

愚蠢的人只会生气·聪明的人懂得去争气



人生没有永远的顺境，也没有永远的逆境。世界上没有人能打倒你，只有你才会真正打倒自己。如果只是一味地抱怨、生气，那么你注定永远是个弱者。



有一味去生气的时间和精力，还不如放在自己的工作、学习和事业上，让自己的知识领域拓宽拓广，这样才会让自己的实力增强。



生气不如争气



全集

Sheng Qi Bu Bu Zheng Qi Quan Ji

隋晓明 古月轩◎编著

愚蠢的人只会生气

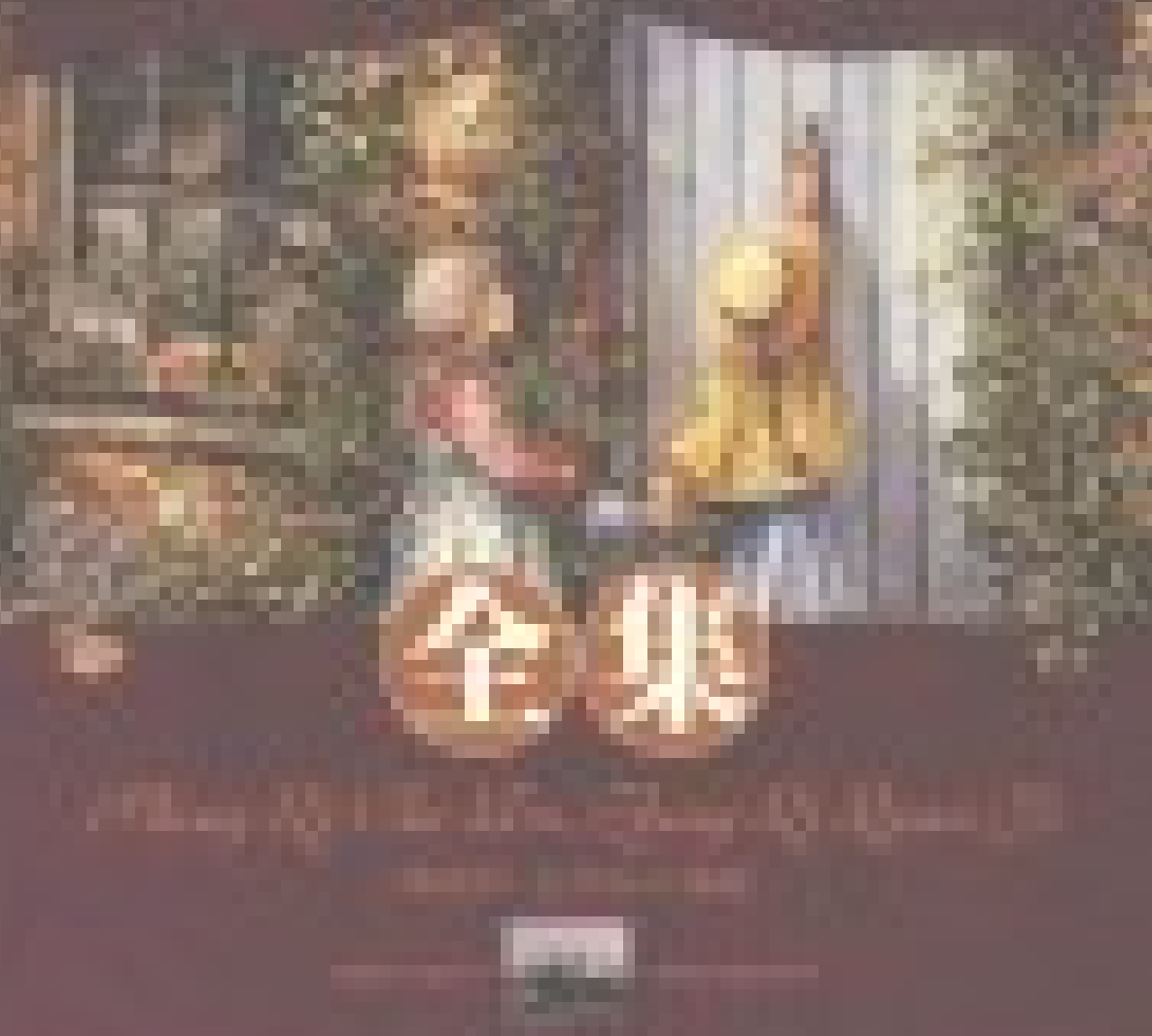


聪明的人懂得去争气

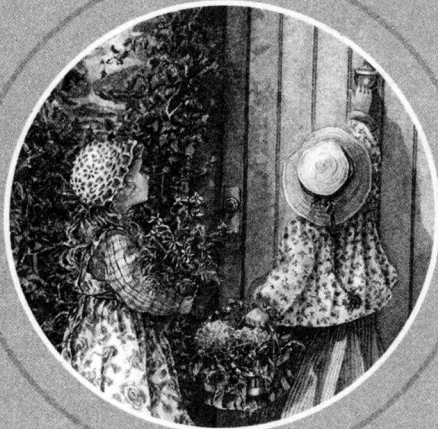
中国商业出版社

生气不如争气

生气不如争气



隋晓明
古月轩◎编著



生气不如争气

Sheng Qi Bu Bu Zheng Qi Quan Ji

愚蠢的人只会生气·聪明的人懂得去争气

中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

生气不如争气全集/隋晓明,古月轩编著

—北京:中国商业出版社,2007.1

ISBN 978 - 7 - 5044 - 5809 - 4

I. 生... II. ①隋...②古... III. 成功心理学—通俗读物
IV. B878.4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 000427 号

责任编辑:唐伟荣

中国商业出版社出版发行

(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

北京才智印刷厂印刷

*

787×1092毫米 1/16开 18.75印张 290千字

2007年2月第1版 2007年2月第1次印刷

定价:29.80元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

| 前 言 |

