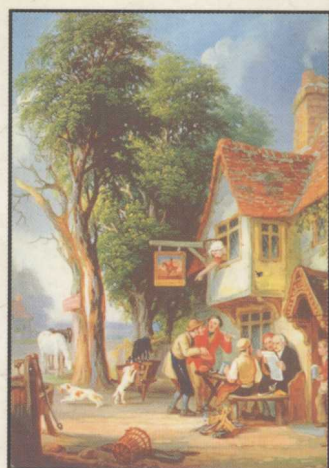
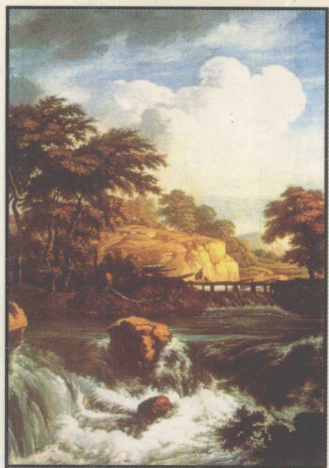




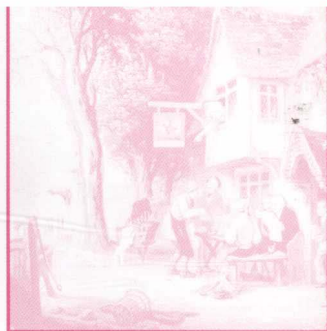
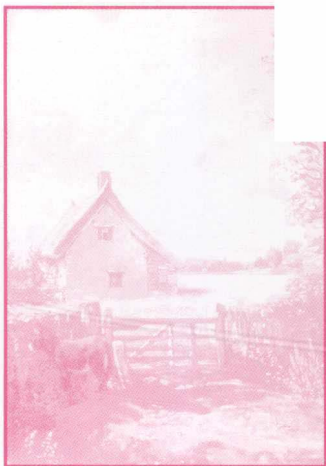
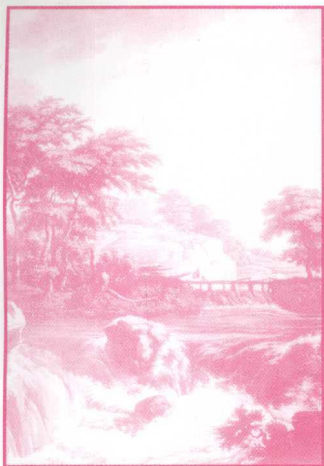
To know good everyday

每天感悟一点点

卢大振◎编著

从容的心态是一种至高的人生境界，一种面对荣誉、金钱、利益的达观与豁达。只有当心态有了从容而又不失进取的弦音，我们生存在这个社会才能左右逢源，许多棘手问题也便迎刃而解，许多人间的美景才能尽收眼底。

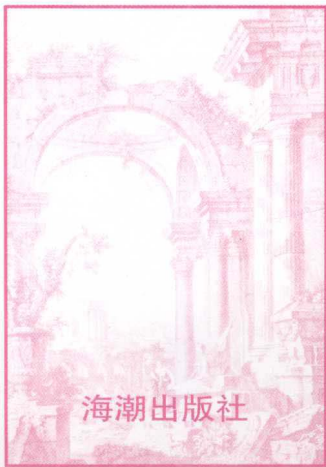
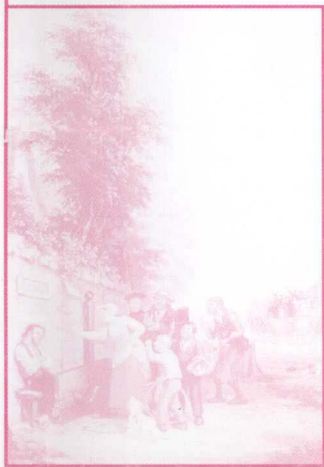




To know good everyday

每天感悟一点点

卢大振◎编著



海潮出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

每天感悟一点点 / 卢大振编著. —北京: 海潮出版社,
2005

ISBN 7-80151-973-6

I. 每... II. 卢... III. 青年修养-青年读物
IV. D432.63-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第018962号

每天感悟一点点

卢大振 编著

☆

海潮出版社出版发行 电话:(010)66969736

(北京市西三环中路19号 邮政编码100841)

