

Excellent

从一流到卓越

道德成就事业，素质决定未来

苏自立 著



中国财富出版社
CHINA WEALTH PUBLISHING HOUSE



从一流到卓越

道德成就事业，素质决定未来

苏自立 著

中国财富出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

从一流到卓越：道德成就事业，素质决定未来 / 苏自立著. —北京：中国财富出版社，2014. 7

(中国 100 强名师名作)

ISBN 978 - 7 - 5047 - 5205 - 5

I. ①从… II. ①苏… III. ①职业道德—通俗读物 IV. ①B822. 9 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 092757 号

策划编辑 姜莉君

责任印制 方朋远

责任编辑 苏佳斌 姜莉君

责任校对 杨小静

出版发行 中国财富出版社

社 址 北京市丰台区南四环西路 188 号 5 区 20 楼 邮政编码 100070

电 话 010 - 52227568 (发行部) 010 - 52227588 转 307 (总编室)

010 - 68589540 (读者服务部) 010 - 52227588 转 305 (质检部)

网 址 <http://www.cfpress.com.cn>

经 销 新华书店

印 刷 北京京都六环印刷厂

书 号 ISBN 978 - 7 - 5047 - 5205 - 5/B · 0392

开 本 710mm × 1000mm 1/16 版 次 2014 年 7 月第 1 版

印 张 14. 25 印 次 2014 年 7 月第 1 次印刷

字 数 172 千字 定 价 35.00 元

版权所有 · 侵权必究 · 印装差错 · 负责调换

编委会

项目总策划 邓 明

主 编 邓 明 黄 华

副 主 编 范虹轶

编 委 (排名不分先后)

陈卫州	蔡鲲鹏	蔡怀东	陈星全	程庭亮
陈施宇	陈金平	曹爱宏	邓 艳	郑 义
高乃龙	管 策	黄雪珊	贾扶栋	匡 晔
孔长春	廖靖雄	刘 星	卢绪文	刘晓武
刘振友	李劲波	倪 可	牛建萍	孙剑虹
石 森	宋联可	邵逸飞	苏自立	尚明淮
田建华	邵昌宝	吴 之	吴群学	吴建平
吴 东	汪园黔	禹 志	姚先桥	杨 平
余尚祥	张友源	张 谦	周圣凯	周凯歌
邹春晓	周子人			

主办单位 北京联大文化发展有限公司 北京盛世卓杰文化传媒有限公司

主办官网 <http://www.sscbw.com>

出版支持 中国财富出版社

渠道支持 当当网  amazon.cn  京东商城 360buy.com  新华书店
XINHUA BOOKSTORE

战略支持



前 言

如果你是一位刚刚踏入职场的新人，那么你是否想通过各种办法，帮助自己迅速成为上司眼中的能人、同事眼中的精英？

如果你是一位企业的管理者，那么你是否想通过各种办法，帮助你那些看起来原本平庸的下属，变成市场中骁勇善战的士兵，让你的企业团队变得屡战屡胜、精锐难当？

如果你是……

的确，职场中，每个人都有着自己的目标，每个人都因自身的角色而有所期待、有所努力。但在这些不同的目标下，都有一个共同的期望，那就是希望自己从平凡变成优秀，从优秀变成卓越。其背后更为一致的是：无论你身处怎样的环境，身在怎样的行业和岗位上，想要实现这些期望，就必须要学会对个人和团队成长过程中体现出来的职业道德和素养加以严格的培养。

一个注重道德和素质培养的企业，能够因此获得组织内部顽强团结的凝聚力。而一个注重自我道德和素质培养的个人，则能够因此而获得更加广阔的未来发展空间。

实际上，道德和素养看似并不产生直接的生产成果，但却是生产和服务过程所必不可缺的支持，有了优良的职业道德和素养，才

能树立真正的责任心，产生良好的工作动力、积极的工作态度和准确的工作目标。反之，没有这样的职业道德和素养，即使一个人、一个企业愿意致力于向市场和社会提供更加优良的产品和服务，也依然难以支持、难以为继。

通过提高个人和团队的职业道德与素养，职场人能够让让自己的职业生命价值得到充分的乃至最大化的提高，让企业组织的运行成本获得充分的降低，让社会的不同资源得到最好的优化配置，让行业内部共同财富得到最低程度的浪费……总之，这一系列转变，都会让员工变成企业最欣赏的组成者，也会让企业因此而变成行业中其他企业最需要的合作者，即使是竞争关系的企业，也会因为其中某个企业道德和素质的提升而获得充分的收益。