在古老的西藏,有一个叫爱地巴的人,每次生气和人起争执的时候,他就以很快的速度跑回家去,绕着自己的房子和土地跑三圈,然后坐在田边喘气。

爱地巴工作非常勤劳努力,他的房子越来越大,土地越来越广。但不管房地有多大,只要与人争论生气时他就会绕着房子和土地跑三圈。

有一次,爱地巴拄着拐杖走到太阳已经下山了还要坚持,他的孙子担心他就在后面跟着。后来,孙子在身边恳求他:“阿公!您这么大年纪了,这附近地区也没有谁的土地比您的土地更广,您不能再像从前,一生气就绕着土地跑了。还有,你可不可以告诉我您一生气就要绕着土地跑三圈的秘密?”

爱地巴说出了隐藏在心里多年的秘密。他说:“年轻的时候,我一和人吵架、争论、生气,就绕着房地跑三圈,边跑边想着自己的房子这么小,土地这么少,哪有时间去和人生气呢?跑完了气就消了,之后把所有的时间都用来努力工作。”

孙子问道:“阿公,您年老了,又变成最富有的人,为什么还要绕着房子和土地跑呢?”

爱地巴笑着说:“我现在还是会生气,生气时就绕着房子和土地跑三圈,边跑边想着自己的房子这么大,土地这么多,又何必和人计较呢?气也就消了。”

我们其实是没必要生气的。面对一些鸡毛蒜皮的小事,何必跟人斤斤计较呢?仔细想想,这样做,最终伤害的是我们自己。愚蠢的人才一味地去生气,而聪明的人就应该懂得去争气。有一味去生气的时间和精力,还不如放在自己的工作、学习和事业上,让自己的知识领域拓宽拓广,让自己睿智起来,这样才会让自己的实力增强。一个人最重要的是要学会让自己强大起来。自己强大起来,再大的问题和多大的困难,都会有办法解决的。

编者

2006年11月

| 目 录 |

第一辑 揭开你的怨气， 每个人都少了样东西

上帝没有看轻卑微	3
总有一扇窗为你打开	6
正视耻辱	9
学会欣赏自己	12
别被他人的话击倒	16
争论永远不会赢	18
正确看待金钱的力量	20
没有人全知全能	23
每个人都少了样东西	26
不要太在意自己	28
一个人最重要的是他的内心	31
需要的是记住教训	33
懂得在必要的时候放弃	36
缺陷也是一种美	39
有些事情你必须等待	42

