

感性生活

理性工作

感性，品味生活的态度；
理性，感知未来的潜能。

感性使人亲和、饱满，理性使人睿智、果断，
两者平衡，人生的光辉才能闪现。

刘清江 李克勤◎著

中国商业出版社

感性生活

理性工作

感性，品味生活的态度，
理性，感知未来的潜能。

感性使人亲和、饱满，理性使人睿智、果断，
两者平衡，人性的光辉才能闪现。

中国商业出版社



刘清江
李克勤
◎ 著



图书在版编目(CIP)数据

理性工作 感性生活/刘清江, 李克勤著. —北京:
中国商业出版社, 2013. 5

ISBN 978-7-5044-8065-1

I. ①理… II. ①刘… ②李… III. ①成功心理—通俗读物 IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 063778 号

责任编辑:刘万庆

中国商业出版社出版发行

010-63180647 www.c-cbook.com

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

北京市德美印刷厂印刷

*

710×1000 毫米 16 开 13.75 印张 190 千字

2013 年 5 月第 1 版 2013 年 5 月第 1 次印刷

定价:32.00 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

前言

人生可以分解为工作和生活两大块,一个精彩、丰富的完美人生,是由努力工作和快乐生活的结果所构成的。追求人生的完美,需要在工作和生活上下工夫,要想收到事半功倍的效果,我们就得“理性工作,感性生活”。

所谓“理性工作”,就是在工作的时候,要有端正的心态,清醒的头脑,实干的精神,睿智的内功,明白自己在工作中扮演什么角色,如何激发自身的潜能,清楚工作中的哪些做法是对的,哪些是错的;哪些是应该学习的,哪些是应该摒弃的。

在理性思维的指引下,我们可以更加准确地进行职业方向定位和角色定位,实现理想、目标同自身潜力的完美结合,提升自己对职业生涯的规划和掌控水平,这样感性化的梦想距离现实将不再遥远,不经意间我们便可以品味到事业成功的感觉。

所谓“感性生活”,就是工作以外放飞自己,做自己想做而能做的事情,不再需要理会那些的条条框框。在可能的情况下,尽可能地轻松、自如地享受自己的生活。我们可以去争取属于自己的幸福,可以体验高尚情趣带来的惬意,还可以珍惜眼前的生活或者享受随时随地的快乐。

感性生活还需要理性规划,生活中有太多的欲望和诱惑,它们往往隐藏于细微之中,稍不留神,我们就会随着感性的滑梯坠入无底深渊。因此,我们需要理性规划好正确的生活路线,在这条通往幸福的大道上,我们始终保持一颗平常心,学会满足,学会放弃,学会淡泊,理解别人,善待自己,享受生活,我们就能在生活之中随处可见“庭前花谢花开”,欣赏“天空云卷云舒”。

人生的感性与理性并不是水火不相容的,它们都是以共建一个完美的人生为目的。感性无处不在,飘忽于生活间,存在于心灵里,又不得不在理性中收敛。人总是在感性与理性之间不断地徘徊,也就是说,我们需

要平衡工作与生活。

人生之路就是一场感性和理性的对话。没有激情,生活就犹如一潭死水,人生变得毫无生趣;缺少理性,激情就会信马由缰,人生将不可避免地陷入大大小小的职业困境之中。总体而言,工作还是理性好,理性的工作是一种修炼,运用好上班的八小时,我们才会少犯错误,少走弯路,我们将更容易开启一个积极向上、螺旋上升的职业通道;生活还是感性好,感性的生活是一种快乐,支配好下班后的美好时光,我们才会有魅力,才会开心,才会快乐,才会抛弃世间所有凡尘杂念,我们将更容易感受到生活带来的无限乐趣和惬意。

本书基于大量生活中的事实,采用理性和感性思维相结合的方式,提出并论述了许多有益的观点,希望广大读者能从中找到工作和生活的平衡点,在这个纷繁复杂的大社会环境中活出自己的个性来,在这个充满竞争的环境中拼出成功的事业来。

目录

Contents

上篇 八小时之内:理性工作打造完美事业

第一章 心安志定,以科学家的心态对待工作

科学家具有远大的志向、坚定的决心、投身事业的真心、对工作的专心、对事物的虚心等等,正是这些积极向上的心态,奠定了他们成功的基础。科学家的心态值得每位职场人士借鉴,以科学家的心态理性地对待工作,主动转变对自己从事工作的态度,你会觉得工作一直很精彩,就会有动力来更加努力地实现自己的职业梦想。

