

心灵励志羊皮卷
Xinling Lishi Yangpigu



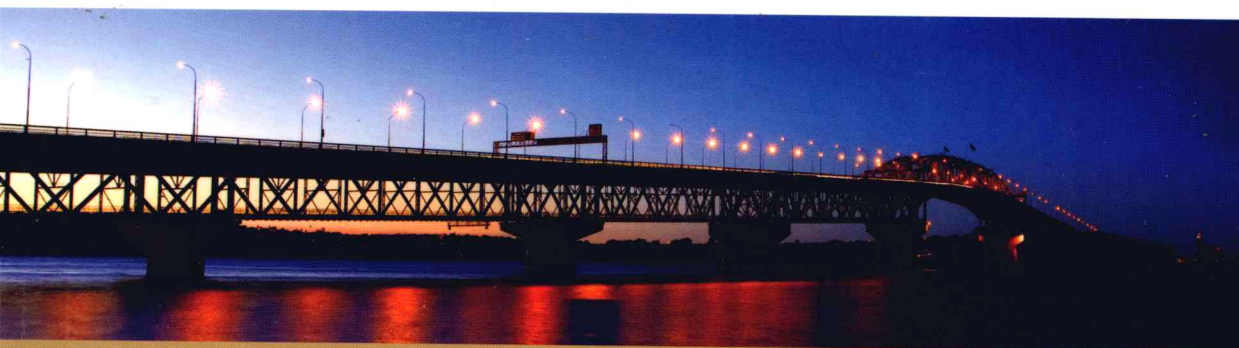
拥有经验而又懂得如何利用经验的人，才是真正的智者。
人生的起点往往是从经验积累起的那一刹那间开始，从小事中获得充盈一生的睿智与祥和；
从大道理中获得享用一生的博大经验。

经验 人生难题

破解

JINGYAN
POJIERENSHENGNANTI

经验是一种知识的积累与勃发，人生在
累积中得以沉淀，在勃发中得以不断的
成功。



经验就是智慧的结晶

赵晓波 主编

人生是一场漫长的旅程，
经验是旅途中最宝贵的财富。
在每一次挫折与困境中，
经验教会我们如何面对，
如何在逆境中寻找希望。
经验让我们懂得，
成功并非一蹴而就，
而是需要时间的沉淀与积累。
在经验的指引下，
我们能够更好地认识自己，
实现人生的价值。

内蒙古人民出版社

心灵励志羊皮卷
Xinling Lishi Yangpijuan



经验破解 人生难题

JINGYAN
POJIERENSHENG NANTI

经验是一种知识的积累与勃发，人生在
累积中得以沉淀，在勃发中得以不断的
成功。

经验就是智慧的结晶

内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

心灵励志羊皮卷/赵晓波主编. —呼和浩特:内蒙古人民出版社,
2009.1

(心灵励志羊皮卷 / 赵晓波主编)

ISBN 978-7-204-09839-2

I. 心 ... II. 赵 ... III. 人生哲学—通俗读物

IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 005878 号

心灵励志羊皮卷

作 者 赵晓波

责任编辑 那 顺

封面设计 纸衣裳书装

出版发行 内蒙古人民出版社

地 址 呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦

印 刷 北京市通州京华印刷制版厂

开 本 787×1092 1/16

印 张 120

字 数 2000 千

版 次 2009 年 1 月第 1 版

印 次 2009 年 3 月第 1 次印刷

印 数 1-10000 套

书 号 ISBN 978-7-204-09839-2/G·2870

定 价 248.00 元(全十册)

如出现印装质量问题,请与我社联系。联系电话:(0471)4971562 4971659

目 录

Contents

第一章 步入社会需要学会独立

找到适合自己的“时节”	/002
生活是一场自我的战斗	/006
要摆脱对别人的依赖	/009
按照自己的本性生活	/012
自己的命运需要自己去指挥	/015
认清自己，选准位置	/018
独立不等于要你自己完成所有的事	/021

第二章 步入社会需要良好心态

积极的态度是人的最好伴侣	/024
--------------------	------

虚心有容，始成大器	/027
你不快乐，不是工作的错	/029
面对福祸泰然处之	/032
富贵无命，懂得知足	/034
尽量将兴趣与吃饭统一	/036
人生不如意十之八九	/039
生命不应虚掷于琐碎之事中	/042

第三章 步入社会需要明确方向

总有一条属于自己的路	/046
立志要趁早	/048
让理想在实干中实现	/050
坚持自己的信念	/053
为成就梦想而工作	/055
确定未来的方向	/058
伟大的目标成就未来	/060
专注于主要目标	/062
目标是一切行动的动力	/064
认准方向，就要坚持到底	/066
目标越多，实现的几率越小	/069

