



在当下 系列

一生受用的

金鸡蛋

改变自己一生的 80 种行为

[世界并没有错，错的是我们看待它的方式]

如何创造自己人生的价值？
如何选择幸福与成功的捷径？

著名励志作家蒋林先生

最新力作!



青岛出版社

一生|受用|的

金鸡蛋

改变自己一生的 80 种行为

蒋林◎著

青岛出版社

图书在版编目(CIP)数据

一生受用的金鸡蛋：改变自己一生的 80 种行为 / 蒋林

编著. —青岛：青岛出版社，2004.5

(赢在当下)

ISBN 7-5436-3065-6

I. 一... II. 蒋... III. 个人—修养—通俗读物 IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 018411 号

本书中文简体版权经台湾维德文化事业有限公司授权，由青岛出版社独家出版发行。本书未经出版者书面许可，不得以任何方式或任何手段复制、转载或刊登。

山东省版权局著作权合同登记号 图字：15-2004-019号

书 名 一生受用的金鸡蛋——改变自己一生的80种行为

作 者 蒋 林

出版发行 青岛出版社

社 址 青岛市徐州路77号(266071)

本社网址 <http://www.qdpub.com>

邮购电话 (0532)5814750 5814611-8662 **传真** (0532)5814750

责任编辑 傅 刚 E-mail: fg@qdpub.com

装帧设计 申 尧

插 图 司海英

照 排 青岛海讯科技有限公司

印 刷 青岛双星集团华信印刷厂

出版日期 2004 年 5 月第 1 版 2004 年 6 月第 2 版第 2 次印刷

开 本 16 开(640 mm × 960 mm)

印 张 15.25

字 数 150千

书 号 ISBN 7-5436-3065-6

定 价 25.00 元

盗版举报电话 (0532)5814926

(青岛版图书售出后如发现倒装、错装、字迹模糊、缺页、散页等质量问题，
请寄回承印厂调换。地址：青岛开发区江山中路191号 邮编：266500 电话：0532-6827680)

序

绝 大多数人在漫长的人生道路上，都在努力追求幸福和成功，但是，正如俗话所说：“人生不如意，十之八九。”既然如此，那么，到底要怎样才能改变人生不如意的景况呢？

人的行为是一个抽象、广泛的概念，但是它却镶嵌在人的实际生活里，伴随人的生命而终结。在漫长的人生道路上，一个人的行为始终影响着他的成功或者失败，只是我们平时没有注意到，也没有认真、坚持地为日常行为做总结。每一个人的人生道路各有不同，在追求幸福与成功的过程中，我们遇到的机会与挑战也各不相同，而引导成功，或者导致失败的行为也就不尽相同。那么，我们怎样才能做到让自己的行为引导我们绕开失败，走向成功呢？

本书不是讲解高深的理论，或玄妙的人生哲学，而是透过对各个领域、各个人生环节的观察省思，如为人处事，自身心态调整，以及创新意识和对生命的激情等等，总结出一些对人生有所帮助的行为，帮助追求幸福与成功的人，以更有效的方式走上成功的大道。其间，将穿插一些著名商贾、富翁，以及各个领域里的名人的人生故事，娓娓讲述一些良好、有效的行为在他们的经商、致富，以及追求成功的过程中的作用。“他山之石，可以攻玉”，别人的成功之道，其实也是我们的成功秘诀。我们应该相信，本书所讲的八十种行为，有助于改变你如意的人生，帮助你获得成功。

目 录

第 1 章

热爱人生

- | | | |
|----|-------------|-----|
| 01 | 在激烈的竞争中寻求合作 | 003 |
| 02 | 拥有积极的人生态度 | 005 |
| 03 | 树立成功的信心 | 007 |
| 04 | 经常自我激励 | 009 |
| 05 | 找到对生命的热情 | 012 |
| 06 | 发挥对生命的热情 | 014 |
| 07 | 敢于向命运挑战 | 016 |
| 08 | 超越自我 | 018 |
| 09 | 克服各种障碍 | 020 |
| 10 | 坚强面对困境 | 022 |
| 11 | 拥有冒险精神 | 025 |

第 2 章

- | | | |
|----|-----------|-----|
| 12 | 合理应用微笑的魅力 | 029 |
|----|-----------|-----|

谦
和
待
人

13 适当使用幽默	031
14 广交忠实可靠的朋友	034
15 懂得赞美别人	037
16 要被别人承认	040
17 记住别人的名字	043
18 赢得别人的好感与支持	046
19 与人保持适当的距离	048
20 真诚对待每一个人	051
21 尽量满足别人的要求	054
22 请别人帮忙时要适当适量	057
23 拥有良好的沟通能力	060
24 处理问题应该因人而异	063
25 积极化解与别人的冲突	065
26 多为对方着想	068
27 坦然面对别人的攻击	071
28 不要让别人知道你比他更聪明	074
29 建构良好的“关系网”	077

