

21 世 纪 最 伟 大 的 男 人 励 志 圣 经

江睿涛 主编

NANREN DE ZIBEN



男人的 资本

汕頭大學出版

江睿涛◎主编
NANREN DE ZIBEN



男人的 资本

汕头大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

男人的资本 / 江睿涛主编. — 汕头: 汕头大学出版社, 2014. 5 (2015. 5 重印)

ISBN 978-7-5658-1317-7

I. ①男… II. ①江… III. ①男性-修养-通俗读物
IV. ①B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 081204 号

男人的资本

NANREN DE ZIBEN

总 策 划: 杨建峰

主 编: 江睿涛

责任编辑: 汪艳蕾

责任技编: 黄东生

装帧设计: 松雪图文 王 进

印刷监制: 高 峰 苏画眉

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市大学路 243 号汕头大学校园内 邮政编码: 515063

电 话: 0754-82904613

印 刷: 大厂回族自治县正兴印务有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 27.5

字 数: 775 千字

版 次: 2014 年 5 月第 1 版

印 次: 2015 年 5 月第 2 次印刷

定 价: 59.00 元

ISBN 978-7-5658-1317-7

发行/广州发行中心 通讯邮购地址/广州市越秀区水荫路 56 号 3 栋 9A 室 邮政编码/510075

电话/020-37613848 传真/020-37637050

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换

敬 启

本书在编写过程中, 参阅和使用了一些报刊、著述和图片。由于联系上的困难, 我们未能和部分作品的作者(或译者)取得联系, 对此谨致深深的歉意。敬请原作者(或译者)见到本书后, 及时与我们联系相关事宜。联系电话: 010-84853028 联系人: 松雪

前言

PREFACE

男人是社会的支柱、家庭的希望,这既是男人的骄傲,也是沉重的负担。如果一个女人会说话办事就能获得幸福,而对于男人,这些是远远不够的,男人要重视自己一生的资本,尤其要重视学习和积累,这样才能成为一个真正幸福的男人。

男人要有责任心。男人在这个世界上的责任,有一句话可以概括:男人为人,要不愧为人子、人夫、人父。男人要勇于担负起自己的责任,对亲人朋友和社会付出关怀和爱心。

男人要有男人味,做一个有品位的男人。男人犹如一杯醇美的烈酒,只有细细品味,才能让人读懂他真正的内涵,回味他沁人的芳香。男人可以不那么英俊帅气,但是,不能没有品位。

男人要有自己的事业,男人追求成功正像女人追求美一样,女人不美或者感觉自己不够美则多半不会自信从容,男人如果没有自己的事业,多半也不会理直气壮。对男人来说,成就一番事业不单单是赖以生存的资本,也是自己生命价值的体现。“在黄金面前,就是国王也要脱帽”,英国的一句谚语道尽了财富的玄机。财富是什么?不只是数字、高楼大厦、锦衣玉食,更是一种自信、一种尊严、一种力量,甚至是一种理想。但是,成就一番事业不是靠幸运就能得到的。古往今来,成就大事业的男人都注重自身素质的修炼,还会为自己创造很多外界条件,除了给自己定位,还要能够承受巨大的挑战,并在成就事业的过程中不断完善自己。

男人要会处世,要成为受人称道、行事严谨且左右逢源的人,深谙小成凭智、大成靠德的道理。会处世的男人可以想别人所想,并且能够恰逢其时地急人所急;会处世的男人总是很热心地帮别人排忧解难,尽最大的可能帮别人牵线搭桥;会处世的男人朋友遍天下,呼风唤雨,让人俯首听命,却又不甚张扬。

男人要拥有一份真挚的爱情。当这份爱情降临时,你要勇敢地接受,趁着拥有年轻的心怀和激情,为心爱的她写一封情书、唱一首情歌、买一束鲜艳的玫瑰,并大声告诉她“我爱你”。当爱情悄悄远离,不必伤心,要知道,上天早已安排了一段缘分在适合的时

间和地点出现,那段缘分才是需要用一生的时间和精力用心呵护的。

男人要有一个美满的家庭,毕竟家才是身心的港湾。在劳累的时候,家可以给你温暖的灯光和亲切的笑脸。在孤独的时候,亲人为你带来爱与慰藉。然而,温暖的家庭是需要用心经营的。男人,要用理解与宽容来保障你的婚姻,倾情装饰你的家,不仅仅是外表的装饰,更是真切地热爱你的家,关心父母、妻儿,用心经营一个爱的港湾。

