

选择比努力重要 平台比能力重要

错过→抱怨→后悔→再错过……

WHY YOU ALWAYS
LET A CHANCE SLIP BY?

刘瑞军◎著

你为什么 总是错过



- ★ 错过并不是过错，错过也会成为一笔财富
- ★ 因为曾经错过，才知道什么最珍贵，才能抓住机遇，才不会轻易放弃
- ★ 命运永远自己掌握

WHY YOU ALWAYS
LET A CHANCE SLIP BY?

你为什么 总是错过



刘瑞军◎著

版权专有 侵权必究

图书在版编目(CIP)数据

你为什么总是错过/刘瑞军 著. —北京:北京理工大学出版社,2010. 11
ISBN 978-7-5640-3891-5

I. ①你… II. ①刘… III. ①成功心理学—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 210641 号

出版发行 / 北京理工大学出版社

社 址 / 北京市海淀区中关村南大街 5 号

邮 编 / 100081

电 话 / (010)68914775(办公室) 68944990(批销中心) 68911084(读者服务部)

网 址 / <http://www.bitpress.com.cn>

经 销 / 全国各地新华书店

排 版 / 北京精彩世纪印刷科技有限公司

印 刷 / 北京科信印刷厂

开 本 / 710 毫米 × 960 毫米 1/16

印 张 / 15.5

字 数 / 185 千字

版 次 / 2010 年 11 月第 1 版 2010 年 11 月第 1 次印刷 责任校对/王 丹

定 价 / 28.00 元 责任印制/边心超

图书出现印装质量问题,本社负责调换

前言

Introduction

没有谁的一生是万无一失的，错过的一幕幕时常会出现在我们的人生中，这可以说是一种人生常态。比如，十分喜欢一件衣服，因为犹豫所以放弃了购买，等到深感后悔，下次再来到商场时，衣服已经出售，剩下的全是一些不起眼的衣服；由于自己的粗心大意，把偶像演唱会的门票随便夹在了书架的书中，等到演唱会当天把家里所有的书都翻遍了，费了九牛二虎之力找到后却发现“现在去已经散场了”……

人生错过的剧情又何止这一两种，而且也不都是这样的小事情，也有因为一个过失、一个忽视、一个粗心、一个怯弱、一个犹豫……错过了欢乐，错过了重点学校，错过了晋升机会，错过了尽孝机会，错过了拥有最爱的人的机会……

当错过不断在我们的生活中上演时，我们要做的并不是无奈地接受它，然后习惯它。每一次无奈地接受我们都要铭记在心，避免同样的错误再出现。只有避免了一错再错，才能努力将错过带来的“失”转化为“得”。

每一次的错过，人们都难免在心中抱怨：我的人生啊，为什么会这

样,为什么会这样充满了错过?我错过了太多的东西,永远也无法知道那个时候得到是什么滋味……

然而,新的一年到来,人们似乎并没有在抱怨中得到重生,错过依然会再现,并且是不止一次地在人们的眼前“耀武扬威”……

错过→抱怨→后悔→再错过……

这就像是一个圈,深深地把很多人套了进去,任凭人们怎样转圈也始终出不来;这更像一个漩涡,人们在不断的循环中向深渊滑落,挣扎显得是那么的无力……

就这样,人的一生在错过中度过。

没有人喜欢错过,也不想被错过的一生苦苦折磨,于是,有人会在后悔时说:如果我们回到第一次的错过,改变了结局,从而紧紧握住,那么之后是不是整个人生的结局就是另一番景象了呢?

其实,改变错过无须回到过去,及时把握当下才是最重要的,当下的努力可以补救,当下的努力可以重新开始。生命的每一个当下都是一个新的起点,把握不好,就又是一轮错过循环上演……

《你为什么总是错过》告诉你:你为什么会错过,为什么频频被错过折磨?

《你为什么总是错过》告诉你:对于上一个错过耿耿于怀,终日抱怨,只会在抱怨中再一次地错过……

《你为什么总是错过》告诉你:把握当下,少一些错过,也许人生就少一些遗憾,多一分欣慰,少一些抱怨,多一些欢愉……

作者

2010.11

目录

Contents

第一章 错过快乐，只因你缺乏嘴角的一抹微笑 / 1

1. 你的悲观让你错过了微笑 / 3
2. 生活就像一面镜子，关键是你的表情 / 7
3. 快乐其实就是换一个角度去看 / 10
4. 从当下开始，抓住每一次笑的元素 / 14
5. 身体在笑时，心灵也会跟着笑 / 17

