

RENSHENG GAOQIDIAN ZHUOYUE



RENSHENG SUZHI PEIYANG WENKU

JIN FANG
RENSHENG XIANJING



谨防人生陷阱

舒天 孙思忠 / 主编

河南大学出版社

B821
S642/16

306-308

12K-125

人生高起点：

卓越人生素质培养文库

舒天 孙思忠 主编

谨防人生陷阱

舒立天 编著

河南大学出版社

责任编辑:- 杨钧

图书在版编目 (CIP) 数据

人生高起点: 卓越人生素质培养文库/舒天, 孙思忠主编
——开封: 河南大学出版社, 2004. 4

ISBN 7-81018-470-9

I. 人… II. ①舒… ②孙… III. 人生哲学—青少年读物
IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 013765 号

人生高起点: 卓越人生素质培养文库

出版: 河南大学出版社

发行: 各地新华书店

印刷: 北京华创印务有限公司

开本: 850 × 1168 32 开

印张: 189 字数: 3360 千字

版次: 2005 年 12 月第 2 版

印次: 2005 年 12 月第 1 次印刷

书号: ISBN 7-81018-470-9/G · 188

定价: 708.00 元 (全 24 册)

编委会名单

主 编 舒 天 孙思忠

编 委 (以姓氏笔画为序)

万英慧	马江平	王 春	王帮英
天 戈	邓在虹	朱 泓	孙 浩
孙思忠	李培华	邱 冬	陈秋玲
张振忠	张伟华	张桂忠	扬宇澜
黄玉珍	舒 天	舒 畅	舒立天



PREFACE

前言

追求卓越是生命中最炽热的因子，渴望成功是人生最活跃的本能。因为，成功意味着生命的富足与健康，成功代表着人生的幸福与快乐。尽管生活从来不会让我们尽如人意，人生始终都是竞赛般的艰辛，但成功的梦想，从人生开始的那一刻，就在我们每个人的心里热得滚烫。

实现人生的成功，可以有无数种选择，可以有无数条路径，但都离不开人生的智慧。你可以勇敢地去追求，若是缺少了智慧，就只能是在空幻中作不切实际的劳作。你也可以不停地奋斗，若是没有智慧的支撑，就只能在无休止的烦恼中埋葬最初的热情。

人生的智慧在于对生命的思考，而成功的人生在于让智慧闪光。

成功人生的大智慧，是生活的哲理，是处世的艺术，是立身的学问，是生存的技巧，更是一把开启成功之门的金钥匙。

人生是个万花筒，每个人都以自己的方式，表现出独具个性的色彩与姿态。如果缺少了智慧，就会使自己的人生黯然失色。也许我们一次不理智的拖延，却错过了春天的季节；也许我们一次

不留神的冲动，却夭折了未成熟的果实；也许我们一次不聪明的放弃，却失去了与成功牵手的机会。因此，感悟成功人生的经验，激活自我的智慧能量，可以使我们的人生少走些弯路，少犯些错误，更快些与阳光拥抱，与成功交汇。

人生的智慧丰富多彩，成功的方法许许多多。如果你想把握住未来的人生，那末，善于学习、善于思索，就会裨益多多。这套《人生高起点：卓越人生素质培养文库》，将精彩的人生哲理、实用的人生途径、最有说服力的人生经验，尽收囊中，送给广大读者，目的就是启迪读者对人生的思索，引发读者对生活的感悟，让读者在智慧的海洋中，找到自己的成功之路。

青年时期，是人生的黄金时期。

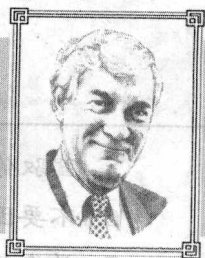
《人生高起点：卓越人生素质培养文库》，是专为青年读者量身订制的。它集中展示了当代成功人生智慧的精华，浓缩了专家学者近年来对生命价值和人生意义的主要研究成果，逐一介绍了适合青年读者的人生奋斗方向，概括了鲜活灵动的人生成功要义，创新地总结了卓越人生的成功方法。可以说是一部极具启迪意义和极富可读性的成功励志读物。编写这套文库的目的只有一个：希望每个人的生活有品味、高质量，希望每个人的生活如花儿般的幸福，如诗一样美丽。