男人要懂得珍惜生活,需要在漫长的人生道路上不断历练,需要不断地回味与总结,需要一次又一次认真聆听生命的声音,当你能够慢慢做到这些,你会发现,成为一个有成就的男人,其实并不难。

《男人的资本》从实用角度出发,针对当今经济飞速发展和男人们工作、生活压力增大的现实,就现代男人在成就事业、处理人际关系、保持身心健康等方面应具备的素质和能力做了全面阐述,介绍了男人的生存优势和潜能,告诉你什么样的男人将拥有一切。

成功男人需要头脑,魅力男人需要打造。《男人的资本》将指导每位男性朋友提高自身的综合素质,打造不一样的成功男人。

目录

CONTENTS

第一篇 男人的心理资本

第一章 男人感悟生命的真谛	2	第四章 男人打造快乐人生	59
激情的力量是无穷的	2	人生的真正目的是过得快乐	59
男人要懂得如何选择和放弃	3	快乐的心态最重要	60
坚毅是男人在社会上立足的资本	5	寻找快乐的源泉	62
把吃亏当成一种福气	6	从另一个角度认识自己	63
坦然地面对人生的得失	8	坦然面对失意	65
幸福来自于宽容	9	男人也需要被爱护	66
成长的过程需要苦难	10	退一步海阔天空	67
以博大的情怀包容世间万物	12	规划自己的人生	68
第二章 男人的心态是成功的基础	14	第五章 男人善于选择	70
心态要乐观	14	人为财死,鸟为食亡	70
心态要积极	18	获得快乐的妙药是知足常乐	71
心态要宽容	20	舍得有道	72
要对自己充满信心	22	欲望是把双刃剑	74
要有自立自强的心态	28	学会拒绝	75
心态要执著	34	缺憾是另一种完美	77
要心存竞争意识	37	何必追求虚名	78
充分发挥征服的欲望	42	予人玫瑰,手有余香	80
第三章 男人要有一颗感恩的心	47	第六章 男人要懂得规划人生	82
懂得感恩的人生是完美的	47	梦想是前进的动力	82
用心去交朋友	48	坚定地追寻目标	83
糟糠之妻不下堂	50	与自己作战	84
责任感会使男人感到幸福	51	千万不可绝望	84
男人的交际圈要广泛	53	精益求精	85
以从容的心态来享受生活	54	确定目标,专心致志	86
男人要适应独处	55	工作要踏实肯干	87
专注的男人富有魅力	57		

第二篇 男人的个性资本

第一章 乐观的人运气不会太差	90	体谅别人,给别人留足面子	122
拥有乐观心态才是好男人	90	风头不可占尽	123
人生的最高境界是拥有快乐	91	心可高,但气不可傲	124
男人要学会平衡自己的心理	93	枪打出头鸟	125
幽默是乐观男人的专属标志	95		
自信常常伴随着乐观的男人	96	第五章 男人的勤奋是一笔宝贵的财富 ..	127
男人要有豁达的胸襟	97	当下的努力是为了明天的财富	127
男人要懂得接纳自己	99	踏实肯干、办事高效的员工受老板的欢迎	
男人要勤于思考	100		128
		摒弃懒惰,提高工作效率	129
第二章 信誉是男人一辈子的资产	102	财富要靠实力获得	130
信誉的价值无可估量	102	今日事,今日毕	131
以诚信立业	102	一屋不扫,何以扫天下	132
爱说谎的男人会失去人心	103		
用诚信换取信任	104	第六章 男人不要被情绪所掌控	134
不可贪图小便宜	105	消灭自己的消极情绪	134
不要轻易许诺	106	学会乐观地生活	135
投机取巧会因小失大	106	自信可以改变人的多疑	136
		改变自闭的现状	137
第三章 坚强男人是一座巍然大山	108	让理智战胜坏脾气	138
是男人就该坚强	108	自负意味着失败	139
主宰自己的命运	109	三思而行灭心火	140
走出失败的阴影	111	“热冲动”要“冷处理”	141
奋力进取,冲出逆境	112		
面对挫折要坦然	114	第七章 男人要突破人生逆境	144
男人的耻辱之一是懦弱	115	战胜自我,突破逆境	144
男人同样会有脆弱的一面	117	困境是生活给予强者的财富	145
		责怪环境不如责怪自己	145
第四章 低调是男人走向卓越的起点	119	学会承受挫折	146
高处不胜寒,做人需要放低姿态	119	坦然面对挫折	147
有自知之明是聪明人的能力	119	正视厄运,把握人生	148
养成内敛的性格,有才不能太外露 ..	120	情绪化是成功的障碍	149
做事情不要太过张扬	121		

