

时时问自己，今天努力了吗？

● 赖新元 编著

能力很重要

Ability is very important Work hard more important

努力更重要

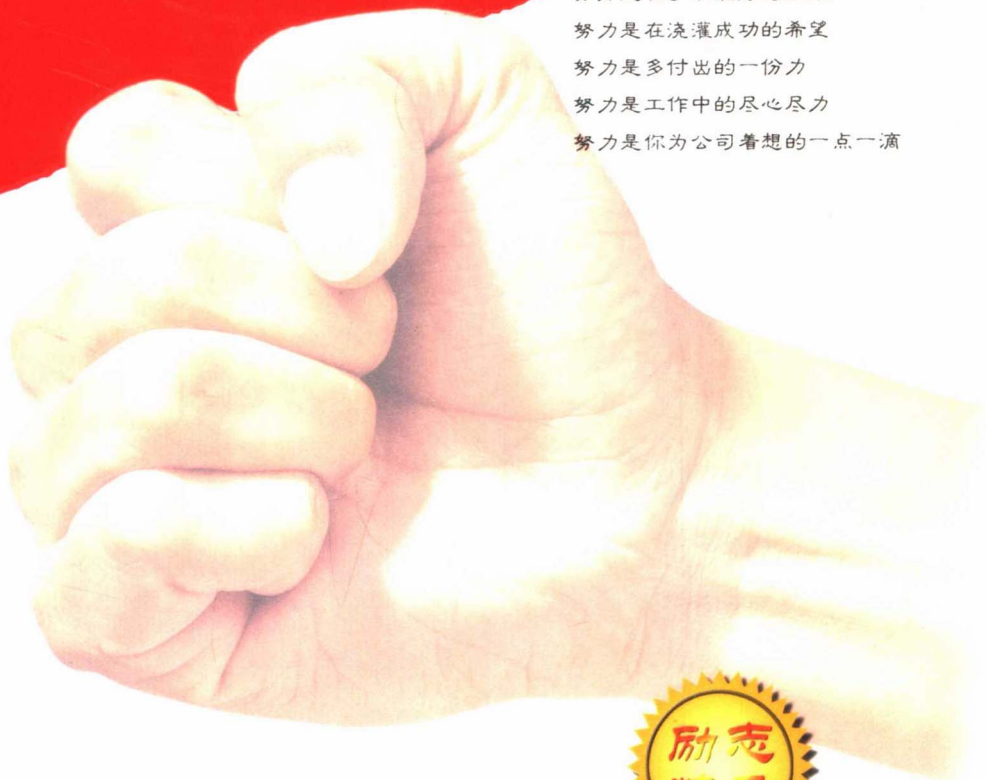
努力是在争取最好的结果

努力是在浇灌成功的希望

努力是多付出的一份力

努力是工作中的尽心尽力

努力是你为公司着想的一点点



 中国长安出版社

时时问自己，今天努力了吗？

● 赖新元 编著

能力很重要

Ability is very important Work hard more important

努力更重要

努力是在争取最好的结果

努力是在浇灌成功的希望

努力是多付出的一份力

努力是工作中的尽心尽力

努力是你为公司着想的一滴一滴

 中国长安出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

能力很重要 努力更重要 / 赖新元编著. —北京: 中国长安出版社, 2007. 9

ISBN 978 - 7 - 80175 - 714 - 2

I. 能... II. 赖... III. 成功心理学—通俗读物 IV. B848.4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 143569 号

能力很重要 努力更重要

赖新元 编著

出版: 中国长安出版社

社址: 北京市东城区北池子大街 14 号 (100006)

网址: <http://www.ccapress.com>

邮箱: ccapress@yahoo.com.cn

发行: 中国长安出版社 全国新华书店经销

电话: 010 - 65281919 65270433

印刷: 北京市宏泰印刷有限公司

开本: 787 × 1092 毫米 1/16

印张: 12.25

字数: 168 千字

版本: 2007 年 9 月第一版 2007 年 9 月第一次印刷

书号: ISBN 978 - 7 - 80175 - 714 - 2

定价: 24.8 元

序 言

你的努力还远远不够

有一则禅宗的故事：

一位“聪明”的小男孩问上帝：“一万年对你来说有多长？”上帝回答说：“像一分钟。”

