

积极生存的 法则

Secrets
for
Positive
Living

刘 津/著



我从不容许自己在任何情况下气馁……要成就任何有价值的事情的
三大要素是：第一，勤奋工作；第二，坚定不移；第三，知识。

—— 托马斯·爱迪生

海潮出版社

积极生存的法则

刘 津 / 著



海潮出版社

图书在版编目(CIP)数据

积极生存的法则/刘津著. - 北京:海潮出版社,2000.9

ISBN 7-80151-377-0

I. 积… II. 刘… III. ①个人-修养 ②社会生活-基本知识 IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 70033 号

积极生存的法则

著 者:	刘 津
出版发行:	海潮出版社(010-66969738)
责任编辑:	张福将
地 址:	北京西三环中路 19 号(100841)
总 经 销:	全国新华书店
印 刷:	北京铁十六局材料总厂印刷厂
开 本:	850×1168mm 1/32
印 张:	11
字 数:	230 千字
版 次:	2001 年 1 月第 1 版第 2 次印刷
书 号:	7-80151-377-0/G·142
定 价:	20.50 元

目 录

第一篇:人生是一种自我历练

001	苦己心志,劳己筋骨	(2)
002	改变环境,改变自己	(5)
003	莫让时间付诸东流	(8)
004	每日反省自己	(11)
005	勤能补拙	(14)
006	做人做事不必面面俱到	(17)
007	正视弱点,防范陷阱	(20)
008	不要总感到怀才不遇	(22)
009	犯错后要诚实认错	(25)
010	以失败者为师	(28)
011	健康比赚钱更重要	(31)
012	人也有自己的品牌	(34)
013	给自己增添一点幽默	(37)
014	不要活在别人的价值观里	(42)
015	适度抬高自己的身价	(46)

第二篇：社会是一所读不完的大学

016	社会也是一所大学	(50)
017	天下没有白吃的午餐	(52)
018	不打没把握的人生仗	(54)
019	忍字心头一把刀	(57)
020	毛遂自荐，好处多多	(60)
021	不要独享荣耀	(63)
022	吃点小亏占大便宜	(66)
023	不要轻谈失意事	(69)
024	碰到困难绝不言退	(72)
025	学滚雪球，积累财富	(75)
026	解读人性的自私	(78)
027	不要为失败寻找借口	(81)
028	拉长战线，保存主力	(84)
029	借用别人的智慧	(87)
030	时时要有危机意识	(90)
031	记住别人的名字	(93)
032	控制自己的情绪	(95)
033	不要任凭性情做事	(98)
034	事越麻烦越要耐烦	(100)
035	善用见面三分情	(102)
036	赞美别人不怕多	(104)

037	尊重别人的“领地”	(106)
038	别忽略面子问题	(108)
039	不要挡人财路	(111)
040	运气不好读读书	(114)
041	摆脱习惯的罗网	(116)
042	老生常谈,永不过时	(119)
043	衣着也会说话	(121)
044	人情不可透支	(124)
045	学会讲点场面话	(126)
046	训练你的幽默感	(129)
047	玩笑切忌开过度	(132)
048	得饶人处且饶人	(134)
049	不要轻易得罪人	(136)
050	不要时常抱怨他人	(138)
051	人善被人欺,马善被人骑	(140)
052	不要一下子掏心窝	(142)
053	逆道而行,出奇制胜	(144)

第三篇:人际关系是一座终生受用的富矿

054	播种你的人际关系	(148)
055	不要成为人际关系的边缘人	(150)
056	要有一个好人缘	(153)

057	人际关系有舍才有得	(155)
058	精诚所至,金石为开	(158)
059	将朋友分个等级	(161)
060	让时间来看人	(164)
061	通过打听来看人	(167)
062	投其所好,知其面目	(170)
063	建立一个朋友档案	(173)
064	扩大交友的圈子	(176)
065	保持交友的弹性	(178)
066	与经常批评你的人交友	(181)
067	好朋友也要适度保持距离	(184)
068	当心突然升温的友情	(186)
069	小心应对几种人	(189)
070	魅力并非天生	(193)
071	君子不与“小人”斗	(196)
072	以低姿态化解别人的嫉妒	(199)
073	不听话就顺毛摸	(202)