第三篇 男人的风度资本

第一章 好形象是成功的前提	152	男人的“衫情”魅力显格调	179
第一印象决定着你是否能够获得成功	152	风流从配饰之中尽显出来	181
男人要重视自己的衣着	153	腰上尽显男人的风景线	182
袖扣是男人的专属珠宝	154	格调男人的香水情绪	184
正装穿着注意细节	155	剃须刀上也跃动着时尚元素	185
改掉那些让你不受人欢迎的毛病	156	如何使自己“脚下生风”	186
美容不是女人的专属	157		
男人需要强健美	159	第四章 从口味爱好判断男人品位	188
男人需要拥有绅士风度	160	你了解他的爱好吗	188
微笑有助于走向成功	161	看看他的妻子是一个怎样的人	189
		你足够“型”么	190
第二章 成熟男人受欢迎	163	男人需要怎样的女人做内助	191
好男人就要成熟	163	他喜欢读什么类型的书	191
会处世是成熟男人的标志	165	了解不同年龄段的男人	192
成熟的男人看重诚信	166	男人眼中的“中性美”	192
成熟的男人拥有平和的心态	168	透过细节认知男人	193
拥有责任心是成熟男人的标志	170		
成熟的男人富有自制力	171	第五章 知性男人受人尊重	196
成熟的男人懂得如何取舍	172	知识是助人成功的阶梯	196
成熟的男人不一定是可靠的男人	174	知识就是力量	197
第三章 格调男人讲究时尚品位	176	勤学好问是成功的前提	198
有格调的男人会紧跟时尚	176	只有“适当”，方能“生存”	201
衣着要体现个性	178	命运需要靠知识来改变	202

第四篇 男人的情商资本

第一章 男人靠胆识打拼	206	聪明的人不和别人争同一个机会	216
富自寓于险	206	过于软弱,换来的只是纵容	217
想赢就要敢打敢拼	207	“以恶制恶”,在气势上占得领先地位	218
要有胆量拼搏才会赢	209	做人,要棱角与策略兼顾	219
置之死地,背水一战	210		
鲁莽不是勇敢的表现	212	第三章 男人靠自己前进	221
第二章 男人懂得处世哲理	214	凡事都要靠自己	221
路子不对,努力也不会有收获	214	消极等待,只会丧失自我	222
畏缩不前的人很难获得成功	215	做人要有自尊心	223

男人要努力使自己成为“淘金者”	224	努力适应环境	239
信息让上班族实现“财务自由”	225	做人要有责任心	241
嗅觉灵敏,先人一步	226	培养积极的生活态度	243
要想不被淘汰,必须刷新自己	227	学习他人的智慧	244
遭遇挫折时,试着改变自己	228	走弯路是为了走最快之路	246
第四章 智慧资本更显男人本色	230	不要贪婪天上的馅饼	247
掌握自己的潜质	230	不要被别人左右	247
不断学习,充实自我	233	该放手时就放手	249
通往成功的道路是勤奋	234	难得糊涂	250
好学是成功的前提条件之一	236	明智的人敢于服输	251
摆脱依赖心理	238	做人要有自己的标准	252

第五篇 男人的事业与职场资本

第一章 男人只有懂得创新才能超越自我	254	第二章 男人懂得如何在职场上下自如	263
抛开顽固的思想	254	摆正自己的位置	263
“创新”这笔财富没有成本	258	做人不可得意忘形	264
人生的高度由思维的尺度决定	260	不要有过强的表现欲	265
创新是助人成功的利器	261	安分守己,从容生活	266
		优秀男人应懂得处变不惊	266
		如何将冷板凳坐热	267

第六篇 男人的财商资本

第一章 男人没钱烦恼多	270	时间就是金钱	280
没钱的男人容易为小事动怒	270	养成节约的习惯	281
没钱的男人心态消极	271	管住自己,把钱的价值发挥出来	282
没钱的男人思想悲观	271	要学会量入为出	283
没钱的男人会自贬身价	272	第三章 男人赚钱法则透视	285
没钱的男人有交际恐惧心理	273	君子爱财,取之有道	285
没钱的男人易遭冷落	274	用知识武装自己	286
没钱的男人交际范围窄	275	挣钱要有创新思维	287
没钱的男人如何处世	276	挣钱,要精于“算计”	288
没钱的男人也要做到兼济天下	276	男人要学会当机立断	289
没钱的男人往往感到处世艰难	277	抓住挣钱的时机	290
没钱的男人处处小气	278	人气就是金钱	292
第二章 男人需要培养金钱大脑	279	挣钱,要一团和气	293
做“事业”,而不是做“事情”	279		

