



人生物语 图文丛书

让你的

素质

◆ 博旭 著

RANG NI DE SUZHI QIANG QILAI

强起来

智商也好，情商也好，都包含在每一个人的素质当中。

当机遇来临时，不错过，抓得住，就要使你的素质强起来。

性格不是命运，素质决定命运。

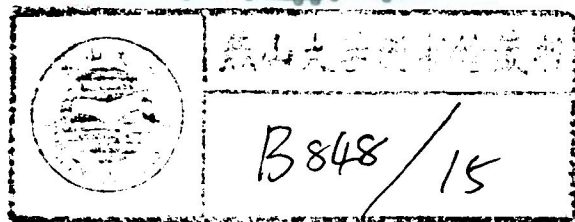
一个严肃的话题，在本书里轻松展开……

◆ 中国言实出版社



让你的素质强起来

博 旭 著



中国言实出版社



0687255

05
10
01

159

图书在版编目(CIP)数据

让你的素质强起来/博旭 著.

- 北京:中国言实出版社,2003.3

ISBN7-80128-427-5

I. 让…

II. 博…

III. 素质(心理学)-通俗读物

IV. B848-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 011415 号

中国言实出版社出版发行

(北京市西城区府右街 2 号 邮政编码 100017)

<http://www.zgysebs.com>

电话:64924716 64924761

新华书店经销

对外经济贸易大学印刷厂印刷

787×1092 毫米 24 开 8.75 印张 150 千字

2003 年 3 月第一版 2003 年 3 月第一次印刷

印数 1-5000

定价:17.00 元

(如印装质量不合格 请与出版社联系调换)

写在前面

不知何时,素质论已经悄然无息地进入到我们生活中的各个角落。当我们对他人的评价是“素质好”时,也就等于称赞那人是优秀的人;而当我们对他人的评价是“素质差”时,我们已对其不屑一顾了……

素质正影响着、决定着我们的命运。

命运,《现代汉语词典》的解释是:“指生死、贫富和一切遭遇。”否认命运的存在,是不现实的;但把命运看作是宿命,是生来注定的,人对它无能为力,则是不科学的。

影响一个人命运的因素可以分为两大类:一是内因,二是外因。外因又可以分为两类:一是个人根本无法选择、无法左右的,包括先天遗传、成年之前尚无行为能力时的遭遇(如父母离异),以及成年之后与个人行为无关的遭遇(如陨石打击)——这种外因对我们的讨论没有意义,且不去管它;二是貌似无法选择、无法左右,带有很大程度的偶然性,却与个人行为多少有着某种关联(如彩票中奖)。

让素质 强起来

说到后一类外因对人的命运的影响,许多人都会联想起这样一句格言:“机遇偏爱有准备的头脑”。用一个词来概括影响一个人命运的因素,那就是“素质”,即人的质量。

素质按形成阶段分,可以分为先天素质与后天素质,先天分量较小,主要依靠后天培养。在1988年诺贝尔奖获得者在巴黎的聚会上,有人问一位诺贝尔自然科学奖获得者:“您在哪所大学、哪个实验室学到了您认为是最主要的东西呢?”

这位白发苍苍的学者回答说:“在幼儿园。”

“在幼儿园能学到什么东西呢?”

“把自己的东西分一半给小伙伴们,不是自己的东西不要,东西要放整齐,饭前洗手,做错事情要表示歉意,午饭后要休息,要观察周围的大自然……”——他所提到的,都不属于智力因素,而属于素质因素。

素质按类可细分为:人格素质、道德素质、职业素质、心理素质和审美素质,等等。如果把一个人的整体素质割裂开来,片面地只强调某一方面的素质都是不科学的,应立足于整体素质的提高。

有一个“木桶理论”:一只木桶的盛水量,取决于最低的一块木板;要迅速、有效地增加木桶的盛水量,莫过于先去弥补最低的那块木板。从这个理论中我们可以悟出一个道理:要想取得成功,必须同时全面提高素质;如果只提高某些方

