

突破习惯牢笼 引发无穷契机
走出生活陷阱 开拓人生坦途

一生必须 规避的 50个陷阱

★教你学会跨越人生障碍的生存智慧★

李洁◎编著

- ◎见招拆招的突破为初级境界
- ◎绝处逢生的跨越为中级境界
- ◎成竹在胸的规避为高级境界



◎中国华侨出版社

★教你学会跨越人生障碍的生存



414026

一生必须 规避的 50个陷阱

李洁◎编著

图书在版编目(CIP)数据

一生必须规避的 50 个陷阱 / 李洁编著. —北京:中国华侨出版社,2006.7

ISBN 7-80222-074-2

I.一... II.李... 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(2006)第 074576 号

● **一生必须规避的 50 个陷阱**

编 著 / 李 洁

责任编辑 / 崔卓力

装帧设计 / 虚竹堂

版式设计 / 岳春河

责任校对 / 冯美华

经 销 / 全国新华书店

开 本 / 787 × 1092 毫米 1/16 印张 / 16 字数 / 221 千字

印 刷 / 中国文联印刷厂

版 次 / 2007 年 1 月第 1 版 2007 年 1 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 7 - 80222 - 074 - 2 / G · 62

定 价 / 26.00 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 邮编:100029

法律顾问:陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

e-mail: oveaschin@sina.com

前言

人生就是一次探宝的历险

传说中,在穿越危机四伏的热带丛林之后,就可以到达一个奇珍异宝堆成山的世界,得到其中一点点的珍宝,你将一辈子都有享之不尽的荣华富贵。为此,成千上万的人不畏艰险,前仆后继地踏入了那片险恶的热带丛林。结果,勇往直前的人,没有一个生还的,生还的却是那些半途知难而退的人。

听那些半途退回来的人说,他们并不害怕丛林中的毒蛇猛兽,怕的却是那些让人无从设防的危险:丛林中步步是陷阱,而且让你防不胜防,譬如那些看上去鲜美无比的野果,说不定就是置你于死地的毒药。诸如此类的陷阱,举不胜举,如果你不懂得如何规避和化解,一旦深陷其中,轻则伤及身体,重则命丧黄泉,更别说得到那些让人艳羡的珍宝了。

后来,有一位年轻的勇者,带上许多随身准备的工具上路了。不

到一个月，勇者便用马车驮着琳琅满目的珠宝回来了。

人们羡慕而好奇地问他是如何做到的。勇者笑着拿出一本记着密密麻麻文字的笔记本，告诉人们说，其实很简单，答案都写在这个笔记本里面了。

听他这样一说，人们就更加好奇了，都争相阅读那本笔记。看过笔记本的人们一下子就豁然开朗了，他们也按照上面所说的，开始了探宝之旅，结果，他们也同样拥有了一辈子用之不尽的财富。

那个笔记本上究竟写着什么样的秘密呢？

原来上面写的是在丛林中可能遇到各种陷阱以及如何规避和化解的方法。这些方法是勇者查阅数千本有关丛林陷阱方面的资料和对那些从丛林中回来的人进行调查、总结的结果。

寻求宝藏的情景是许多的故事和影片经常描绘的主题。仔细想来，我们的人生不也是如此吗？那些珠宝不正是我们用一生去追求的成功吗？在通往成功的丛林中，不同样充满着各种各样让你防不胜防的陷阱吗？

所谓陷阱，就是为了困住别人而挖的坑，陷阱的上面往往覆盖着伪装的东西，表面看来是美丽而堂而皇之的。同时，陷阱也被比喻为害人的圈套。因此，陷阱是经过人精心安排伪装出来的，是常人无法察觉出来的。

毋庸置疑，处于人生丛林中的我们，同样面临着数以万计的陷阱，有时候也难免会陷入其中。当然，人生中的陷阱，很多的时候，它可能不会一下子伤及你的性命，但是它会制约你的发展，让你陷入