第七篇 男人的说话资本

第一章 男人用沟通征服世界	296	用技巧让合伙人醒悟	309
创新多方位的沟通体系	296	运用技巧说服别人	311
接受他人的忠告	297	相信只有自己才能说动人心	312
沟通能力非常重要	299		
尽量面对面进行沟通	300	第三章 男人要掌握“恭维术”	314
沟通,要让对方听进去	301	有技巧地恭维他人	314
说话时,要给自己留余地	303	成功的男人善于利用甜言蜜语	315
学会善用模糊语言	304	肯定对方,往往能取得事半功倍的效果	316
		物往贵处说,人往年轻讲	317
第二章 说服力是成事的关键	306	给人戴高帽子要不留痕迹	318
用技巧说服别人	306	学会博得他人的好感	319
己所不欲,勿施于人	307		
引导对方按照自己的想法去做	308		

第八篇 男人的处世资本

第一章 男人办事进退有术	322	第三章 男人求人办事要掌握“攻心术”	335
财富的大门没有门槛	322	攻城为下,攻心为上	335
只要去想,凡事都有解决方法	322	说话不可口无遮拦	336
换个方法就能做到	324	要“攻心”,更需善“读心”	337
忍一时风平浪静	325	送礼要迎合他人的需要	338
不要无谓的固执	326	请客吃饭是不可或缺的交际手段	339
		你对别人的态度是一面镜子	340
第二章 男人身处江湖要学会应变之术	328	适时地“睁一只眼,闭一只眼”	341
做人要学会变通	328	装傻的人往往最聪明	343
处变不惊,背水一战	329	求人并不丢人	344
工作中要培养默契	329	努力就有希望	344
有一种应变的方式叫自圆其说	331	巧妙地化解冷遇	345
幽默是化解危机的良方	332		
假到真时真亦假	334		

第九篇 男人的人脉资本

第一章 男人先交朋友再做事	348	利用人情要适可而止	350
求人办事,要考虑对方的能力	348	智者,当借力而行	351
笼络人心,事后致谢	349		

第二章 男人不要拒绝攀高枝	353
小人物也要有“强朋友”	353
成功需要有贵人相助	354
结交成功人士其实很容易	355
尽自己所能结交贵人	356

第三章 男人需要不断扩充人脉圈	358
扩展人脉要主动	358
从他人的立场出发看待问题	359
充分利用亲戚的人脉关系	360
同学会是扩展人脉的好机会	361

第十篇 男人的婚姻资本

第一章 男人要学会爱与被爱	364
男人要在年轻时谈恋爱	364
婚姻也需要保持新鲜	365
寻找婚姻幸福的潜规则	367
婚姻不是游戏	368
沟通会使婚姻更加美满	370
第二章 体贴的男人值得女人信赖	372
要充分地尊重和欣赏女人	372
用绅士风度来体贴女人	373

聪明的男人最顾家	374
让妻子拥有安全感	376
不要冷落爱人	377
女人需要被取悦	379
第三章 男人与妻子的“性”福	381
夫妻间的性爱之一	381
夫妻间的性爱之二	384
夫妻间的性爱之三	387

第十一篇 男人的责任资本

第一章 男人的责任重如泰山	390
工作即是责任	390
责任是生存的起点	391
尽职尽责地完成工作	392
绩效需要由责任来做保证	393
人生的首要准则是责任感	394
好男人拥有强烈的责任心	395
男人赖以生存的基础是责任	396
责任感会促使男人改变一切	397

第二章 男人需要营造家庭港湾	399
创富的前提是家庭和谐	399
家庭会给予男人创富的原动力	399
男人最大的财富是幸福的家庭	403
父母需要关爱	404
拥抱母亲	405
试着分享孩子的喜怒哀乐	407
做父亲要言传身教	408
父亲会对孩子产生深远的影响	410
用美德影响孩子	411

第十二篇 男人的健康资本

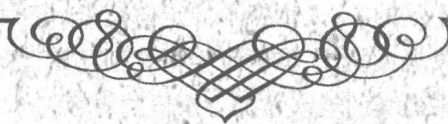
第一章 健康体魄是男人一生的资本	414
男人如何保健	414
戒烟戒酒,受益终身	415
健康的身体需要科学的饮食	417
男人的身体需要健康	419
强壮的男人往往受到女人的欢迎	421

