

工作满意的秘密，就是能够看到“超越日常工作以外的东西”



羚羊 为什么奔跑

重新找回工作中的动力和激情

在草原上，成为强者惟有奔跑！

在职场中，成就梦想惟有工作！

可是有一天，如果你找不到继续工作和奔跑的理由，那该怎么办？

答案，就隐藏在这个古老而有趣的故事里——



北京邮电大学出版社
www.buptpress.com



工作满意的秘密，就是能够看到“超越日常工作以外的东西”



羚羊 为什么奔跑

重新找回工作中的动力和激情

曙光/著



北京邮电大学出版社
www.buptpress.com

图书在版编目 (CIP) 数据

羚羊为什么奔跑/曙光著.—北京:北京邮电大学出版社,2006

ISBN 7-5635-1387-6

I. 羚… II. 曙… 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(2006) 第 147985 号

书 名: 羚羊为什么奔跑

作 者: 曙光

责任编辑: 莫丽芸

出版发行: 北京邮电大学出版社

社 址: 北京市海淀区西土城路 10 号(100876)

北方营销中心: 电话: 010-62282185 传真: 010-62283578

南方营销中心: 电话: 010-62282902 传真: 010-62282735

E - mail: publish@bupt.edu.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京市昌平北七家印刷厂

开 本: 880×1230 mm 1/32

印 张: 4.25

字 数: 78 千字

版 次: 2006 年 12 月第 1 版 2006 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 7-5635-1387-6/G·274

定价: 16.50 元

·如有印装质量问题,请与北京邮电大学出版社营销中心联系·

内容简介

乔云峰的娓娓道来，使我们熟悉了那个关于羚羊和寻找的故事。一段小羚羊寻找奔跑动力的旅程，让我们理解了工作的意义，以及如何快乐而努力地工作。

在鲜活的寓言、真实的案例中，我们发现了阻碍工作进步的各种路障，重新明确工作的重要意义，同时强化了自身的内驱力，找到工作的动力、事业的出路和人生的希望。

“奔跑起来吧，像羚羊们一样！”这是乔云峰的口号，也是激发每个人前进的冲锋号。

奔跑会使你自信，带领你向现实挑战，主动发现和改进工作中的问题，使你越来越喜欢自己的工作或者任务。同时，你也会因此而投资自己、锻炼自己，获得自我的提升。

工作满意的秘密，就是能够看到“超越日常工作以外的东西”。一旦你心情愉悦地全身心投入，本来乏味无比的事情会变得妙趣横生——这正是工作的本质所在。

欢迎投稿：ckocoo@263.net

宝利嘉文库：中西合璧的本土化管理利器

宝利嘉智库：关注人的成长与成功

宝利嘉译库：传播全球化智慧的汉译精品

中国思库网：中国企业和经理人的知识库

如需了解详情，请访问“中国思库”网站

<http://www.ckocoo.com>





草原·羚羊·奔跑

没错，这是一则关于工作的寓言。

你也许看过了 N 多关于工作的图书，也听过了 N 种关于工作的论调。那么，在你的眼里，工作究竟是什么呢？或者说，你目前工作的动力在哪儿呢？

这个问题，说简单其实很简单，说复杂其实也令人困惑。也许，不同的人会有不同的答案。看看我身边的人是如何回答的。

刚参加工作不久的小李这样说：“目前，我工作的意义就是努力赚钱养活自己。工作的动力是能够维持基本的生活，同时能够在初入职场时学到点新东西。但是，我发现这个理由其实并不充分，它并不能让我持久地保持良好的工作状态。有时候我很迷茫，一直试图寻找一种更好的工作动力，但还是一无所获。”

从外地来北京工作 5 年的王姐，面临着同样的困扰：“工作还有动力吗？……生活？现在的生活不愁



Foreword



吃穿，对于我这样的工薪族已经足够了……房子？对于我这个北漂，那可是一件遥远的事。按照目前房价的趋势，兴许就是干一辈子也买不起一幢房，干脆也暂时别去想它了……兴趣？日复一日的工作，哪里还有什么兴趣可言？”

