

一本适合所有企业员工、公职人员的职业素质培训书

CHANGE YOUR  
ATTITUDE,  
BUT NOT YOUR JOB


# 无法选择工作 但可选择态度



李书欣/编著

改变不了环境，但可以改变自己

一名优秀的员工，懂得以一种正确的态度来面对工作

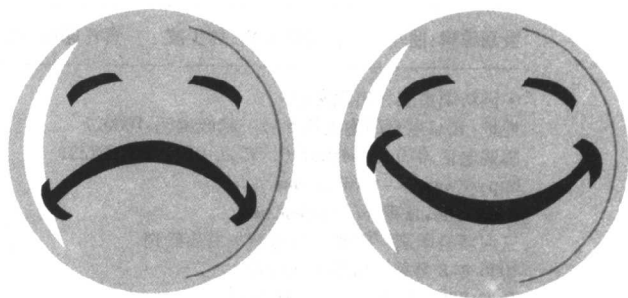
 中国纺织出版社



CHANGE YOUR  
ATTITUDE,  
BUT NOT YOUR JOB

# 无法选择工作 但可选择态度

李书欣/编著



## 内 容 提 要

一个人做事的“态度”，决定了他日后成就的“高度”。我们不能延伸生命的长度，但可拓展生命的宽度。改变不了环境，但可改变自己。本书可以说是一本适合所有企业员工、公职人员的职业素质培训书，教你如何用真诚和智慧实施人生规划，凭借对工作的热爱去发掘内心的活力、热情和创造力，以一种正确的态度来面对工作，并从中感受到快乐，把自己打造成最能实现自我价值的员工。

### 图书在版编目(CIP)数据

无法选择工作,但可选择态度/李书欣编著. —北京:中国纺织出版社,2006.8

ISBN 7-5064-3891-7

I. 无... II. 李... III. 成功心理学 - 通俗读物  
IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 068992 号

---

策划编辑:曲小月 特约编辑:林少波 责任印制:刘 强

---

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010-64168110 传真:010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail:faxing@c-textilep.com

三河新科印刷厂印刷 各地新华书店经销

2006年8月第1版第1次印刷

开本:880×1230 1/32 印张:6

字数:90千字 印数:1—8000 定价:16.80元

ISBN 7-5064-3891-7/B·0181

---

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社市场营销部调换

# 序 言

---

对于“无法选择工作，但可选择态度”这个新的理念，许多人可能感到疑惑，觉得为什么工作是不能选择的呢？我明明可以在干得不如意时选择跳槽或者干脆自己创业，凭自己的一身“武艺”，难道连换个新工作都做不到？

其实，且不说对此“工作”的理解有偏差，仔细想想看，选择跳槽和创业以后的你，是否就跳出了工作这个轮回了呢？当然不是。你依然是在从事工作，只是工作的方式和性质不同而已。世间不需要工作而活着的人恐怕只有老人和小孩了。所以，身为现代社会中的一员，我们是无法选择工作本身的。工作也是我们的生存手段和价值体现方式。而且，如果我们是有责任心的人，并考虑其他因素，频繁地变换工作并不是一个明智的选择。

由工作推之于生活，不用谁说，大家都明白，生活更是我们每个人不得不面对的现实。对于外界世事和人生际遇，我们不能选择的太多太多。但我们唯一能够选择的东西却也正是最具决定性的，那就是态度。没错，态度决定一切！

我们以什么样的态度来对待生活和工作，完全是自己可以掌握和选择的。而自我生活态度和工作态度的选择，对于人生和工作来说影响是巨大的。选择了忠诚敬业的态度，你对工作将不再觉得枯燥乏味；选择乐观积极的态度，你的生活将充满阳光和幸福；选择永不言败的态度，你将越挫越勇，直到成功；选择认真严谨的态度，你的人生将因精致而美丽……这正是：态度决定高度，什么样的态度决定什么样的人生！

佛教里有句佛语说：“改变了自己，即改变了世界”。意即自我的心态和状态的改变，等同于改变了个人所接触的世界。

我们不能延伸生命的长度，但可拓展生命的宽度；

我们改变不了过去，但可改变现在；

我们不能控制他人，但可掌握自己；

我们不能左右天气，但可改变心情；

我们不能事事顺利，但可事事尽心。

命运掌握在我们自己手中，我们应该用真诚和智慧去实施人生规划，以正确态度去面对工作，从而感到无穷的快乐和无尽的幸福。

这也正是本书理念的精髓所在。在此愿与读者共勉。

**编著者**

2006年5月

# 目 录

---

## 第一章 改变不了过去，但可以改变现在

改变不了过去，但可以改变现在。过去的就让它过去，只要未来走得更好。抛弃了不必要的包袱，生活才会更美好。人生如此短暂，有什么理由不去好好地生活呢？有太多的事情要你去，有很重要的人等着你去珍爱。不要回头看，前面的世界更精彩。