小男孩又问上帝：“一百万元对你来说有多少？”

上帝回答说：“像一美元。”

小男孩于是胸有成竹地对上帝说：“那你能不能给我一美元？”

上帝回答说：“当然可以，但你先要给我一分钟。”

故事的寓意是很明显的：“天下没有免费的午餐；天上不会掉馅饼……”

是的，生活有其固有的规律，那就是先耕耘后收获。但是，太多的人总是像故事中的小男孩那样颠倒了耕耘和收获的关系。可惜，这样的美梦永远也难以成真。

也许你成天穿梭于各大写字楼，不是为了谈生意而是接受一次又一次的面试；也许你每每接受任务，习惯于“一慢二看三通过”，老板的慧眼片刻也不曾在你身上停留过；也许你人到中年华发初生，却还拿着微薄的薪水，不够养家糊口……也许你的境遇比这还

差劲十倍、百倍。这说明了什么？

说明你在过去的工作中没有付出全力，说明已经有很多人比你付出更多，取得的成就也更大，说明你将来如果仍然不付出全部努力，那你未来的生活只能比现在更糟糕透顶。

从小听到“龟兔赛跑”的故事，总是认为，现实生活中，绝对不会有像兔子般因为贪睡而输给乌龟。长大后渐渐发现：其实有成就的人，不是靠能力而是靠努力。

有些人的成就，是你的十倍、百倍、千倍、万倍。不是他比你更聪明，而是他比你更努力！

我们也许为过去的生活付出过辛勤的努力，但这远远不够。因为我们追求的目标不是“一般”，也不是“足够好”，我们的目标是更好、更卓越，以至伟大。况且竞争如此激烈，过去的努力根本不足以抵挡未来的挑战。

要想成为永远的强者，只有坚持不懈地努力；

要想获得更高的成就，只有加倍努力！

那么，你还等什么呢？

感谢您对本书的关注，希望本书能对您的事业和人生有所裨益。

赖新元

2007 年秋于北京

第一章 学习的脚步不能稍有停歇	1
每一份工作都得来不易	1
生活的不幸大多咎在自身	4
唯有努力才能拯救自己	7
少壮不努力,老大徒伤悲	12
从现在开始一点也不晚	16
第二章 职场没有免费的午餐	21
好工作不是找出来的,而是干出来的	21
你是不会干,还是不愿干	25
要么努力,要么走人	30
贪睡的狐狸抓不着鸡	34
升职从“升值”开始	38
努力不止,回报无穷	42
第三章 不努力就会被替代	49
不是工作需要你,而是你需要工作	49

仅有聪明是不行的	53
资格老,努力也不可少	56
有能力不努力,同样没有竞争力	60
如果能力有限,就让努力无限	64

第四章 只要努力就有机会 69

每份工作都是一份机会	69
“缺少机会”往往是原谅自己的借口	74
化抱怨为抱负	78
把危机变为转机	82
默默付出同样有机会	86
无需怪罪机会不公,公道自在人心	90

第五章 用行动见证努力 93

只想不做,终归是黄粱一梦	93
努力尝试吧,不试哪知行不行	97
用行动贯彻决心	102
一分钟都不能耽误	105
努力不是做给别人看的	109

第六章 努力就是不轻言放弃 113

艰难困苦,玉汝以成	113
胜利往往在再坚持一下的努力中	120

闯过去,外面是一片天	123
向前走,别再看那个让你摔倒的坑	127
坚韧是成功路上的加油站	132
有时候,只需每试一次	137
第七章 努力把工作做得更好	145
别让潜能永久的沉睡	148
追求的脚步永不停歇	153
“绝不可能?”只要努力就“绝对有可能”	157
事事追求出色	162
第八章 让努力与智慧同行	167
做事不由东,累死也无功	167
方向比速度更重要	171
“老黄牛”也要插上绩效的翅膀	176
忙碌不盲目	179
正大光明地表现自己的努力	181

