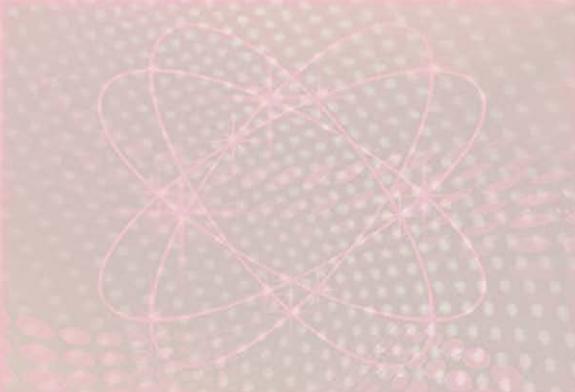


工作并快乐着



# 序

每当夜深人静的时候，一个人默读着书里的那些文字，时常感慨万千，心潮澎湃，于是我就想：文字是有力量的。

每次听到那些音乐，身体开始随着节奏摇摆，心情随着旋律起伏，于是我就想：音乐是有力量的。

每次听到大师的演讲或倾听朋友的诉说时，思绪就随着他们的话语飘荡，情绪也跟着变得快乐或悲伤，于是我就想：语言是有力量的。

但，每次我都想，是什么给了我持续的力量，让我充满热忱和活力，让我充满朝气和斗志，让我对生活充满信心，让我的工作与快乐并存？

最后，我发现，在文字、音乐和语言背后有一种东西，那才是力量之源，这种东西就是人心。

由于工作的关系，我时常往返在二百多公里的高速公路上，有时我感觉自己是一只山羊，承受着孤独和惆怅，有时我又感觉自己像一头狮子，有一种迅猛冲击的快乐体验，为什么路是同一条路，车窗外是同样的风景，但我却有这两种截然不同的感觉呢？后来我发现，这一切和路没有关系，和风景也没有关系，只取决于我的心境。也就是说在每一时刻，心里面有积极的东西，人就会在这一刻快乐，心里面有消极的东西，人就会

序



在这一刻沮丧和消沉。

进一步思索：到底是什么东西能使我保持好的心情，用积极的心态面对生活中的每一件事情，并保持活力和热忱？经过学习、思考和体验，我总结出：只有当你知道此时此刻你在做什么和为什么做时，你才会具有持续的活力和热忱。

那又有什么方法让自己知道自己在每一时刻做什么和为什么做？随着时间的推移，我慢慢接近了答案，最后我确认，让自己清楚地知道自己在做什么和为什么做的前提是自己要有梦想。

梦想就是自己生命旅程的标示牌，它指引我们达到我们想要达到的目的地。

还是有句话说得好：人因梦想而伟大。

所以我时常告诫自己：千万别让人偷走我的梦想。

你也一样，千万不要让人偷走你的梦想。

我们不能满足在平地上驰骋，我们应当力求登峰造极。

只有你自己能让你的生活有热情！

那些公开的道理，人们虽然有一些了解，但只有那些被升迁者、被加薪者、成就者、工作并快乐着的人内心深处对这些原则深信不疑。

作 者



## 前　　言

我只想告诉大家：行动起来吧，让我们一起勇敢地面对困难，采取措施，去解决问题。与其把精力放在困难上，不如花精力去寻找解决问题的办法，并花时间平衡自我心态，摒弃沮丧，获得快乐。

爱工作就是爱自己，你低估了自己，别人就会低估你。同样的道理，你低估了自己的工作，别人也会低估你的工作进而低估你本人。工作中，一定存在困难和挫折，而工作的目的就是为了解决问题，如果有朝一日，你的工作一帆风顺，没有任何问题和障碍，只说明两件事情，一是你即将失业，一是你已经失业。

工作中存在困难是必然的，是合理的，但大多数人没有认识到这一点，在工作的过程中一次又一次的挫折、一次又一次的打击使他们认为：工作是艰难的，工作是痛苦的，工作是命运之神用来折磨自己的工具，于是工作成为他们的敌人，面对敌人需要不断地战斗，所以工作会使他们疲惫不堪。