人生不可缺少智慧，智慧创造新的人生。

愿以此书与广大青年读者朋友共勉。

目 录

CONTENTS



一、别让自我优势遮住了双眼

1. 谁也不可能生活在孤岛之中 (2)
2. 在与其他人的合作中发展自己 (7)
3. 尊重他人才会赢得他人的尊重 (11)
4. 让每个人都觉得他自己很重要 (15)
5. 别总是觉得自己比别人高明 (17)
6. 嫉妒是腐蚀人际关系的毒瘤 (20)
7. 融入集体才能发挥出自己的力量 (23)
8. 在良好的人际关系中播种成功 (26)

二、别让空幻欲望夺去了快乐

1. 时时展现自己快乐的面孔 (30)
2. 少些欲望就会多增加快乐 (34)
3. 学会给自己注入快乐的激素 (38)
4. 正确地使用金钱也可以为你带来
幸福 (43)

CONTENTS

- 5. 驾驭你的情绪即可获得快乐与幸福 (46)
- 6. 不要因羡慕别人而增加自己的烦恼 (47)
- 7. 学会遗忘过去的痛苦 (50)
- 8. 面对痛苦也没有理由放弃追求快乐
 权利 (53)

三、别让消极情绪毁掉了人生

- 1. 情绪化：困扰现代人的通病 (58)
- 2. 别让消极情绪打败你 (60)
- 3. “今天，我要学会控制情绪” (63)
- 4. 化消极为积极，摆脱抑郁情绪 (67)
- 5. 将焦虑和忧郁转化为进取的动力 (73)
- 6. 学会为自己选择无害的发泄方式 (74)
- 7. 看开一切，快乐地面对人生 (77)

四、别让弱者心态扼杀了斗志

- 1. 尽显优势，做一个最好的你 (80)
- 2. 劣势之中往往包含着优势的种子 (82)
- 3. 成功来自于对自己强项的极致发挥 (86)
- 4. 心灵的强大方能造就真正的强者 (89)

CONTENTS

- (061) 5. 磨炼成功者所必备的刚毅性格 (91)
- (56) 6. 强者的天地是用信念之柱撑起来的 (93)
- (064) 7. 斗志昂扬：永不屈服的强者本色 (98)
- (021) 8. 困难和阻碍是强者的天赐恩人 (102)
- (42) 9. 强者永远支配和主宰自己的命运 (106)
- (821) 10. 苦难是检验强者与弱者的试金石 (108)

五、不要因迷信运气而迷失了自我

- (001) 1. 人生的路只有靠自己走去 (112)
- (00) 2. 惟有自己才是自身命运的仲裁者 (114)
- (201) 3. 不相信好运气，也不在乎坏运气 (119)
- (17) 4. 不要做一个没有自己的主见的人 (123)
- (271) 5. 努力培养自救的能力 (124)
- (971) 6. 避免被人欺负，只有靠自己 (126)
- (581) 7. 用拼命的精神征服繁重的工作 (128)
- (081) 8. 换个途径再努力一次 (131)
- (081) 9. 永远不要放弃最后的努力 (132)

六、别让生活贫穷禁锢了精神

- (101) 1. 正视贫穷，积极追求富有 (136)

CONTENTS

- (19) 2. 贫困是个人奋斗的起跑线 (139)
- (19) 3. 把贫穷当作意志的磨刀石 (142)
- (89) 4. 高尚的品质比什么都贵重 (146)
- (50) 5. 金钱只是达到目的的工具 (150)
- (00) 6. 别让金钱牵着你的鼻子走 (154)
- (80) 7. 别让金钱给你带来烦恼 (158)
8. 战胜贫困是你的责任和义务 (160)

七、别让生理缺陷阻挡了追求

- (511) 失去与自尊的较量 1
- (411) 1. 生命的美丽在于希望和追求 (166)
- (911) 2. 换个角度，你就会发现生活之美 (168)
- (851) 3. 美的神奇力量来自于心灵深处 (171)
- (451) 4. 内在的美永远不会衰竭 (175)
- (951) 5. 愈自然，就愈能散发出美的魅力 (179)
- (851) 6. 不断完善自我的美丽人性 (182)
- (151) 7. 美与丑之间没有一条绝对的界限 (186)
- (951) 8. 纳悦自己，丑也能转化为美 (189)
9. 世间一切完美都是有缺憾的 (191)