第二章 错过时间，只因你没做好自己的主 / 21

1. 我们一直都在输给时间 / 23
2. 总是“差一点”，你就可以赶上车 / 27
3. 从你不听闹钟的话，错过就开始了 / 31
4. 你总是在做“不如不做”的事情 / 35
5. 做好时间的管家，让时间为自己服务 / 39

第三章 错过财富，只因你觉得很知足 / 43

1. 你一直在为你的薪水而做事吗？ / 45

2. 过分的知足，让你错过了机会 / 49
3. 穷人最大的悲哀就是没有野心 / 53
4. 你的心态决定了你的一切 / 57
5. 当财富在敲你门的时候，你却没有起床 / 61

第四章 错过成功，只因你一直认为“还有明天” / 65

1. 为什么你总是比别人慢半拍 / 67
2. 为什么总是差那么一点 / 71
3. 优柔寡断让你错过良机 / 75
4. 你的命运是你自己主宰吗？ / 79
5. 你的疑心让你迷失了方向 / 83

第五章 错过亲情，只因你忽略了他们 / 87

1. 有的错过可以转化，有的错过就是过错 / 89
2. 母亲的生日 / 92
3. 女儿出走 / 95
4. 因为你的错而错过了你的爱情 / 98
5. 懂得爱情，才能抓住爱情 / 101

第六章 错过机遇，只因你从未做好准备 / 105

1. 你总是在等机遇来到之后再去准备 / 107
2. 与机遇擦肩而过，你却仍然遥望 / 110
3. 为什么你从不愿去尝试？ / 113
4. 不去创造机遇，也是一种错过 / 116
5. 你的绝望让你错过了生机 / 119

第七章 错过健康，只因你从不在乎 / 123

1. 明知烟有害，却一根接一根地吸 / 125

2. 明知酒伤体，却一杯接一杯地喝 / 129
3. 明知熬夜无益健康，却总是“通宵达旦” / 133
4. 心到伤处，拿健康来发泄 / 137
5. 为什么你一直在“进补”却仍然让健康受了伤？ / 141

第八章 学会把握，你将主宰一切 / 145

1. 做好小事，你将成就大事 / 147
2. 把握好你现在的的生活 / 152
3. 看准你的转折点 / 155
4. 机遇要靠自己把握 / 158
5. 心态决定一切 / 161

第九章 留住机会，你就是强者 / 165

1. 该出手时就出手 / 167
2. 幸福的生活需要积极争取 / 170
3. 看似失败，其实那是机会 / 173
4. 有一种机会叫“创造” / 176
5. 做好准备，你就是最好 / 179

第十章 学会释怀，你会更加勇敢 / 183

1. 不是你的，就果断地放弃 / 185
2. 有舍就有得 / 188
3. 懂得选择，敢于放弃 / 192
4. 你愿意因为一棵树而错过整片森林吗？ / 196
5. 释放你的心灵，做到收放自如 / 199

第十一章 坚守信念，未来就成功了一半 / 203

1. 信念就是你的力量 / 205

2. 只有你想不到的,没有你做不到的/ 208
3. 困难是上帝送给你的礼物/ 211
4. 看准自己的路,它一定属于你/ 215
5. 坚持到底,你就会成功/ 219

第十二章 相信自己,没有比你更高的山/ 223

1. 其实,你就是上帝/ 225
2. 创造奇迹的那个人就是你/ 228
3. 天生你才必有用/ 231
4. 满怀希望,你就会将困难踩在脚下/ 234
5. 自信就是你成功的钥匙/ 237

第一章

错过快乐，

只因你缺乏嘴角的一抹

微笑



人活一世,追求功名、追求财富、追求权力、追求爱情、追求尊重与敬仰……为的是什么?

其实,快乐两个字就足以概括了。

不论是物质追求还是精神享受,最终都是为了能够让自己在享受中得到真正的快乐与幸福。而快乐的定义并不仅仅只是钱财或功名,更或者是一味地占有,当你皱着眉头往山顶冲时,你已经在不断地错过身边唾手可得的快乐。

快乐是什么?其实就是你嘴角的一抹微笑,它可以源自生活的各个方面,与富裕或贫穷无关,与功名或权力无关……



1. 你的悲观让你错过了微笑

假如你预期某事会有不妙的结果，结果也许就真的不妙，悲观的想法很少落空。

——美国企业家、安利公司创始人之一理查·狄维士

有这样两个青年，一个叫小宝，一个叫小昊，他们两个从小住在一个村子里，是一对很要好的朋友。小宝是一个豁达开朗的人，无论面对什么样的困难都会表现出乐观积极的一面，他认为只要笑口常开，好运自然来，人们给他起了个外号叫“笑宝”。小昊是个有点谨慎过分的人，总是担心有什么不好的事情发生在自己身上，看到别人遇到困难的时候他总是在想：“如果我遇到这样的困难我可怎么办啊？”