第二章 男人要学会调整生活节奏	423
化繁为简是一门生活艺术	423
开卷有益	424
要重视自己的健康	425
不要付出健康的代价来应酬	427
睡眠会对男人起到美容作用	428



第一篇

男人的心理资本



第一章

男人感悟生命的真谛



激情的力量是无穷的

在日常生活中,我们经常会遇到这两类人:一类人的兴趣爱好很少,沉闷且毫无激情;另一类则爱好广泛,喜欢挑战自己,喜欢跟大家一起玩。你会发现,第二种人心态积极,对什么都充满兴趣与激情,相比前一种人,他们的朋友关系网很广泛,容易获得朋友的支持,离成功也会更近。

这个故事大家可能都很熟悉:

有三个砌砖的工人,有人问他们:“你们在做什么?”

第一个工人不耐烦地回答:“砌墙!没长眼睛啊!”

第二个工人没精神地说:“我正在挣钱,一小时9美元。”

第三个工人嘴里唱着歌,高高兴兴地回答:“我正在建造这个世界上最伟大的教堂呢。”

三个人,做着同样的工作,答案却完全不一样。你可能会奇怪,难道他们使用的工具不同,还是报酬不一样?不是的,其他的条件全部相同,只是他们看待工作的态度不一样。试想一下:第一个人根本不喜欢砌墙的工作,完全是应付了事,肯定不会有任何成就;第二个人工作是为了挣钱,他会努力完成工作,可他仍不会有太大的成就;而第三个人呢,虽然他现在是在砌墙,但他的梦想和热情绝不仅仅停留在此。因此,他是能走得更远的人。

所以,态度决定你的命运。无论现在处于怎样的境遇中,只要你心存希望,抱着积极的心态,那么,你的人生就一定会成功。每个人的历史都是由自己书写的,无论现在的工作或生活是什么样的,只要葆有激情和一颗活力十足的心,人生就不会走向衰老。身为一个年轻人,整天郁郁寡欢,与一个神采奕奕、生龙活虎的鹤发老人相比,谁更年轻呢?刚开始,你会觉得当然是年轻人更年轻,但相处时间长了你便会发现,神采奕奕的老人才拥有永恒的青春。

1. 不能小觑激情的力量

美国有一支棒球队,因为他们的表现一直都不好,所以喜欢他们的球迷很少。后来,他们由原来的城市转到了另外一个城市,这个城市的居民非常热爱棒球,每场比赛的现场都是满座,而且不论比赛输赢,大家都兴致高昂。在这种情境中,球队队员的信心慢慢地增长了起来。渐渐地,这支球队变得越来越棒,而且经常获得冠军。

从这个故事中,我们可以看出来,激情不仅仅对自己起作用,也会对他人产生影响。如果没有观众的热情与全力支持,球队就不可能取得日后辉煌的成就。也就是说,激情的作用是双向的,你所散发出的热忱和激情,对自己而言,能够激励自己走出困境;对他人而言,则会送去信任和鼓舞,鼓励他们走出阴霾。激情不仅让自己变得年轻,更带给他人积极的动力。

2. 永葆热忱的心

生活的美好和生命的意义存在于一颗永葆热忱的心。但要把热忱的心态修炼成一种习惯,是

需要一些方法的,这里我们为您提供一些参考的方法。当然,这还需要你的持之以恒。

(1) 做事要充满热忱

你的行为会反映出你的兴趣,这没有办法隐瞒。跟人握手时要紧紧地握住对方的手说:“我很荣幸能认识你。”或者也可以说:“我很高兴再见到你。”没有力度的、畏畏缩缩的握手,会让人觉得没有生气。微笑的时候一定要真诚。当你对别人说“谢谢你”的时候,要真心实意。另外,你与他人的谈话也要富有热情。

(2) 强迫自己采取热忱的行动

深入挖掘一个题目,潜心研究它,尽量搜集有关它的资料。这样你就会对它越来越有热情。

卡耐基曾经这样说过:“我以前对于崇拜林肯这件事并不热忱,直到我写了一本有关林肯的书以后才改变了想法,现在我非常热忱地崇拜他。华盛顿也许也像林肯那么伟大,但是我对他并不如对林肯那样崇拜,这是由于我不怎么了解华盛顿。对于任何事物,只有你深入了解了,才会有可能热爱。”