一片混沌中难以自醒,让你离你想要达到的成功越来越远。因此,步入陷阱中并不可怕,可怕的是难以自知,无法做出正确的判断和突破,最终沦为命运的奴隶。

青蛙被开水烫死的故事,读者可能都听说过:如果你把青蛙放到热水中,它一定会马上跳出来,但如果你把青蛙放到冷水中,然后非常缓慢地加温,青蛙却不会跳出来,直到将温度加到将青蛙烫死的程度,它就永远也没有跳出来的机会了。

人又何尝不是如此呢?我们总是习惯享受生活的舒适,却不知道舒适其实也是生活中的一种圈套。舒适的环境可以慢慢地磨灭人的意念和斗志,直到在你面临重大挑战时,你已经没有能力去把握。

试问人生的圈套套住了谁?我们会发现,套住的往往是那些对人生圈套缺乏认识以及根本就不懂得如何规避陷阱的人。他们就像那只慢慢习惯温水的青蛙一样,被圈套牢牢地套住了而无法自知。因此,认识上的觉醒胜过规避和解除圈套的方法。

在每个人追求成功的过程中,诸如此类的圈套多如牛毛,如果你不懂得如何规避和解除它们,你就永远无法抵达你成功的神邸,永远无法得到你心中的珍宝。但如果你像那位勇者一样,拥有穿越人生丛林的那些规避和解除陷阱的方法,你就会变得游刃有余,那些一个个被你解除的陷阱也会成为你成功道路上的助推器。

《一生必须规避的 50 个陷阱》正是一本引导你顺利穿越人生丛林步入珍宝世界的指南。它告诉你穿越人生丛林可能遇到的最致命

的陷阱以及最有效的规避和解除方法,让你将人生的珍宝轻松揽入怀中。

这些人生陷阱规避和解除的方法来自于成功穿越丛林的勇者——那些人们引以为傲的佼佼者(诸如比尔·盖茨、拿破仑、林肯、爱迪生、爱因斯坦等等)。

从现在开始,好好检视一下你的人生,看看你被多少圈套套住了,勇敢摆脱它们,做一个幸运撷取成功珍宝的人。

目 录

1. 小疵何妨:有些缺陷你不必在意(追求完美,是一种陷阱) / 1

世上没有完美,不完美才是真正的完美。

2. 逃离舒适陷阱:绝不做马戏团的老虎(舒适是一种慢性毒药) / 6

孟子曰:“天将降大任于斯人也,必先苦其心志,劳其筋骨,饿其体肤……”,这其实就是告诉我们要远离舒适的陷阱,要不断让自己处于“不舒适”的状态,才可以有大的作为。

3. 听别人的,你就大错特错了(别人的干扰,也是陷阱) / 12

爱因斯坦,被老师看作是大脑迟钝,无法在学校接受正常教育的人,结果他通过自己的努力,向世界证明了自己是最伟大的科学家。

4. 随波逐流的陷阱(没有主见是陷阱) / 17

许多人都有“随大流”的心理。“随大流”也是一种陷阱。比如麻雀成群结队,只要发现一点食物,就一哄而上,结果是不少麻雀白费功夫,劳而无食;而老鹰独自翱翔蓝天,俯瞰大地,发现目标便一举捕之。

5. 自己是天堂,也是地狱(自我的设限,往往是自己最大的陷阱) / 22

自我设限就像给自己上了一把枷锁,仿佛一个活在井里的人,四周都是阻挡的墙壁,无法前进,只能坐井观天。所以,阻挡你成功的往往不是别人,就是你自己。

6. 谁是一切的根源(人们总是习惯于从外部去探寻原因,却很少从自己身上去找原因) / 28

遇到不公平或者受到打击,人们总是习惯从外部找寻原因,却很

少认真地审视自己。其实,遭遇这些事情,谁才是一切的根源呢?就是自己。如果你把自己当作老鼠,肯定会被猫吃。既然这样,为什么不试着把自己当作一只老虎呢?