1. 胸怀大志,事业长久远 / 3
2. 以企业为家,替自己打拼 / 6
3. 快乐工作,才能真心投入 / 9
4. 爱岗敬业,责任重于泰山 / 11
5. 心智成熟,善于控制情绪 / 15
6. 进取之心,为事业插上腾飞的翅膀 / 18
7. 感恩工作,从心开始 / 21
8. 空杯心态,突破职场中的“瓶颈” / 24

第二章 头脑灵活,以政治家的思维思考工作

每个杰出的政治家都有着过人的思维方式和认知能力,他们总是能够理性地面对自己所从事的职业和现实中出现的问题,选择一条适合自己的道路。对于职场人士而言,要想在竞争中胜出,有所发展,需要像政治家一样头脑灵活,具备谨慎的思维方式,独到的认识能力,果断的判断性格,做一名智慧型员工。

1. 不谋万世,不足以谋一时 / 27
2. 经常反省,有助于提升对工作的认知能力 / 30
3. 善于总结,从失败中提炼成功因子 / 33
4. 大巧若拙,职场大智慧 / 35
5. 自我充电,别让你的大脑“生锈” / 38
6. 创新思维,创新才能超越 / 41
7. 善待竞争,不断提升和完善自己 / 44
8. 想方设法,像老板一样思考和工作 / 47

第三章 眼疾手快,以实干家的精神做好工作

眼为心灵之窗户,手为行动之利器。每个企业都不是完美无缺的,总有很多问题需要去发现去解决,很多工作需要高效去完成,聪明的职场人会认真地对待工作中的每一个细节,不会给企业造成任何损失,也不会错失眼前的每一次良机,以实干家的精神,踏踏实实地做好手中的工作。只要他们工作一天,就会做到“眼中有物,手中有活”。

1. 眼高手低,会自我戕害 / 51
2. 脚踏实地,一步一个脚印 / 54
3. 接到工作,立即执行 / 58
4. 细致用心,不要放过眼前的任何细节 / 61
5. 珍惜时间,别让光阴从你的指缝间流走 / 64
6. 把握机遇,机会面前手脚要快 / 67
7. 得心应手,做自己擅长的事 / 70
8. 察言观色,职场必备技能 / 74
9. 与时俱进,紧跟企业发展的步伐 / 77

第四章 口耳并重,以演讲家的睿智完善工作

我们都非常羡慕那些激情澎湃的演讲家,从两千多年前古希腊的苏格拉底到今天的美国总统奥巴马,他们的经典演讲出尽风头,甚至有时候影响了历史的进程。不过在现实工作中,很多人“台下”能力出众,“台上”却不知所云,还有

人口若悬河,毫无重点,根本不懂说话的艺术。孔子说“讷于言而敏于行”,能言还需善听,口耳并重,才能完善工作。

1. 能说会道,助你职场如鱼得水 / 81
2. 表达明确,搭建心与心的桥梁 / 84
3. 放弃借口,找对方法 / 87
4. 避重就轻,别出卖自己和他人 / 91
5. 一诺千金,信守你说的每一句话 / 94
6. 投其所好,真诚而坦率地赞美他人 / 96
7. 谨言慎行,不学杨修小聪明 / 99
8. 竖起耳朵,会说话首先要会听话 / 103
9. 善解人意,学会倾听他人的诉说 / 106

下篇 八小时之外:感性生活享受人生的幸福

第五章 争其必然,寻找属于自己的幸福

幸福是自己争取的。在漫长的人生旅途中,寻找幸福的过程痛苦而快乐,你会感受生活如艳阳高照、鲜花盛开,也会经历夏暑冬寒、风霜雪雨。面对生活中的一些矛盾,我们要敢于抗争,懂得珍惜,点燃希望,勇敢地选择自己的道路,你所付出的回报都将慢慢积累成幸福。有一天,你会发现,幸福其实就在我身边。这是你认真对待生活的一个必然结果。

