

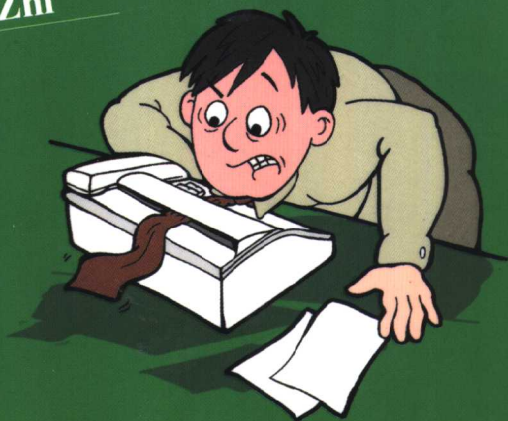
冲开束缚你的瓶颈

何嗣虎/著

为什么你不得志

●●人人都有各种各样的难题，只要我们能正视这些难题，冲开束缚你的瓶颈，就一定有办法解决。

Wei Shen Me
Ni Bu De Zhi



●你的现状

●你的困境

●你的奋斗

●你的幸福

冲开束缚你的瓶颈

何嗣虎/著

为什么你不得志

●●人人都有各种各样的难题,只要我们能正视这些难题,冲开束缚你的瓶颈,就一定有办法解决。



延边大学出版社

心里的阳光

(代序)

有一位30多岁的商人，经过了将近10年的努力，取得了一些成绩。有一天，他去参加一个聚会，结果他悲哀地发现，聚会上的很多人都比自己出色。他感到很沮丧，觉得自己的人生充满了失败和挫折。

很快，这种情绪影响了他的生活，他好像发现自己的妻子也用怀疑的眼光看着自己，因为他曾经多次夸口要赚到很多钱；他还觉得自己的女儿对妈妈比对自己这个父亲要亲近；看到下属在笑，他就怀疑他们是在嘲笑自己……

他对自己的心理医生说：我为什么这么失败呢？我的妻子很可能会离开我，我的女儿从小到大需要很多的开销，我的事业总是做不大，我的身体很可能会得病，总之，生活糟透了……

他的心理医生等他倾诉完了之后，给他看了一张纸，医生在纸上这样写到：你有一个期待你成功的妻子，一个等待你的爱的女儿，一定的事业基础，健康的身体，此外，还有别人都有的每天24小时的时间，空气、水……

看了心理医生的话之后，这位商人马上觉得事

情确实不一样了。同样的事情,为什么自己就看不到光明的一面呢?

人生的失意和得志只有一线之隔,成功和失败的界限也不是那么分明。如果你的生活真的处于窘迫的境地,你彷徨无措也许还情有可原,如果只是一种“比较”的失败,那你真的没有必要那样责怪自己。

即使你的处境真的糟糕透顶,你也没有必要伤感。当你错过太阳的时候就不要哭泣,否则,不但再也看不到太阳,反而会失去星辰。

还有的人是因为老板偶尔对自己感到不满,他就神思恍惚,觉得世界末日就要来临;有的在单位人际关系处理得很不好,即使自己在事业上很成功,仍然感到美中不足,并且感到深深的烦恼。

