

每一滴的汗水， 换来每一步的成功

所有的才能都是辛苦换来的
只有肯付出才可以换来累累硕果

本书浓缩了“付出”的精神，
从多个角度深入剖析付出与成功之间的关系，
指引读者在竞争社会轻松闯关，一步步走上人生的顶峰。

推荐的励志好书

日本几十
家论坛

前言

清代著名文学家金兰生在《格言联璧》中写道：“经一番挫折，长一番见识。”那些挫折的和流汗对人生不但不是消极的，还是一种促进你成长的积极因素。那些人们平日里最惧怕的东西：贫穷、羞辱、困难、失败……都能够锻炼人的意志，刺激人的进步。

人，有如蝼蚁一样，一生都匍匐在大地上劳作，备受折磨。如婚姻破裂、事业失败……即使你一切都称心如意，没有任何坎坷，也终会受到最大的考验——死亡。在面对种种磨难和折磨时，有些人听天由命，最后平庸地度过一生。但也有一些人，他们不向命运妥协，他们超越了一切，每天都充满快乐、幸福，并将这种情感传染到身边的每一个人、甚至世界的每一个角落。他们对磨难保持一种感谢的态度，因此世界在他们眼中就换了另一个模样。

想要成为成功者，就必须要在遭受到折磨和流汗时，也能从中体会到喜悦。只有感谢曾经折磨过自己的人或事，才能体会出那实际上短暂而有风险的生命意义；只有懂得宽容自己不可能宽容的人，才能看见自己心中的辽阔，才能重新认识自己……如果你现在还在遭受这样或那样的折磨，你就该庆幸，因为命运给了你一次战胜自我、升华自我的机会。换一种眼光来看待这些折磨吧，感谢那些在工作和生活中折磨你的人，你就会获得幸福。

本书通过全新的案例和说理，告诉人们：折磨和流汗你的人是你生命中不断进步的动力，是提升你个人魅力的最佳拍档。只有感谢那些曾经折磨过你的人和事，才能真正体会到生命的意义；只有宽容那些曾经折磨过你的人，你才能重新认识自己，获得更加美妙的人生。

目录

前言

第一章 工作上流点汗，换来事业步步高升

心想事成往往很难实现
工作给予你生活
失去工作的同时，也丧失了人生的很多乐趣
排除“不可能”心理
不要只为了薪水工作
低是高的铺垫高是低的目标
工作是镜子你笑它就笑你怒它亦怒
抱怨是最无价值的语言
成功要耐得住寂寞
对工作充满感恩
承担责任不逃避

第二章 生活中流点汗，换来人生多姿多彩

我快乐我成长
人生没有跨不过去的坎儿
勤奋对待每一天
不必在意生活的苦
在困惑中寻找动力
切勿被无情的命运击倒
迷茫让目标更加清晰
逆之极则顺之始
恐惧过后幸福才更美丽
顽强的人从不屈服于命运

第三章 竞争中流点汗，换来超强斗志盎然

对竞争对手要心存感激
真正的对手使你斗志盎然
拥有好对手是一种福分
好对手让你越来越强大

尺有所短寸有所长

微笑面对对手的“厮杀”

没有对手，人生便毫无价值可言。

学会欣赏你的对手

第四章 社交中流点汗，换来朋友互相帮助

要使世界动，一定要自己先动起来

不要等待，积极地把自己推出去

积极融入新圈子，把你仰慕的对像变成你的朋友

笑口常开、和善待人，就能获得别人的信任和爱戴

聚会中在保证“重点”的时候，绝不忽略“一般”

放松姿态，有意暴露自己“真实”的一面

适当时间为自己搭建一个平台，将自己隆重推出

第五章 管理中流点汗，换来企业稳定发展

树立良好的形象，领导就要有领导的样子

让下属看着你的脚印走，去做正确的事

保护好自己的隐私，维护好自己的形象

提高影响力，树立自己的威信

不以利害而改变自己的做人处世原则

禁止员工去做的事情，自己先不要去做

储蓄信任，提升你的威信

克制私欲，一心为公

第六章 理财中流点汗，换来生活轻轻松松

在事业的起步阶段，要好好打理自己的钱财

攒钱是理财的起点，投资是理财的重点

不能攒钱的人，就会无财可理

越早学会理财，生活越轻松

理财不仅仅只是富人的游戏，也是穷人的必修课

投资习惯决定投资成果

理财首先要了解自己的财务状况

不同的年龄段应选择不同的理财方法

不论哪种投资，都要有止损止赢的智慧

绕开理财的误区，理财就变得简单了

第七章 婚姻中流点汗，换来家庭和睦幸福

不要让你的妻子喋喋不休

婚姻是检验你是否成熟最好的试金石

对妻子衷心地表示赞扬和欣赏

不要随意批评你的妻子

不要企图改变对方

对生活琐事要多加注意

蛮不讲理是侵蚀爱情的祸水

第一章 工作上流点汗，换来事业步步高升

心想事成往往很难实现

想必每个人都是希望事情的发展都朝着自己所期望的那样，所以有个成语叫做“心想事成”，但这往往实现不了。因此，一个人不但要接受他所希望发生的事情，而且还要学会接受他所不希望发生的事情。