1. 劳逸结合,平衡工作与生活 / 113
2. 乐观向上,用积极的心态对待生活 / 116
3. 选择幸福,由别人去说吧 / 119
4. 珍惜婚姻,经营平凡中的爱情 / 121
5. 感受亲情,家是我们永远的港湾 / 125
6. 珍重友情,你的旅途不再孤单 / 128
7. 控制自己,别让情绪淹没了幸福 / 132
8. 宽容豁达,宽恕别人等于善待自己 / 135
9. 点燃希望,争取美好未来 / 137

第六章 得之淡然,懂得珍惜眼前的生活

每个人都有欲望,但并不是每个人的欲望都能得到满足。“求不得”只能带给我们痛苦,让我们的心越来越累,快乐越来越少。在痛苦之中,我们往往忽视了眼前所拥有的东西。其实,生活的真谛在于珍惜。懂得珍惜拥有,你的内心就会少一些烦恼,多一些坦然和快乐。如果一味地放任心中贪婪,最终毁掉的只有自己,空留一生叹息。

1. 心怀感恩,拥有就是幸福 / 141
2. 知足常乐,珍惜眼前的拥有 / 144
3. 克制欲望,提升幸福的指数 / 147
4. 平衡心态,不要活得太累 / 150
5. 放弃嫉妒,你的生活是最美的 / 152
6. 学会赞美,能给幸福加分 / 154
7. 人生在世,难得糊涂 / 157

第七章 为之怡然,体验高尚情趣的惬意

一个人最快乐的事就是,在工作之外,还有自己感兴趣的事情可做。培养多元化的高尚兴趣,也是一种心性的调剂,我们若能在生活中培养一些嗜好,如读书、绘画、运动、养花等等,可以帮助我们理性思维加上感性诉求,让自己在体验高尚情趣惬意的同时,还能让闲暇的生活充实有益,又丰富多彩。

1. 培养爱好,情趣无限 / 161
2. 音乐舞蹈,欢歌笑语 / 164
3. 读书写字,诗情画意 / 167
4. 养花喂鸟,鸟语花香 / 169
5. 踏青旅游,陶冶情操 / 172
6. 追求情调,活色生香 / 174
7. 学习养生,预防疾病 / 177
8. 经常运动,保持健康 / 179

第八章 顺其自然,享受随时随地的快乐

生活中的很多事情是无法以人的意志为转移的,好花不常开,美景不常在,我们要坦然地面对生活,平和地看待一切,并遵循客观规律为人做事,只有如此,才能真正做到不以物喜,不以己悲。倘若真能如此,幸福的生活其实很简单,只要你善于发现、认真体会,快乐将随时随地、无处不在。

1. 顺其自然,凡事不可强求 / 183
2. 接受平凡,简单的生活更快乐 / 186
3. 失之坦然,放弃不失完美 / 190
4. 与世无争,保持一颗平常心 / 193
5. 淡泊明志,宁静才能致远 / 196
6. 心宽似海,幸福无边 / 199
7. 随时随地,将快乐进行到底 / 202

小测试:你快乐吗 / 206

上篇

八小时之内：理性工作打造完美事业



第一章 心安志定,以科学家的心态对待工作

科学家具有远大的志向、坚定的决心、投身事业的真心、对工作的专心、对事物的虚心等等,正是这些积极向上的心态,奠定了他们成功的基础。科学家的心态值得每位职场人士借鉴,以科学家的心态理性地对待工作,主动转变对自己从事工作的态度,你会觉得工作一直很精彩,就会有动力来更加努力地实现自己的职业梦想。



1.

胸怀大志,事业长久远

职场如战场,在我们踏入职场的第一天,所有的人只是职场上面的一个“新兵”,若干年后,一些职场“新兵”变成了“老兵”,还有一些人却成了职场上的“将军”。差距为什么这么大呢?

多年前,我们在上学的时候就读过很多科学家的故事:苹果从树上掉下来砸到了牛顿的脑袋,小牛顿决心要弄清楚其中的原因,于是有了后来的万有引力定律和大科学家牛顿;爱迪生想让人们的夜晚更加光明,通过上万次的试验发明了电灯;莱特兄弟梦想着像鸟儿一样在天空中自由翱翔,经过数次死里逃生发明了飞机。可见,任何事情的成功都是建立在当初设定的梦想基础之上的,如果没有最初的目标,何来日后的结果?