成千上万的人穷其一生在和工作战斗。在工作的每一个转折点上，他们都以为会有一场战斗，而情况最终也是这样。他们打碎了工作的同时，也使自己支离破碎。

我们决不能和工作抗争，那该怎么做呢？答案就是我们必

前

言



须理解工作，如果我们想充分利用工作更好地生活。

当你不能心甘情愿做事，就不可能全力以赴做事，当你不能全力以赴做事，简单的事情就会成为障碍，容易的事情也会变得困难。当工作成为我们为了特定目的不得不做的事情，我们就不可能做好它，因为没有人会做好那些他们迫不得已做的事情。我们细心一点儿就会发现一个怪圈：成者愈成，败者愈败，难怪《圣经》上说：“让富有者更富有。”

工作是一面镜子，只有通过工作你才能看见真实的自己。大多数人心目中的自己是通过偏见塑造起来的，与真实的自我有很大差距。

工作的状况就是你自己的状况。你的工作是优秀的，就代表了你的优秀；你的工作是卓越的，就说明了你的卓越；你的工作是有成就的，就表明了你的成就。

每个人体内都蕴含着一种神奇而伟大的力量。这种力量一旦被发现和运用，将带给我们信心而非自卑，坚强而非懦弱，快乐而非痛苦，卓越而非平庸，勇敢而非敷衍。

这种力量就是改变的力量。

我们无法改变别人、社会、自然和国家，因为我们没有这个能力，也没有这个权利。也许你会问不是有人做到了吗？是的，的确有人做到了，只是他们在改变环境之前，先做了一个动作，改变自己。

人们尝试过许多不同的方法，力图把工作做好，使自己得到提拔、加薪等。而这一切都未能奏效。结果他们灰心丧气，认定自己不是那块料，不可能做好工作，不可能得到自己想要的。他们做尽各种尝试，就是不曾试着改变自己的想法——而这是唯一会使事情有所改变的途径。

当我们用一种新的方式思考问题，用全新的角度看待问题，

用全新的精神投入到工作中去的时候，我们就会惊讶的发现世界是那样新奇，工作也充满了挑战与乐趣。

你可以从工作中得到最大的收获，也可以使工作变成一种负担，这一切取决于你自己的选择。

成就是你选择的结果。你可以选择听从上司的指示，选择把工作在自己能力范围之内做得尽可能好，选择一些可能对工作有帮助的建议，选择多做一些事情，选择在必要的时候加几分钟甚至一个小时的班，选择不断地学习和读一些书提高自己。上司是否赏识你、重用你，是你选择的结果。

当然，你也可以选择上班迟到，选择与上司、同事吵架，选择说一些对同事没有帮助的话，选择做一些对团队没有帮助的事情，选择“拿多少钱做多少事”，选择应付工作、拒绝加班，选择把大把的时间花在消遣的活动上，选择推卸责任，放弃梦想。失业是你自己的选择，平庸也是你自己造成的。

如果你因逆境而垂头丧气的话，你就变得一文不值了。是你自己贬低了自己的价值，因为令你快速成长的正好是逆境，而且也只有逆境使我们更成熟、更坚强，更有经验，更具有才华。

