态；有时需要针锋相对，有时又需要互助友爱；有时需要融入群体，有时又需要潜心独处；有时需要紧张工作，有时又需要放松休闲；有时需要坚决抗衡，有时又需要果断退兵；有时需要陈述己见，有时又需要沉默以对；有时要善握良机，有时又需要静心守候。人生中，有许多既对立又统一的东西，能辩证待之，方能取得人生的主动权。

善于驾驭自我命运的人，是最幸福的人。在生活道路上，必须善于做出抉择：不要总是让别人推着走，不要总是听凭他人摆布，而要勇于驾驭自己的命运，调控自己的情感，做自我的主宰，做命运的主人。

要驾驭命运，从近处说，就要自主地选择学校，选择书本，选择朋友，选择服饰；从远处看，则要不被种种因素制约，自主地择定自己的事业、爱情和崇高的精神追求。

你的一切成功、一切造就，完全决定于你自己。

你应该掌握前进的方向，把握住目标，让目标似灯塔在高远处闪光；你得独立思考，独抒己见。你得有自己的主见，懂得自己解决自己的问题。你不应相信有什么救世主，不该信奉什么神仙和皇帝，你的品格，你的作为，就是你自己的产物。

的确，人若失去自己，则是天下最大的不幸；而失去自主，则是人生最大的陷阱。赤橙黄绿青蓝紫，你应该有自己的一方天地和特有的色彩。相信自己，创造自己，永远比证明自己重要得多。你无疑要在骚动的、多变的世界面前，打出“自己的牌”，勇敢地亮出你自己。你该像





星星、闪电、出巢的飞鸟，像出墙的红杏，果断地、毫不顾忌地向世人宣告并展示你的能力、你的风采、你的气度、你的才智。

做自己的主人，能做立于世，能力拔群雄，能开拓自己的天地，才能得到他人的认同。勇于驾驭自己的命运，学会控制自己，规范自己的情感，善于利用好自己的精力，自主地对待求学、就业、择友，这是成功的要义。要克服依赖性，不要总是任人摆布自己的命运，让别人推着前行。

人生来就受到主客观方方面面的牵制。做一个人，将自己的愿望约束在条件许可的范围内，就少了许多痛苦。你也许不能改变别人，但你能掌握自己，支配好自己，这本身就不失为智者的表现，不失为一种充实的表现，不失为一个称得上幸福的人。

不敢走自己的路

牛从来不去尝试新事物，他认为改变现状不如苟且偷安，因为改变将带来许多不稳定的未知因素，并存在一定的风险。牛一直认为自己非常脆弱，经不起摔打，如果涉足一个完全陌生的领域，就会碰得头破血流。生活中很多人也这样认为，其实这是一种荒谬的观点，也是你对自己没有信心的表现。

当你身处逆境时，你可以依靠自己战胜困难；当你遇到陌生事物、身处陌生环境时，你不会经不起考验，更不会一蹶不振。相反，如果消除生活中的一些单调的常规，倒会减少你精神崩溃、厌倦生活的可能。对生活感到厌倦，这会削弱一个人的意志并产生一种不健康的心理影响。一旦对生活失去了兴趣，你就可能首先在精神上垮掉。然而，如果你不断给自己的生活寻找一些未知的因素，你的生活就增添了许多色彩，你也会变得更加充实、上进。

此外，你也许还抱有这样一种心理意识：“这件事异常独特，让人觉得奇怪，我还是躲得远一些好。”这种心理状态使你无法获得一种积极尝试新生事物的经历。例如，当你遇到一位不会讲汉语的美国人在商场购物遇到语言障碍时，而你正好学过英语，这也是你帮助他人和锻炼自己的一个良机。而你却不敢，因为你害怕露面，担心自己说错英语或者一时搭不上腔而出洋相。于是你可能假装自己什么也不懂，或者悄悄溜走，以避免了许多可能不利的未知因素。

你还可能认为，我们不管做任何事情，都一定要有某种理由，否则做它又有什么意义呢？这种观点纯属谬论！只要愿意，你可以去做任何事情，而不一定非得等到有一个明确合理的理由。我们没有必要在做每一件事情之前非得寻找一个理由。如果事事都要有理由再做，你就不能去尝试新的经历。当你还是个孩子时，你会逗蚂蚱玩上一个小时，其理由只不过是你喜欢逗蚂蚱玩；你或者还曾因喜欢捉迷藏游戏而只身一人跑到树林“探险”——其实，你当时并没有想到任何理由，只不过是因为你喜欢这样做。当你慢慢长大成人时，你的行为受到太多的羁绊，你每做一件事情之时都得找到一个看似合理的理由。这种“热衷”于理由的做法会阻碍你个人的成长与发展，使你不能放开脚步。

“人生之路千万条，条条大道通罗马。”要走向成功，就要大胆地多方位搜寻探索，不因恐惧失败而灰心丧志，不因别人的指指点点而犹豫彷徨。不盲从，也不随俗，要走就走自己的路，一定能走出一条成功之路来。

“走自己的路，让别人去说吧！”这是何等的自信与洒脱。

如果你充分相信自己，你就具备了从事任何活动的信心和能力。只有敢于探索那些陌生的领域，你才可能体验到人生的各种乐趣。那些被称为“天才”的名人，那些生活中颇有作为的人，那些在政界和商界颇有影响的人物，他们都具有一个共同的特性：从不回避未知事物。例如，富兰克林、贝多芬、萧伯纳、丘吉尔以及许多其他伟人，他们都是敢于探索未知领域的先驱者。与你一样，他们也都是普通的人，只不过