鉴于此，笔者在多年的职业化培训过程中，围绕企业职场道德和素养提升的核心过程，进行了大量有益的研究工作。通过对大量企业职场人职场经历案例的分析对比，厘清了职场人如何有效提高自身道德和修养的方法，形成具体的脉络，获得清晰的思路，整理出了切实可行的方法，同时，进一步明确了职业道德和素养在当下这个时代中的具体表现形式、所发挥的作用。本书思想深入浅出，语言通畅明白，理论性和实践性相结合，既能够为有心研究职业化理论的专家人士提供有效的研究讨论对象，也能够为实际工作在职场中的普通员工提供最实际的自我教育和发展帮助。更重要的是，本书的专业性和精准性，体现出本书尤其重要的实用价值。

可以说，有怎样的职业道德和素养，就会有怎样的职业表现，有怎样的职业表现，就会有怎样的人生。

我们每个人都无法离开生活和生存，而生活的主要内容之一是

职场生活，生存的首要动力是工作，只有当我们能够让自己的天性在职场中焕发光彩，我们的能力才会在工作中不断磨砺；只有当我们高擎道德和素养的大旗，职场和人生的主宰之神才会向我们发出和善而有力的微笑！

作 者

2014 年 3 月

目 录

【上篇】职业道德解读

第一章 让道德的光普照成功之路

——企业和个人都需要道德和素质培养 / 3

何为“道”，何为“德” / 3

道即大自然，德即随顺大自然 / 3

道德是一种社会意识形态 / 5

德厚者才能成事 / 8

关于道德的若干思考 / 10

道德标准并非一成不变 / 10

社会公德、个人私德与职业道德 / 13

企业和个人应遵守哪些职业准则和规范 / 15

第二章 射箭要射靶心

——道德建设的核心是什么 / 19

社会公德的核心是礼仪 / 19

讲礼仪的前提是讲尊重 / 19

礼仪之邦的礼貌、礼节、礼仪 / 21

你与时尚礼仪“脱节”了吗 / 24

如何与社会和谐共处，建立公德心 / 27

职业道德的核心是责任 / 29

这是个需要拥抱责任的时代 / 29

工作不只是为了生存与生活 / 34

以天下兴亡为己任 / 36

责任体现在工作细节中 / 39

肩负企业发展使命 / 41

家庭美德的核心是和睦 / 44

家以和为贵 / 44

孝道文化新理念 / 46

传承孝道文化的感恩教育 / 49

个人品德的核心是友善 / 52

个人的品德为何如此重要 / 52

才能是核心竞争力 / 55

“八荣八耻”之思 / 57

【下篇】职业素质培养

第三章 先成人，后成长

——以生命与成长为起点，优化你的职业资本 / 63

重新认识你自己，先做人，后做事 / 63

你是堂堂正正的人吗 / 63

人要不断改进和前进 / 66

找到自己的职业定位 / 68

如何定义真正的成功 / 70

提升职业素养的十大层次 / 73

地狱层次——无恶不作 / 73

鬼层次——不能自控，贪婪妄取 / 75

畜生层次——愚痴不道，横行强做 / 78

修罗层次——自私自利，嫉妒争斗 / 80

人的层次——明事理，晓戒规 / 82

声闻层次——守法行善，以德服人 / 84

缘觉层次——了解人类产生痛苦的原因 / 87

罗汉层次——救赎自己，施教于人 / 89

菩萨层次——弘扬佛法，普度众生 / 91

佛陀层次——明世间真谛 / 94

心态决定成败，激活生命潜能 / 96

用全身心的爱迎接今天 / 96

人生不只是停留在过去 / 98

思想转变改变你的命运 / 100

成人后的心态调整方法 / 103

第四章 职场无价，感恩长存

——以感恩和价值为基础，培养你的职业素养 / 106

怀抱感恩之心，修炼情绪智慧——情商 / 106

美国哈佛大学的情商研究课 / 106

情商主宰着人生的 80% / 108

在工作中悟透人生真理 / 110

在感恩中成长，在成长中分享喜悦 / 110

工作是人生的必修课 / 112

努力工作才是成功之道 / 114

扮演好生命中的每一个角色 / 117

商业世界中的因果法则 / 119

正确运用语言化解压力 / 121

语言是门艺术 / 121

优秀人才必备的八种语言 / 123

第五章 众人拾柴火焰高

——以团队精神为根本，激活个人与团队素质 / 127

培养团队精神与团队意识 / 127

什么是团队精神与团队意识 / 127

团队合作，实现共赢 / 129

化解团队冲突，提升凝聚力 / 131

- 问自己八个问题 / 134
- 做自己想做的人 / 136
- 如何激活个人与团队素质 / 138
 - 优秀人才应具备的七大能力 / 138
 - 优秀人才的完善性格 / 141
 - 心理健康的七项标准 / 143
 - 优秀员工的四大美德 / 146
 - 时间管理——用好时间做对事 / 148
 - 适应企业文化，提高生产效率 / 151
- 团队创新力与执行力——成功的决定要素 / 153
 - 创新力如何开拓 / 153
 - 创新是自我持续发展的不竭动力 / 156
 - 个人执行力不强的表现 / 158
 - 执行力是职业化的过程 / 160