第四篇:工作是一种人生价值的体现

074	三百六十行,行行出状元	(206)
075	男怕入错行,女怕嫁错郎	(209)
076	别在工作上被人看不起	(212)

077	工作上要干出点名堂	(215)
078	常移的树长不大	(217)
079	求职就是推销自己	(220)
080	用耐心把冷板凳坐热	(223)
081	给你的上司留点空间	(227)
082	当心混水中摸到了螃蟹	(230)
083	寻找“贵人”相助	(234)
084	当主管是一位工作狂时	(237)
085	不要当众指责你的主管	(240)
086	吸取其他行业的新知	(243)
087	不要忽略守时的习惯	(246)
088	高处不胜寒	(249)
089	不要吝于提携他人	(253)
090	养成一种敬业的习惯	(256)
091	找到一棵乘凉的大树	(259)
092	全力应对上司的考验	(262)
093	干一行,专一行	(264)
094	靠才能领导下属	(267)
095	新官上任三把火	(270)
096	说话别说得太多	(273)
097	时间一到花自开	(276)
098	合伙做事要慎重	(278)
099	从师与为师	(281)
100	做自己最擅长的事	(285)

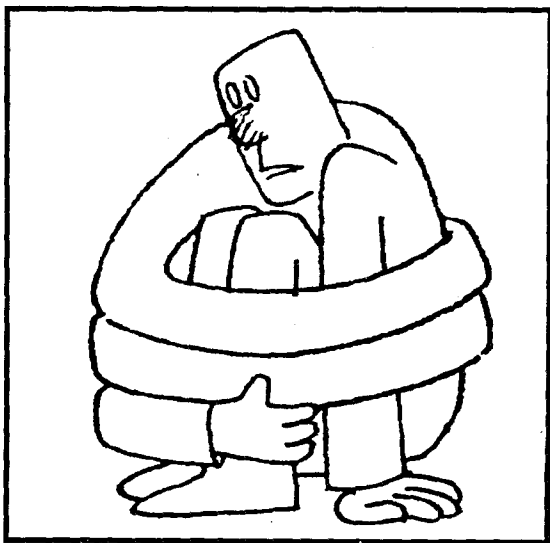
101	学会有效管理时间	(287)
102	做工作的主人而非奴隶	(290)

第五篇:成功是你一生的终极目标

103	怎样才算是成功?	(294)
104	生命的脚本自己去写	(296)
105	走他人的成功之路	(299)
106	规划你的未来	(302)
107	不要非做第一不可	(304)
108	敢于改变游戏规则	(307)
109	天下没有好赚的钱	(310)
110	先做小事,赚小钱	(313)
111	不要做自己不懂的事	(315)
112	不要满足于眼前小小的成就	(317)
113	他人失意时勿谈你的得意	(320)
114	寻找一个赛跑的对手	(323)
115	跌倒了要爬起来	(326)
116	碰到低潮时自己拍下肩膀	(328)
117	采取双赢的竞争策略	(331)
118	积累你的无形资产	(334)
119	哈哈一笑无难事	(336)
120	找到通向快乐之门	(340)

第一篇

人生是一种自我历练



人的一生中可能犯的最大错误,就是经常担心犯错误。

The biggest mistake that a man might make in his life is that he often worries about making mistakes.



苦己心志,劳己筋骨

当你正在经受困苦时,这也许是老天对你的一种磨练与考验,因为它要交给你重任!

在中学时代,我们就从课本上学过孟子的下面这篇文章,古人的此番教诲确实深刻,可惜当时我们没有太多的人生经历,也根本无从体会孟子的苦口婆心。现在,既然我们已经踏入社会,再回头细加品读,也许“犹未晚矣”!