要适应现实，接受一切不可改变的事实，心平气和，以平常心面对周围所发生的一切，而不是唉声叹气，自寻烦恼，更不要企求社会来适应你，奢望世界为你一人而改变，因为这是不可能实现的空想。在困难面前，如果你能承受折磨，你将会赢得长足发展；如果你不能忍受，那么等待你的也许就是被社会淘汰。

上海某高校计算机系一男生，毕业后如愿进了一家颇有名气的软件开发公司，本以为可以用上往日在学校里学习积累起来的编程技术，在公司一展身手，出人头地。可万万没想到，就在他工作3个月后，上司竟突然让他负责计算机病毒的防治工作，这与他在学校里所关注和学习的内容有很大的差别。开始，他不禁产生了消极情绪，怎么办呢？经过再三思考后，他想通了，只有面对现实，于是又拿起了病毒方面的书籍，开始学习新的知识来适应现在的环境。渐渐地，他竟然喜欢上了反病毒这个行业，且很快就开发了一个全新的反病毒软件，给公司带来了可观的收入。

当我们面对不如意的事情时，当我们面对现实和理想的冲突时，只有面对现实，适应现实，克服困难，奋发图强，只有这样，你才可以做一个勇往直前的成功者。

如果我们没能学会面对、适应现实，而是逃避现实的话，那么我们将因经不起考验而被现实所淘汰，成功也将与我们擦肩而过。

一个年轻人毕业后被分配到北京某研究所，终日做些整理资料的工作，时间一久，觉得这样的工作索然寡味。恰好机会来了，一个海上油田钻井队来他们研究所要人。到海上工作是他从小就有的梦想，领导也觉得他这样的专业人才待在研究所光整理资料太可惜，所以批准他去海上油田钻井队工作。

在海上工作的第一天，领班要求他在限定的时间内登上几十米高的钻井架，把一个包装好的漂亮盒子送到最顶层的主管手里。他拿着盒子快步登上高高的、狭窄的舷梯，气喘吁吁、满头是汗地登上顶层，把盒子交给主管。主管只在上面签下自己的名字，就让他送回去。他又快

速跑下舷梯，把盒子交给领班，领班也同样在上面签下自己的名字，让他再送给主管。

他看了看领班，犹豫了一下，又转身登上舷梯。当他第二次登上顶层把盒子交给主管时，浑身是汗，两腿发颤，主管却和上次一样，在盒子上签下名字，让他把盒子再送回去。他擦擦脸上的汗水，转身走向舷梯，把盒子送下来，领班签完字，让他再送上去。

这时他有些愤怒了，他看看领班平静的脸，尽力忍着不发作，又拿起盒子艰难地一个台阶一个台阶地往上爬。当他爬到最顶层时，浑身上下都湿透了，他第三次把盒子递给主管，主管看着他，傲慢地说：“把盒子打开！”他撕开外面的包装纸，打开盒子，里面是两个玻璃罐，一罐咖啡，一罐咖啡伴侣。他愤怒地抬起头，双眼喷着怒火，射向主管。

主管又对他说：“把咖啡冲上。”年轻人再也忍不住了，“叭”的一下把盒子扔在地上：“我不干了！”说完，他看看扔在地上的盒子，感到心里痛快了许多，刚才的愤怒全释放出来了。

这时，那位傲慢的主管站起身来，直视着他说：“刚才让你做的这些叫做承受极限训练，因为我们在海上作业，随时会遇到危险，要求队员一定要有极强的承受力，承受各种危险的考验，才能完成海上作业任务。可惜，前面三次你都通过了，只差最后一点点，你没有喝到自己冲的甜咖啡。现在，你可以走了。”

那个年轻人也许做梦都没有想到，领导和主管对自己的折磨是一种考验，更是一种锻炼！我们有理由相信，经过这些考验之后，那个年轻人的能力和意志力都会得到极大的提高。经受住各种考验，多用心，多忍耐，你和那个年轻人一样，就会获得相应的提高。

工作给予你生活

工作不仅仅是为了拿一份薪水，也不只是谋生的手段，更是我们的人生。因为有工作，我们可以更好地享受生活，可以赢得别人的尊重和赞美，可以享受成功带给我们的喜悦，实现自己的人生价值。因此，要时刻提醒自己：假如我失去了工作，生活还会像现在这样吗？

工作撵跑三个魔鬼：无聊、堕落和贫穷。

从走出校园步入社会的那一刻开始，我们便与工作结下了不解之缘。几乎每个人都在工作，然而有很多人却并不真正热爱自己的工作。平日里同事闲聊或者朋友聚会，很多时候都听到大家在说：如果能不工作该有多好！然而，我们是否真正思考过：我们到底为什么工作？