所以关键不是你遇到了什么，而是怎样对待它。

既然最伟大的力量是改变的力量，那么改变先从思想开始，因为思想决定行为，行为决定习惯，习惯决定性格，性格决定命运。

愿你活在世界上的每一天都是激情和快乐的。

前

言



# 目 录

序 .....	1
前言 .....	1
<b>第一篇 抬头看 .....</b>	<b>1</b>
NO1. 上司希望重用什么样的人 .....	3
NO2. 怎样的领导是优秀的 .....	6
NO3. 工作永远是高贵的 .....	8
NO4. 我们对“满意”理解错了 .....	11
NO5. 凭什么成为上司 .....	14
NO6. 赞美上司才会被提拔 .....	17
NO7. 不溜须拍马就是清白的吗 .....	19
NO8. 上司喜欢自己所干的事 .....	21
NO9. 成就就是为目标付出任何代价 .....	25
NO10. 不沉默也是金 .....	27
NO11. 领导者是故事的主人公而不是观众 .....	31
<b>第二篇 低头看 .....</b>	<b>35</b>
NO1. 一帆风顺不会梦想成真 .....	37
NO2. 分内的事很难让你出人头地 .....	42
NO3. 如何发挥缺点的优势 .....	46





NO4. 成就也会害人 .....	48
NO5. 工作是块磨刀石 .....	50
NO6. 找到让我们全力以赴工作的力量 .....	52
NO7. 活力就是活着的能力 .....	54
NO8. 错误是用来积累经验的 .....	56
NO9. 最便宜而又最有效治疗愁闷的药方 .....	60
NO10. 让梦想成真的前提是要有梦想 .....	62
NO11. 此时此刻就是永恒 .....	65
<b>第三篇 向外看 .....</b>	<b>69</b>
NO1. 为什么会看不起工作 .....	71
NO2. 如何让工作更安全 .....	74
NO3. 工作为什么这么累 .....	77
NO4. 要知道什么是真正的娱乐 .....	80
NO5. 工作最需要的不是工作能力 .....	82
NO6. 所有的工作都是在制造产品 .....	84
NO7. 角度使工作变新 .....	87
NO8. 知道了不做等于不知道 .....	90
NO9. 幸福越追越远 .....	92
NO10. 你的世界是自己测量出来的 .....	95
NO11. 永远让下一个目标等待你 .....	97
<b>第四篇 向里看 .....</b>	<b>99</b>
NO1. 嫉妒是平庸的根源 .....	101
NO2. 你所承担的责任决定了你的高度 .....	103
NO3. 这个世界上没有坚强的人 .....	105
NO4. 如何表现自己 .....	107
NO5. 与其战胜自我不如“自杀” .....	110
NO6. 牢骚与平庸的恶性循环 .....	115

NO7. 平凡不是因为缺乏智慧 .....	119
NO8. 要享受必须对自己苛刻 .....	122
NO9. 要找,但找的不是借口 .....	124
NO10. 成就的天敌是懒惰 .....	129
NO11. 敷衍工作的人最聪明 .....	133
<b>第五篇 左右看 .....</b>	<b>137</b>
NO1. 批评的怪圈 .....	139
NO2. 使帮助产生最大的效果 .....	142
NO3. 获得信任的法宝 .....	144
NO4. 人是可以改变的 .....	147
NO5. 能力不是通过贬低别人来证明的 .....	149
NO6. 埋在心里的“谢”是残缺的 .....	152
NO7. 事隔三日,让别人刮目相看你 .....	154
NO8. 忠诚是享受工作的前提 .....	157
NO9. 有虚荣心才会上进 .....	159
NO10. 你想成为几流就会成为几流 .....	160
NO11. 如何提高自己的工作效率 .....	163
<b>第六篇 向前看 .....</b>	<b>165</b>
NO1. 要具备三种能力 .....	167
NO2. 值得问自己一生的三个问题 .....	169
NO3. 三条自然法则让你超越自己 .....	172
NO4. 持久快乐的条件 .....	174
NO5. 稳定是在运动中产生的 .....	177
NO6. 你跑多快,机遇就追多快 .....	181
NO7. 敬业者得安宁 .....	183
NO8. 忠诚也是效益 .....	186
NO9. 未来真正的竞争力 .....	188