第二辑 控制你的怒气，你不能让 所有的人都满意

不要拿别人做镜子	47
----------------	----

生气就是惩罚自己	48
无怒则无敌	51
别无选择是最好的选择	53
烦恼都是自找的	54
不要给自己找病	57
换个角度看问题	59
你不能让所有的人都满意	62
善待他人就是善待自己	63
学会以幽默解嘲	66
有些事并不是你看到的样子	68
时刻自我反省	70
不能改变环境就改变自己	73
不要拿别人出气	76
不看我所没有的	79

第三辑 养足你的静气,放得 下就是快乐

自制是一种美德	83
不要为难自己	86
不气才能无忧	87
放自己一马	89
量力而行	92
走错的路也是路	94
嫉妒只会毁了你	96
学会放轻松	99
放下就是快乐	102
快乐也是一种境界	104
敢于承认错误	107
把握现在更有意义	110

别把困难在想象中放大	111
------------------	-----

第四辑 立定你的志气,自己

跟自己斗口气

保持本色	117
认识你自己	120
肯定你自己	123
认真做自己	124
别让别人决定你的一生	127
相信自己独一无二	129
意志比才干更重要	132
跌倒了就爬起来	134
把苦难当作垫脚石	136
最大的敌人是自己	140
从设定目标开始	144
坚持自己的梦想	146
没有什么不可能	148
寻找真正属于自己的那张床	151
给自己一个悬崖	153

第五辑 增强你的底气,创造

争气的条件

最不起眼的地方	159
重视身边的小人物	161
创意就在你身边	163
每一步都是起点	166
打破僵化的惯性思维	167
自我暗示的无限力量	170
拆掉心中那座独木桥	172

你也可以做自己的伯乐	174
仅有天赋是不够的	176
只有自己才能拯救自己	177
实力是成功的通行证	181
沉默是金	183
再试一次	187
别跌倒在自己的优势上	189
成功与失败只有一步之差	191

第六辑 稳住你的心气,忍让求成 方能立于不败之地

生活是自己创造的	197
没有不受伤的船	198
亏一点是福	199
学会自己看路	203
锋芒不可太露	204
欲速则不达	206
脚下多垫些石头	209
困境即是赐予	210
被别人承认需要一个过程	211
避免陷入人生的陷阱	212
让劣势变为优势	214
厄运只是暂时的	217

第七辑 培育你的灵气,用最好的手段 做最好的事情

把重要的事情放在第一位	221
简单事情重复做	224
低头的哲学	226

跳出死胡同·····	228
学会转弯·····	230
坚持是成功前的状态·····	232
勇气是成功的前提·····	234
敢于冒险·····	236
永远都要坐前排·····	239
把外面的椅子搬进来·····	240
专注做手上的事情·····	242
做事情要分清主次·····	245
问题的解决方法往往不只一种·····	247
善于借鉴他人的成功经验·····	248

第八辑 结集你的人气,人脉 就是成功的命脉

不要告诉别人你更聪明·····	255
从别人的角度出发·····	258
让人觉得你重视他·····	260
用热情去感染他人·····	263
请记住别人的名字·····	267
一切从友善开始·····	270
原谅比指责更有效·····	273
倾听是一种法宝·····	275
学会欣赏别人·····	278
给他人以优越感·····	280
在批评里加点糖·····	283



第一辑

揭开你的怨气，每个人都少了样东西

上帝没有看轻卑微

韩国平民总统卢武炫 1946 年出生于韩国金海市郊的一个小村庄。据说，他的故乡十分偏远贫穷，村里人都说“即使乌鸦飞来这里，也会因没有食物而哭着飞回去”。卢武炫的父母都是农民，靠种植庄稼和桃子为生。