人生当然会有很多困难,可这些并不可怕,因为任何一个困难,总有解决的办法,关键是看你有没有信心解决。

我们都是凡人,人人都有难题,经济的问题,感情的困扰,名利的纠缠,无不在人生的路上若隐若现。但是只要我们能正视这些困难,冲开束缚你的瓶颈,就有办法解决。

月有阴晴圆缺,人有三灾六旺,谁都不可能是一直幸运的。太阳也不会每天都灿烂,关键是你的心里要有阳光。否则,灿烂的云霞在你的眼中也会变成乌云。

要重视这些,因为这些阳光就是你人生的幸福。

目 录

目 录

心里的阳光(代序) / 1

第一篇 你的现状 / 1

失意者的霉运 / 3

失意只是一种感觉 / 5

不得志是因为想得多 / 8

瞎折腾带来的烦恼 / 11

不得志者的心理承受 / 14

不得志的人容易放纵 / 16

失意者欠缺的环境 / 19

失败者的教训 / 22

聪明人的失败 / 25

成败之间的窗户纸 / 28

失意者总是不敢冒险 / 31

你的资本有多少 / 34

失意者总是爱比较 / 37

生活不是跑得快 / 40

你的挫折与你的机遇 / 42

失意者的自我放逐 / 44

信心与失败 / 46

失意者是绿叶 / 49

失意者没有运气 / 51

你的特长在哪里 / 53

什么样的人快乐 / 56

第二篇 你的困境 / 59

不得志者没有目标 / 61

不得志者的缺陷 / 65

你想要的太多 / 67

失意的经历 / 69

失意者的后悔药 / 71

失意者看山 / 73

找不到自己的位置 / 76

失意者缺乏动力 / 78

不得志者的浮躁 / 80

面对自己的困境 / 83

不得志的感觉 / 85

不得志者的迷惑 / 87

不得志者的弱点 / 90

让人失意的时间 / 92

一个“懒”难说尽 / 94

不得志者的真诚 / 96

落魄者的自卑 / 98

不得志者的腰杆 / 101

不得志者的意志 / 104

失败者的习惯 / 106

习惯的力量 / 108

失败者的愤怒 / 110

自己打垮了自己 / 112

你的痛恨在哪里 / 114

不得志者的牢骚 / 117

不得志者的选择 / 120

可悲的落魄者 / 123

生活的目的 / 126

第三篇 你的奋斗 / 129

落魄了就从头开始 / 131

累了就休息 / 134

黎明的前夜 / 137

要学会放弃 / 139

在挫折中奋起 / 141

摆脱离魄的三种能力 / 144

摆脱失意从自己开始 / 146

成功者的心理 / 149

成功也需要“包装” / 153

- 人为的失败者 / 156
不得志者的潜力 / 158
不得志者更需要学习 / 162
给机遇把把脉 / 165
失意时回头看看 / 167
摆脱困境关键在自己 / 169
另一种不得志 / 171
没有必要这么消沉 / 173
你失去的不是全部 / 176
适应别人就是适应自己 / 178
什么能让你摆脱自卑 / 181
最珍贵的就是现在 / 183

第四篇 你的幸福 / 187

- 笑看人生 / 189
抬起你的头来 / 192
人生的困境 / 194
承认自己的不足 / 197
改变自己的性格 / 200
学会审时度势 / 203
成功就是长期的坚持 / 207
神助自助者 / 210
亚历山大的办法 / 212
学会共享生活 / 214

一个“勤”在心头 / 216
培养你的勇气 / 219
困难让你学会改变 / 222
享受自己的生活 / 226
走出另一片天地 / 228

墙,推倒了就是门(尾声) / 231

目
录

第一篇

你的现状

失意者的霉运

别看现在已经是 21 世纪了，可是很多人还是相信命运，相信看相，说某某人长得有富贵相，某某人会升官。奇怪的是，有时候还真是

灵验。

实际上，这不是什么面相决定的，而是和一个人的性格有很大的关系。性格坚毅的人不惧怕什么挫折，即使遇到了什么麻烦，也能够乐观地面对。这种性格的人乐观，并且大多喜欢锻炼，所以身体一般没有什么毛病，表现在面貌上，就有了一种共性。

会看相的人，实际上很多时候是在观察一个人的性格。一些遇到事情不如意就会悲观失望的人常常耷拉着脑袋，无精打采。

一些医学家分析人的面貌，指出悲观的人嘴角总是向下，而乐观的人嘴角的皱纹却是向上的。这也从另一方面看出所谓面相不过是看人的性格。

另外，这种分析方法在人际关系上也有很大的作用。乐观的人总是能够感染别人，别人和他在一起也会觉得开心。

相反，和一个整天唉声叹气的人在一起，相信你也会感到厌烦。

一些人遇到了倒霉的事情，自己先是唉声叹气，整天不停地说，好像祥林嫂整天对别人说自己的孩子被狼吃了一样，开始大家还会同情，最后只能让别人鄙视，成为别人嘲笑的对象。

人世间的所谓霉运，实际上也和个人的性格有很大的关系。在现实中我们也能够看到，一些倒霉的人往往是那些喜欢唠叨，悲观失望的人。

有一本书，名字叫《性格决定命运》，虽然夸张了点，可是却有一定的道理。生活中常常有这样的现象，普通人对别人的挫折不但没有同情，往往还会嘲讽，更有甚者还会雪上加霜。不少人的霉运不是天灾，而是人祸。真是所谓人不得意，喝凉水都会塞牙。