中国电影出版社印刷厂印刷

开本:880×1230毫米 1/32 印张:9.375 字数:230千字

2005年7月第1版 2005年7月第1次印刷

印数:1-10000册

ISBN 7-80151-973-6/C·212

定价:22.80元



前言

烈日下，一老翁坐在岸边，两眼一动也不动地
盯着河面上的浮标，从日出到日落，依然两手空空，
老翁却怡然自得，乐在其中。老翁笑着说：“我即
鱼，鱼即我，我在钓鱼，鱼也在钓我，就像下棋，
我和鱼的耐力旗鼓相当，这才过瘾。”一顽童向水中
扔一块石头，一阵波纹飘荡过来，老翁曰：“起风
了。”人生就是一盘棋，美在投入，美在感悟。

爱迪生说：“不下决心培养思考习惯的人，便
失去了生活中的最大乐趣。”伽利略说：“感悟是人
类最大的快乐。”

诚然，感悟有着痛苦，那是对自己病态的剖析，
那是对自己的一场场革命，那是警醒自己时刻要跟
着时代走，时刻要追求意义又有价值的生活。但生
命如果不能够在忙碌的汗水中沉淀出意境，再壮观
的宣言也会与那飘飞的枯叶一样，万般无奈。

惟有感悟，才能让我们感觉到生命的凝重；惟
有感悟，才能让我们去关注生活中的真善美；惟有



感悟，才能让我们睁大眼睛，感受生活所赐予的一切都是世界上最奇妙的景象；惟有感悟，才能让我们坚信自己的目标和道路不是享乐、不是受苦，而是行动，每个明天都会比今天更前进一步……

有一首诗中说道：“我代表自己的喜怒哀乐/我代表自己的触觉、嗅觉和味觉……”留一点时间给自己，好好想想自己每天要做的事情。苏格拉底说，一个没有审视的生命是不值得活的。柏拉图更进一步说，内省是做人的责任。如果你过的日子，一点也不能够自如、自知，注定是要受到良心的最终拷问。

明天真的是新的一天吗？沉重的生活让我们失去了激情，对明天无奈的叹息赶跑了我们的感悟，到头来我们什么也没有。有了这样的情况，我们真的很悲哀了。没有了感悟，我们的灵魂何处安身？没有了感悟，我们怎样去追求去体现自身的价值呢？没有时间进行自己的感悟，没有时间开展自主的活动，日复一日、随波逐流地生活，该是多么可怕的事情！

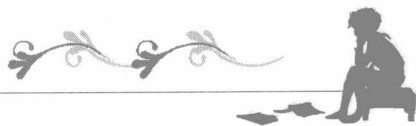
我们往往在行到水穷处，坐看闲云起的时候才开始面对人生，其实平日里也常问问自己几个问题：是我拥有什么？我应该为什么感到自豪？我怎样才



能充满活力？我怎样过好今天？……这些一点点积累起来的感悟就是一种进步，就是今天比昨天强，就是对现状有所突破。生命的每次感悟，往往都是一次机遇，树生陆地，蓬蓬勃勃；树变成船，也能劈波斩浪，随时调整自己的视角、心态甚至身份，也是成功的前提。打开心灵的窗户吧，每天感悟一点点，可以分解为自省，转化为自强，升华为创造。

多一份留意，多一份真爱，我们匆匆走过的岁月，正是为了用自己的微笑、善意和亲切、心血，去沉淀更多的美好。努力吧，每天感悟一点点。我们需要在深夜洞悉自己的灵魂，我们需要在新的一天来临之际调节好自己的心态和情绪。