卢武炫曾经说过，在韩国政坛，如果你没有钱，或者没有势力，很难当上总统候选人，更别提获胜了，“然而我，这两样都没有”。有人说，卢武炫的政治经历与美国前总统林肯十分相似，对此，卢武炫也有同感。林肯是美国 200 多年历史上为数不多的贫民总统，他上任伊始就遇到美国南北冲突；而韩国的这位贫民总统卢武炫，则遇上了朝鲜核危机。

1968 年，卢武炫进入韩国陆军服兵役，34 个月后退役返乡。卢武炫自知学识太浅，但家中无钱供其读书，于是他开始自学法律，并于 1975 年 4 月通过韩国第 17 届司法考试，由此开始了自己的律师生涯。

1981 年，卢武炫勇敢地站出来，为 12 名被政府指控为“私藏禁书”的大学生辩护。因为此事，卢武炫有了些名气，被一些媒体称为“人权律师”。6 年后，卢武炫因支持“非法罢工”而遭逮捕，并且被剥夺了 6 个月的律师权。但牢狱之苦激起了卢武炫通过从政实现自己政治抱负的信念。

1988 年，卢武炫步入政坛，当选为国会议员。自 1992 年起，卢武炫 3 次放弃了自己在汉城的优势选区，赴釜山进行议员和市长的竞选，结果接连 3 次饮恨釜山。一批选民被卢武炫的精神感动，自发成立了一个叫“爱卢会”的组织。该组织在民间迅速扩展，以至韩国上下掀起了一股支持卢武炫的热潮，被舆论称为“卢旋风”。

一个人不能选择自己的出身，却可以选择自己的道路。只要踏上正确的人生之路，并能义无反顾地勇往直前，就一定能用一串闪光的足迹印证出辉煌的业绩。立奥三世如此，朱元璋如此，亚里士多德、高尔基等等都是如此。

名将卫青是个出身并不怎么高贵的人，他的母亲在平阳公主家做女仆，因



丈夫姓卫，她就被称为卫媪。卫媪生有一男三女，即儿子长君，长女君孺、次女少儿、三女子夫。丈夫死后，她仍在平阳侯家中帮佣，与同在平阳侯家中做事的县吏郑季私通，生了卫青。卫青在母亲的关怀下度过了童年。后来，他的母亲感觉供养他非常艰苦，就把他送到了亲生父亲郑季的家里。但郑季的夫人根本看不起卫青这个私生子，让他到山上放羊，郑家的几个儿子也不把卫青看成手足兄弟，随意苛责。卫青在这样的环境下生活，受尽了苦难，在他的性格形成上打下了深深的烙印。有一次，卫青跟随别人来到甘泉宫，一位囚徒看到他的相貌后说：“你现在穷困，将来定为贵人，官至封侯。”卫青笑道：“我身为人奴，只求免遭笞骂，已是万幸，哪里谈得上立功封侯呢？”

公元前139年春，卫青的姐姐卫子夫被汉武帝选入宫中，卫青也被召到建章宫当差。这是卫青命运的一大转折点。公元前129年，匈奴又一次兴兵南下，前锋直指上谷（今河北省怀来县）。汉武帝果断地任命卫青为车骑将军，迎击匈奴。从此，卫青开始了他的戎马生涯。

这次用兵，汉武帝分派四路出击。将军卫青直出上谷，将军公孙敖从代郡（今河北蔚县东北）出兵，将军公孙贺从云中（今内蒙古托克托东北）出兵，将军李广从雁门出兵。四路将领各率一万骑兵。卫青首次出征，但他英勇善战，直捣龙城（匈奴祭扫天地祖先的地方），斩首700人，取得胜利。另外三路，两路失败，一路无功而返。汉武帝看到只有卫青胜利凯旋，非常赏识，加封关内侯。