第四章 步入社会需要扩展人脉

赞美是获得客户好感的“速溶剂”	/072
不得罪君子，更不得罪小人	/075
欣赏他人的成绩，让敌人变贵人	/078
信任是友谊的基础	/081

和同事的距离要恰到好处	/084
适时伸出援助之手	/086
危难时刻见真友	/088
与对手在合作中建立友谊	/091
吃亏换来好人缘	/093
人情留一线，日后好见面	/095

第五章 步入社会需要改变自己

没有办不到的事，只有不会变通的人	/100
改变一点点就能创造财富	/103
打破常规，变被动为主动	/105
做人一定要灵活一点	/107
尊重自然，因势而变	/110
不局限在前人的经验里	/113
人生最怕自己框住自己	/116
改变世界，首先得改变自己	/119

第六章 步入社会需要圆滑处世

守住秘密：不因“失言”而追悔莫及	/122
不可轻易嘲笑他人	/125
原谅比指责更有效	/127
忍受不适，适应对方	/130
忍怒是安身的学问	/133
心胸宽大，才能容人	/137
己所不欲，勿施于人	/139

第七章 步入社会需要适时进退

承担该承担的，放弃该放弃的	/144
退一步可以进百步	/147
量力而行，循序渐进	/149
不放弃任何进取的机会	/151
在细微变化中发现进退时机	/153
敌进我退，敌退我进	/155
在失败中找到进退时机	/158
极盛时期常怀退让之心	/161

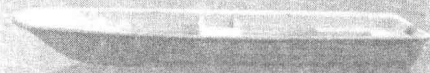
第八章 步入社会需要根除恶习

远离烟酒赌博等恶习	/166
别让自私吞噬心智	/169
远离破坏形象的坏习惯	/172
嫉妒是伤人伤己的坏习惯	/175
不推卸责任，不做甩手掌柜	/177
避开思维定势的陷阱	/179
拖拉、懒散造就一事无成	/181
别让谎话成为你的辩护律师	/184



第一章

步入社会需要学会独立



找到适合自己的“时节”

1983年，一位名叫普热罗夫的捷克籍法学博士，在做毕业论文时发现，五十年来，纽约里士满区的那所穷人学校出来的学生，在纽约警察局的犯罪记录最低。

普热罗夫立刻上书纽约市市长布隆伯格，要求得到一笔市长基金，以便就这一课题深入开展调查。很快，普热罗夫的要求就得到了令他满意的答复，市长同意他进行研究，还给他提供了15万美元的经费。因为当时布隆伯格正为纽约的犯罪率居高不下受到选民的责备。

普热罗夫的目的只不过是延长在美国的居住期，以便找一份与法学有关的工作，但是他还是认真地进行了调查。从80岁的老人到7岁的学童，从贝纳特牧师的亲属到在校的老师，总之，凡是在该校学习和工作过的人，只要能打听到他们的住址或信箱，普热罗夫都要给他们寄去一份调查表，问：“圣·贝纳特学院教会了你什么？”

在将近六年的时间里，他共收到3756份答卷。在这些答卷中有74%的人回答，他们知道了一枝铅笔有多少种用途。这一结果让普热罗夫感到惊讶，他不得不放弃了做法学工作的念头，潜心研究起这份调查来。

普热罗夫翻开调查问卷，找到了纽约市最大的一家皮货商店的老板的地址，他立刻对这位老板进行了走访。

这位老板很认真地接待了普热罗夫，他说：“是的，贝纳特牧师——就是建立了这所学校的牧师，教会了我们一枝铅笔有多少种用途。我们入学的第一篇作文就是这个题目。当初，我认为铅笔只有一种用途，几乎所有的学生也是这样想的——那就是写字。但是谁知铅

笔不仅能用来写字，必要时还能用来做尺子画线，还能作为礼品送人表示友爱；铅笔的芯磨成粉后可作润滑粉；能当商品出售获得利润；演出时也可临时用于化妆；一枝铅笔按相等的比例锯成若干份，可以做成一副象棋，可以当作玩具的轮子；削下的木屑可以做成装饰画；在遇到坏人时，削尖的铅笔还能作为自卫的武器；在野外有险情时，铅笔抽掉芯还能被当作吸管喝石缝中的水……总之，贝纳特牧师告诉我们：一枝铅笔有无数种用途，他让我们这些穷人的孩子明白，有着眼睛、鼻子、耳朵、大脑和手脚的人更是有无数种用途，并且任何一种用途都足以使我们生存下去。我原来是个电车司机，后来失业了。现在，你看，我是一位皮货商。”