今年 29 岁的赵先生，在毕业后的几年里已经换了不下五次工作。

刚刚大学毕业那年，学设计专业的他在一家装修公司找到了一份工作，可是，由于社会经验不够，领导总是安排他做些零活，于是他想：我是学设计出身的，怎么能每天做这样没有技

术含量的工作？因此，他工作没多久就辞职了。接下来，他又换了两家公司，也都因为同样的原因离开了。

一年之后，赵先生终于找到了一家小型的设计公司，试用期的时候，老板让他负责一个家庭装修的设计工作，他很高兴，也按照客户的要求完成了工作，赵先生终于开始正式做设计工作了。然而好景不长，过了两个月，赵先生又开始想，这工作太累了，经常要去工地，还要听客户的抱怨，我要从事的应该是更好的工作。

经过了一段时间的思考之后，赵先生认为做销售不错，每天西服革履，还可以陪客户聊聊天，吃吃饭，薪水又很高，于是，他又找了一份医疗公司销售代表的工作。刚开始的时候，赵先生感觉自己终于找到了自己梦想的工作，每天出入高级写字楼，高级餐厅。可是没多久，赵先生就被老板给他定的销售指标压得焦头烂额，不得不每天拜访客户，还要经常求人，三个月试用期结束了，赵先生也因为完不成销售任务而被解雇。失去工作的赵先生不得不重新开始审视自己。

一次，苦闷的赵先生遇到了大学时的同学张先生，张先生从毕业开始就在一家装修公司工作，已经从做零活的小工晋升为公司的首席设计师，可谓春风得意。两人来到了一家咖啡馆聊天，一坐下，赵先生就开始迫不及待地吐苦水，说自己在工作上多么不顺利，自己曾经做过的工作多么枯燥。张先生一直笑而不答。最后，张先生问道：“那么，你梦想中的工作是什么样子呢？”听了这句话，赵先生突然陷入了沉思，他发现，其实自己只是一直在埋怨工作的不顺利，却从来没有真正地想过自己到底想要做什么样的工作，更从来没有用心感受过工作为自己带来了什么。

事实上，很多人都像赵先生一样，并没有认真思考过自己为什么工作，工作给自己带来了什么。法国哲学家伏尔泰曾经说过：“工作撵跑三个魔鬼：无聊，堕落和贫穷。”这句话虽然简短，却十分形象地说明了工作对于人的重要意义。

工作带给我们生活的经济来源。每个人都在终其一生追求幸福，那么，幸福是什么？物质上的满足不是幸福的全部，却是我们生活的根基。我们喜欢快乐的生活，我们有自己的爱好，喜欢看电影、听音乐、逛街、旅游，在我们成年离开父母的庇护之后，工作就是满足我们这些需求的源泉。

工作带给我们自信，让我们受到尊重，体验成功的喜悦。一个人小的时候看到老师就会自然而然地产生尊重之情，那是一种结合了欣赏、羡慕和依赖的感觉。长大了之后，又会对自己的上司、领导产生尊重之情，而老师、上司得到的这种尊重都是工作带给他们的。他们努力工作，获得了成功，又因成功而受到尊重。这个循环对于每一个人来说都是成立的。

失去工作的同时，也丧失了人生的很多乐趣

在现实生活中，也有一些人为了某些原因放弃了工作，可是不用工作的他们是否得到了幸福呢？

电视剧《中国式离婚》里讲述的故事现在可谓家喻户晓，剧中的女主人公林小枫原本是一名小学教师，有着稳定的工作。但是，为了照顾家庭，为了支持丈夫宋建平的事业，林小枫放弃了自己的工作，一心一意地操持起家务。丈夫宋建平也由于妻子的无私奉献而拼搏成功，当上了合资医院的院长。

按照很多人的想象，这应该是一个非常美满的家庭，林小枫也是一个非常幸福的女人，可以不工作，有一个事业有成的丈夫。然而，事情的发展却往往并不遂人愿。没有了工作的林小枫基本上成了“家庭妇女”，过着“与世隔绝”的生活，每天接触的都是柴米油盐的琐事，这不但没有让她感受到幸福，恰恰相反，失去了朋友圈子，得不到认同的她逐渐发现自己和丈夫的差距越来越远，因此开始怀疑丈夫，也因为害怕失去丈夫而采取了极端的措施去监督丈夫，甚至于无理取闹。林小枫无休止近似乎疯狂的闹腾引起了医院外籍老板的不满，让宋建平在单位处境尴尬，几乎面临着被解雇的危险。

当面目扭曲、头发蓬乱的林小枫出现在丈夫工作的医院大吵大闹的时候，相信任何一个丈夫也无法忍受这样的妻子。林小枫的行为也导致了夫妻关系迅速恶化、矛盾加深，最终难逃离婚的结局。

同时，与林小枫形成鲜明对比的，是剧中的另外一名女性肖莉。肖莉由于丈夫有外遇而离婚，自己带着女儿生活。但她坚强、乐观地面对生活，把自己和女儿的生活安排得井井有条的同时，努力地工作，还被提升了正处。她的健康心态与她在工作上得到的认可不无关系。