家奴出身的卫青凭战功和姐姐的关系变成了贵极人臣的大将军，朝中官员无不巴结奉承。这时，平阳公主寡居在家，要在列侯中选择丈夫，许多人都说大将军卫青合适，平阳公主笑着说：“他是我从前的下人，过去是我的随从，怎么能做我的丈夫呢？”左右说：“卫青已今非昔比了。他现在是大将军，姐姐是皇后，富贵震天下，哪还有比他更配得上您的呢。”汉武帝知道后，大笑道：“我娶了他的姐姐，现在他又娶我的姐姐，这倒是很有意思。”于是当即允婚。时迁事移，当年的仆人就这样做了主人的丈夫。这样一来，卫青与汉武帝亲上加亲，更受宠信。但卫青为人谦让仁和，敬重贤才，从不以势压人。

被公认为美国历史上最伟大的总统林肯，在他当选总统那一刻，整个参议院的议员都感到尴尬，因为林肯的父亲是个鞋匠。

当时美国的参议员大部分出身望族，自认为是上等人，从未料到要面对的

总统是一个卑微的鞋匠的儿子。于是，林肯在参议院首度演说之前，就有参议员谋划要羞辱他。

在林肯站上演讲台的时候，有一位态度傲慢的参议员站起来说：“林肯先生，在你开始演讲之前，我希望你记住，你是一个鞋匠的儿子。”所有的参议员都大笑起来，为自己虽然不能打败林肯却能羞辱他而开怀不已。

等到大家的笑声停止，林肯说：“我非常感激你使我想起我的父亲，他已经过世了。我一定会永远记住你的忠告，我永远是鞋匠的儿子，我知道我做总统永远无法像我父亲做鞋匠做得那么好。”

参议院陷入一片静默，林肯又对那个傲慢的参议员说：“据我所知，我父亲以前也为你的家人做鞋子，如果你的鞋子不合脚，我可以帮你修改它。虽然我不是伟大的鞋匠，但是我从小就跟随父亲学到了做鞋子的艺术。”

然后他对所有的参议员说：“对参议院里的任何人都一样，如果你们穿的那双鞋是我父亲做的，而它们需要修理或改善，我一定尽可能帮忙。但是有一件事是可以确定的，我无法像他那么伟大，他的手艺是无人能比的。”说到这里，林肯流下了眼泪，所有的嘲笑全部化成赞叹和掌声。

林肯没有成为伟大的鞋匠，但他成为了伟大的总统。人们认为他最伟大的特质，在于他永远不忘记自己是鞋匠的儿子，并引以为荣。

一位父亲带着儿子去参观凡高故居，在看过那张小木床及裂了口的皮鞋之后，儿子问父亲：“凡高不是位百万富翁吗？”父亲答：“凡高是位连妻子都没留住的穷人。”第二年，这位父亲带儿子去丹麦，在安徒生的故居前，儿子又困惑地问：“爸爸，安徒生不是生活在皇宫里吗？”父亲答：“安徒生是位鞋匠的儿子，他就生活在这栋阁楼里。”

这位父亲是个水手，他每年往来于大西洋各个港口，他的儿子叫伊东·布拉格，是美国历史上第一位获普利策奖的黑人记者。20年后，在回忆童年时，布拉格说：“那时我们家很穷，父母都靠出苦力为生。有很长一段时间，我一直认为像我们这样地位卑微的黑人是不可能有什么出息的。好在父亲让我认识了凡高和安徒生，这两个人告诉我，上帝没有看轻卑微。”

人类有一样东西是不能选择的，那就是每个人的出身。在现实生活中，我们常常遇到这样一群人，他们因自己穷困的出生环境而判定自己未来的生活道



路,他们因自己角色的卑微而用微弱的声音与世界对话,他们总是因暂时的生活窘迫而放弃了儿时的绮丽梦想,他们还因为自己其貌不扬而低下了充满智慧的头颅……其实每一个人都应该相信上天是公平的,只是有时上天会和人类开个小小的玩笑,会把那些聪慧的宠儿放在贫贱的人群中间,让他们远离金钱和权势,让他们从一出生就在黑暗的穴洞中徘徊,看不到光明。上天一定会青睐某些穷人——他们有着坚强的生存意识、果敢的斗志、不屈的傲骨和出众的天赋,会在某个有价值的领域脱颖而出。就像我们在生活里常把贵重的物品藏在家中最不起眼的地方一样。相信命运的公正吧!因为一个人只要知道自己将到哪里去,全世界都会给他让路。