过去的就让它过去，许自己一个未来 / 003

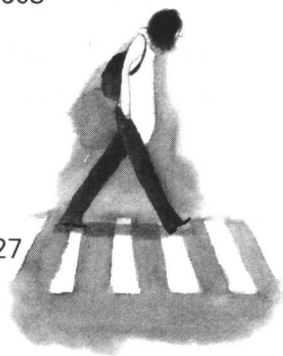
告别昨天，做全新的自己 / 007

活在当下，把握好今天 / 012

改变，就从今天开始 / 018

为未来谋划，目标铺就成功路 / 022

如果要飞得高，就该把地平线忘掉 / 027



## 第二章 不能控制他人，但可以掌握自己

你不能控制他人，但可以掌握自己。走你自己的路，纵然很崎岖，纵然很陡峭，但你依然要勇往直前。你是你自己的，谁也没有控制你命运的权利。纵然会困难重重、伤痕累累也不要犹豫，不要后悔。因为在你回首时，你可以指着那条尽是痛苦和泪水的路，大声而骄傲地说：“看，这就是我自己走出来的路！”

不要亦步亦趋跟随，走自己的路 / 035

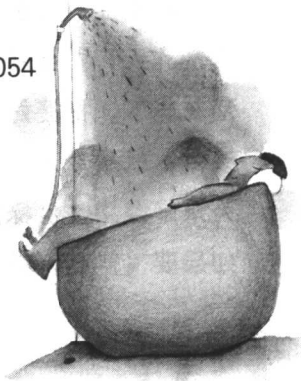
消除为别人打拼的念头，为自己而工作 / 039

追求无极限，做最好的自己 / 045

心有多大，舞台就有多大 / 049

命运不在别人嘴里，而在自己手中 / 054

学会放松与享受，善待自己 / 058



### 第三章 不能左右天气，但可以改变心情

你不能左右天气，但你可以改变心情。你对生活微笑，那么生活也对你微笑。让我们的心不再压抑，让它解脱吧！让自由的心灵飞翔，让它在蓝天和白云之间翱翔，去迎接那绚丽的阳光吧！

把刮风当作梳理头发，把下雨当作洗浴身体 / 067

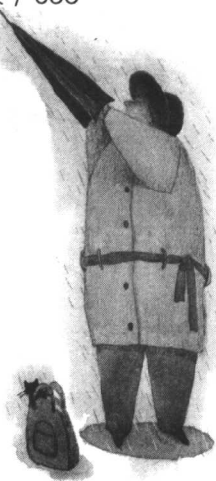
即使有一千个哭的理由，也要找一千个理由去笑 / 070

找回快乐钥匙，紧握自己手中 / 076

不能选择容貌，但可展现笑容 / 081

换一种角度思考生活，窗外将是另一番风景 / 086

给自己减减压，让心灵之舟顺利航行 / 092





## 第四章 不能样样顺利，但可以事事尽心

在生活中，在工作上，不可能每件事都一帆风顺、称心如意，要学会以一种“容”的心态对待别人、对待自己、对待事情。这个世界没有“完美”，但有“完善”，达不到不代表不能做，我们必须以一种尽心尽责、爱岗敬业去工作；不可能样样顺利，但可以事事尽心，这样的员工，才能受到领导的赏识，才能实现自己的价值。

完美不能苛求，但可以努力接近 / 099

容人容事，让生命多一份幸福的空间 / 103

认真，但不要太苛求自己 / 107

勇于承担责任，赢得信任票 / 112

敬业是一种美德，一种习惯，一种人生态度 / 117



## 第五章 不找借口找方法，方法总比问题多

在任何时候，问题总是许多人躲避责任和努力的第一借口。但优秀的员工总是崇尚这样一种理念：不找借口找方法，方法总比问题多！凡事找借口的员工，一定是单位里最不受欢迎的员工；凡事找方法的员工，一定是企业里最优秀的员工！