7. 做人不要太聪明(过于聪明,反被聪明误) / 33

每个人都想表现得很聪明,但如果一个人老耍小聪明就成了一种愚蠢。

8. 用宽容化解仇恨(仇恨是伤人伤己的陷阱) / 38

许多人为一点小事,或为一句闲话,就血压升高、头疼上火、心悸失眠,甚至将一点点小事演变成深仇大恨,最终难以释怀,从而走上绝路……仇恨无疑是伤人伤身的陷阱,需要用宽容来消除它。

9. 别让自己成为受害者(不懂得方法的好心助人,反而害己) / 44

助人为乐是一种传统美德,好心助人这当然没有错,可是帮助别人不分对象不讲究方法也是不可取的。

10. 孤独的人,不是可耻的(伟大产生于孤独) / 49

谁说孤独的人是可耻的?康德、黑格尔,他们是孤独的,但他们是思想的先行者;牛顿、哥白尼,他们是孤独的,但他们是惑乱人心的宗教的掘墓人。他们的孤独可耻么?不!正是孤独成就了他们的伟大。

11. 失败的另一面(换个角度天地宽) / 53

上帝关闭了门之后,定会再给你留下一扇窗。即使是在最惨痛的失败中,也定会有绝处逢生的机会。

12. 为难你的人往往就是你的贵人(感谢为难你的人) / 58

韩国励志电视剧《大长今》中,长今有一位很好的老师医官申主簿,这位老师在医女学习班执教时,对长今百般刁难,其实他是为了更好地教给长今行医的道理,最后长今受益匪浅。

13. 挫折,是人生最好的礼物(每次挫折都是你提升的机会) / 64

上帝对一个遭遇挫折心灰意冷的人说：“你只要稍稍坚持一下就可以成功了。因为你已经得到了成功的入场券——挫折。”

14. 做个傻瓜又何妨(不懂得付出、吃亏是陷阱) / 69

萧伯纳说：一个人只有经过东倒西歪，让自己像个笨蛋那样的阶段才能学会滑冰。

15. 人不是生来做大事的(小事成就大事) / 74

“积土成山，风雨兴焉；积水成渊，蛟龙生焉；积善成德，而神明自得。”修养的提高，视野的开拓，完善的人格，事业的成功，崇高的境界……都需要日积月累，自细节入手，从小事做起。

16. 将“不可能”从你的字典里删掉(“不可能”是陷阱) / 79

美国西点军校传授给学员的工作理念是：“没有什么不可能。”

17. 一朝被蛇咬，十年怕井绳(人往往不敢面对第二次的打击) / 84

人的一生会遭到很多打击，在事业上、感情上、生活上都有可能遇到。怎样面对打击呢？有的人是“一朝被蛇咬，十年怕井绳”，第一次被打趴下了就再也不敢去接触类似的事情。这是弱者的选择，能够做到从哪里跌倒从哪里爬起的人，才是真正的勇者。

18. 成功，没有捷径(成功只有靠勤奋和汗水) / 89

华罗庚教授有句名言：“勤能补拙是良训，一分辛苦一分才。”成功没有捷径，没有人是绝对的天才，也没有人天生就是笨蛋，别人能够成功而自己不能成功的原因，就在于不够勤奋。

19. 谁说成功很难(成功很难是陷阱) / 94

很多时候，并不是因为事情难我们不敢做，而是因为我们不敢做事情才难的。只要你对某一事业感兴趣，长久地坚持下去就会成功，因为上帝赋予你的时间和智慧足够你圆满做完一件事情。

20. 做个与时间赛跑的人(“我有的是时间”是消耗生命的陷阱) / 99

目

录

莎士比亚说：“放弃时间的人，时间也会放弃他。”若是时间放弃了你，等待你的将是无限制的恶性循环，如果不及时醒悟，后果将不堪设想。

21. 逃避，不一定躲得过(与其被环境改变，不如去改变环境) / 103

一个人到了一个恶劣的环境中，大都首先会想着如何逃避，紧接着就是一有机会就唉声叹气地抱怨。可是，抱怨归抱怨，环境依然，往往是逃不掉的，而且最终自己也会耳濡目染成为恶劣环境中的一员。