CONTENTS

八、别让拖延恶习使自己远离成功

1. 办事拖延，失去工作 (196)
2. 为什么你不能立即行动 (196)
3. 不要用拖延挥霍自己的生命 (201)
4. 你是否具有不良的拖延习性 (204)
5. 立即行动：战胜拖延的实用法则 (206)
6. 最大限度地利用你的一切时间 (210)

九、别让挫折失败吓倒了自己

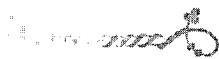
1. 失败与成功永远风雨同行 (214)
2. 挫折和失败是成功的先导 (216)
3. 害怕失败是注定失败的可怕心态 (219)
4. 找出失败原因：走向成功的保证 (220)
5. 学会摆脱失望，恢复必胜的斗志 (223)
6. 战胜导致失败的心理大敌：“我不能” ... (225)
7. 做命运的主宰，在艰难中寻找突破 ... (227)

别让自我优势遮住了双眼





谨防人生陷阱



1. 谁也不可能生活在孤岛之中

一枝独秀不是春，万紫千红方是春满园。在需要群策群力的事业中，只有众志成城才能取得最后的胜利。

某日，老虎和猴子一块儿聊天。

老虎对猴子说：“听说人类是你们猴子变的，但我劝你千万别变成人。”

“为什么？”猴子很诧异，“人的衣食住行，样样比我们强。”

“真是笑话，”老虎大吼了一声，“他们哪一样比得上我？”

“先说吃吧，他们吃生的怕拉肚子，只吃肉又嫌油腻，吃少了营养不良，吃多了又怕发胖。”

“对！对！人类的‘食’真的不如你。”猴子服气地说，“那么衣呢？”

“那是因为他们天生光溜溜的，没有衣服一定会冻死。”老虎笑着说。

“太有道理了，”猴子忍不住鼓起掌来，“但是人类有自己的房子啊！”

“他们的水泥洞，几十家用一个大门，有什么好的。”老虎接着说，“举个例子吧，只听说人类大楼失火，一死就是几十人，总没见过森林大火，老虎被烧死在洞里吧？”

一、别让自我优势遮住了双眼





“还是你们老虎高明，”猴子说，“但是，没见过你们老虎开汽车呀？”

“那是因为人类体质差，跑不快，又走不远，才不得不开车的。而且，机器出故障不能开，油用完了不能开，路况不好也不能开。”

“对，对……”猴子一连说了几十个对。但就在这时候，远处突然传来砰砰的枪声。

“糟了，人来了，我得跑了。”老虎一溜烟儿跑进了森林深处。

“喂！”猴子大声喊道，“你不是说人类不如你吗？”

“但是，他们懂得守望相助，团结合作啊。”老虎的声音隐约传来。

剑桥教授威廉·伯恩巴克常说：人生活在社会之中，没有完美，没有最佳，所以人需要合作。一棵树木再高大，也庇护不了整个土地。只有所有的树木都长成参天大树，才会带给森林雄壮。真正的成功人士是那些懂得最大限度发挥利用别人才华的人。

对于我们生存的这一世界来说，人是最宝贵的。对于生存于世的每一个个体来讲，人也是最重要的。只要你生存在这一世界上，不管你愿意与否，你都必须同人打交道，如今再没有人能够到森林、山洞去隐居，去忍受鲁滨孙式的孤独生活。为了让自己的努力换来更大的成功，我们离不开社会环境，离不开周围的人。

世上最富足的商人，不一定是工作最勤奋的商人；最受欢迎的教授，也不一定是最有学问的教授；最招人喜

一、别让自己优势遮住了双眼





谨防人生陷阱



欢的姑娘，不一定就是最漂亮美丽的姑娘……但所有这些成功的人都有一个共同的特性——他们都懂得如何有效地同别人打交道。我们中有些人在这方面有可贵的直觉，他们学到了这方面的技能。人们应当懂得如何去影响别人的思维方式，也许任何事情的失败，常常都可以归结为与他人打交道的失败。