第一章 学习的脚步不能稍有停歇

每一份工作都得来之不易

你的工作来之不易，一定要好好珍惜，好好努力。
不要等到失去时才懊悔，就已经晚了。

曾经在媒体上看见过这样一则消息：某市一家大型超市开张招聘450名营业员，结果从招聘的当天凌晨两点起，就有求职者开始排队，队伍越来越长，浩浩荡荡足有一公里。后来据说，当天就有超过5万名求职者前去应聘。

这样的消息当然不是仅此一家，我们耳闻目睹的实在太多。

看了这些消息，给我们最大的震撼就是：

在今天，找一份工作确实越来越难了。

或许你会说，找工作难是因为学历低的缘故。那是不是拥有了一

定的学历就能轻易找到一份工作呢?

我们不妨先来看看大学毕业生的就业情况。

当前,我国每年有数百万大学毕业生被拥着“赶”进不算太大的就业市场。从2003年的212万到2004年的280万,再到2005年的338万。据教育部门统计,2005年将近80万名高校毕业生面临毕业即待业的窘境。严峻的就业形势逼得莘莘学子早早就展开了求职攻势,他们奔波在学校、社会组织各种供需见面会上,期望能找到一份心仪的工作。让我们来看看下面几个例子:

刘某,北京人,计算机网络技术专业的专科毕业生。2006年2月底他在中国国际展览中心北京人才大市场招聘会上忙碌了一天,投了20多份简历,后来没有一个单位通知他面试。

祁某是武汉一大学的计算机专业研究生。谈起将近4个月来的求职经历,他感慨万分。他说,去年11月初,武汉市首届2007年毕业生供需见面会在位于武昌的洪山体育馆举行。当时的情况他只记得用“水泄不通”来形容。身材高大的祁某费尽千辛万苦才从人缝里塞进2份简历,一份是武汉众友,一份是湖北移动。“考官们”都表示会尽快给他回复,这让祁某带着几分喜悦离开了招聘会。此后一个星期,祁某天天等着有人打电话来通知他面试,但他却等了个空。

.....

这样的事例我都实在不忍心再举不去。在就业形势越来越严峻的今天，“毕业即失业”早已不是新鲜事，而是活生生的残酷现实。不管你的父母为你读大学付出了多少心血，作出了多大牺牲，你仍然必须要面对毕业即可能“失业”的窘境。

所以，如果你拥有了一份工作，真的是很幸运。但是，工作中没有“铁饭碗”，拥有了一份工作你还要懂得珍惜这份工作，这才是最为重要的。

随着经济的发展，企业之间占有市场领地的竞争日趋激烈，高学历、高能力的人才大批涌入社会，“能者上，平者让，庸者下”的理念，越来越被人们所接受。各行各业的在职人员倘若不称职，随时会有失业的可能。

要想不失业，惟一的办法就是珍惜自己现在拥有的工作，不断地努力学习，不断地提高自己的技能。只有这样，你才有可能在以后的竞争中立于不败之地，才能更好地发展自己的事业。“今天我努力工作”，这不仅是一名员工对待工作的态度，更是减少后顾之忧，拓宽未来之路的最佳手段。

试想我们不去努力工作、学习，试想我们下岗甚至失业后的情况，那时我们不再有年龄的优势，不再有蓬勃的朝气，更不具备高学历、高能力，我们如何就业、如何生存！到那时我们面临的将不再是单纯的努力找工作，还要努力适应新的行业，努力面对一系列的社会难题。

现在，很多企事业单位甚至部门都在单位的墙壁上贴着“今天工作不努力，明天努力找工作”的标语，聪明的人把它牢牢记在心里，并付诸行动。今天不努力工作是容易做得到的，明天努力找工作

却是很难做得到。与其明天努力找工作，不如今天好好努力工作。

努力工作就是成全自己，工作要有责任感、使命感，更要有危机感，压力感。努力工作的关键就是要珍惜自己的岗位，力争把自己锻炼成岗位能手。

遗憾的是，很多人工作时候不努力，总是在失业之后才恍然大悟，在找工作的艰难中才想到自己以前应该好好工作，但是，这为时已晚。更可悲的是，很多人就这样“今天工作不努力，明天努力找工作”地重复着，而且他们很少认为是自己错了，却更多地责怪公司和领导。