普热罗夫后来又采访了一些圣·贝纳特学院毕业的学生，几乎所有人的说法都与这位皮货商如出一辙，他们都能说出一枝铅笔至少 20 种用途。尽管他们分布在各行各业，尽管他们的经济状况迥异，尽管他们的生活境遇各不相同，但是他们都有一份职业，都爱自己的职业，并且都生活得非常乐观。他们都在尽心尽力地活着，并且认为是找到了最适合自己的职业和生活方式。他们还说：即使失业，即使遭遇不幸，可是他们依然能找到适合他们的生存方式。

随着调查的深入，普热罗夫发现，自己已经完全变了，他不再坚持留在纽约，继续寻找渺茫的法学工作。普热罗夫很快就结束了这一调查，之后，他匆匆赶回国内。目前，他是捷克最大的一家网络公司的总裁。2000 年圣诞之夜，他通过 E-mail 给纽约市政厅发了一份调研报告《醒着的世界及它的休眠状态》，算是对前任市长的报答。

有人说：你是蔷薇，就不要强求自己成为玫瑰。因为作为蔷薇，有什么不好吗？有什么不如玫瑰的地方吗？没有，他们同样在绽放，同样散发芳香，同样给人美的享受。

人与人是不一样，但是每个人都有所长，所谓“天生我才必有用”，我们必须尽快发现自己的长处，找到最适合自己的“时节”。

生命是由不断地发现、不断地学习、不断地创造、不断地完成所

累积的，在这个过程中你可以有最高的理想，但不能只有唯一的目的，你可以没有最辉煌的结束，但不能没有闪耀的过程。

巫婆在一座高塔里囚禁了一位漂亮而年幼的公主，为了控制她，巫婆每天对她说：“你的样子丑极了，见到你的人都会害怕。”公主相信了巫婆的话，怕被别人嘲笑，而不敢逃走。直到有一天，一位王子经过塔下，赞叹公主貌美如仙并救出了她。

这座高塔没有任何锁闭装置，但是公主不敢跨出一步，就是因为她认为“自己很丑”，是她的错误认识囚禁了自己。

有人认为自己很笨拙，有人一定要找到适合手中文凭的工作，这些不都是对自己的不清醒认识吗？得了不治之症是人生最大的悲剧，但其不幸远远不如活着却不知自己有多大的潜能和应该做什么更让人悲哀。

找到适合自己的“时节”，首先要认清自己，有哪些长处，短处是什么，从而做到自知，既不能妄自菲薄，也不能自高自大。

其次，必须知道自己应该成为什么样的人 and 如何成为那样的人。人必须靠理性的引导成为自己应该成为的人，这就使得人应该去追求达到自己的最高素质，通过接受良好的教育使自己趋于最健全的状态。

第三，一定要知道自己适合做什么，不适合做什么，在社会中找到自己恰当的位置和符合自己条件的办事方式，使自己的天赋、能力得到充分的开发和利用。

在美国一所学校的一间教室的墙上，刻着这样一句话：“在这个世界上，你是独一无二的。生下来你是什么？这是上帝给你的礼物；你将成为什么？这是你给上帝的礼物。”

第四，一定要成为自己的主人，这就必须抵抗来自欲望这方面的强烈诱惑。欲望是人生来就有的，它也是人类生存的基础，但是人的欲望不能支配意志，否则，人就会一味沉溺于欲望的海洋里，不能自拔，而理智此时便成为欲望的帮凶。所以，必须有一个高出于私欲目的之上的崇高而普遍的目的来统治激情和欲望。而这崇高而普遍的目

的是理性所固有的，所以人只有经过良好的教育而使理性完全统治了自己的激情和欲望，才能成为自己的主人。

第五，坚持自己。卓别林开始拍电影时，导演坚持要他去学当时非常有名的一位德国喜剧电影演员的风格。但是这种学习和模仿非常失败，卓别林很苦恼。后来他意识到，必须保持自己的本色。经过不懈的努力，他终于创造出一套自己的表演方法而名垂青史。

意大利著名的皮衣商安东尼·迪比奥在谈到自己成功的经验时不无感慨地说：“我并不是一个天生的成功者，许多人都比我更聪明、更有才华。我唯一比他们强的只不过是更懂得坚持自己而已。”