舜发于畎亩之中,傅说举于版筑之间,胶鬲举于鱼盐之中,管夷吾举于士,孙叔敖举于海,百里奚举于市。故天将降大任于是人也,必先苦其心志,劳其筋骨,饿其体肤,空乏其身,行拂乱其所为;所以动心忍性,增益其所不能。人恒过,然后能改,困于心,衡于虑,而后作;征于色,发于声,而后喻。入则无法家拂士,出则无敌国外患者,国恒亡;然后知生于忧患,而死于安乐也。

这段话的意思大致是这样的:

舜是从田野间出生成长,而后当上天子;傅说原是一位筑墙工人,后被举用为相;胶鬲原是贩卖鱼盐的商贩,后来被人举用;管夷吾最早在狱官里看管囚犯,后被举用;孙叔敖是在海边被举

用的,百里奚是在市场上被举用的。

所以,当上天要把重任交给一个人时,必定会先困苦他的心志,劳累他的筋骨,饥饿他的躯体,穷乏他的身家,扰乱他,使他的所作所为都不顺遂,以此激发他的心志,坚忍他的性情,增加他所缺乏的能力。一个人只有发生错误后才能改正,人因困顿不畅,思虑拥塞不通,然后才能奋发振作;察看人家的脸色,发掘人家的声音,才能通晓别人的真伪。

国内没有守法的世臣和辅助贤士的诤谏,国外没有敌对的国家和外来的忧患,这个国家常常会灭亡,然后我们知道:在忧患的环境中才能生存,在安乐的环境中便会灭亡。

这段话既讲出了治国的大理,也说明了做人的准则,值得我们谨记在心里,至少我们可以从中悟出以下几个道理:

● 王侯将相本无种,英雄不怕出身低——不管是在古代还是在现代社会,很多贤人智士能够有所作为,他们都出自于贫寒低微的家庭,由此可见,成功并不一定非得出世于一个显赫的家世!尤其在现代社会,每个人都得靠自己的能力与本事而生存,可谓条条大路通罗马,只要努力,你就能有出头之日!

● 人穷不能志短——困苦与逆境并非完全不利,许多成就大业者都成长于一个贫穷困苦的环境之中,然而他们最终还是克服和改变了自己的处境,最终获得了成功。无数事实说明,逆境有时正隐含着更大的成功因素,只要你用自己的毅力和精神加以克服,不利的因素就能转化为成功的种子。如果你精心培育,就会随之开花结果。但在现实生活中,有些人一旦陷入贫穷,或遇到困境,他们要么哀叹命运不公,消沉懈怠;要么羡慕他人、嫉妒他人;要么自怜自悲、缺乏自信,在他人面前抬不起头,

说不出话。俗话说，穷不灭志，富不颠狂。这句话应该作为现代人——不管是穷人还是富人——做人的道理。

● 贫穷困苦能够磨练一个人的心志和能力——当然，有的人生来贫穷，其实这并不是“上天”的意思，我们自己也无法选择，但有一点可以相信：凡是在困苦的环境中没被击倒，并且更加奋发自强者，都能有百折不挠的韧性和坚持到底的毅力。恶劣环境的一再试炼，也提升和强化了他的能力与见识。这正是一个人担负重大责任时的必要条件！所以一个人只要从困苦中走出，他就能承担大任，这就是成功的本钱！相反，一个生来富贵优越者是很难体验到这些的，如此看来，穷困也许还是你成就大业的一种资本呢！而这种资本并非人人都有。

● 过于安逸舒适可能使人缺乏斗志——也许有人会反驳，难道安逸舒适不是我们每个人所追求的生活目标吗？这又有什么不好。对于这一观点，应该辩证去看。当然，日子过得舒服不是坏事，我们也应该力争让自己生活得更好，这样才是社会进步和人们生活改善的表现。但是，自古以来人们就懂得一个“居安思危”的道理，一个人如果缺乏危机意识，就很容易退步，赶不上时代的脚步，经不起环境的变动。大至一个国家的灭亡，小至一个公司的破产、某个人被人迎头赶上、家道中落等等，大都因为如此！所以，当你获得成功，当你拥有财富时，切不可忘乎所以，过度奢华，甚至丧失做人的根本。