……

在各种形形色色的答案中，我的朋友乔云峰的回答，最让我眼前一亮。

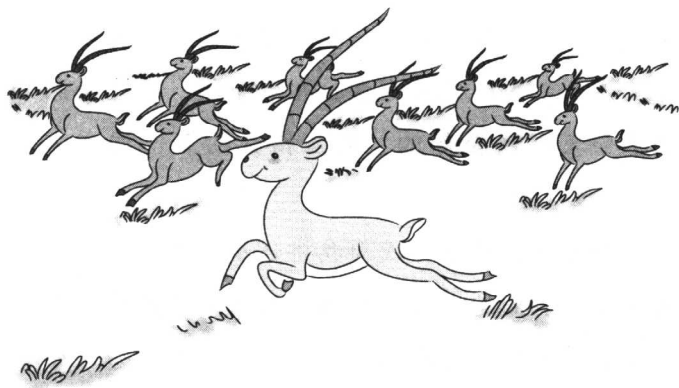
他首先打了一个形象的比喻：“从某种意义上讲，企业是一片广阔的大草原，而我们就是草原上的羚羊或者其他什么动物，因此我们的工作就相当于在草原上奔跑。”

这种说法听起来倒是很新鲜，我让他接着往下说。

“然而，这片‘草原’只提供给我们赖以生存的资源，却从未教会我们奔跑的意义何在。于是你每天早晨醒来，把自己奉献给了野心，日复一日，为了薪酬和升职而奔跑。每一天或者每一年结束时，这种例



引言



行的工作带给你的只有身心的疲惫和倦怠！

“据说，在动物界有一个永恒的法则：**只有‘奔跑起来’的动物才能够生存**，也只有奔跑起来的动物才能够获得比同类更好的生存环境，不管你是主动攻击还是被别的动物攻击。

“‘**为自己奔跑**’是动物世界里永恒的法则，人类正是通过这一法则首先由低等动物变成了人。但当人逐渐摆脱生存的威胁后，却突然失去了继续‘奔跑’的动力，从而变得彷徨和不知所措。一方面，充满竞



Foreword



争和压力的环境，让我们喘不过气；另一方面，我们又看不清工作的意义究竟何在。于是，在内心深处迫切地需要一种全新的、更加持久的工作动力……”

那是乔云峰第一次向我讲述他的故事，同时也是我第一次听到这个关于草原、羚羊和奔跑的故事。乔云峰这个家伙总是在感叹，这个故事给他带来了多么大的影响与改变。

事实上，也的确如此。

大约在一年前，乔云峰经常抱怨自己多么讨厌他所在的公司和所做的工作：

“我只是在这里混时间，然后等着找下一份工作而已。”他总是这样自嘲。实际上，在此之前他已经换过好几份工作，但每次都是这样，做不到三个月他就厌倦了。

对于他来说，天天去上班简直就是一种酷刑，他也许就是在那里盯着时钟，看着它缓慢无比地拖过长



引言



长的8个小时。后来，他实在无法忍受这种日子的“折磨”，干脆辞去了这份工作，一个人背着旅行包去了可可西里。

当我们再次见面的时候，我简直无法相信眼前这个容光焕发的人就是他。乔云峰一见到我，就迫不及待地说起那只神奇的、充满智慧的“羚羊”。

“谁能想到呢？”乔云峰瞪大眼睛、一副难以置信的表情，“一个故事居然成为了我人生的一个转折！”

如今的乔云峰，不仅对工作充满了热情，并且这种热情是持久的。他把自己的才华和创造力发挥得淋漓尽致，很快在事业上取得了突出的成就，并从中享受到了前所未有的喜悦。熟悉他的人都惊讶于他的改变，乔云峰于是逢人便讲起那只羚羊。

现在，这只羚羊的故事，也渐渐在我的同事和朋友中间流传开来。那种从内心深处热爱奔跑、积极工作的羚羊形象，早已深入人心。于是，现在我所看到的人们，经常互相鼓励说：



Foreword



“从今天起，不要再像驴子一样碌碌无为了，去做一只快乐奔跑的羚羊吧！”

当乔云峰在可可西里第一次听到了那只羚羊的故事时，他不知道，多少年来，羚羊的故事在草原上早已广为流传。当然，在这个故事里，除了羚羊还可以看到庸庸碌碌的驴子、五条狗的团队、被困在笼子里的猎豹，以及那片一望无垠的大草原……

如果听完了这个故事，你的内心能够掀起巨大的波澜，或者你的工作态度正发生类似的变化，那么恭喜你已经懂得了“羚羊为什么奔跑”的原因。

也许，从此以后，你的职场生涯、你的人生轨迹都将会变得与众不同……

序言

爱工作，爱奔跑

在本书的主角——那只神奇的羚羊正式出场之前，也许下面这个故事能带给我们一点启发：

非洲的某个土著部落，迎来了美国的旅游观光团。部落里的人，虽然还没有什么市场观念，可是面对这样的一个赚钱机会，自然是不会放过的。

部落中有一位老人，正悠闲地坐在一棵大树下面，一边乘凉，一边编织草帽。编织好的草帽他会放在身前，供游客们挑选和购买。他编织的草帽，造型非常别致，颜色搭配也非常巧妙。游客们纷纷驻足围观，并开始掏钱购买。