试想一下，如果林小枫没有放弃工作，每天都有自己的事情要做，每天都有身边同事和朋友的鼓励，有上司的欣赏，那样的林小枫还会采取这样极端的行为吗？

不过，最近也听说社会上有一个群体，称“不工作的人”。一般说来，30岁至40岁之间是一个人的黄金年龄段，也是事业蒸蒸日上的时候，不过却有一些人在这个黄金年龄段选择离开，去享受生活，做自己喜欢做的事情，他们的观点是：不工作是快乐的。然而，我们仔细研究一下就会发现，这些“不工作的人”都是事业比较成功、经济上比较富足的人，他们或者有自己的公司产业，或者曾身居大公司的高管阶层，收入可观，这样才有资本去考虑离开的问题。因此，在“不工作”之前，则是这些“不工作的人”奋力打拼的时间。一位“职场隐退者”说：在他事业刚刚开始5年的时间里，他从来没有在夜里2点以前睡过觉，也正是创业之初的忙碌，才能让他做到现在的悠闲和随心，去满足自己的爱好。另外，这位人士也说，即使是这样，他

们也并没有完全对工作不闻不问，他们也要保证公司能够正常运转。

工作不只是谋生手段，工作就是我们的人生。通过工作，我们可以更好地享受生活，能够赢得别人的尊重和赞美，能够享受成功带给我们的喜悦。尽管在工作的过程中我们会遇到挫折，受到打击，可这些不也是工作带给我们的宝贵财富吗？挫折和打击让我们更加坚强，更加成功。

古希腊诗人赫西俄德在《工作与时日》中曾经讲过：“劳动不是耻辱，耻辱是懒惰，只有从事劳动才能备受永生神灵的眷爱。”努力工作，用一颗感恩的心来对待自己的工作，相信工作是上天赐给我们的一份最好的礼物。

排除“不可能”心理

在工作中，常常听到别人说“不可能”这个词，它使人们对自己或他人失去信心，也让人们不相信奇迹会发生。但是人们应该想想过去所创造出的奇迹，如：海伦·凯勒听不见声音，看不见东西，但她创造了文学史上的奇迹；约翰·库缇斯曾被医生断言活不过一天、一周，但他活到了34岁，成为轮椅橄榄球运动员、室内板球健将、国际著名的演讲大师，并有了妻儿……

世上没有不可能，我们应该对自己有信心。在奥运会上，运动员最不可缺少的也正是这种信念——相信“没有不可能”。

奥康企业就是一个在工作中奉行“没有什么不可能”的典型代表。在发展过程中，奥康企业创造了许多别人觉得无法做到的“神话”，而这些所谓“神话”的产生，其实正体现出了敢于蔑视困难、把问题踩在脚下的精神。

我们再来看一个奥康创造的“没有什么不可能”的故事：仅用3个月，就建成了一栋7400平方米的厂房。2006年，为了满足生产的需要，奥康准备再盖一栋厂房。为了让厂房能够以最快的速度投入使用，奥康的高层对负责这一工程的主管下了死命令：3个月必须将厂房建好。开始时，很多人都认为这是天方夜谭，通常盖这样一栋厂房起码需要8个月，而3个月建好，这不是开玩笑吗？

但在奥康看来，没有什么不可能。奥康制定出了一个详细的工作计划，什么时候该完成什么工作，都写得清清楚楚，并采取了一系列的措施。如为了用足24小时，奥康安排工人三班倒，晚上的工资是白天的3倍。这就是奥康所信奉的“宁愿损失金钱，也不能浪费时间”的信念。终于，在所有人的努力下，厂房用3个月时间如期完成了。当时有一个工人开玩笑地说：“奥康建房就像山里的竹笋一样，前一天还没破土，第二天就冒出来了”。

其实，除了3个月建成厂房外，奥康还创造了很多个“不可能”：

西部鞋都——这个荒地上诞生的奇迹，在开始时看来也是不可能的，但最后，“不可能”变成了现实。和意大利一流制鞋企业 GEOX 的合作，在别人看来同样不可能。因为当时 GEOX 考察的中国企业有七八家，论实力，奥康比不过某些企业；论名次，奥康被排在考察的最后一位。在考察奥康之前，GEOX 内部已经有了初步定论，甚至有些人提议不要去奥康了，免得浪费时间，但没想到奥康最终成了 GEOX 在中国地区惟一的合作伙伴。

几年前，当奥康决定投资生物制药时，遭到了很多人的反对，可事实证明，投资这一领域是很有眼光和商业前景的。

黄冈商业步行街是奥康打造的 100 条商业步行街的第一条，之前几乎听不到赞同的声音，可是黄冈步行街的开业让所有不相信的声音都从此销声匿迹……

做大的事业需要的正是将所有“不可能”踩在脚下的勇气和魄力！

由此可见，“不可能”并不是真的不可能，而是被夸大的困难吓住了前进的脚步。要想面对生活、工作中的多种“不可能”，就要相信“没有什么不可能”！只要坚信“没有什么不可能”，“不可能”就将会变为可能。

