

人生

不要抱怨的 十件事

一味抱怨的人常常只能在原地徘徊，自以為是地咒罵眼前的「陰暗」，却不知道那「陰暗」正是自己的影子。而努力去改變的人，總能用智慧發現機會把握機會，使本來是無奈的人生過得精彩而美好。

改變自己的態度，就能改變自己的生活



周艷華◎著

人生 不要抱怨的 十件事

一直抱怨的人，常常只能在原地徘徊，自以為是地咒罵眼前的「陰暗」，却不知這片「陰暗」正是自己的影子。而努力去改變的人，總能用智慧發現機會，把握機會，使本將是無奈的人生過得精彩而美好。

改變自己的態度，就能改變自己的生活



國家圖書館出版品預行編目資料

人生不要抱怨的十件事 / 周艷華作. -- 臺北縣土
城市：三意文化企業, 2010 .11
面：公分. -- (勵心石；148)

ISBN 978-986-6268-50-2(平裝)

1.成功法 2.自我實現

177.2

99017050

本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，
請寄回本公司退換，版權所有，翻印必究。

人生不要抱怨的十件事

勵心石 148

作 者 周艷華
發行人 陳麗如
出版統籌 韓曉樺
執行編輯 梁媛
文字潤飾 諾菲
內頁設計 陳麗
封面設計 陳麗

出版者 一言堂
登記證 台北縣土城市學成路34號6樓
電話：(02) 8665-6864
傳真：(02) 8665-6849
e-mail：sanyiwenhua@126.com

總經銷 創智文化有限公司
地址：台北縣土城市忠承路89號6樓
電話：(02) 2268-3489
傳真：(02) 2269-6560

出版日期 2010年11月
定 價 249元

前言

俗話說：「人生不如意事常八九」。有人在不如意時只會一味抱怨，整天怨天尤人，於是他們終日鬱鬱寡歡、牢騷滿腹。而有人在不如意時不煩躁、不抱怨，平靜對待，努力改變，於是他的心裡時常裝著希望。

只要改變自己的態度，就能改變自己的生活。因為，事實上並不存在不幸的情況，這只不過是由於自己的反應敏感而已。

很多人會在長途飛行忙於公務的生活中，在高級商務會議上以及緊張的談判桌上逐漸興旺發達起來。而另一些人却在自己登上飛機之前，以狂飲威士忌來麻醉自己，相同的經歷，達到的却是如此不同的人生境界。

一味抱怨的人常常只能在原地徘徊，自以為是地咒罵眼前的「陰暗」，却不知道那「陰暗」正是自己的影子。而努力去改變的人，總能用智慧發現機會把握機會，使本將是無奈的人生過得精彩而美好。以下一則故事，正好說明了這個道理：有一個三口之家，家裡窮得什麼都沒有，兒子瘦得皮包骨，爸爸媽媽只好帶著孩子來到街口乞討。可過去了一整天都毫無收穫，



小男孩餓得快暈倒了。爸爸媽媽非常著急，用比祈禱更虔誠的心央求上帝救救他們的兒子。於是，上帝派遣使者來到人間。使者對三個人說，我可以幫助你們每人實現一個願望，這一家人聽了將信將疑。先是孩子的媽媽迫不及待地對使者說：「我要你為我們變出一車的麵包，我要讓我的兒子吃得飽飽的。」剛說完，眼前就真的出現了一車子的麵包。孩子的爸爸先是非常驚奇，轉而又特別生氣。不斷抱怨妻子沒頭腦，浪費這麼好的機會只換來一車廉價的麵包。當使者問他有什麼願望時，他很憤怒地說：「我不要這些廉價的麵包，請你將這個笨女人變成一頭蠢豬。」剛說完，麵包神奇地消失了，孩子的媽媽也真的變成了一頭豬。這可把孩子嚇壞了，他邊看著眼前的「豬」傷心哭泣，邊對使者說：「求求您，我不要豬，我要媽媽。」孩子的話音剛落，媽媽就真的變了回來。使者很無奈地說：「我已經給了你們希望，但就因為抱怨，你們把機會全都浪費了，」說完使者不見了。一家三口還是回到了使者出現前的狀態，沒有麵包沒有豬，孩子餓得直哭。