目

录



NO10. 制心一处,必定成功 .....	191
NO11. 增加寿命的秘诀 .....	194
第七篇 永恒的激励 .....	197

工作并快乐着



## 第一篇 抬头看

有两种人在一生中会无所成就，一种人从来不按吩咐做事，另一种人，则只做别人要自己做的事。

安得鲁·卡内基



一个人去买鹦鹉，看到一只鹦鹉前标：此鹦鹉会两种语言，售价二百元。另一只鹦鹉前则标道：此鹦鹉会四种语言，售价四百元。该买哪只呢？两只都毛色光鲜，非常灵活可爱。这人转啊转，拿不定主意。结果突然发现一只老掉牙的鹦鹉，毛色暗淡散乱，标价八百元。这人赶紧将老板叫来：这只鹦鹉是不是会说八种语言？店主说：不。这人奇怪了：那为什么又老又丑、又没有能力，会值这个数呢？店主回答：因为另外两只鹦鹉叫这只鹦鹉老板。





## NO1. 上司希望重用什么样的人

我们必须了解上司希望用什么样的人，需要什么样的人，喜欢什么样的人和不喜欢什么样的人，然后做上司喜欢、需要的人，才能被赏识、重用、提拔和加薪，实现自我更高的价值追求。

首先，我们应该了解上司绝对不喜欢这样的人：

1. “混”工作的人、敷衍的人；
2. 喜欢批评别人、评价是非的人；
3. 影响团队团结和涣散军心的人；
4. 憤世嫉俗、自以为是、消极抱怨的人。

其次，我们也必须知道上司喜欢这样的人：

1. 支持上司、值得信赖的人；
2. 把上司安排的工作做完、做好的人；
3. 在工作中不断创新、不断提高工作效率的人；
4. 不断学习和超越自我的人。

若你是上司，你也会如此。

所以千万不可以让上司认为你就是那些总是想方设法少干一点儿、多推掉一点儿、尽力敷衍工作，甚至没有能力完成任务的人。因为他们最痛恨这种人。

我们所做的事情是在参与制定目标、计划、提出意见或建

议的时候表现自己的聪明才智，一旦被上司决定了的事情，我们就必须坚决服从和努力执行，不论决策与自己的意见是否一致。当你是一位指挥者的时候，最需要的就是“部下”无条件的服从，这样你的意志才能在整个团队中体现出来。

要让你的同事接纳你，领导赏识你，必须养成服从的习惯，更重要的是只有团队胜利了，你才会获得肯定与奖励。作为个人来讲，你肯定也不希望在团队中出现与集体意志抗衡的人，那样的人是大家不喜欢的，而你自己更应该不“与众为敌”。

上学的时候，我们喜欢和老师对立。因为老师是权威，我们必须服从他的安排，接受他的监督。我们却都能理解老师是为我们好。

工作以后，我们又喜欢和领导对立。我们发牢骚：

“凭什么听他的！”

“要不是为了那点儿薪水！”

“上司太吝啬！”

等等……

这个世界总也不能消除的就是矛盾，就像老板和雇员的对立一样，老板指责员工太懒惰，而员工却抱怨老板太苛刻。为什么会这样呢？因为大多数人的头脑与心灵被自己所占据，凡事以自我为中心，这种从自我的角度出发思考与行动的起点的习惯导致了他们的平凡。

若要成功，首先要与众不同。那些出类拔萃的人总喜欢替对方着想，站在别人的角度考虑问题，他们不但能说服对方，影响对方和打动对方，而且还会成就自我。

公正的说，领导最迫切的需要是忠诚、敬业、有才干的员工来创造更大的效益，而员工需要的是工作这个平台能发挥自己最大的才能、自己能被别人承认和肯定。贡献与收益是成正



比的。员工的利益和团队的利益是一致的，立场也应该是统一的。

上司还喜欢有感恩心的员工。

你不但要感谢你的朋友，因为他们对你鼓励与支持；你还要感谢你的敌人，因为他们的存在不但证明了你的判断力，而且还练就了你的意志力。有句话叫做“把微笑送给伤害你最深的人”，就是感恩最好的体现。