22. 世上没有怀才不遇(不要总是期待让伯乐来发现你) / 108

我国古代文人确实有许多怀才不遇者，因为那是封建专制的社会。可是现在，社会环境空前自由，无论有什么“才”都可以展现出来，哪里还有怀才不遇。

23. 不要期待别人能够真正地帮你(只有你自己才能真正帮自己) / 113

《周易》中有句著名的话：天行健，君子以自强不息。世界上没有谁比自己更可靠，惟有自强，才能出人头地，才能救得自己。

24. 没有选择，是最好的选择(多种选择让你无从选择) / 118

人的一生有无数的选择，有的选择被认为是对的，有的选择被认为是错的。不过，大凡选择总是一件痛苦的事情，因为纵有再多选择，得到的结果仍然只有一个。所以有时没有选择才是最好的选择。

25. 犯错，别介意(害怕犯错是最大的错误) / 122

人非圣贤，孰能无过。微软公司副总裁·提凡有一句名言：“解雇犯错的人，等于否定教训的价值。”犯错不一定就是坏事，它能带给我们宝贵的经验和教训。

26. 多才多艺，是个美丽的陷阱(歧路亡羊，过多分散精力难以成功) / 127

某人多才多艺，固然令人羡慕，可是，做一个多才多艺的人，并不是那么有价值。因为无论哪一项技能，都需要耗费大量的心血才能精通，而一个人的时间和精力有限，你在做着这个的同时又想着做那个，就会分散精力，最终有可能什么都做不好。

27. 明智的放弃,胜过盲目的执著(盲目的坚持是成功最大的陷阱) / 132

很多时候,放弃是一种智慧。在生活中,我们时时面临着权衡、选择和放弃。学会放弃就是审时度势,把握时机,避短扬长,因此明智的放弃胜于盲目的执著。

28. 大企业不一定好(盲目做大是陷阱) / 137

美国著名管理学家德鲁克说:“小企业的成功依赖于它在一个小的生态领域中的优先地位。”

盲目做大无异于“揠苗助长”,做不成老虎,不如做好一只猴子。

29. 坏孩子,有大作为(听话、守规矩是陷阱) / 142

坏孩子往往有大作为,因为他们的“坏”正体现了他们的自我,自我突出才能实现超越。正因如此,大多听话、守规矩的人都平平庸庸。

30. 里根是哪里毕业(英雄莫问出处) / 147

里根是好莱坞影星出身,没上过著名的大学,却成为了美国第49届总统;三国时刘备卖过草鞋,关羽贩过小枣,张飞是个屠夫,却都成为了一代枭雄;英雄莫问出处,只要你有出类拔萃的才能,就没有人能揪住你的“出处”不放。

31. 别将简单的问题复杂化(复杂是无法高效率做事的陷阱) / 151

《易经》中有个“简易”的思想,就是要把复杂问题简单化。抓住事物本质的一点就够了,其他的可以都不管或少顾,这样就把问题简单化了。简单才有效率。

32. 美丽女人的美丽陷阱(美丽反被美丽误) / 156

美丽是每一个女人的梦想,可是古有“红颜祸水”之说,一个女人既然拥有了别人梦寐以求的美丽,那她面对的选择,或者说诱惑,就会更多。尤其是现在这个时代,可以用物欲横流来形容。于是美丽的女人面前陷阱更多,她们可以为了获得一劳永逸式的救赎,不惜让年华流逝,自尊贬值……

33. 没有人鼓掌,也要自我欣赏(苛求别人的赞美是陷阱) / 161

“想唱就唱,要唱得响亮,就算没有人为我鼓掌,至少我能够勇敢地自我欣赏……”