◎有人遇到了倒霉的事情，先是唉声叹气，整天不停地说，开始大家还会同情，最后只能让别人鄙视，成为别人嘲笑的对象。

失意只是一种感觉

有两个人，他们是好朋友，他们一起长大，从小关系就很好。长大以后，一个进了大学，毕业后继续深造，出国了；另一个因为家境不好，没有能力继续上大学，就参加了工作。

几年以后，两个朋友见了面，前者学成回来，在大学里面教书；后者工作了一段时间以后，觉得给别人打工刚刚够养活自己，生活太拮据了。然后毅然辞职做了生意。几年之后，生意就越做越大。

两位朋友见面，大家都非常高兴。喝酒聊天，兴尽而归。

回来以后，两个人的心里都觉得有一点点什么，隐隐的。

做了教授的朋友想：我努力了这么多年，为什么收入还没有一个没念过大学的人多？难道我没有

他聪明？命运竟然这样不公平！

做了老板的朋友也在想：我努力打拼这么多年，虽然从经济上已经翻身了，可是别人看我的样子，总像是看一个暴发户！如果我当初有机会上大学，我也一样可以做名教授，为人师表。

两个人心里不痛快，都觉得自己应该有另外一个活法。两个人都是敢做敢为的人。于是，意想不到的事情发生了。这两个人，教书的辞了工作，组建了自己的公司。经商的却拿起了书，学英语，准备出国念书。

可是，前者好几年都不在国内，而且本来就不是经商的人，结果，公司赔本了；后者虽然很聪明，可是英语基础在当初就不大牢，而且又没有大学文凭，出国念书的障碍还真是不少。这样折腾了几年，两个人才觉得自己在浪费自己的青春，这样做毫不值得。

人生在世，名和利当然是不可缺少的东西，有人认为没有名利就是没有社会地位，没有社会地位的人就很难得到别人的尊重。可关键是一个人需要什么样的名利。

一个公司的老板一定要文凭吗？现在不少公私老板都到大学里面拿一个文凭，既不需要考试，也不需要写论文，或者作业、考试以及论文都由自己的秘书来做，然后自己安心拿文凭就是了。

这种情况有意义吗？做生意的时候，谁会因为

你是博士而给你优惠条件呢？

而大学教授自己办公司也不是人人都可以的，关键看你是不是善于经营。一些经济学家在教书之余，往往会自己投资做生意，可是一些人文学科的教授对于经商基本上是两眼一抹黑，这样到市场上去碰，简直是找死。

其实，他们本来的生活已经不错了。那些所谓的失意其实是一种心理问题。幸好，这两人在碰壁之后总算明白了自己应该做什么。

这个故事让我想起一位社会学家的话，他说：世界上可悲的人有两种，一种是生活环境很差，没有社会地位，经济又相当窘迫的人，这种人的落魄是可以预料的，也是难以避免的。如果没有办法改变自己的情况，这种人就是可悲的。

另外一种可悲的人，就是从经济上来说已经不错，只是有某种缺陷，但是他们总是认为自己生活很不好，整天忧心忡忡、杞人忧天。

上文的两位朋友，我觉得从本质上看，都是第二种可悲的人。生活是美好的，但是也要你懂得欣赏。否则，再美好的生活对你来说又有什么意义？

人，不但要学会生存，还要学会如何生存得更好。

◎生活是美好的，但是也要你懂得欣赏。否则，再美好的生活对你来说又有什么意义？

不得志是因为想得太多

一天一位回国的朋友向我抱怨说：这个世界上虽然有很多机会，但是对于我自己来说，虽然我这么有才华，但是却很难成功。这位朋友是生物学家，在加拿大获得生物学博士学位，毕业以后在加拿大国家某生物研究室从事科研工作，年薪7万加元。但他觉

得自己的生活水平太差，想要创业，以便改善生活。

我问到：“既然机会那么多，那你为什么不去创业呢？”

他说：“我会的。”

我说：“好啊，我支持你，你马上辞了工作，我们一起去创业。”听了这句话，他马上就不说话了。

这让我想起了一位朋友告诉我的一件真实的故