如果你只關注悲傷、絕望、被拋棄感，那只會成為你的經歷。如果你關注希望、幸福、新的開始，那就會成為你的現實。

你根本無法完全控制生活，因為生活中有太多的變數。你真正能夠學著做的是如何控制你

對世界的反應。你應當隨著環境的變化而改變自己，始終開放地迎接世界的變化。要知道，環境是不可能隨著你的變化而變化的。你應當用自己的方式去接受你所能把握的機會，以及各種學習、成長和發展的機遇。

與其在不如意時一味地抱怨，不如嘗試著去改變，改變自己、改變現狀，將生活變得如意起來。

目錄

一、不要抱怨沒背景 16

品格是人生最寶貴的財富..... 17

改變環境，不如改變自己..... 20

命裡有時終須有，命裡無時莫強求..... 23

接受不可改變的事實..... 27

請記住，你不是最不幸的人..... 30

在客觀環境中找到出路..... 34

人才，從磨難中成就..... 38

二、不要抱怨沒關係 42

儲蓄人情，別到用時方恨少..... 43

制定人脈拓展目標..... 47

制定人脈拓展規劃..... 51

人脈網等於蜘蛛網..... 54



發掘潛在人脈.....	57
網路，人脈拓展新手段.....	61
關注同窗，讓人脈和你一起成長.....	63
三、不要抱怨沒本錢.....	66
智慧是財富的源頭.....	67
果斷地作出決策.....	70
錢不是存出來的.....	73
把錢用在刀刃上.....	76
讓金錢來工作.....	79
用時間槓桿來加速創富.....	84
把「成為有錢人」作為奮鬥目標.....	87

目錄

四、不要抱怨沒本事 92

簡單的方法賺大錢・複雜的方法賺小錢..... 93

用四肢只能賺小錢，用腦子才能賺大錢..... 95

要賺大錢一定要敢於行動..... 97

要賺大錢一定要學習賺錢..... 98

賺大錢一定要選擇..... 100

要賺大錢一定要有野心..... 102

要賺錢一定要懂得要領..... 104

五、不要抱怨沒機會 108

機會來了你準備好了嗎..... 109

學習是成功機會的生命線..... 112

機會就在資訊中..... 116

使用知識才有力量..... 119



每天進步一點點.....

站在優秀人的堆裡.....

讓別人成為你的鏡子.....

六、不要抱怨沒辦法

134

思考，是能拯救一個人的命運.....

認清，才能使思考方法正確.....

單一，是錯誤思考的開始.....

僵化，是定勢思維的束縛.....

創新，是成功之路的靈魂.....

一切以自身力量與當下環境為基礎.....

集精力於一點，你將力大無窮.....

135 137 140 143 146 148 154

123 126 130

目錄

七、不要抱怨沒想到	158
辦法總比困難多	159
開鎖不能總用鑰匙	162
要打破既有的成見	167
不要害怕與人立場不同	172
學會獨立思考	175
善於變通，才不會逼死自己	178
找到好方法，四兩撥千斤	182
八、不要抱怨沒時間	188
時間決定成敗	189
做惜時如金的人	193
贏得時間就是贏得成功	196
盤點零散時間，擠出多少就賺多少	200



學會分清輕重緩急.....	204
給你的時間做預算.....	208
學會利用閒暇時間.....	211
九、不要抱怨沒眼光.....	214
要有長遠的目光和目標.....	215
信息藏於細微處.....	217
多一份細心，多一次機遇.....	221
資訊決定博奕結果.....	224
知己知彼才能百戰百勝.....	227
資訊是職業選擇的依據.....	231
資訊失靈，成功的絆腳石.....	234