不要只为了薪水工作

薪水是工作给我们的最直接的报偿，同时也是个人能力或者说价值的一种体现，然而工资却并不是工作的全部。如果一个员工只是盯着薪水做事，那他将无法摆脱平庸。不要只为了薪水而工作，不要让薪水束缚了我们成长脚步，看得远一些，成功就在不远处。

企业在招聘过程中经常会问这样一个问题：薪水和工作，哪个对你来说更重要？这一方面反映出薪水确实是职场中的敏感话题；另一方面，这个问题也着实难倒了很多求职者。他们不知道如何来回答，因为从真实的想法来讲，他们很重视薪水的高低，可是如果如实回答，又会显得他们很世俗。如果回答是工作更重要的话，面试官很可能会认为你比较虚伪，也不容易被录取。针对这个问题，人力资源专家给出的答案是：两者对我都很重要。因为薪水可以解决个人的生存问题，是生活条件的基本需要，而工作是为了发展自己的能力，也能为公司创造更大的价值。这是一个自己和公司双赢的结论。

其实，就像人力资源专家所说，对这个问题，大可不必遮遮掩掩。薪水是我们工作的直接动力，也是工作的最浅层次的意义。如果不能通过自己的劳动得到合理的报酬，那么任何梦想也都只是空谈。

由加布里尔·穆西诺导演执导的美国著名影片《当幸福来敲门》曾经感动了无数人，这部

改编自美国黑人投资家克里斯·加德纳自传的电影讲述了一个关于梦想的真实故事。

克里斯·加德纳曾经是个聪明的医疗器械推销员，但是在他心中一直有一个梦想：那就是成为一名有机会获得高收入的证券经纪人。不过这并不是一件容易的事，在经济萧条时期，加德纳的医疗器械推销不出去，没有工资的加德纳一家生活十分潦倒，他的妻子琳达无法继续忍受艰难的生活，撇下他和5岁的儿子克里斯托弗离家出走了。而加德纳父子又因为缴不起房租而被房东扫地出门，无家可归的父子俩甚至要在地铁的卫生间里过夜。

然而，一心想成为证券经纪人的克里斯没有放弃努力，他的坚持和智慧打动了证券公司的经理，成为20个实习生之一。可是，此后的半年实习期，加德纳父子的生活将更加艰难，因为实习期没有工资，而20个实习生中只有一个能留下来。于是，他每天提着四十多磅重的医疗仪器四处奔走推销，下班后要赶紧去收容所排队寻找一晚的住处。

经过努力，克里斯终于成为一名高收入的经济师，那一刻，站在人群中的他激动不已，飞快地跑到儿子面前和他相拥，幸福的泪水夺眶而出。

克里斯·加德纳的梦想终于实现了，可是在实现梦想的过程中，推销医疗仪器得到的收入成为关键，由此可以看出，薪水和工作本身就是密不可分的共同体。美国心理学家亚伯拉罕·马斯洛提出的“需要的五个层次”中，前两个分别是“基本的需要”和“安全的需要”，也就是对于食物和衣物的需要，以抵御饥饿和寒冷以及对居住在一个可以感到安全的地方的需要。那么，很显然，我们需要通过薪水来满足这两项需要。

在工作中遇到困难和挫折的时候，我们往往认为是命运的不公，可是，请永远记住孟子的那句话：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行弗乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。”

有的人工作了十几年，职位和薪水都不见涨；有的人毕业没几年，很可能刚到公司的时候还是实习生或者临时工，几年的光景，人家已经成了总监、副总。有人对这样的事愤愤不平。可是，仔细思考：第一种人从不钻研业务，把大好的时光放在对薪水的计较和对工作量的算计上，那么无论他们在公司待了多少年，在业务上他们仍然是“新手”，工资也只能停滞不前；而第二种人把工作的每一天都看成是一个学习的机会，他们如饥似渴地汲取着工作的营养，用很短的时间就成为某个领域的专家。

在烈日当空的下午，一群铁路工人正在满头大汗地工作。这时，一辆豪华轿车从远处驶来，车门打开，一位西装笔挺的绅士从车上走下来，原来是铁路公司的董事长来工地视察工作。

工人们都停下了手里的工作，向董事长问好。董事长微笑着走到一位工人面前，亲切地说道：“汤姆，见到你真高兴。”汤姆也站起来与董事长大卫热烈拥抱：“是啊，大卫，好久不见！”然后，大卫邀请汤姆到车上详谈，一个小时之后，汤姆才回到工人中间。

工人们十分惊讶，原来汤姆与董事长是这么好的朋友，那么为什么汤姆还是一名普通的铁

路工人呢？汤姆看出了大家的疑问，就把很久之前的故事讲给大家听：“20 年前，我和大卫同时成为铁路公司的工人，而且在一起工作了很长时间，成为非常好的朋友。”