面的素质,而忽略了其他方面的相关素质,就像只加高木桶的几块木板一样,其结果只能是功亏一篑。在生活中,我们经常可以遇到这样的例子:有的人许多方面都非常优秀,但就是一点儿小小的缺陷,不仅使得他的长处难以充分发挥,甚至至于满盘皆输。

古时候,一位胆小如鼠的骑士将要进行一次远途旅行,于是他竭力准备好应付旅途中可能遇到的各种问题。他带了一把剑和一副盔甲,为的是对付他遇到的敌手;带了一大瓶药膏,以防太阳晒伤皮肤或毒藤挂伤皮肤;带了一把斧头用来砍柴火;还带了一顶帐篷,一条毛毯,一口锅、几个盘子以及喂马的饲料。他出发了——叮叮、当当、咕咕、咚咚,似乎是一座移动的废物堆。

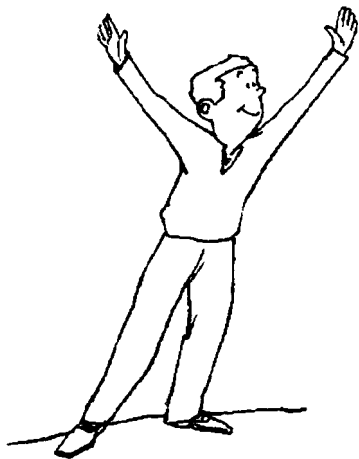
他来到一座破木桥的中间,桥板突然塌陷,他和他的马都坠入河中,淹死了。临死前的那一刻,他很后悔,忘了带一个救生筏。

命运加给我们的困难和艰险,我们即使在最狂乱的梦境中也难以预料,我倒是更相信那些具备一条坚定信念断然前行的人,他们的旅行才更轻捷、更稳健。

每个人主动也好、被动也罢,都将成为主宰自己命运的主体。我们只有努力提高素质,不断完善自我,才不会在日益残酷的社会竞争中被淘汰,才能在现实和未来的社会中获得立足之地。

C 目 录

CONTENTS

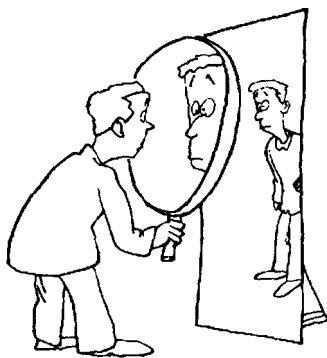


1 要有独立人格

- | | |
|-----------------|----|
| 1. 亮出你自己 | 3 |
| 2. 相信自己 | 7 |
| 3. 一句话的力量 | 11 |
| 4. 认识你自己 | 14 |
| 5. 张扬个性 | 18 |
| 6. 为了尊严 | 22 |

让素质 强起来

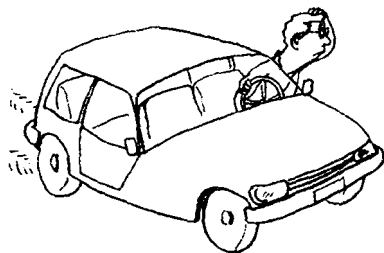
7. 宽容待人	26
8. 加强自律	30
9. 追求自由	34
10. 终身求知	38
11. 金钱与世界	43



2 养成高尚的道德

12. 不是我的	49
13. 拍卖场上的爱心	53
14. 金鱼的回报	58
15. 冷漠罚款	62
16. 堕落防御	66

- 17. 信客自残 71
- 18. 献给母亲的花 75
- 19. 夫妻相守 79
- 20. 向大树道歉 83



3 勇于开拓事业

- 21. 黑孩子的理想 89
- 22. 希望并不远 94
- 23. 蜘蛛结网的意志 98
- 24. 选定方向 102
- 25. 拐弯处的发现 105



让素质 强起来

- 26. 只要弯一下腰 109
- 27. 五十万换一元 112
- 28. 大卫的机遇 116
- 29. 泳池里的竞争 119
- 30. 两个苹果 122