小宝和小昊一起上了小学、中学、大学，最后一起毕业了，毕业一年之后竟然在一个城市遇到了，这真是让人意想不到啊！他们决定找一个工作，并且在同一个公司上班，这样他们就可以每个周末的时候在一起吃饭、喝酒了。

这天他们得知有一家公司在招聘销售员，于是他们一起来到这家公司面试，经理首先把小宝叫到了办公室。

经理：“从你的简历上看出你以前也是做销售的，你对你以前的团

队有什么样的看法？”

小宝：“我以前的团队非常的优秀，每个人都会互相帮助，在遇到一个比较难的单子的时候，我们都会一起想办法，我们那个团队真是太完美了！”

经理笑着说：“看来你对销售这个工作很有热情啊！我们需要的就是你这样的人，好吧，我们这里正好缺一个销售主管，就由你来担当这个职位吧。”

经理把小昊叫到了办公室，也向小昊问了同样的问题。

小昊：“我做销售已经有一年多了，说实话，对于之前的那个团队，真是太糟糕了，每个销售员都特别的自私，总想着自己能够拿到更多的单子，根本不管别人的死活。”

经理：“如果当时你是销售经理的话你会怎么办呢？”

小昊：“如果当时我是销售经理的话，我肯定会辞职，那样的局面相信谁也收拾不了！”

经理皱了皱眉头说：“好吧，作为销售员主要靠的是业绩，你可以来我们这里先试用一段时间。”

小宝和小昊都被录取了，差别只是职位不同。

在接下来的工作中，小昊每天都去拜访客户，可总是遭到客户的拒绝，有的客户根本不让小昊进屋，甚至把小昊从办公室撵了出来……渐渐地，小昊不再去拜访客户了，每天从公司出来就去公园的长凳上坐着发呆，他觉得现在的人太可恶了，这样活着真是太累了……

小宝虽然是销售主管，可是为了提高团队的销售业绩，每天还是坚持去拜访客户，虽然遭遇了和小昊一样的情况，但是他想：我的客户就在下一个，虽然他拒绝了我们的产品，那是因为他还不了解我们的产品，相信总有一天他会选择我们的产品的。

小宝就这样乐观地坚持着。半年之后，他带领的团队取得了良好

的成绩，在该地区被评为销售精英团队。在表彰会上他们兴奋地拍了一张照片，只是照片中少了一个人，那就是小昊，三个月前他由于对目前工作的怀疑辞职离开了公司，之后换了好几份工作都没有太大的成就，最后回到了老家。

乐观与悲观，有时候就像一对兄弟，有着同一股血脉，均来源于人的心态，人对于人生的态度，正是因为拥有了不同的心态，导致了即使是兄弟也会有不同的结局。

同样的境遇、同样的经历、同样的赐予，但却因为一个是乐观，一个是悲观，而注定了这样相差千里的结局……



把握当下，不再错过

一个人悲观的原因有很多，但究其原因大多都是心态的问题，你可能留恋过去的美好太多，该放弃的却始终不愿或者不舍得放弃，总是认为别人的生活一直那么的美好，而自己的却是一团糟。比如，当你去逛商场时丢了一百块钱，你可能会想：“今天怎么这么倒霉啊！”并为此生一天的闷气，始终想着如果这一百块钱没有丢的话，你会怎么样怎么样……如果从另一个角度去想这个问题会怎么样呢？“真不小心，可能是我掏钥匙的时候不小心弄丢的！下回一定要注意！”从另一个角度去看这个问题，你会发现事情原来并不是那么的糟糕，多想想产生这个问题的原因，解决这个问题的方法，这样你就不至于陷入不可自拔的埋怨中，也就不会悲观地对待这些事情。

在生活中，有的人在遇到一些挫折后可能会一蹶不振，有的人却越挫越勇，这是多么大的一个区别！试想一下，如果你在追求你喜欢的人的时候，遭到了对方的拒绝，你会怎么办呢？是继续追求对方还是放弃？如果你选择了放弃，那么你可能会觉得你不够完美，不能够获得对方的芳心，并由此对你自己的才貌产生怀疑，这就是一个悲观