目 录

没有信心就没有成功

“欲成霸业，必行霸道”，随波逐流、缺乏自信，是成不了大事的。

态度决定成就的高度	003
丢弃自卑的心态	009
不要让忧虑成为绊脚石	024
给自己来点信心	029

决不轻言放弃

成功的女神只钟情那些有着坚忍不拔的毅力，为达目的百折不回的人，放弃了，等于什么都没有做。

做事要善始善终	039
梅花香自苦寒来	047



决不投降 056

活着就没有失败 064

告别懒惰

事在人为，关键在于个“为”字，不做的話，永远不会成功。所以，懒惰虫不会有辉煌明天的。

别犹豫不决 085

拒绝空虚无聊 101

心态决定成败 105

失败没有借口 130

看到细节的力量

细节，代表了态度，象征着对完美的追求，它的力量，在关键时刻最能体现。

机遇到来抓不住 147

成功从小事做起 182

改变坏习惯 193



学会知足

金无足赤，人无完人，每个人都不会完美无缺，但这并不阻碍我们成功，重要的是你怎么看待它。

人，不必完美	207
做一个宽容的人	218

不要忽视内心世界

外部的刚强来自于内心的丰富，成大事的人，必定有着自己丰富的内心感情生活。

时刻感受亲情的温暖	253
友情是人生的珍宝	259
学会在爱情中成长	267
做一个感恩的人	273

没有信心就没有成功

有一位科学家说过，“如果说有什么阻挡着你前进的步伐，那就是缺乏自信！”很多人的失败并不是因为不可能成功，也不是因为不具备成功的能力，而是因为太缺乏自信了，往往遇到一点挫折就信心全无，有时甚至功亏一篑。不管做什么事都要充满信心，自信会使人充满力量和勇气。当你充满自信的时候也许就会明白：一切皆有可能！



态度决定成就的高度

人生的奋斗就像上台阶，上得更高也就更累，希望上到哪一级、愿意承受多少都有自己决定，总之上得越高就会越累，而你的态度决定了你能上到哪里。很多人往往就是因为怕累，怕承担责任而降低了对自己的要求，从而与更大的成就失之交臂。永远记住，有句话叫“态度决定一切”。

追求成功是许多人的理想，但许多人仅仅以为努力进取、奋力拼搏就可达到巅峰。俗话说：“退一步，进两步”，成功的人都会认为，必须要有积极的生活和工作态度；也有人认为成功的人恰恰是能在关键时刻急流勇退，寻找新的发展领域，才获得更多的成就。但总之他们在态度上都是向上的。

潜能大师博恩·崔西说：“成功等于目标，其他都是这句话的注解。”

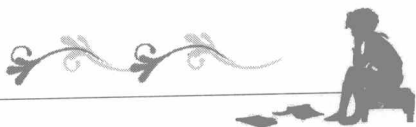
一、正确认识点点滴滴的成功

成功是由一个个小小的目标达成，一次次小小的进步



累积而成的。成功是由无数个点组成的完整的生命历程，成功就是每天进步一点点。一个人要有伟大的成就，必须天天有些小成就，因为大成就就是由小成就不断累积的结果。成功商人说过：“自己最大的敌人就是满足，成功永远只是起点，而不是终点。”成功是每天进步 1%，成功是不断地达成目标。成功是对家庭、社会、国家有所贡献。成功是每天快乐地生活。成功有很多方法——思考。一个成功的人，他必定是一个感恩的人。一个感恩的人，他也必定会是一个成功的人。但是有些人学了一些方法之后，他就以为他是世界最棒的，他就开始批评他的老师，开始批评这，批评那——这都不是很理想的行为。想得到爱，先要付出爱，要得到快乐，先要付出快乐，你播种不一定会得到收获。只问耕耘，不问收获，心怀感激的人，没有什么事情做不成。成功者要善于思考、善于沟通、善于倾听、善于搜集信息、善于表达、善于学习。就像年收入上百万的保险业务人员，他每天都拜访这些顾客或老板，因为这些顾客或是老板很有钱，所以可保的额度很高，相对的他的佣金也会大幅地提升。再者就是要找立刻有需求的人来销售。

在信息化社会，必须有这样的思想准备：过去的知识未必有用。信息化社会要求有不断地积极地汲取新事物的姿态。为此，需要多了解变化，不断选择、取舍，做好知识的新陈代谢。更重要的是，对新收集的信息进行甄别，



从中发现新的生活方式，并以坦率的态度进行再编辑。
——要成为赢家，先成为专家。思考是行为的种子。财富就是将智慧运用于自然，致富的艺术不是勤奋，更不是节俭，而是选择合适的方法、合适的时机和合适的地点。