(3) 多传播好消息

不管什么时候,只要我们听到有人说“我有一个好消息”,所有的人就都会停下手里的工作,非得等他说出来才罢休。好消息的好处有很多,可以带动大家的热情与干劲,甚至帮助消化,使人胃口大开。但是,坏消息往往比好消息跑得快,所以你千万要记住这一点:传播坏消息的人是不受人欢迎的,他会离成功越来越远。

男人的资本箴言

对于任何人而言,年龄、地位、金钱只能表明一个人当前的状态,却无法预见未来,而与未来有关的希望只有激情才能给予。

男人要懂得如何选择和放弃

有一位路人在行走的时候发现地面上有一些珠宝,便沿路捡过去,并为自己的幸运而欣然自得。然而他越捡越多,最后因为珠宝太重而累死在半路。也正是因为这样舍不得放弃的心态,使很多人活得特别累。学会放弃,自然就会轻松许多。

相信很多人都有过这样的经历:有时候水果买多了,或者是自己刚买了,朋友又拿来一些,或者是公司一下子发了一箱水果,这时就不太可能全部吃完,面对这种情况,有人从烂的开始吃,吃了一箱都是烂的;然而有的人则会先吃好的,他最起码吃了半箱好的水果。那些先拣烂的吃的人就是不懂得放弃的人,他们的思维方式有点贪婪:我全都要!结果往往很不理想:放弃了好的,得到的全部都是坏的,正所谓捡了芝麻,丢了西瓜。

二八法则是经济学中很普遍的理论。也就是说,在一个群体中,最重要的是占总体20%的部分。例如:20%的人掌握着80%的财富,80%的利润来自20%的产品或顾客等等。现在流行的“核心竞争力”就是这关键的20%。投资也好,做企业也好,我们的首要目标都是那些最好的“水果”,只有吃了这些好的“水果”才能吸收最多的营养。至于那些“烂水果”,不吃也罢。

在我们的生活中还有很多关于不懂得放弃的人的例子,不懂放弃的人总给自己背上许多沉重而愚蠢的负担。例如对一些不喜欢穿的或者穿着不舒服的衣服,许多人不想扔掉,而是让它们占据着原本就拥挤的空间,还得费时费力地收拾整理,给自己增添不必要的麻烦。

1. 善于选择放弃有时候也是一种智慧

在人生中,放弃必须要放弃的东西往往也是一种智慧的体现。原因非常简单,我们的时间和精力

力都是有限的,在一段时间内,我们只能将精力集中在一件事情上,不可能一心多用。

在帕瓦罗蒂还没有成功的时候,发生过这样一件事:

他在很小的时候,就表现出了很高的歌唱天赋,他自己也非常喜欢唱歌。他以非常不错的成绩从一所师范院校毕业时很苦恼:是继续学习唱歌呢,还是做一个教师?他的打算是两者都要做,一边教课,一边唱歌。

这时候,父亲告诉他:“孩子,你这样就如同要同时坐在两把椅子上,最后只会掉到椅子中间的地上。所以,你只能选择其中一个。”于是,帕瓦罗蒂为自己选择了音乐这把“椅子”。他说:“放弃的确很痛苦,但是只有放弃了,才能有成功的机会。”

2. 放弃是成全的另外一种方式

火车上非常拥挤,一位老爷爷的鞋被挤掉了一只,鞋面很光,毫无灰土,很明显是新买的。所有人都为老爷爷觉得可惜:这鞋肯定价值不菲吧。火车已经慢慢地启动了,下去捡是不可能的。当所有人都在遗憾时,只见老爷爷脱下另外一只鞋,顺手扔出了窗外,大家颇为吃惊,老爷爷面带微笑地解释道:“无论这鞋多贵,对于我来说都已经没用了。假如有人能捡到他们,说不定会对他有用呢。”

与其抱守残缺,不如断然放弃。我们失去了对我们无用的东西,但它们对别人来说有可能会是至宝。相处很多年的女朋友忽然提出分手,原因是找到了更合适的男人,这对任何一个男子来说,都是不小的打击。那终究要如何取舍呢?死死纠缠还是转身离开?选择前者,不仅无法挽回女孩的心,甚至会使她对你产生厌弃之情,而自己也会在痛苦中越陷越深,如同作茧自缚。因此,还不如就此放手,既成全了她的幸福,也放过了自己。