的想法。而如果你选择了继续,可以肯定的一点就是你对自己非常有信心,也许你现在无法获得心爱的人,但是你认为通过自己的努力,终究有一天你会俘获对方的心,你相信自己有这个能力,所以你会继续。选择继续还是放弃这就是一个心态的问题。同样的道理,有很多的事情可能让你觉得很难过,但是如果你以一个积极的心态去面对这件事情,你会觉得前面的路虽然崎岖但还是光明的。

消除自己的悲观情绪有很多的方法,首先我们应该对自己充满信心,乐观地去面对每一个挫折。在我们成长的道路上,挫折及一些困难本身就是我们必经的炼丹炉,只有经过这样一次次的考验,我们才会更加成熟、健壮,慢慢地强大起来。

其次,在你遇到挫折的时候请不要太过于留恋以往美好的东西,回忆固然重要,但都已经成为了过去。在你受到挫折的时候,如果你总是和以前的美好和顺利做对比,那么不免就会产生消极的心态,沉浸在美好的回忆当中,对当前的挫折难免产生悲观的心态。

最后,不妨为自己设定一个目标,朝着自己的目标进发,从积极的一面去看待每一个挫折和困难,不要总是抱怨上天对你的不公平,想想解决问题的方法,相信自己是最棒的,这样你会更加清楚地看到光明,牢牢地把握住现在。

2. 生活就像一面镜子，关键是你的表情

我只知道，假如我去爱人生，那人生一定也会回爱我。

——俄罗斯著名钢琴家、教育家、作曲家安东·鲁宾斯坦

在一片森林里，住着一群相亲相爱的动物，有大象、兔子、刺猬、蚂蚁、蜗牛等。

大象是这群动物中个头儿最大的，而且大伙儿都觉得它挺有学问，因此都很乐意听它的话。

有一天，大象召集大伙儿来开会，讨论怎样让森林里的每一个伙伴都很快乐，大伙儿觉得这个主意挺好，于是都开动脑筋，想想自己该怎样做才能把快乐带给朋友们。小鸟最性急，它唧唧喳喳地首先发言：“我愿意为朋友们唱好听的歌！”大象接着说：“呵呵！谁有干不动的活，我愿意帮助它！”刺猬的个儿虽然小，但它也挺起了胸膛，昂起了头说：“哪儿有垃圾，我愿意为朋友们清扫道路。”小白兔也忙说：“我愿意为朋友们送信、传消息。”小蚂蚁呢，它也尽可能地扯着嗓子大声地说：“下大雨前我愿意尽快提醒朋友们赶紧回家。”大家说得正热闹，谁也没注意到小蜗牛。小蜗牛的心里这会儿可着急了，因为自己整天

背着个沉重的壳,只能在地上慢慢地爬,别的什么事也干不了。它觉得自己不能做什么来帮助朋友们,于是低着头,红着脸,轻轻地爬走了。

一天,一群小蚂蚁正在搬东西,它们从小蜗牛身边走过时,小蜗牛友好地朝它们微笑,小蚂蚁也微笑着向小蜗牛打招呼。一只小蚂蚁说:“小蜗牛,你的微笑真甜呀!”小蜗牛听了高兴极了,心想:“对呀,我虽然没什么本领,但可以对朋友们微笑呀,微笑不是也会让大家感到快乐吗!”后来再一想也不对呀:“朋友们各有各的事,都忙着呢,总不能让大家放下手中的活儿,专门跑来看我微笑吧!”这可真让小蜗牛为难了,后来它想啊想,终于有了一个好主意,它慢慢地往家里爬去。

第二天,小蜗牛把厚厚的一叠信交给了小白兔,让它给森林里的每一位朋友送去。朋友们拆开信,里面有一幅画,画的是一只正在甜甜地微笑着的小蜗牛,画下面还有一行字:“当您觉得孤单或者不快活的时候,请记住您的朋友小蜗牛,正对着您微笑呢!”朋友们都说:“小蜗牛真了不起!”因为它把微笑送给了整个森林。小蜗牛难为情地说:“可是当我把快乐带给朋友们的时候,我自己也很快乐啊!”

我们都是自己心情的领导人,自己的心态主宰着自己的心情和周围的环境。

快乐,不仅是自己的,也会带给身边的人。给别人一个微笑,可以送给别人一个好心情,也会给自己带来一份舒畅。

笑,很简单的,只要轻轻牵起嘴角,就会产生一个灿烂的微笑。



把握当下, 不再错过

镜子是一个最忠实的展现者,你带给它什么样的事物,它就呈现给你什么样的风景。把你的表情毫无保留地表露在镜子面前吧,微笑、哭泣、明媚、忧伤、愉悦、难过……生活就是如此的丰富多彩,你有