目錄

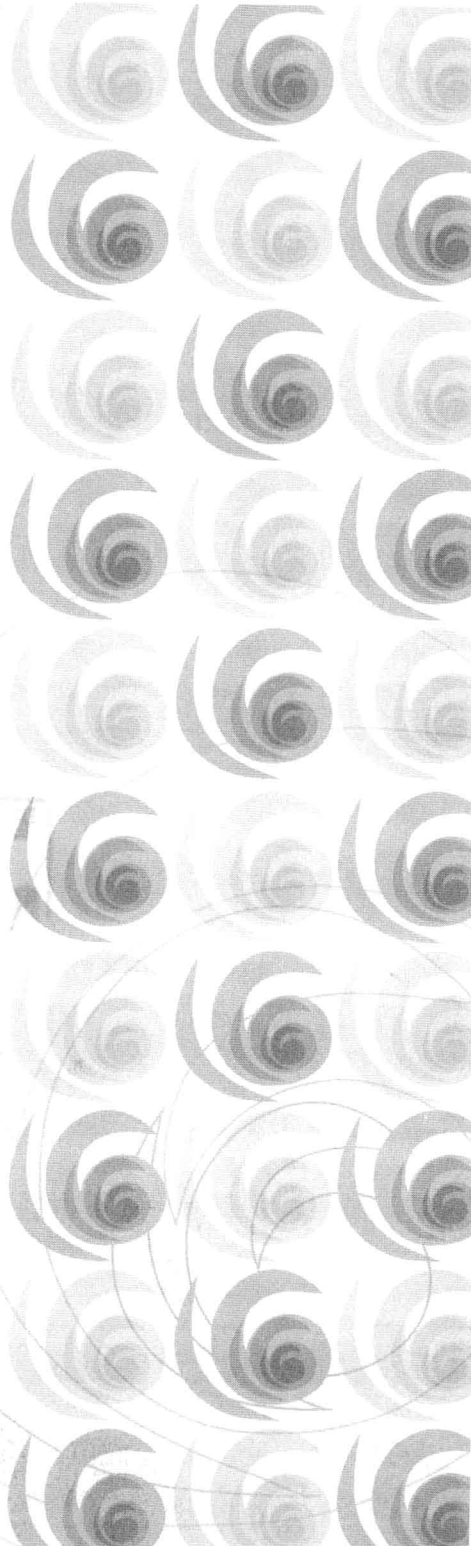
十、不要抱怨沒勇氣	238
請相信，怯懦不是天生的	239
膽怯懦弱會讓你失去一切	243
愛拼才會贏	247
該出手時就出手	252
不敢出聲將會一直被忽略	256
想贏就不怕輸	259
不要被暫時的挫折擊垮	263
做的成功率是五十%，不做的失敗率是一百%	268



high end



한글



人生 不要抱怨的 十件事

一嘆抱怨的人常常只能在原地徘徊，自以為是地咒罵眼前的「陰暗」，却不知道那「陰暗」正是自己的影子。而努力去改變的人，總能用智慧發現機會把握機會，使本來是無奈的人生過得精彩而美好。

改變自己的態度，就能改變自己的生活



前言

俗話說：「人生不如意事常八九」。有人在不如意時只會一味抱怨，整天怨天尤人，於是他們終日鬱鬱寡歡、牢騷滿腹。而有人在不如意時不煩躁、不抱怨，平靜對待，努力改變，於是他的心裡時常裝著希望。

只要改變自己的態度，就能改變自己的生活。因為，事實上並不存在不幸的情況，這只不過是由於自己的反應敏感而已。

很多人會在長途飛行忙於公務的生活中，在高級商務會議上以及緊張的談判桌上逐漸興旺發達起來。而另一些人却在自己登上飛機之前，以狂飲威士忌來麻醉自己，相同的經歷，達到的却是如此不同的人生境界。

一味抱怨的人常常只能在原地徘徊，自以為是地咒罵眼前的「陰暗」，却不知道那「陰暗」正是自己的影子。而努力去改變的人，總能用智慧發現機會把握機會，使本將是無奈的人生過得精彩而美好。以下一則故事，正好說明了這個道理：有一個三口之家，家裡窮得什麼都沒有，兒子瘦得皮包骨，爸爸媽媽只好帶著孩子來到街口乞討。可過去了一整天都毫無收穫，