这时候，一个精明的商人看到了老人编织的草帽，脑子里立刻盘算开了，他想：这样特别的草帽如果运到美国去，一定能卖上个好价钱，至少能获得10倍的利润吧。想到这儿，他就不由得激动地对老人说：“老人家，这样的草帽多少钱一顶啊？”

“10块钱一顶。”老人冲他微微一笑，继续编织着自己的草帽。他那种闲适的神态，真让人觉得他不



Foreword



是在工作，而是在享受。

“天哪，如果我买 10 万顶草帽回到国内去销售的话，一定会发大财的。”商人欣喜若狂，为自己天才的头脑沾沾自喜。

商人接着问：“老人家，假如我在你这里定制 10 万顶草帽的话，你每顶草帽给我优惠多少钱啊？”

他本以为老人一定会高兴万分，可老人却皱着眉头说：“这样啊……那就要 20 元一顶了。”





序言



商人顿时傻了眼，不由得冲着老人大叫：“为什么？”

老人给出了他的道理：“在这棵阴凉的大树下，没有负担地编着草帽，对我来说是一种享受。可是如果要编织 10 万顶草帽，我就不得不夜以继日地工作，不仅疲惫劳累，还有了精神负担，难道你不该为此多支付我点钱吗？”

正如老人所言，当劳动不能成为一种享受，而变成一种循环往复的单调行为，确实会令人感到乏味。而只有真正热爱工作的人，才是真正幸福的人。

这也许就是问题的症结所在。如果你只是把目光停留在工作本身，那么即使你从事的是最喜欢的工作，也依然无法持久地保持对工作的热情。如果在拟定合同时，你想的是一个几百万的订单，在搜集资料、撰写标书时，你想到的是招标会上的夺冠，那么，你还会认为自己的工作是一百无聊赖、枯燥无味吗？

因此，尽管我们不得不为了特定的利益而奔走忙碌，但是“为什么而工作”却是你我必须用心思考的



一个问题。

凤凰卫视著名主持人陈鲁豫觉得，自己工作起来特别有激情，就像是在谈恋爱：“我干事情非常认真、努力。别看我外表平静，其实我是一个内心很有激情的人。只要是我喜欢做的事情，我会不惜余力去做好，那种感觉就像是谈恋爱，很幸福地投入和享受。”

工作满意的秘密之一，就是能够“看到超越日常工作以外的东西”。一旦心情愉快起来，你自然就会全身心地投入。本来觉得乏味无比的事情，也会变得妙趣横生。而这正是工作的本质所在。

我们不应该仅仅把工作视作取得面包、时装和房子的一种讨厌的“需要”，或者一种无可避免的苦役，而应该把工作当作一个锻炼能力的手段，一个训练和建造品格的学校。

很显然，具体的做法就是：**热爱你眼下的工作，正如羚羊热爱奔跑一样！**



引言 草原·羚羊·奔跑

序言 爱工作，爱奔跑

第1章

厌烦：不能忽视的职场常态

< 2 > 乔云峰的周末聚会

< 5 > 职场十大通病

< 11 > 你为什么而工作

第2章

压力：紧逼在你身后的猎豹

< 14 > 压力无处不在

< 18 > 你能将压力化为动力吗



Contents



第3章

< 22 > 压力也能创造奇迹

< 25 > 猎豹突然消失了

目标：继续奔跑的动力

< 28 > 羚羊们展开了一场讨论

< 33 > 富人为什么而工作

< 35 > 你需要新的目标

第4章

薪酬：晃荡在眼前的胡萝卜

< 40 > 那只忙碌的驴子

< 43 > 种类繁多的胡萝卜

< 46 > 比薪水更重要的东西



目 录



第 5 章

竞争：五只拉雪橇的狗

< 50 > 满足现状会使你停滞不前

< 55 > 嫉妒是一根毒草

< 60 > 保持健康的竞争心态

第 6 章

危机意识：渐渐消失的奶酪

< 66 > 把跑鞋挂在脖子上

< 70 > 不要等奶酪消失后再奔跑

< 73 > 以奔跑的姿态去工作

第 7 章

内驱力：被关在笼子里的猎豹

< 78 > 羚羊与猎豹的对话