今天的年轻人要有一种忧患意识和危机意识，好好珍惜自己现在拥有的工作，在工作岗位上精心谋事、潜心干事、专心做事，把心思集中在“立志干一番事业”上，把本领用在自己的本职工作上。

今天工作不努力，明天必定要去努力找工作。珍惜你现在的工作吧，即便是为了生存。

生活的不幸大多咎在自身

生活、工作中大部分的不幸其实都是咎由自取。只是，人们总是难以意识到这一点。所以，不幸的人、不幸的事总在不断发生着。

有一个出租车司机看到自己前后都是高档车，感叹道：“唉，

为什么别人那么有钱，我的钱这么难赚？”

有人问他：“你认为世上有什么钱是好赚的？”他答不出来，过了半晌才说：“好像别人的钱都比较好赚。”

其实任何一个成功者都历尽艰辛。我们实在不该抱怨命运和他人。

美国作家米勒说：“我们每天都创造自己的命运……大部分的不幸可以直接归咎于自己的行为。”的确，人会遭遇种种问题与不幸，但多半是咎由自取，虽然这是不争的事实，许多人却老想怪罪别人。除非认清自己才是始作俑者，否则将不断为自己的行为付出代价。

格瑞是美国一家大公司的部门负责人，同时也是一个足球迷。在一届欧洲杯足球赛期间，为了看球，他总是每天急匆匆地处理完手中的事情，便偷偷离开办公室，找一个有电视的房间欣赏球赛。

半个月后的一天下午，他赶回自己的办公室，蓦然，他被桌子上的一张纸条惊呆了，那上面写道：“格瑞先生，既然你喜欢足球胜过努力工作，我看你还是回家尽情地去欣赏好了。”签名是公司老板威廉·斯通。

中年失职的格瑞后来又辗转应聘了几家公司，但始终未能找到适合自己的位置，接替格瑞职务的是他的同事德克。当时，德克无论是工作经验还是办事能力都明显地逊色于格瑞。

15年后，德克成了拥有30万名员工、子公司遍布

50 多个国家的大集团总裁。有一次，德克结束了在耶鲁大学的一场颇为轰动的讲演，被人流簇拥着走到大厅门口时，他意外地遇到了穷困潦倒的格瑞。格瑞黯然慨叹：“一切都是命运啊！”德克轻轻地摇摇头，坚定地补充道：“也许是命运，但命运是握在自己手中的……”

故事中的德克和格瑞的不同人生境遇告诉我们，命运看起来是琢磨不定，似有似无，但命运其实是握在自己手中的。

当你遇到任何困境，最好先责怪自己。生活或工作出问题，自己是祸首，因为那些问题都是你制造的，选择与它们为伍的也是你。一位充满智慧的人说：“人生最大的麻烦制造者，就是每天早上你在镜子里看到的那个化妆或刮胡子的人。”你现在面对的问题，都是你过去的决定或行为所致。

因为，现在是过去的一面镜子。如果你过去很努力的话，它就能把你过去的努力一一地反映出来。要是你过去处处偷工减料，那现在就什么也显现不出来了。换句话说，如果你现在觉得满足，那并不表示你现在做的很正确，正确的是你过去做的。

我们一生的所作所为，都会得到某些报应，有时还会遇到加倍奉还的情形。只是由于那些报应不一定马上出现，因此有些人很难把自己目前的处境与以前的行为联系在一起，所以一旦出现不幸，就很容易像上面故事中的格瑞那样去怪罪命运，或者怪罪别人。

在职场上，你一定听到过这些话：

“都是主管不会安排，却连累我们挨骂；

小张水平太差，不然，我们早就把那个方案设计好了；

来自市场部的信息并不完全可靠，而且生产部的造价也超出了其他厂家，所以我们销售部的工作才无法顺利开展下去……”