这时，有人忍不住打断了汤姆：“可是为什么大卫已经是公司的董事长了，你却还在太阳底下工作呢？”听到这句话，汤姆并没有生气，而是意味深长地说：“20 年前，我为了每小时 175 美元的工资工作，而大卫却一直在为铁路事业工作。”

在职场中，很多人把薪水的高低摆在工作的第一位，每天盯着自己的薪水来选择自己的工作态度，认为自己得到多少报酬，就应该付出多少努力，如果多做事而不能立刻得到回报，那么很显然，自己亏了。

请务必永远记住这条颠扑不破的真理：别让薪水束缚了成长脚步，要知道，薪水是老板给的，老板有权利给你涨工资，也有权利不涨，而能力和水平只要得到了就永远是自己的！当有一天，你的老板决定不给你涨薪的时候，你完全可以凭着自己的工作能力去寻找另一个愿意给你高工资的老板。

低是高的铺垫高是低的目标

“低是高的铺垫，高是低的目标”，对于那些已经处在事业巅峰的人，你只要去研究他们的经历就会发现：他们并不是一开始就“高人一等”、风光十足的，他们也曾有过艰难曲折的“坐冷板凳”的经历，然而他们却能够端正心态，不妄自菲薄，不怨天尤人。

张明以前是个英语老师，下岗之后他到北京一家俱乐部做会员卡的销售员。开始的时候，张明对一切都感到生疏，初来乍到，也没有可以利用的关系。可想而知，他的处境有多窘迫！他决定采取一个初入道者都采用过的笨办法——扫楼。“扫楼”是业内人士的术语，即大大小小的公司都聚集在写字楼里，你要一家一家地跑，一家一家地问，那种情形就跟扫楼差不多。当然，你必须要找经理以上的高级管理人员，最好是总裁，普通的白领是难以接受价格不菲的会员卡的。

张明的生活从此出现了 180 度的大转弯。他由一名荣耀至极的大学教师，一下子“跌落”成为一个“厚脸皮”的推销员。那是一种什么样的感觉？他心里的落差感十分强烈。

有一个朋友问过张明关于“扫楼”的事情。那个朋友阴阳怪气地问他：“‘扫楼’是不是很威风，一层一层，挨门逐户，就像鬼子进村扫荡一样？”张明听完这番话，内心真是酸甜苦辣什么滋味都有。

往事不堪回首，他至今仍然清晰地记得“扫楼”之初的那种狼狈和艰辛。他曾经精确地统

计过，他“扫楼”的最高纪录是一天内跑了 10 栋写字楼，“扫”了 72 家公司，感觉身体像散了架一样，腿和脚都不是自己的了，别说走路，挪动一下都很困难。那天晚上，他坐电梯从楼上下来，在电梯间里，他感到自己的胃正在一阵阵痉挛、抽搐、恶心，惟一想做的就是找个清静的地方大吐一场。他经常忍受人们的白眼和奚落，这对于从小到大都一直备受尊重的他来说，该是怎样一种伤害啊！

如果推销会员卡只有“扫楼”这一种方法，那么很少有人能够坚持下去，也很少有人能够成功。“扫楼”只是步入这个行业的初始阶段，秘诀还是有的。大约半年后，张明开始出现在俱乐部召开的各种招待酒会上。出席这类酒会的人都是些事业有成、志得意满的成功人士。置身于这样的环境中，张明发现那些如同铁板一样的面孔不见了，那些刺痛人心的冷言冷语不见了，现在出现的可能是真正意义上的彬彬有礼。他感到自己一下子放开了。他本来就该属于这里：他的涵养，他的才学，即使他曾经历过一段坎坷的“奋斗史”，又怎能磨灭他所固有的价值与尊贵呢？他知道他们需要什么，知道他们需要听从什么样的劝告。这是很重要的，因为他一下子就能拉近与他们之间的距离。他的语言、他的讲解，也不是那样干巴巴的，仿佛带有一种难以抗拒的鼓动力。他告诉他们，俱乐部将会给他们最为优质的服务，而购买价格昂贵的会员卡就是一种地位、身份和财富的象征。

在一次专为外国人举办的酒会上，似乎没有人比他更游刃有余。他能说一口纯正、流利的英语，这让他一下子就与外国人打成了一片。他曾经一个下午同时向 8 个外国人推销，结果竟然售出了 9 张会员卡，其中有一个人多买了一张，是送给他朋友的。每张会员卡 5 万美元，每售出一张会员卡，销售人员可以从中提取 10070 的佣金。张明一下午的收入就很容易推算了。

从那以后，张明就在几个俱乐部之间跳来跳去。到了 2004 年初，他终于在一家俱乐部安营扎寨。他已经不用再去“扫楼”了，即使是参加招待酒会，他也不用怂恿别人买会员卡了。他有良好的学历、良好的敬业精神和销售业绩，所以，他从销售员、销售经理、销售总监一直到俱乐部副总裁。显然，如果没有当年的“低人一等”，哪里会有后来的“高人一筹”呢？