感谢你的父母，因为他们生你养你；感谢你的老师，因为他们传授知识给你；感谢你的同事，因为他们陪伴你一起工作；感谢你的上司，他分配的任务使你体现了自我；感谢快乐，因为它使你阳光灿烂；感谢痛苦，因为只有人才能有感受它的特权；感谢困难，因为它锻炼了你的意志；感谢工作，因为它使你远离了失业；最主要的是感谢你自己，因为你有一颗感恩的心。

想像一下你现在的上司是你的亲戚，你在这里是为了帮助他把事情处理好，并且你也为了证明自己的能力和价值，而且这种帮忙必须有相关的专业知识，不是随便一个人想帮就能帮助上的。再想像一下你的这位亲戚不给你发薪水，因为一旦把钱管理进来，整个事件就变成了一种交易，你便会从交易中想方设法多获益。如果你真的能那样想像，你的工作中就包含了亲情和付出，工作就成了娱乐，并且你会干得非常好。

话说回来，有哪位上司不愿意给一位出色的员工加薪和升职呢？即使上司不这样做，你也会证明给别人看你是优秀的，你会获得荣誉与智慧，最重要的是领导越来越喜欢你，因为他从你身上感受到了亲人般的信任、关怀、帮助和支持。

多站到上司的角度看问题、做事情，你的进步速度就会加倍。

## NO2. 怎样的领导是优秀的

我们还需要了解什么样的领导是优秀的领导，目的有两个：

一是知己知彼，百战不殆；  
二是自己被升职后，要做优秀的领导，那样才有更大的前途。

优秀的领导之所以优秀是因为他们把优秀的特质变成自己的习惯，其中，最伟大的一项特质就是鼓励、表扬和夸奖部下。

在优秀的领导者手下工作，工作者会逐渐地信心百倍，业绩突出，不敷衍领导所安排的工作。

在优秀的领导者手下工作，工作者会心情舒畅，干劲十足，最终成为优秀的人才。

当然，我们也可以通过总结领导身上的缺点，认清领导不应该具备哪些特质，并且杜绝那些缺点在自己身上出现。

有时候，领导并不是一个睿智的人，他对我们的勤奋视而不见，甚至对我们指责、批评和谩骂，并习惯于将错误推给员工，将成绩据为己有。在这种情况下大多数工作者会气愤、抱怨、消极。

但我们应该清醒的认识到以下两点：

一是千万要控制情绪，克服消极思想，否则最终受伤害的



是你自己，因为抱怨会毁了我们的兴趣与创造力；

二是认识到正因为在这样的领导手下尽心、主动、积极的工作难度更大，也就更能使自我成长。因为合理的是训练，不合理的是磨炼。

那我们如何保持积极的状态呢？

首先，让我们想想看，每次我们思想进步到更高层次的时候，每次我们回忆往事的时候，会发现原来的问题已经不是问题，先前的烦恼也觉得幼稚可笑。

同样我们目前遇到的问题和烦恼，在以后或从一个更高的高度看，也应该不是问题了。

我们的工作中还有什么解决不了的问题呢？

凭借智慧，没有解决不了的问题；凭借信心，没有完不成的任务；凭借谋略，没有成就不了的辉煌。

当我们把眼光稍微放远一点儿看，就会发现，我们主动的做事最终会得到回报、得到认可、得到奖励。

当然我们所得的回报、认可、奖励不一定是来自同事，也不一定是来自上司。成就是最高的回报。

来自环境或社会的肯定才真正具有价值。

最重要的是自己的肯定才是幸福的根源。

其次，我们应该感谢那些总是看不到你的长处和优点，而且习惯于发脾气、挑剔和指责你的领导，因为这说明他在乎你，他重视你，你对于他来说很重要。因为这个世界上没有人批评、指责他不在乎的事、他不在意的人。

我们的态度是不管他批评的对错，首先是接纳下来，再进行自我分析，有则改之，无则加勉。

优秀的人被提升之后，他的工作也是优秀的。如果用人错误将敷衍的人提升，增加他们的责任，他们也会去敷衍从而导致更大的工作失误或失败。