怪罪别人，于事无补。虽然把错怪到别人头上省事多了，将来却得不到实质的好处。拒绝承认事实，不能改善生活。把自己的责任推卸到其他的人、事、物身上，并不能解决太多问题，别人也帮不上忙。问题能否化解，取决于我们是否愿意承担过失，采取行动。

要改善生活缺失，就必须努力采取行动。在许多情况下，责怪别人是很危险的做法。假设你在旅行途中撞见一头灰熊，这时如果还站在原地想着是谁害了你，就是白痴的举动，赶紧设法脱身才是聪明的反应。事后若要追究责任，就怪你自作自受吧。

当你不再把自己的问题推到别人头上，就能掌握自己的生活。生活发生各种问题，应该自己负责，严于律己，宽以待人，才能彻底找出个人问题的形成原因。

再不要做个悲观的宿命论者，记住：人的命，自己定。要想走出生活的不幸，怨天怨地怨别人都没有用，唯有自己努力。

唯有努力才能拯救自己

不要凡事都依靠别人，在这个世界上，最能让你依靠的人是你自己；能拯救你的人，也只能是你自己。

一只小蜗牛问妈妈：为什么我们从生下来，就要背负这个又硬又重的壳呢？妈妈：因为我们的身体没有骨骼的支撑，只能爬，又爬不快。所以要这个壳的保护！小蜗牛：毛虫姐姐没有骨头，也爬不快，为什么她却不用背这个又硬又重的壳呢？妈妈：因为毛虫姐姐能变成蝴蝶，天空会保护她啊。小蜗牛：可是蚯蚓弟弟也没骨头爬不快，也不会变成蝴蝶，他为什么也不背这个又硬又重的壳呢？妈妈：因为蚯蚓弟弟会钻土，大地会保护他啊。小蜗牛哭了起来：“我们好可怜，天空不保护，大地也不保护。”蜗牛妈妈安慰他：“所以我们有壳啊！我们不靠天不靠地，我们靠自己。”

做人也是如此。若想取得任何事业的成功，都必须依靠自己的不懈努力。如果把自己的成功寄希望于别人身上，你也许永远也品味不到成功的甘甜。

有则佛教故事说：

春天的时候，小沙弥问老方丈：“究竟如何入禅呢？我从哪里入手呢？”老方丈默默无语，只是在禅房门前的土壤里埋了一粒夜来香的种子。

初夏的时候，小沙弥问老方丈：“我天天苦读经书，怎么没见有一点儿进步呢？”老方丈用手指了指门外的

夜来香——那粒种子已经破土而出，萌发了嫩绿的芽儿。

盛夏的时候，小沙弥问老方丈：“烈日酷暑，蚊虫纷扰，我究竟怎么才能入静、入心呢？”

老方丈一言不发，用手指了指门外的夜来香——烈日下，风尘里，夜来香牵拉着枝叶，萎缩着蓓蕾，静静面对现实、默默地积蓄着生机。

很快地，夏天就过去了，小沙弥心灰意冷，对佛教失去信心，认为自己不可能再开悟了，准备再见老方丈一次，如果还得不到点化，就下山还俗。这天夜里，他迈着沉重的脚步来到老方丈的禅房，非常气馁地说：“我太愚钝了，辜负了师父的栽培，辜负了那些经书，这么长时间都没悟到半点禅机，请方丈开恩，点化我一下吧。如果不再长进，我就下山……”老方丈关切地看了看小沙弥，用平静的口气说：“你能来找我，能多次来讨教，就说明你是有心之人，我看你长进不小，颇具慧根了。再说，无论遇到什么事情，不能总指望别人，得靠自己。”“怎么靠自己呢？”小沙弥茫然的自言道。老方丈点亮门外的灯，领小沙弥走出房门，来到那棵早已生长得郁郁葱葱的夜来香前。小沙弥显然很惊讶，脱口说道：“真好看！它怎么都是夜里开花呢？而且下部枝杈上已经有黑色的种粒了！”“从春天播下种子，到目前的繁花似锦，从来没人问过它的事，它就在日月轮回、风风雨雨里自个成长起来，而且都是在夜里默默无闻地开花吐蕊……”小沙弥若有所思地笑了，对老方丈说：