俗话说：“吃得苦中苦，方位人上人。”你只有能够忍受那些所谓的低微卑贱的生活的折磨，并在低微中养精蓄锐、奋发图强，尔后才能攀上人生的巅峰，享受世人对你的尊崇。

工作是镜子你笑它就笑你怒它亦怒

工作好比一面镜子，你对它笑，它也会对你笑；你对它发怒，它也会同样怒视着你。只有以热忱的心去对待工作，尽可能地摆脱对工作的厌恶，以微笑对待每一天，工作也会以优异的

成绩来回馈你。

据统计，目前我国全年国家法定节假日（含周末）共 114 天，约占全年天数的 1/3。也就是说，其余 2/3 的时间，我们每天都在工作。因此，如何对待工作，如何度过 2/3 的时光，需要我們认真思量，是尽量培养对工作的兴趣、享受工作的过程，还是得过且过、度日如年地勉强工作？

工作和学习一样，不是轻易就能够体会到其中的乐趣的，一个人在学生时代可能会有这样的体会：小的时候需要家长督促才去学习，而长大了之后的某一天，可能是在图书馆里，可能是在课堂上，我们会突然发现原来学习是件很美妙的事情！这也就是为什么有很多年轻人眷恋象牙塔的原故，毕业之后就会产生一种失落感。其实，这种失落感大可不必，因为对工作的兴趣正如学习一样，需要时间去慢慢培养。很多杰出的人都是热爱工作的，因为他们找到了工作的乐趣，也正因为他们对工作的热爱，才成就了他们的人生。英国历史学家卡莱尔就曾经说过：“工作是良药，能医治一切困扰人的疾苦。”只要以热忱的心去对待工作，工作也会以优异的成绩来回馈你。

张琳是音乐学院钢琴专业的学生，专业成绩十分优秀。毕业时，她十分渴望能够成为一名音乐教师。可是天不遂人愿，去学校面试的时候，张琳因为生病影响了成绩，因此当音乐老师的梦想暂时搁浅了。

后来，凭借着一口流利的英语，张琳到了一家旅行社工作，并很快取得了导游证，成为一名导游。导游的工作是十分辛苦的，经常出差，还要照顾好每一位客人，可是一向认真的她，尽管选择的工作与自己的专业完全不对口，尽管并不喜欢这份工作，可她仍认真地完成了每一个任务。

一次，张琳接了一个美国团。从武汉到重庆的游船上，一位八十多岁的老人突然血压急速升高，随船医生说必须马上送医院，病人随时有生命危险。而老人意识到自己有可能昏迷，就坚持授权张琳在她神志不清时为她全权做出决定。张琳感觉到自己身上肩负着巨大的压力，病人一旦出现头痛或者视觉模糊很快就会失去意识，也就是脑中风。于是，她一夜没有合眼，时时刻刻照顾着病人。

凌晨三点，游船靠岸了，又开车走了三个半小时的山路才到达了医院，张琳这才稍稍松了口气。经过医生的抢救，老人的血压稳定了，医生开了出院并可登机的证明。老人临走时依依不舍，拉着张琳的手说：“也许这辈子不会再见了，但在我心里有个孙女在中国。”

张琳说：“如果能够让我重新选择，我还是希望能够成为一名音乐教师，但是，我是个随遇而安的人，做了导游之后，我一直热情地对待工作，对待我的每一位客人，现在，我已经慢慢地爱上我的工作，客人也给了我很多感动。”

善待工作吧，尽情地享受工作的乐趣，工作也会以特定的方式来回报你。工作是一种馈赠，

是生命中最珍贵的礼物，没有不适合的工作，只有不懂得珍惜工作的人。

还有一个故事：

主人养了两匹马，有一天，两匹马各拉着一辆大车向前走。前面的一匹走得很好，而后面的一匹走着走着就停了下来。

于是主人把后面一辆车上的货挪到前面一辆车上去。等到后面那辆车上的东西都搬完了，后面那匹马才继续前进，并且对前面那匹马说：“驮那么沉的东西，把我的腰都压弯了，我可再也不想做这么辛苦的工作了，越辛苦，越流汗，人家越是要折磨你。”就这样，前面那匹马一直驮着货物，最后终于到了目的地。

这时，主人说：“既然只用一匹马拉车，我为什么还要养两匹马呢？不如好好地喂一匹，把另一匹宰掉，总还能拿到一张皮吧。”他就这样做了。后一匹马为自己对待工作的态度付出了生命的代价。

很多时候，对待工作的态度就是我们做出的一种选择。不可能每个人都会遇到自己特别喜欢的工作，这种情况下，是振奋、全神贯注地培养对工作的热爱为成功打下基础呢，还是厌恶、一蹶不振、得过且过地应付工作？任何一份工作都会有成功的机会，关键是看我们能否通过努力达到成功的巅峰。总在山脚下忧愁，望而却步的人是永远也不会到达顶峰的。