漫山遍野的无名小草不会因没人欣赏而停止生长,山林深处的野花虽然躲在深山人未识却依然竞相开放。与其苛求别人的赞美,不如勇敢地自我欣赏。

34. 别忘了留出时间来调整(留出时间来思考、休息) / 165

给自己留出一定的空间和时间来调整,就好似“磨刀不误砍柴工”。把自己调整好了,才可以以不变应万变,即使困境突降,也能自信而坚强地去面对。

35. 做人别太贪婪(贪婪是陷阱) / 169

人有七情六欲,欲望的存在本无大碍,可欲望一旦发展至贪婪成性,就会在其中沉沦,迷失方向,走向绝处。贪婪就像吸毒,是一种自毁的过程。做人切不可贪婪。

36. 努力,要让别人看得见(一味地埋头苦干,也是陷阱) / 174

现在是个注重表现的时代。强者因表现而强,弱者因未表现而弱。不能表现自己,就不容易引人注意,就是对自己能力的埋没和践踏。因此,努力,一定要让别人看见。

37. 成人,更需要模仿(超级模仿,给成功加速度) / 178

一支画笔,可以绘出万千江山。纸还是那张纸,墨还是那方墨,笔还是那支笔,画家勾出神,画匠摹出形,画徒描出四不像。关键看你怎么模仿。

38. 退一步海阔天空(只知道进的陷阱) / 183

理直不一定非要气壮。退一步海阔天空,忍让一下,冷静平和地面对,很多事也就简单了。忍让绝不是软弱的表现,恰恰体现了顾全大局、谦和礼让的美德。

39. 水至清则无鱼,人至察则无徒(糊涂哲学) / 187

郑板桥有一句名言:难得糊涂。其实很多时候装糊涂也是一种处世艺术,有些鸡毛蒜皮的小事说出来让人尴尬,不如睁只眼闭只眼;一些大事上装装糊涂有时也是一种策略,能够体现宽容大度的大家风范。

40. 拖延,等于浪费生命(拖延的陷阱) / 191

处于拖延状态的人,常常陷于一种恶性循环之中:拖延——低效能+情绪因素——拖延。这种恶习同时给我们带来了低效能的工作状态以及不快乐的情绪,没有丝毫益处。

41. 小不忍则乱大谋(学会控制自己的情绪) / 195

教育家马卡连柯说:“有伟大的意志的人不仅善于期待并获得某种东西,而且也善于迫使自己在必要时拒绝某种东西。没有制动器就不可能有机器,没有抑制力也就不可能有任何意志。”学会控制自己的情绪很重要。

42. 保持距离的美(亲密无间的陷阱) / 200

该保持距离的时候必须保持距离,亲密无间会导致物极必反。距离也是一种美。古语“君子之交淡如水,小人之交甘若饴”也是这个道理。

43. 任何时候都别忘了你自己(重视你自己) / 205

有句话是这么说的:“在人之上,要视别人为人;在人之下,要视自己为人。——千万别把别人不当人;更不能把自己不当人。”任何时候都不要忘记一点:我是独一无二的。

44. 死守诺言乃愚忠(死守诺言是爱情的陷阱) / 209

莎士比亚说:“闪光的东西,并不都是金子;动听的语言,并不都是好话。”爱情中的诺言就是一种很动听的语言,让人很容易被感动、被迷惑。可是那些甜美的诺言,往往在时间的过滤之后不堪一击,最终成为华丽虚幻的谎言。死守诺言的人往往就是受伤最深的人。

45. 不是凡事都要刨根问底(真相的陷阱) / 214

有的时候,一件事情的真相知道不如不知道的好。凡事太刨根问底不但会伤害到别人,也会伤害到自己。每个人内心深处都有自己不想示人的隐秘,之所以不想示人,是因为他自己难以面对这个隐秘。一定要刨根问底的话,会让人难堪,甚至受到伤害。