第3章

心境豁达

- | | | |
|----|-----------|-----|
| 30 | 追求豁达的心境 | 083 |
| 31 | 坦然面对别人的误解 | 086 |
| 32 | 勇敢面对别人的怀疑 | 089 |
| 33 | 容忍别人的缺点 | 091 |
| 34 | 多给自己一点宽容 | 094 |
| 35 | 不轻易责怪别人 | 097 |
| 36 | 给别人足够的面子 | 099 |
| 37 | 多说“没关系” | 102 |
| 38 | 敢于吃亏 | 105 |

第4章

创新意识

- | | | |
|----|-------------|-----|
| 39 | 积极进取，充分发挥才能 | 111 |
| 40 | 发挥创造性 | 114 |
| 41 | 增加生活创意 | 117 |
| 42 | 独立思考 | 120 |
| 43 | 打破常规 | 123 |

目 录

44	敢做“不可能”的事情	125
45	训练发散思维	128
46	思维要开放化、网络化	131
47	努力改变平凡的生活	133
48	培养创新意识，善于求新	135
49	通过创新改变逆境	138

第 5 章

调 整 心 态

50	经得起孤独与寂寞的考验	143
51	摆脱消极想法	146
52	控制浮躁的情绪	149
53	拥有乐观向上的心态	152
54	明白失败是成功之母	155
55	勇敢面对自己的过失	157
56	保持健康的身体	160
57	让生活充满乐趣	163
58	从工作中找到快乐	165

- | | | |
|----|------------|-----|
| 59 | 以饱满的精神迎接工作 | 168 |
| 60 | 拥有正确的人生定位 | 171 |
| 61 | 拥有平静的情绪 | 174 |
| 62 | 知足常乐 | 177 |
| 63 | 随时自我反省 | 179 |

第6章

踏
实
奋
进

- | | | |
|----|------------|-----|
| 64 | 做好终身学习的准备 | 185 |
| 65 | 克服逃避困难的想法 | 188 |
| 66 | 做事要踏实 | 191 |
| 67 | 下决心完成人生规划 | 193 |
| 68 | 正确面对逆境 | 196 |
| 69 | 利用有效手段改变逆境 | 199 |
| 70 | 找到良好的致富手段 | 202 |
| 71 | 提高竞争力 | 204 |
| 72 | 探讨失败 | 207 |
| 73 | 找出失败的原因 | 210 |

目 录

74	正确对待错误	213
----	--------	-----

75	勇敢面对挫折	216
----	--------	-----

第 7 章

良
好
品
格

76	拥有高尚的品德	221
----	---------	-----

77	拥有认真的人生态度	224
----	-----------	-----

78	诚信为人处事	227
----	--------	-----

79	切忌吝啬和贪婪	230
----	---------	-----

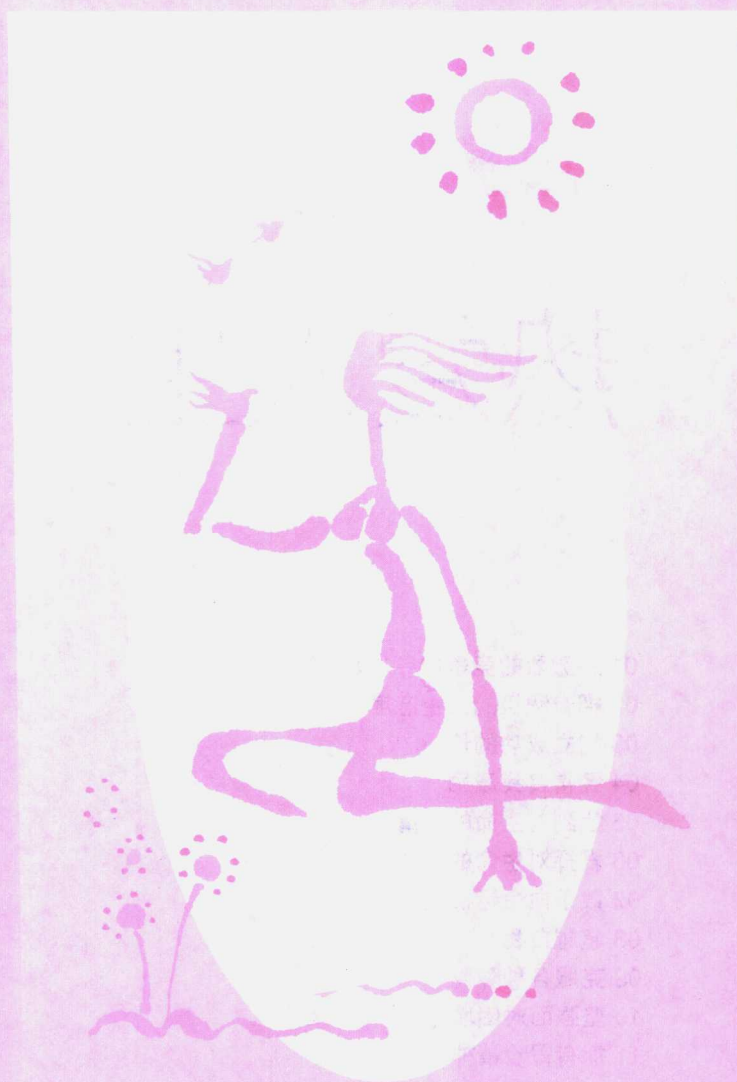
80	保持正确的生活态度	233
----	-----------	-----

第1章

热爱人生



- 01 在激烈的竞争中寻求合作
- 02 拥有积极的人生态度
- 03 树立成功的信心
- 04 经常自我激励
- 05 找到对生命的热情
- 06 发挥对生命的热情
- 07 敢于向命运挑战
- 08 超越自我
- 09 克服各种障碍
- 10 坚强面对困境
- 11 拥有冒险精神