3. 放弃需要勇气和胸襟

放弃二字,人们往往很轻易地说出来。没错,再怎么讲,这都仅仅是由六个拼音字母组合而成的两个汉字,无论是读还是写,都非常简单。然而,要想真正做到可就没那么容易了,这需要很大的勇气。很多人的亲身经历告诉我们,真正能做到放弃非常困难。浓烟滚滚、火苗四蹿的失火现场,一些人原本是可以活下来的,却在火海中丧生,原因是他们丢不下现款、金银首饰,甚至箱子柜子,结果东西一件件抢了出来,命却没有了。现实生活中,我们在谈论灾难来临要怎么做时,几乎所有人都清楚要先把命保住。可真到那个时候,我们总有很多放不下和需要带走的东西。可见,放弃是需要非常大的勇气的,做往往比说难得多。

森林中,猎人的捕兽夹夹住了一只狐狸的爪子,它感到疼痛钻心,但它还是会忍住疼,将小腿咬断,以保全性命。事实上,很多时候需要我们放弃的不是实用的小腿,而是一些难以割舍的虚荣。因此,选择放弃需要的不仅仅是勇气,更重要的是看透人世百态,达到一种超然的境界。一旦学会放弃,人生的境地就会豁然开朗。退一步,你将发现海阔天空。这就像失去了能够跳舞的双腿,对舞蹈却达到了更透彻的解读境界,从而创作出更美的舞蹈。放弃了追名逐利的浮躁,我们收获的往往是生命的真实与平静。

正因为我们想要的东西太多,所以才会觉得放弃是非常痛苦的:更大更豪华的房子,更高级的车子,更漂亮年轻的妻子……缺少了任何一样,都会让我们焦虑烦闷,大动肝火。而实际生活中,有一所可以住的房子,有一部可以代步的车子,有陪伴在身边的妻子,还有什么比这更幸福的呢?

男人的资本箴言

人类的欲望往往是痛苦的根源,这个时候,放弃不是妥协和损失,而是体现人生的勇气,是一种大智慧。

坚毅是男人在社会上立足的资本

“山重水复疑无路，柳暗花明又一村。”这样一种在重重困苦中发现光明的惊喜，只有那些拥有坚强意志力的人才能体会得到。成大事者，必有坚强的意志，这也是人们实现幸福生活的必备素质。

身为英国首相的丘吉尔，所做的最精彩的演讲是他的最后一次演讲。那是在剑桥大学的一次毕业典礼上，所有的毕业生都聚集在会场，大家的心情非常激动，共同期待着这位世界名人的演讲。

然而，学生们等了好久，都有些不耐烦了，丘吉尔才在随从的陪同之下姗姗来迟。在讲台上，他摘下帽子，脱下大衣，默默地注视着所有的听众，会场静默了有一分钟，所有人的目光都集中在他身上。这时，他开口了：“Never give up! Never give up! Never give up!（永不放弃！）”丘吉尔一声比一声高地说完了这三句话，既而穿戴好衣服和帽子，从会场里离开了。

大家对丘吉尔的行为都感到很莫名其妙，整个会场鸦雀无声。好一会儿之后，大家都明白过来，随即热烈地鼓起掌来。

这个道理虽然非常简单，但却非常实用。永不放弃，坚持下去，只要拥有坚强的意志，任何困难都不会成为你的困扰。

坚强的意志是所有人都想拥有的，但是半途而废的人太多了，这些人并不是自己不想坚持下去，而是缺乏坚持的耐心和决心。坚强的意志并不是天生的，后天的锻炼更加重要。我们通过努力，可以将自己的意志力训练得更加坚强，从而使自己的人生一帆风顺。

1. 确立明确的目标

目标越明确，在向目标前进的道路上就会走得越坚定，取得成功的可能也就越大一些。美国一位大学教授曾经研究过一组改变自己行为的实验对象。实验结果发现，目标越明确、越具体的人，成功的可能性就越大。一名男子决心每天做到对妻子和颜悦色、平等相待，他将自己每天需要做的事情都规划好，后来果真做到了。而另一位笼统地表示要对家里的人更好一些，结果并没有什么改变，两口子仍然经常吵架。

拥有明确的目标，制定详细的计划，这并非易事。很多人都给自己订立过目标，但往往坚持不到三天就放弃了，即所谓的“三分钟热度”，生活中这样的人并不少见。我们制定的计划一定要合理，兼顾长期与短期两个方向。例如减肥，假如打算减重30斤，起码给自己三个月到半年的时间，短时间内减这么多斤是不可能的。假设给自己规定半年的时间，然后分解到月，即一个月瘦5斤，接着细化到一天中的饮食、运动方式和运动量的计划，这样执行起来就有章可循，只要照章办事就可以了。假如只是在意念里想着我要瘦、我要多运动、我要少吃饭，那减肥成功就只能是一个梦了。