46. 一生只能做好一件事(一生能做好很多事的陷阱) / 218

古语说,十鸟在林,不如一鸟在手。世上看起来可做的事情很多,但真正能够抓住的却很少。人生的机遇,可能就只有那么一两次。

47. 授人以鱼的陷阱(因同情而给予是一种陷阱、另一种贫穷) / 223

我国古代道家学派创始人老子有一句名言:“授之以鱼,不如授之以渔。”意思是说,给人鱼吃,只能使人享用一时;不如教人捕鱼的方法,则能使人终生有鱼享用。

48. 遗忘,解除旧事纠缠的利器(沉湎过去也是一种陷阱) / 227

有位诗人说:请不要在冬天里做春天的事,在秋天里唱春天的歌。萤火虫只在夏夜里闪光,白雪不会覆盖在月季花上。

沉湎过去就永远赶不上现在,更无从把握将来。

49. 工作的报酬不仅仅是薪水(仅仅为薪水而工作的陷阱) / 231

薪水的多少是我们选择工作的一个重要指标,甚至很多人将此作为惟一指标。薪水高的职位大家趋之若鹜,而薪水低的则备受冷落。

其实,我们从工作中得到的绝不仅仅是薪水,比钱更重要的东西还有很多。而且,如果工作仅仅是为了面包,那么生命的价值也未免太低俗了。

50. 你到底是为了谁而工作(为老板而工作的陷阱) / 236

我们到底为了谁工作?这是个仁者见仁、智者见智的问题。约翰·洛克菲勒这样说:工作是一个施展自己才能的舞台。我们寒窗苦读来的知识,我们的应变力,我们的决断力,我们的适应能力,以及我们的协调能力,都将在这样的一个舞台上展示。我们是为自己而工作。

1 小疵何妨：有些缺陷你不必在意

人应该追求完美，但这仅仅是追求而不是要求或苛求。因为，完美只是我们追求的一种境界，世上并没有真正的完美。完美只是一个方向，没有一个人是十全十美的，以人短暂的生命，也不可能完美。所以，我们没有必要为没有做到尽善尽美的事情而耿耿于怀，更不应该为自己的一点点小缺陷而郁郁寡欢。而那些为追求完美郁郁寡欢的人，他们也许做梦都难以想像——追求完美也是生活的一种陷阱。

小疵何妨：
有些缺陷你不必在意

过度追求完美易走上不归路

金无足赤，人无完人。世上不存在没有缺点的人。过分追求完美，只会使自己失去原有的优势。

有个人找到了一颗有个小斑点的美丽的珍珠，他想要是能够去掉这个小斑点，这颗珍珠就是世界上的无价之宝。于是，他削去了珍珠的表层，但斑点仍在，他又削掉一层，以为斑点肯定可以去掉了，殊不知斑点仍然存在，他不断地削掉一层又一层，直到最后，斑点没有了，但珍珠也不存在了。

美国著名作家霍桑的短篇小说《胎记》，写了这样一个故事：有着高超智慧和幻想力的科学家爱尔默，娶了一个美貌如花的妻子乔治娜，与

一生必须规避的50个陷阱

娇妻灯前对坐,爱尔默自是欢愉不尽,但他却总觉得有一桩心事不能释怀。原来,乔治娜左颊上长了一个特殊的嫣红斑痕——胎记,尽管很小,但这在一贯追求完美境界的这位科学家看来,总是破坏了美的魅力。

他煞费苦心,想把妻子的可爱面颊改善得十全十美,毫无瑕疵。他曾研究出一种除斑的外用药剂,涂在妻子脸部的胎记上,但未能奏效。

于是,他又使用一种内服的强效药液,帮助妻子除治小小的斑痕。这种药的效果果然显著,胎记逐渐变淡、褪色;可是,随着胎记的最后一丝红晕从面颊上消失,那个堪称“十全十美”的绝代佳人的最后一口气,也散入青冥,化为乌有了。

古代的哲人墨子有一句名言:“甘瓜苦蒂,天下物无全美。”人也不例外,人无完人。那么,又何必凡事苛求,结果徒令自己成为那颗完美的珍珠呢?

心理学的研究证明,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。正是这种似乎无关紧要的生活态度,让他们掉进了完美的陷阱中难以自知,这给他们的生活带来了莫大的焦虑、沮丧和压抑。追求完美的人往往以理想的模式选择、评价自己生活中的一切,容不得客观的任何一丝不足,听不得不同意见,常常为生活中的挫折而痛不欲生,从而形成孤僻、抑郁的性格。

2003年4月1日,香港影视歌三栖巨星张国荣从香港文化酒店的高楼上一跃而下,结束了他短暂而辉煌的一生。心理专家分析认为,张国荣自杀的主要原因之一,就是过于追求完美。据说张国荣要求每张专辑必须是十首歌,因为“十全十美”的概念对于他非常重要。

有些缺陷你不必在意

在追求完美的路上,我们会不知不觉地踏入许多的陷阱中,为此,很多人深受其害——有了小的缺陷,你可怜自己又恨自己,耗费大量的心