落花流水皆文章，在这个世界上，每个人都可以获得成功，但不同的人的成功方法显然是不一样的。只有认识自我、驾驭自我、超越自我，你才能战无不胜，从平庸走向成功！



生活是一场自我的战斗

打工女皇吴士宏是原 TCL 集团副总裁，她的人生充满了坎坷与辛酸，但是自信和坚强，使她成为一个与生命搏斗的女人，一个取得自我胜利的女人。就像高尔基笔下那只在暴风雨前逆风飞扬的海燕，她无畏、无惧，在生活的枪林弹雨下，展示着生命的价值。

吴士宏因病没有考取大学，但是这并没有截断她的进取之路。她决心参加高等教育自学考试，用这种方式来彻底改变自己的生活。对吴士宏来说，自学并不是最高效的方式，只是她别无选择。她有一个目标：把病中耗费的 4 年挣回来。她选了科目最少的英文专业。书，可以借一部分，要买的只有许国璋 4 册；要省钱，可以听收音机。吴士宏要与命运进行一场殊死搏斗。战斗一打响，吴士宏就进入了一级战备状态，尽管英文都是从头学的，可是她花一年半拿下了大专，直到后来吴士宏回忆说，当时感觉最深的两个字就是“真苦”！她每天挤出 10 个小时的时间用在学习上，自考文凭考下来了，她最得意的是“赚”回了点时间。而这只是战斗的开端，她还不知道自己到底有多大的能力迎接工作的挑战。

经过努力，她获得了一个意外的机缘到了 IBM。但是，她只是一个“行政专员”，说白了，与打杂无异，什么都干。身处一群无比优越的真正白领阶层中，吴士宏感到了巨大的压力，常常觉得自己没有能力，没有价值。然而也是这种压力促使吴士宏正视自己的不足，这种自卑感驱使她前行。吴士宏后来回忆说：“那样一种痛，一种触及心底、层层包裹下的自卑和尊严的纠结，对我刺激的力量是如此强大，我后来花了好几年时间才克服并超越了这种自卑。”

吴士宏是一个不折不扣的斗士，这使得她的“成长”出乎一般人的预料。她在不断地学习、实践、超越，再学习、再实践、再超越。从一个勤杂工做到了销售主管，她给自己定下了要“领先半步”的目标。“不把自己累到极点就觉得不够努力对不住自己”。她在办公室里晕倒过，吐过血，犯过心绞痛。但是她依然毫不放松，还专门在抽屉里备着闹钟，一个星期总有几次熬到凌晨两三点。就这样，在付出了辛苦和心血之后，她终于发展了第一个大客户中远：中远的运输公司业务是 IBM 主机，外轮代理全部是 IBM 小型机系列。

1994 年，吴士宏又一次经历了蜕变升华，她去了 IBM 华南公司，在那里带起了一支队伍，一起成长，一起做出了辉煌的业绩。吴士宏说：“我学会了做经理，克服了偏执，懂得了大度，能凝聚起不同文化背景的各类优秀人才，真正懂得了什么是经理人；完成了从用‘命’做事，到学会思考；从不知前路的迷惘，到有理想的升华；我的下一个目标，不是超越别人，我想超越自我。”

吴士宏的人生就是一个与自己不断赛跑、超越自己的奋斗史，是一部坚强女人不畏困难的奋斗史。

尼采说：人要完成精神的三次变形，骆驼的前行与承担；狮子的反叛与超越；小孩的创造与新生。也许这不足以解释尼采那高贵的心灵，但是对于我们现在的生活，这个变化却具有非常实际的哲理意义。只有经历过承担、超越、创新的过程的人生，才是完美的人生。而吴士宏的成功历程恰恰用事实对尼采的三种变形作了详尽的解读。

人生其实就是一场自我战斗，战胜得了自己，你就所向披靡，战胜不了自己，你就萎靡不振。战胜自己比战胜别人更困难，人都有盲点，尤其是看不清自己的缺点，所以人生中最大的敌人通常来自于自己，只有克服自己的盲点和障碍，才能突破现状向前迈进。

所以，我们必须跟自己竞争。大部分的人都喜欢跟别人做比较，考试争第一名，工作争升迁，和别人争，和别人比。适当的竞争是进步的原动力，但是若流于逞强好胜，那就有失偏颇了。你不必是世界