在现实中，我们经常看到类似的现象：

一位工作出色的机修工，却最先被老板解雇了。

一位在班上成绩并不算得上最好，表现也并不怎么样的学生，毕业后却比别人找的工作好，干得也更出色。

一位在部门工作最辛苦的职员，却没有签订延期的合同。

……

当然，我们无法用几个字或一句话来解释这些现象，但有一点，这些人的个性以及他们把握别人的能力肯定与别人有所差别。有效的人际关系，应该基于一种有效的相互作用。这种相互作用，不应当失去平衡，以至于让一个软弱的人听任别人把他当作逆来顺受的羔羊加以利用，或者让一个专横的人以独裁者的性格把自己的方式强加给别人。

让我们看一项有趣研究吧。这项研究表明，在工作中获得成功所要求的技能，85%是基于个性，只有15%是因为技术和训练。任何人际关系，无论是私人交往，还是业务关系，如果它是以成年人的那种互利的观念来支配的话，对双方来说只会有益。你为别人提供急需的东西，人



家也会满足你的需求。

为了说明上述原则，让我们看看迈克尔的例子吧。

迈克尔是一位青年演员，刚刚在电视上崭露头角。他英俊潇洒，很有天赋，演技也很好，开始扮演小配角，现在已成为主要角色演员。从职业上看，他需要有人为他包装和宣传以扩大名声。因此他需要有一个公共关系公司为他在各种报纸杂志上刊登他的照片和有关他的文章，增加他的知名度。不过，要建立这样的公司，迈克尔拿不出那么多钱来，聘用高级雇员以及其他开销等。偶然的一次机会，他遇上了莉莎。莉莎曾经在纽约一家最大的公共关系公司工作了好多年，她不仅熟知业务，而且也有较好的人缘。几个月前，她自己开办了一家公关公司，并最终希望能够打入非常有利可图的公共娱乐领域。到目前为止，一些比较出名的演员、歌手、夜总会的表演者都不愿同她合作，她的生意主要还只是靠一些小买卖和零售商店。俩人一拍即合，联合干了起来。迈克尔成为了她的代理人，而她则为他提供出头露面所需要的经费。他们的合作达到了最佳境界，迈克尔是一名英俊的演员，并正在时下的电视剧中出现，莉莎便让一些较有影响的报纸和杂志把眼睛盯在他身上。这样一来，她自己也变得出名了，并很快为一些有名望的人提供了社交娱乐服务，他们付给她很高的报酬。而迈克尔，不仅不必为自己的知名度花大笔的钱，而且随着名声的增长，也使自己在业务活动中处于一种更有利的地位。

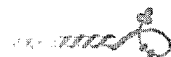
通过莉莎和迈克尔的相互合作与需要，我们可以看到

别让我优势遮住了双眼





谨防人生陷阱



这样一种格局：米歇尔需要求助于莉莎，获得为自己作宣传的开支；莉莎为了在她的业务中吸引名人，需要米歇尔作为自己的代理人。你看，他们互相满足了对方的需要。这一原则看来是如此的简单明了，双方的需要应得到同等满足。这个原则同样可运用于日常生活中。有效的人际关系，只有使相互间感情上的基本需要得到满足，才是行得通的。这些基本的感情需要是：

对工作成就的理解；

认可与欣赏；

友爱和安全感。

不过，我们也应当理解人的本性。在我们的心灵深处，人首先考虑到的是自己。尽管这听起来也许有些刺耳，但这种自我意识却是人类生存下来的理由。我们都说：“人人为我，我为人人。”如果我们走得离这种生存的自我意识太远，总是把别人的需要看得高于自己的需要而做出“牺牲”，总是否定自己的需要，那也就是否认了我们自身，使自己失去了作为一个有价值的人的意识。一旦我们达到这种自我否定的地步，我们就会在人际关系中面临极大的困难，并在通往成功的路上设置下重重障碍。

三个和尚在破庙里相遇。“这庙为什么荒废了？”不知是谁提出了问题。

“必是和尚不虔，所以菩萨不灵。”甲和尚说。

“必是和尚不勤，所以庙产不修。”乙和尚说。

“必是和尚不敬，所以香客不多。”丙和尚说。

三人争执不下，最后决定留下来各尽所能，看看谁能

一、别让自我优势遮住了双眼