王敏是某医疗器械公司的一名销售经理，她的销售业绩一向排在前列，领导也很看好她，把她作为重点培养对象。可是，最近，王敏的销售业绩却一路下滑，甚至有一些原来的忠实客户已经转移到竞争对手那里去了。领导对她也很失望，正赶上现在经济形势不好，继续这样下去，她的名字很可能出现在即将公布的裁员名单中。王敏很沮丧，究竟是什么原因导致一名优秀的销售人员业绩迅速下滑呢？

身为心理咨询师的卢珊是王敏多年的好朋友，当她得知王敏的情况之后，主动约王敏谈心。在谈话中，卢珊得知，王敏所在的公司里面来了几位新同事，工作风格和为人处世的习惯都与原来的同事不同，就在不久前，王敏还因为工作上的事情与一位新同事发生了争吵。因此，王敏对工作产生了厌烦情绪，每天迈进公司的大门都觉得有一种无形的压力。而这种情绪也影响到了她的客户，客户感觉到不舒服，自然而然就被竞争对手挖走了。虽然王敏自认为并没有把厌烦情绪传递给客人，可是，要知道，不好的情绪很容易在不经意间流露出来，进而影响工作。

为此，卢珊特意给王敏支了两招：第一，把工作当成一种爱好，经常给自己确定目标；第二，想一件快乐的事，对工作厌烦的时候就去想想这件快乐的事，心情就会变好。

此后，王敏又恢复了往日的乐观、开朗，她的销售业绩也很快恢复了，在刚刚公布的裁员名单里并没有她的名字。

日复一日的工作，让你觉得工作既刻板又乏味；一位不太善解人意的老板让你觉得备受冷落；过多的加班让你觉得没有时间享受生活；复杂的人际关系也让你很难应付自如。……这些

都可能成为你厌恶工作的理由，却不能成为你摆脱工作的借口。既然每天都要面对工作，为什么不能保持一颗乐观向上的心呢？请记住：不怕工作乏味，最怕你是一个没有情趣的人。

记住：不要戴着有色眼镜去看待你的工作，更不要因为别人影响你对工作的热爱。厌恶是工作中的恶魔，用厌恶的心态来对待工作，成功只会离你越来越远。

抱怨是最无价值的语言

生活中，总是有很多人喜欢抱怨这，抱怨那，仿佛一刻不说抱怨的话，他们就感受不到心里的平衡。可是只是一味地去抱怨自身的处境，对于改善处境没有丝毫益处。只有先静下心来分析自己，并下定决心去改变它，付诸行动，它才能向你所希望的方向发展。一分耕耘一分收获，不要企望在抱怨或感叹中取得进步，事情的进展是你的行为直接作用的结果。事在人为，只要你去努力争取，梦想终能成真。

画家列宾和他的朋友在雪后去散步，他的朋友瞥见路边有一片污渍，显然是狗留下来的尿迹，就顺便用靴尖挑起雪和泥土把它覆盖了。没想到列宾发现时却生气了，他说：“几天来我总是到这儿来欣赏这一片美丽的琥珀色。”

当我们老是埋怨别人给我们带来不快，或抱怨生活不如意时，想想那片尿迹，其实，它是“污渍”，还是“一片美丽的琥珀色”，都取决于我们自己的心态。

不要抱怨你的工作不好，不要抱怨你住在破宿舍里，不要抱怨你的男人穷或你的女人丑，不要抱怨你没有一个好爸爸，不要抱怨你空怀一身绝技没人赏识你，现实有太多的不如意，就算生活给你的是垃圾，你同样能把垃圾踩在脚底下，登上世界之巅。

孔雀向王后朱诺抱怨。它说：“王后陛下，我不是无理取闹来诉说，您赐给我的歌喉，没有任何人喜欢听，可您看那黄莺小精灵，唱出的歌声婉转，它独占春光，风头出尽。”朱诺听到如此言语，严厉地批评道：“你赶紧住嘴，嫉妒的鸟儿，你看你脖子四周，如一条七彩丝带。当你行走时，舒展着华丽羽毛，在人们眼中就好像色彩斑斓的珠宝。你是如此美丽，你难道好意思去嫉妒黄莺的歌声吗？和你相比，这世界上没有任何一种鸟能像你这样受到别人的喜爱。一种动物不可能具备世界上所有动物的优点。我们赐给大家不同的天赋，有的天生长得高大威猛；有的如鹰一样勇敢、鹊一样敏捷；乌鸦则可以预告未来之声。大家彼此相融，各司其职。所以我奉劝你去除抱怨。不然的话，作为惩罚，你将失去你美丽的羽毛！”

抱怨对事情没有一点儿帮助，与其不停地抱怨，不如把力气用于行动。

抱怨的人不见得不善良，但常不受欢迎。抱怨的人认为自己经历了世上最不公平的事。但