一生受用的金鸡蛋



第1种行为

01

在激烈的竞争中 寻求合作

改变自己一生的第一种行为

“物竞天择，适者生存。”这是一个充满竞争的社会。但是，一个成功的人，在面对激烈的竞争时不能一味地与别人“死拼”，单枪匹马、孤军奋战是难以成功的，因此应该选择寻求积极的合作。

合作充满了无限的潜力，它可以集中大多数人的智慧和力量，以弥补单个人的不足，带来单个人原本达不到的效果；而竞争就非常有限，因为这样只能激发了某个人，或者一小部分人的智慧和力量。美国加利福尼亚大学的查尔斯·卡费德教授，对美国一千五百名拥有杰出成绩的人物进行调查和研究，得知他们都拥有一个共同的特点——喜欢与人合作。他们认为，与其展开激烈的竞争，不如心平气和地



第1章 热爱人生

与人合作。因为，竞争只会让自己变得更加孤立，而合作将会把大家的力量和智慧凝聚起来。清朝时期著名商人胡雪岩，他没有读过多少书，但是，他却成了一位富甲一方的商业巨子，而其发达的原因，就在于他懂得在激烈的竞争环境里寻找合作。年轻的胡雪岩除了少量的资本以外，别无长处，这不足以成为商海的龙头。但是，胡雪岩善于观察生活，并从中总结了一套切实有效、名称“花花轿子人抬人”的人生哲学。这套人生哲学的真正内涵是，在激烈竞争中积极寻求合作伙伴。胡雪岩将士、农、工、商全部结合起来，拢络各行业中的精英，利用手中的本钱，与他们进行积极的合作。缺乏专业知识的胡雪岩，凭借与他人合作这个平台，而有了在商业舞台上露脸的机会。经过艰辛的奋斗，极具经商天赋的胡雪岩终于成了一代商业巨子。胡雪岩的成功之道告诉我们：合作不是与人分享财富，而是与人共同创造财富；合作也是一件非常愉快的事情，而且，有很多事情只有通过合作才能完成。所以，我们应该认识到积极的合作是减缓冲突，乃至消除竞争的最佳方法。■



人不可孤立，孤立则危。

～ 狄德鲁 ～





第2种行为

02

拥有积极的人生态度

改变自己一生的第二种行为

现在这个商业社会，竞争非常激烈，如果想要在激烈的竞争中赢得优势，拥有一份积极的人生态度是非常重要的。在实际生活中，有很多人都缺乏积极的人生态度，他们认为这个社会到处都是人才，自己不可能成功。所以，他们总是过早地灰心失望，放弃自己的人生目标。虽然，成功只属于少部分人，可是成功的机会却属于每一个人。丢掉了积极的人生态度，就等于放弃了获得成功的念头，这样的人能获得成功吗？很显然是不能的。所以，我们必须要有获得成功想法。

我曾经与很多在职场上不顺心或者说不成功的人交流过，他们之中有很多人是相当有才能的，



第1章 热爱人生

他们之所以没有成功，是因为他们没有积极的人生态度，没有想创造成功的信念。在工作中，稍微遇到一点挫折，他们就开始灰心失望。在生活中，他们也总是随波逐流，完全是一派懒散的人生态度。我对他们说：“其实你们也有机会获得成功。”他们总是淡淡地说：“如果都去想成功的事情，这天底下不就没有失败可言了吗？成功够我们每一个人分享吗？”从他们的话语中，我看出他们根本就没有去想过成功的事情。成功在他们的心目中，是一件特别遥远的事情，可望而不可及。

不难看出，在追求成功的道路上，我们应该拥有积极的人生态度，要梦想成功带来的美好。所以，我们应该为自己制定合理的人生目标，努力提高自己的自信心，并在人生道路上积极、执著地追求，永不放弃。 ■



不要放弃你的幻想。当幻想没有的时候，
你还可以生存，但你虽生犹死。

~ 马克·吐温 ~





第3种行为

03

树立成功的信心

改变自己一生的第三种行为

获得成功的欲望和将梦想变为现实的自信心，对于一个人的成功是非常重要的。威尔逊曾经说过：“要有自信，然后全力以赴——假如具有这种观念，无论任何事情，十之八九都能成功。”确实，自信心是决定一个人成功与否的关键因素之一。

美国有一位非常著名的社会学者，他作了一项深入的调查研究。他从《美国名人录》里随机抽取了一千五百名目前在各自领域里有突出成就的人，探讨他们的人生态度与性格特征。经过调查得出这样一个结论：最成功的人，他们之间都有很多相同的特征，其中最突出的就是强烈的自