上最富有、最有智慧、衣着最华丽的人，所以你当然没有必要将自己拿来和别人做比较。而应该看到自己的斗争历程，自己的超越和革新的历程，这才是最有价值的事情。

很多人未到中年便灰心丧气，斗志殆尽。这并不是说人人都要出人头地。而指的是那些随着韶光的流逝而变得思想僵化的人：他们因循守旧，无心向学，裹足不前。

其实，人生与其和别人比较，不如做个跟自己赛跑的人。和自己赛跑的方法有很多，例如列出一张表，把自己想要达到的目标及必须完成的时间写上，在实践中和自己的目标相对照，完成了几项，还有多少没有达成，从中感受到自己的进步。这样，你就能从点滴的进步和努力中实现和自己赛跑，不断地向目标靠近。

有的人只要一息尚存便自强不息，而有的人虽处于大好年华却自暴自弃。人的豪情不是用来装饰的，而是用来战斗的。人必须有自我搏斗的过程，才能体味生活的满足感。如果你想要获得这种满足感，那么就加入这场战斗吧。



要摆脱对别人的依赖

摆脱对别人的依赖吧！当你拥有了独立解决问题的能力，就等于迈出了成功的第一步。

“依赖”是长时间养成的一种习惯，也是阻止你走向成功的绊脚石，要想成就大事，你必须把它们一脚踢开。过分依赖别人，就丧失了自主。这样的话，对别人来说是讨厌的负担，对自己而言，也少了许多精彩的人生经历。

有很多人一遇到困难，首先想到的是求助别人来帮助自己渡过难关，而不是自己先寻找解决的办法，这就是一种典型的依赖，这种依赖首先是缺乏自信的表现，换句话说，就等于把命运交给了别人，放弃了成就大业的主动权。

遇事首先想到别人、追随别人、求助别人；人云亦云、亦步亦趋；没有自恃之心，不敢相信自己，不敢自行主张，不能自己决断；在家中依赖父母，在外面依赖朋友、依赖同事、依赖上司，就是不敢自己创造，不敢表现自己，害怕独立。这都意味着人格没有成熟，没有健全，是身体懒惰和心理懒惰的伴生物。一个完全健康的人的特征之一就是拥有充分的自主性和独立性，长大成人的你也必须明白这一道理，正如比尔·盖茨所说：“对于成大事者而言，拒绝依赖他人是对自己能力的一大考验。”

爱默生说：“坐在舒适软垫上的人容易睡去。”要想摆脱这种身体懒惰和心理懒惰的伴生物，必须抛弃身边的拐杖，破釜沉舟，依靠自己的力量，去追逐最后的胜利。换句话说，自立是开启成功之门的力量源泉。因此，成功个性是坚持自立，拒绝依靠。

有一家大公司的老板曾经说过，让自己的儿子先到另一家企业里工作，让他在那里锻炼锻炼，吃吃苦头。他不想让儿子一开始就和自己在一起，因为他担心儿子会总是依赖他，指望他的帮助。

在父亲以及亲人的庇护之下，孩子非常容易产生懒惰心理，把孩子放在可以依靠父亲或是可以指望帮助的地方是非常危险的做法。在一个可以触到底的浅水处是无法学会游泳的。而在一片很深的水域里，孩子会学得更快更好。当他无后路可退时，他就会自己想办法抵达河岸。依赖性强、好逸恶劳是人的天性，而只有“迫不得已”的形势才能激发出你身上最大的潜力。

对于一个总是依靠别人的人来说，活得也许很轻松，然而等到某一天失去了这些保护，那么他们会接受不了这个残酷的现实，心灵会受到很大的伤害，并且难以鼓起勇气再去面对生活。

这么说来，与其现在因依赖而享受，不如靠自己独立奋斗，为将来获得更大享受而吃点苦。一个人如果想成功，必须要树立这种想法，因为思想是行动的先声，只有先提高对依赖心理的认识，才能正确地对待它。脱离对别人的依赖，独立地发展和锻炼自己，扔掉拐杖，走出成长的误区，并不是一件非常困难的事情。

比尔·盖茨曾经为那些想要摆脱依赖的人提出了以下四条建议：

1. 依赖自己，而不是依赖别人、依赖组织、依赖亲人。一切都靠自己去奋斗，去争取。只有一切依靠自己，才能获得真正的成功。

2. 消除身上的惰性。依赖心理产生的源泉在于人的惰性。要消除依赖心理，先要消除身上的惰性。要消除惰性，就得锻炼自己的意志。处理事情的时候，要果敢上前，说做就做，该出手时就出手；还得有灵活的头脑，要善于思考，勤于思考。

3. 要有独立意识，为自己做主。自己为自己做主，就是要时时想到，只有凭自己的劳动所得的成果，才是真正属于自己的；只有享受自己的成果，才会有真正的快乐。

4. 要从小事做起，每天认真反思自己的思想，一步一个脚印地去