职场也是如此,很多人对工作没有一个明确的目标,每天被动地做着

本职工作,根本就不知道终点在哪里;还有一些人从进入公司的第一天起,就梦想着有朝一日能够成为管理者,为了这个目标,他们工作有激情,久而久之就会取得不错的成绩。若干年后,这两种员工之间的差距就出来了。

找到工作只是事业的第一步,是一个开始,要想取得职场成功,我们必须以科学家的心态理性地对待工作,第一个也是最重要的职场注意事项:胸怀大志,要有理性的职业目标。

有人可能会奇怪:我也有目标啊,我想成为比尔·盖茨式的大老板。不错,“人往高处走,水往低处流”,每个人都有自己的愿望,都想取得成功,这些愿望是否能够实现,是否对人生产生积极影响并不好说,但经过深思熟虑的职业目标,是不同的,它对职业的影响不可低估。

吴宇森,著名导演,他是继李小龙、成龙之后,进入好莱坞的第三位华人明星,也是目前唯一一位在好莱坞星光大道留下印记的华人导演。很多人喜欢他拍的电影,却对他身后的故事了解很少。

吴宇森 1946 年出生于广州,三岁那年,他患上了背痛,医生劝他的父亲吴倬云说:“这个孩子没救了,不要再浪费金钱。”吴倬云并没有理会医生的劝告,变卖了家产,四处寻访名医,给儿子治病,最终找到了一个留学德国的西医,医好了吴宇森的“不治之症”。

有一段时间,吴宇森每天看晚场电影,回到家已接近午夜时分。父亲吴倬云是旧时的文人,不喜欢电影,曾经明白无误地告诉吴宇森,搞话剧可以,拍电影则绝对不行,因为电影是虚假的,而话剧才是真实的。

父母望子成龙,可是吴宇森却整日痴迷于电影。母亲每次发现吴宇森看电影晚归,都伤心欲绝,悲愤地拿起藤条狠狠地打他,直把他打得跪到地上,紧接着便是长达五六个小时的罚跪。但即使如此,吴宇森也从没动摇过看电影的决心。父母无可奈何,只好寄希望于吴宇森长大后可以慢慢改变志向,干些比较稳当的行业。

有意思的是，母亲虽然反对吴宇森干电影这一行，但她本人却是个资深影迷，而且正是她把对电影的迷恋传染给儿子的。母亲欣赏《魂断蓝桥》里的主角费雯丽与罗伯特·泰勒，这也是吴宇森电影梦想中最早出现的两颗明星。

那时香港的戏院，堂座两毛，超等座四毛，楼上价钱贵一倍，但视觉享受和音响效果要好得多。吴宇森一般进了场就不拿自己当外人，径直跑上超等座去。然而，超等的享受是要付出代价的。吴宇森是穷孩子，没有钱，怎么办呢？吴宇森就像老鼠躲猫那样，总是躲着管理员。然而，不是每次都那么幸运地躲过，吴宇森就尝过被管理员一脚踢出电影院的滋味。

有一次，吴宇森一如往常地跑上超等座位，没想到楼梯才上了一半，就被管理员揪住。管理员一巴掌掴过来，吴宇森一失足，滚下楼梯去。那人又赶了过来，一脚把他踢出门口去。

1964年，吴宇森认识了《中国学生周报》。当时有一群电影爱好者，比吴宇森大不了多少，却因为潜心钻研，电影知识非常丰富，他们经常将一些有关外国电影的文章翻译成中文，刊登在《中国学生周报》上，同时还会印一些讲义，教吴宇森这些小读者电影的理论。浸淫其中，吴宇森获益良多，对拍电影的兴趣愈来愈浓。和一群志同道合的伙伴一起，大家打工赚钱，存够了，就去买胶片，拍实验电影。这个习惯一直维持到大学，吴宇森成了一块拍电影的好材料。

吴宇森锲而不舍，凭借勤奋与执著，得到了大导演张彻的赏识。张彻的言传身教，使吴宇森迅速地成长。终于，在1985年，吴宇森拍出了为他赢得满堂喝彩的《英雄本色》。他以独特的“暴力美学”，开启了电影艺术的新类型。从那一刻起，吴宇森的名字开始受到世人的瞩目。