总有一扇窗为你打开

麦士是位成功的商人,却不幸患上了白内障,视力严重受损,不要说阅读写作,就连驾车外出都极其艰难。与他一同患病的一位病友受不了这种折磨,每天不是喝得酩酊大醉,就是对着别人大发雷霆,仅仅过了半年,那位病友便离开了人世。目睹此景,麦士备感凄凉。因为疾病,他已不得不结束原来的生意,他的生活渐渐陷入了困境。

在那段举步维艰的日子里,书给了酷爱阅读的麦士很大慰藉。因为患病,麦士深深体会到视力不良者的不便与需要,他决定寻找一种能够容易阅读的字体。

经过差不多一年的研究,麦士发现在纸上印有粗线条的斜纹字体,不但对视力有障碍的人大有帮助,也能提高一般人的阅读速度。于是,麦士把自己仅有的15000美元存款从银行里取了出来,把这组新研究出来的字体整理妥当,计划全面推广。麦士在加州自设印刷厂,第一本特别印刷而成的书面市了。一个月内,麦士接到了70万本的订单……

这个世界上,从来没有真正的“绝境”。无论黑夜多么漫长,朝阳总会冉冉升起;无论风雪怎样肆虐,春风终会缓缓吹拂。而对我们来说,当挫折接连

不断、失败如影随行时,当命运之门一扇接一扇地关闭时,我们永远也不要怀疑,因为总有一扇窗会为你打开。

卡耐尔·桑达斯是肯德基炸鸡的创始人。他曾自己经营了一家汽车加油站,但不久受经济危机的影响,加油站倒闭了。第二年,他又重新开了一家带有餐馆的汽车加油站,但是,一场无情的大火把他的餐馆烧光了。他最终还是振奋了起来,建立了比以前规模更大的餐馆。可是,厄运又找上了他,因为附近另外一条新的交通要道建成通车,卡耐尔餐馆前的那条道路因而变得背街背巷了,顾客也因此而剧减。后来,卡耐尔放弃了餐馆,他不想再保留那个极为珍贵的专利——制作炸鸡的秘方,他决定卖掉它。于是,他开始遍访美国国内的餐馆,教给各家制作炸鸡的秘诀——调味法。每售出一份炸鸡,他可以获得5美分的回扣。5年之后,出售这种炸鸡的餐馆遍及美国和加拿大,达400余家。后来,肯德基炸鸡店遍布全球,而卡耐尔自己也成了大富翁。

俗话说:“失之东隅,收之桑榆”。成功的道路不止一条。如果这扇窗你实在推不开,那么你可能开错了窗。另开一扇窗,你会发现整个世界也一样会呈现在你的面前。

迈可·兰顿生长在不正常的家庭里,父亲是个犹太人(十分排斥天主教徒),而母亲却偏偏是个天主教徒(却又十分排斥犹太人)。在他小的时候,母亲经常闹着要自杀,当火气上来时便抓起吊衣架追着他毒打。就因为生活这样的环境,所以他自幼就有些畏缩而且身体瘦弱。然而日后他却在那部叫座的电视影片《草原上的小屋》扮演了那个殷格索家庭的一家之主,他坚毅而充满自信的性格给大家留下了深刻的印象。迈可的人生为什么会有这样的改变?

在迈可读高中一年级时的一天,体育老师带这一班学生到操场去教他们如何掷标枪,而这一次的经验就此改变了他后来的人生。在此之前,不管他做什么事都是畏畏缩缩的,对自己一点自信都没有。可是那天奇迹出现了,他奋力一掷,只见标枪越过了之前同学最好的纪录,多出了足足有三十英尺。就在那一刻,迈可知道了自己的前途大有可为。在日后面对《生活》杂志的采访时他回想道:“就在那一天我才突然晓得,原来我也有能比其他人做得更好的地方,当时便马上请求体育老师借给我这支标枪,在那年整个夏天里我就在运动场上扔个不停。”

第一辑 揭开你的怨气,每个人都少了样东西