第六章 适者生存，改变命运

- 以适应和目标为动力，迈向卓越新境界 / 162
- 人生就是一种选择，适者才能生存 / 162
 - 服务态度——天使恶魔，一念之间 / 162
 - 建立亲和力，做一个善于沟通的人 / 164
 - 建立八个积极习惯，留住终身财富 / 166
 - 做一个诚实守信的人 / 169
 - 用修养赢得尊敬 / 171
 - 八个关键词改变一生命运 / 173

个人在企业成长的五个阶段 / 177

迷茫——能力欠佳 / 177

忙碌——渐入佳境 / 179

再次迷茫——职业倦怠 / 181

中坚力量——走向中层岗位 / 183

公司核心层——参与决策 / 185

保持工作激情的六种方法 / 187

好奇心是点燃激情的火焰 / 187

兴趣让你在职场走得更远 / 189

知识——活到老，学到老 / 191

相信自己，相信自己的选择 / 193

明确目标，体现自身价值 / 195

及时给予自己奖励 / 196

积极应对各种压力的七个要点 / 198

锻炼身体，为心理减压 / 198

接受压力的现实 / 200

解决问题，而不是抱怨 / 202

倾诉，让别人帮助自己 / 203

相信“成事在天，谋事在人” / 206

调整目标和期望 / 208

通过沟通找到合适的压力范围 / 209

从一流到卓越

【上篇】

职业道德解读

第一章

让道德的光普照成功之路

——企业和个人都需要道德和素质培养

何为“道”，何为“德”

道即大自然，德即随顺大自然

道德，一个在现代社会生活中相当常见的词语，同时也是在中华民族传统长河中有着漫长历史的一个名词。然而，有多少人真的了解，什么是“道”，什么又是“德”？

老子告诉我们：“道生一，一生二，二生三，三生万物。”可见，早在数千年前，古人就看到了人类身上的社会属性离不开整个宇宙、整个自然界自然属性的影响。所谓道，指的就是整个世界的客观规律。人类行为的正面意义，正是来自这样的客观规律，并体现着其中的真、善、美。

什么是“道”？自然本身就是“道”，体现着“道”背后的规律。人类自身所能观察到的世间万物，都属于自然规律中“道”的范畴。虽然这样的范畴并不客观、具体，没有明显的形态，没有统

一的名义，但是这样的规律实际上统一了从宇宙到世界、从自然到社会。而人居于这样的世界中，立于天地之间，生活在自然之中，必须要学会遵从规律的指引，按照自然所昭示出的正道而行。

实际上，人类本身的思想 and 行为，也来自自然之道的指引和运转，才能够因此发展出智慧，产生改造自我的意识和行动，进而推动主观和客观上的变化，最后形成了人类社会意义上的道德规范。因此，“道”，也可以看作自然界为人类所指出的道路，离开了这条正确的道路，人类自身的行为将会变得无所依靠，在苍茫宇宙中无助和无力，丢掉存在的价值、运转的动力和平衡的秩序。

中国传统典籍《周易》中所提到的“圣人”，其首要标志为“仰观天文”和“俯察地理”，其次才是“观乎人文”，最终才能“以化成天下”。在这样的诠释中，“天文”和“地理”就是指向于自然的现象以及其背后的法则。这是因为，人文层面上的道德，主要是指人类社会法则和其现象。这种法则和现象，会随着时代的变化、社会形态的变迁而不断改变，但“天文”和“地理”所代表的自然之道，是指更为本质、更为深层次和更为固定的自然法则和现象。具备高尚道德的人，之所以能成为“圣人”，是因为他们不仅能够了解人文道德规范，同时也会用自然道德规范来对此加以调节和深化。

古人能够达到这样的境界，今天的我们更不应该将道德的意义理解得太过狭隘，而应该将自然法则中的道德规范同社会道德规范加以联系理解，从而形成自然道德和人文道德的相互协同。尤其在今天的现实中，崇尚自然法则的道德，就是要提倡对科学的认识，提高思辨过程中的科学性，加强对科学因素的运用，使在道德观指