实践证明，有理性职业目标作为工作指引的人，有着明确的努力方向，因而在工作的方方面面表现都是积极的、突出的，无论是工作态度、面对困难的钻研、拼搏精神，还是承受压力的能力、人际关系的处理等各方面，表现都更积极，与没有目标的人完全不一样。

有了理性职业目标的人就有了价值判断的标尺,他们会去完成符合目标的事情,就算遇到再大的困难,也要克服困难去完成;不符合目标的事情,再有诱惑力,他们也不会去做。如此一来,这样的人在工作中就不会患得患失,迷失自我。例如,很多人对工作提不起兴趣,感到工作太累,这些现象都是没有职业目标的具体表现。

身在职场,最重要的事不在于你在哪家公司,目前处于一个什么位置,而在你朝着什么方向走。一个理性的目标就如同黑暗里的一盏明灯,让你在工作中清楚地辨明了自己努力的方向,给人战胜困难的勇气和前进的力量。

胸怀大志的人永远比没有远大理想的“可怜虫”,有着更多的成功机会。所以,在职场,有理性的奋斗目标和没有目标的人是有本质区别的。职场成功,理性的职业目标是重要的灯塔与标尺,是成功的第一要素。



2.

以企业为家,替自己打拼

企业和员工是一个利益共同体。企业的发展源于每个员工的劳动和创造,员工实现自我价值的过程,就是企业蓬勃发展的过程,二者相辅相成、相互推动,共同发展,正如“大河涨水小河满”和“不积小流无以成江河”一样,是一个问题的两个方面。

一名优秀的员工心中必须清楚:企业是施展个人才华、实现个人价值的舞台,这个舞台越宽广,环境越宽松,个人的价值体现就越充分;如果失去这个大舞台,自我价值的实现便成为空谈。因此,以企业为家,为企业奋斗就是替自己打拼。

以企业为家,就是要树立正确的价值观,培养自己对企业的感情,将个人价值的实现与企业的生存、发展统一起来,将个人的价值取向与企业

的价值取向统一起来,以对家、对亲人的忠诚眷恋,以不达目的誓不罢休的创业激情,创造性地做好自己的本职工作。企业的持续发展就会带动个人的茁壮成长,企业也会给个人带来丰厚的回报。

2009年2月,上海市公布《持有〈上海市居住证〉人员申办本市常住户口试行办法》规定,凡“在本市作出重大贡献并获得相应奖励,可不受持证及参保年限的限制,优先申办本市常住户口”。上海推出居住证转户籍新政后,首批获益者产生,多名在沪务工的优秀农民工获得了上海户籍。李影就是其中的一个。

李影是江苏人,只有初中文化程度,10年前来到上海,做过促销员、餐厅服务员。2005年,24岁的李影走上了上海市龙潭小区公厕管理员的岗位。

管理厕所,对于一个正当妙龄的爱美小姑娘来说,确实是一个挑战。当初,公厕门口连接着一条泥泞的小路,门前的空地上杂草丛生,来上厕所的人时不时都会抱怨几声。看到一个小姑娘清扫公厕,很多居民投来怀疑的目光。

李影并没有退缩,她下定决心,要把大家眼里最不干净的场所,变为社区里最美的地方。地面不干净,李影琢磨出一套“跟踪式”保洁法:每来一位顾客,就进行一次打扫。几个月下来,她的双手满是老茧。异味消不掉,她就和马桶较上了劲,冲、擦不行,就用热水烫、用洁厕净洗,后来索性打开下水管道,仔细冲洗干净,异味终于彻底消除。

李影还自掏腰包,买来洗手液、烟灰缸、医药箱、阅报栏、大鱼缸。为了方便残疾人走路,她还在公厕门前的小路上铺上水泥,装上扶手。厕所前的空地也被她划分为两块,一边种上各类花卉植物,另一边供人停放自行车、助动车。居民们欣喜地发现,摆满盆景花草的公厕里清香阵阵、绿意盎然,完全变了模样。

公厕管理员、月薪2000元,这个在常人看来毫不起眼的岗位,李影却干得有滋有味。她说:“工作虽然平凡,但不能因为平凡而小看自己、小看这份工作。居民认可,我最快乐!”

为了方便工作,李影还将家安在了公厕楼上。正是有了这