- 31. 冠军之路 125
- 32. 角色 128
- 33. 天职 131
- 34. 一碗面的认真 134
- 35. 两篇新闻稿 139



4 驾驭自己的心情

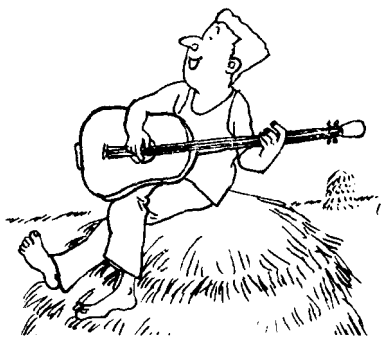
36. 别为小事犯愁 145
37. 不要为过去烦恼 149
38. 精神的主宰 153



39. 获奖后的悲剧 157
40. 生命的树枝 161
41. 在梦幻中飞行 165
42. 勇敢地生活 169

5 学会感受美

- | | |
|---------------|-----|
| 43. 自然美 | 175 |
| 44. 绘画美 | 179 |
| 45. 音乐美 | 184 |
| 46. 舞蹈美 | 188 |
| 47. 谈吐美 | 191 |
| 48. 仪表美 | 196 |



1

要有独立人格



“谁若游戏一生,他就一事无成;谁不能主宰自己,永远是一个奴隶。”
(歌德)

小时候,我们一直渴望独立;成年了,我们一直叫嚷独立;到了我们自给自足了,可以居家过日子了,我们终于满意地以为:我们独立了!

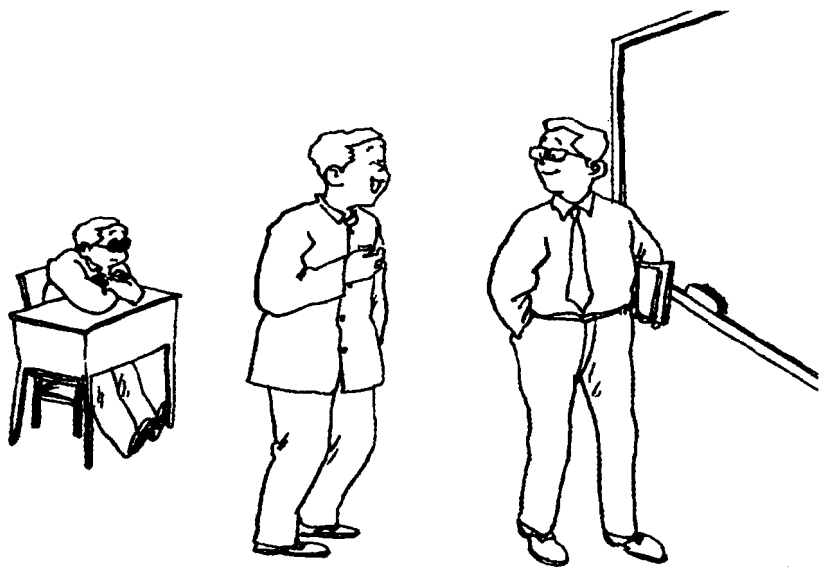
我们真的独立了吗?

如果一个人能保持独立存在的状态,他的人格就是健全的;反之,如果一个人只能依附于他人而存在,那么,他的人格则是不健全的。

陶渊明“不为五斗米折腰”,就是一种独立人格的闪光。古今中外,凡能称得上出众的人,都是因为拥有了自己的独立人格。

我们只有努力培养自己的独立人格,堂堂正正地做人,正大光明地做事,而不仅仅为了“摧眉折腰事权贵”,就一定能在事业上有所作为。

① 亮出你自己



机会不会自动找到你，必须注意亮出你自己