新时代的成功秘诀：新时代要求你有不断地积极地汲取新事物的姿态。在包罗万象的信息面前，如果你都有精准的眼光去汲取有价值的信息，你还怕不成功吗？那些成功商人凭着其独特的经商手法和处世观念，取得了前所未有的成就，使世界的财富都装在成功商人的口袋里。成功商人认为，只有一个人有一个好的态度，他的成就的高度才不可限量。

人生要注意以下心态。

1. 归零的心态

也许你以前可能有过很高的成就，但是当你现在到一个新的行业来的时候，你一定要有一个归零的心态，只有这样你才能快速成长，学到这个行业的技巧与方法。如果你要喝一杯咖啡，你是不是要把杯子里的茶先倒掉？否则在把咖啡加进去之后，就茶也不是，咖啡也不是，成了四不象了。

2. 学习的心态

任何一个行业，只有专家、内行才能赚到外行人的钱。所以你一定要在最短的时间内以最快的速度，成为专家和内行。而要成为专家，你就得学习。隔行如隔山，一



定要静下心来，认真学习你的行业知识。谁学得快谁就成功得快。

3. 感恩的心态

首先，你应该感谢你的辅导老师，是他告诉你这个行业的有关知识，提供改变你一生的机会。他是你生命中的贵人。在你从事职业的过程中，不管你遇到什么困难，你都可以得到你辅导老师的支持。其次，应该感谢你所有的朋友、同事，是他们与你共同的努力使你成功的。第三，你应该感谢你的公司，是公司提供给你了这样一个机会。

4. 创业的心态

任何一种事业都是一个循序渐进的发展过程，在这个过程中，您一定要有创业者的心态。创业是艰苦的，在创业的开始阶段，你可能收入不会很多，要有勇气面对困难与挑战，要有积极乐观的心态，要为成功找方法，而绝不能为失败找借口。

5. 投资的心态

创业并不就是要你投资大笔的钱，重要的是你一定要投资时间在这事业里。你一定要合理安排好时间，有效利用时间是你事业成功的关键。

6. 坚持的心态

成功者决不放弃，放弃绝不会成功。坚持到底，决不放弃。

7. 付出的心态



任何事业都必须要有付出的心态，只有你付出了，你才会得到回报。付出越多回报就会越多。只有量的积累，才有质的飞跃。

8. 积极的心态

人脑是很神奇的，积极的心态，能让你不断地往大脑中输入正面的信息，开启你的心智，想出办法，解决问题。同时你积极的心态对你的朋友、同事、团队有巨大的正面影响，让你的团队在低潮时看清方向，有信心和勇气不断前进；高潮时干劲十足，不断创造、分享奇迹。如果你是消极的心态，可能会给你的团队以毁灭性的打击。

9. 诚实的心态

诚实是做人的起码要求，以诚待人才会成功。

10. 承诺的心态

你一定要对自己承诺，然后努力去实现你的承诺，因为你是对自己承诺，不要欺骗自己，也不能欺骗自己。

11. 相信的心态

你一定要相信你自己。你相信你一定能成功，奇迹就会发生。

今天的生活源于我们前些年的努力，今天的选择将决定我们以后的生活。向一些人暂时认为的“不可能”挑战！世界上任何奇迹的产生，最初都起源于“不可能”。所有的正业都起源于不务正业，只要建立必胜的信心，树立百折不挠和坚不可摧的意志，能够真正做到自己主宰自



己，人生终将实现辉煌!!!

二、对待他人要有良好态度

在非洲最著名的童话里人猿卡威被称为森林之王，他为什么被称为森林之王呢？

比力气，他比不过大象；比速度，他比不过豹子；比灵敏，猴子有过之而无不及。

卡威之所以在森林称王，不是依赖武力与体力，他靠的是态度关系。他和每种动物交朋友，关心他们也照顾他们，所以大家都喜欢他。所以当卡威有困难时，大叫一声：“喔耶喔！”每只动物都出来，乐意帮助他。卡威的丛林法则，其实也可以运用到现实的社会中，我们发现，真正成功的人，绝不只靠自身的实力，其实他更懂得整合人际资源，进而创造更多价值。我们是能够去了解可运用的资源，去发展良好的态度关系的。