因此，行走于人性丛林中的每个人都应该记住：

如果你正在遭受困苦，这并不完全是件坏事，因为老天要把重任交给你，他正在磨炼和考验你！

2

改变环境,改变自己

与其费尽心力去改变环境,不如改变自己。

在社会上行走,难免会遇到一些不如人意的时候,这好比开车总会遇到崎岖不平的路面一样。当你碰到这种情形时,应该怎么办,就拿开车来说吧,你至少有几个处置方式:

1. 停车不开,等施工单位来把路填平了再上路。
2. 自己下车把路填平。
3. 慢慢开过那段路面。

那么这三种方式哪种最为可取呢? 其实都各有利弊:

● 第一种方式最省人力,但问题是,等施工单位要等到何时? 除非施工人员就在身边,可以立即填平路面,否则等下去不是办法,那太消极了。

● 自己填平路面看来最积极,但花费的心力也最大,也很费时间,也许路未填平人已经累倒了。不过要是真把路填平了,那可是一片坦途。

● 慢慢开过那段路面,虽然也要忍受颠簸,但相对来讲不花时间,不用费很大心力。

说上面这些道理,是为了以“开车走过崎岖之路”来说明人生中的不如意之事。

人生中的不如意除了不可抗力的意外之外,多半来自于主观条件和客观环境的不协调,例如学非所用、人际关系的紧张、大才小用等,而这些不协调中有些是来自于主观认知和客观的现实有差距,例如自认为自己被“大才小用”,其实他根本就是“小才”。例如人际关系的紧张,并不是别人不理你,而是自己太倨傲……。

因此,当你碰到不如意时,也可以像开车经过崎岖路面一样,采取三个处理方式:

1. 等待别人伸出援助之手,替你解决问题;
2. 自己来改变客观环境;
3. 改变自己,配合客观环境。

第一种方式是不可等候,也是不可靠的,因为这个人不知道在哪里,就算他出现了,也不一定会替你解决问题,因此人面对不如意事时,只能采用第二、第三个方式——改变环境,或是改变自己!

要改变环境很难,因为每个人都有你不易攻破的自我,如果你有旺盛的企图,坚强的意志力和相对优越的条件,你当然可以去改变环境,但若“形势比人弱”,你要改变环境,那就会非常辛苦,不仅费时费力,而且还有可能心力交瘁,终于失败!

因此,如果你无力改变环境,那就不如改变自己。这就好比路难填平,那就不如慢慢把车开过去一样!

当然,“改变自己”得有几个过程,如:

- 检视自己和环境不协调之处,为了避免一厢情愿的看法,最好也请别人来检视,旁观者清,群医会诊,往往能找出病因。

- 改变自己待人处事的态度与方法,以减低和客观环境的冲突,达到和谐的境地,好比开车经过崎岖之路,把车速放慢,排档放低,这就可以“化险为夷”了!

在崎岖之路上行驶时,如果你不仅不想办法,还要开快车,很有可能车毁人亡,遇到不如意事还要一意孤行,不知调适,改变自己,则很有可能为自己带来难以弥补的伤害!

当你身处不利之境而又感到无能为力时,不如调适和改变一下自我。



莫让时间付诸东流

让生命的每分每秒都发挥最大的效益,宁可让人说自己是一位“工作狂”,也不要成为一位“懒汉”!

如果说上帝对人类有很多不公平的地方,但至少有一点是绝对公平的——它给予每个人的一天都是二十四小时。尽管上苍如此公平,但人世间还是并不平等:有的成为富人,有的人成了穷人;有的人一生成就卓著,有的人则一生厮混。

人与人之间为何出现如此大的差异,因素固然很多,但有一点很明显,这就是他们对待时间的态度。有的人把二十四小时变成四十八小时,而有的人则让时间白白流逝!让我们先来看看 A 君每日的生活情形吧!

他每天早上五点起床,先做早操,然后吃早点、看报纸,接着开车去上班,车上他听的不是路况报导或是流行音乐,而是语言录音带,有时也听演讲录音带。由于早出门,因此不会塞车,到达办公室差不多七点半左右,他又用上班之前的一段时间把其他报纸看完,并且做些剪报,之后准备一天上班所需要的资料。中午他固定在饭后小睡二十分钟,下午继续工作,到了下班时,他会利用一个多小时看书,在七点左右回家,因为不堵车,半小