目标的制定需要脚踏实地。急躁是所有人的通病，可胖子不是一口吃成的，目标也不可能一天达成。很多人为了节约时间，希望能够把所有的事在一天之内完成，定计划的时候往往显得非常紧迫。比如减肥，有些人为了更快地达到目的，限制自己每天只吃一根黄瓜，却要运动三个小时。这样子，三五天可能坚持，估计也可以取得不错的效果，但除非是超人，否则谁都受不了这样的计划。时间长了，肯定会放弃这一计划，前功尽弃。制订计划，特别是长期的计划必须要将长期的因素考虑进去。例如学英语，与其规定自己每天学习两小时，到头来又坚持不下去，不如规定每天半小时，而坚持到底。长期的计划一定要合理，细水长流，让自己能够一直坚持下去。

2. 永远抱有希望

坚强的意志不是天生的，而是要在后天的成长中一点一点积累起来。长期的目标由于时间进

程太长,中间的过程平淡、乏味,而且失败和挫折肯定也会不可避免。因此,要想长久坚持下来,一定要为自己留一个坚持下去的理由。

实践证明,成功会使一个人的意志力越来越强。如果你用顽强的意志克服了一种不良习惯,那么你的自信心就会一点一点地增强,在下次遇到挑战时就会信心满满。每取得一点成绩,都要给自己一点嘉奖,但要注意,这不能影响自己对目标的坚持。比如想减肥的人,这个嘉奖千万不能是大快朵颐。

如想学好英语的人,可以在头脑中想象自己用一口流利的英语跟外国人聊天的场景。

有句话说:“你会成为你想成为的那种人。”这就是潜意识的力量。这并没有什么神奇的,你想成为一个什么样的人,在日常生活中,你就会无意识地朝那个方向努力。比如一个人想成为画家,就会经常将自己当成一位画家,以一个画家的眼光审视很多东西,凡日常进入眼帘的事物,他都会根据画家的思维方式,从色彩、比例等方面对其进行细心的观察,并且在脑子里进行构图。这种种行为都是在潜意识的支配下完成的,他自己也不会留意。但天长日久,他对事物的感悟力就会越来越强,绘画的技能也会日渐提高,使绘画成为自己生命中不可缺少的一部分。这样一来,他成为一名画家就是指日可待的。

男人的资本箴言

在制订计划时,一定要将自己想要达到的状态在心里或者用文字在纸上规划好,每天用一定的时间在脑子里想象自己的希望,描绘出目标达成时会是一种什么样的景象,以此来激励自己的行为,以便更好地将目标坚持下去。

把吃亏当成一种福气

现在很多人都将“吃亏是福”挂在嘴边。吃了亏不发怒、不伺机报复已是不错了,还要让人认定其是一种福气,这往往让人不能理解。假如一个人没有受过气,一帆风顺,当遇到麻烦事时,让他忍气吞声,他一定会承受不住。然而,目标的不能达成,往往就是由于你不懂得承受。世界是公平的,假如你今天吃了亏,受了点小气,但你从中学到了忍耐,学会了坚强。他日,昔日学全的这种忍耐也许就能造就你的成功。

1. 吃亏是一种福气

不仅对职场中的人来说吃亏是福,生活中也是如此。有些人常怕自己吃亏,因此他们总爱斤斤计较,处处较劲,即使是蝇头小利,也会争来抢去,至死方休。其实,做人的可贵之处往往是乐于亏己。自己主动吃点亏,到最后反而能把问题妥善解决,进而获得成功,这样又有什么不好呢?

《史记·留侯世家》中记载:

秦朝末年,张良刺杀秦始皇,失败后逃到下邳隐居。一天,他在镇东石桥上遇到一位白发长须、拄拐、着褐色服之老人。老人的鞋子掉到了桥下,便叫张良去帮他捡起来。张良当然不愿意,暗暗想道:你是谁呀?竟然让我替你拾鞋子!张良甚至想拔出拳头狠狠地揍对方一顿,但见对方年老体衰,而自己年轻力壮,于是就强忍住自己的愤怒,帮老人从桥下将鞋子捡了回来。

当他把鞋递给老人时,老人不但连声谢谢都没有说,还大大咧咧地把脚伸出来:“替我把鞋穿上!”张良心底大怒:这个老头子怎么这样!我帮忙捡回鞋子,你不仅不感谢我,还让我替你穿鞋,这也太过分了吧!

张良正想破口大骂,然而又忍住了,想了想,既然都捡了鞋子了,干脆好人做到底。于是,