不为失败找借口，只为成功找方法 / 127

以发自内心的态度，用生命去做事 / 131

不要只做领导交代的事，请做需要做的事 / 136

全力以赴，为自己书写人生简历 / 139

提升你的执行力，解决问题才是关键 / 144



## 第六章 忠诚胜于能力，态度决定高度

忠诚不仅是一种品德，更是一种能力，而且是其他所有能力的统帅与核心。缺乏忠诚，其他的能力就失去了用武之地。忠诚是一种态度，与公司共命运，为荣誉而工作，用生命去执行。唯利是图，得过且过的做事态度，只能尝到一些小甜头；而脚踏实地，用心用情去做事，也许看似累了些，但往往会有意想不到的惊喜！

可以平凡，不能平庸 / 151

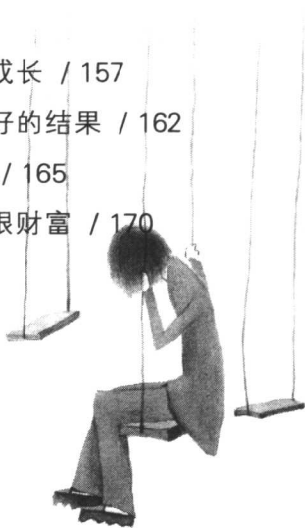
工作中无小事，在学习中获得成长 / 157

就以成败论英雄，只给上司最好的结果 / 162

态度影响习惯，习惯改变人生 / 165

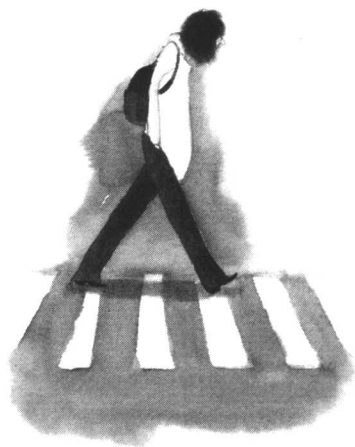
能力是有限资源，忠诚却是无限财富 / 170

参考文献 / 177



## 第一章 改变不了过去， 但可以改变现在

改变不了过去，但可以改变现在。过去的就让它过去，只要未来走得更好。抛弃了不必要的包袱，生活才会更美好。人生如此短暂，有什么理由不去好好地生活呢？有太多的事情要你去做，有很重要的人等着你去珍爱。不要回头看，前面的世界更精彩。







## 过去的就让它过去，许自己一个未来

漫漫人生路，波折和坎坷在所难免，跌倒过，失败过，不该影响我们对未来成功的希冀和坚定。对于已经成为过去式的经历，我们除了叹息或悔恨外，则无力去改变。而对于未来，谁敢肯定，它就一定会比你的过去更糟，它就一定是你失败经历的延续？

在美国小女孩芳娜的记忆中，她童年的天空似乎永远是灰色的。不幸身为私生女的她，在周围人们的眼中总是那么卑微与耻辱。老师和同学冰冷、鄙夷的目光，小镇上居民在她和妈妈背后的指指戳戳与窃窃私语，让年幼的她变得越来越自卑，开始主动封闭自我，逃避现实，不愿与周围的人接触。

在她13岁那年，小镇上新来了一个牧师。每到礼拜天，镇上的居民便扶老携幼纷纷走进教堂，听这个有修养的牧师讲经。从教堂出来的人们脸上都洋溢着快乐，而芳娜每次只是静静地躲在远处，去想象教堂里的美好，却从不敢走进去。因为她懦弱、胆怯、自卑，她认为自己没有资格进教堂。

有一天，她鼓起勇气，偷偷地溜进了教堂，躲在最



后一排听牧师的讲经。牧师正讲道：“过去不等于未来。过去你成功了，并不代表未来还会成功；过去失败了，也不代表未来就要失败，因为过去的成功或失败，只是代表过去，未来是靠现在的行为去决定的。现在干什么，选择什么，就决定了未来是什么！失败的人不要气馁，成功的人也不要骄傲，成功和失败都不是最终的结果。它只是人生过程的一个事件。因此，这个世界上不会有永恒成功的人，也没有永远失败的人。”芳娜的心灵犹如流过一股暖流，封闭的心开始慢慢融化。

以后的每个周末，她总会溜进去听讲，却总是在结束前悄悄离开——她不想让别人看到。

直到一天，听得入迷的她忘记了提前离开，在散场的人群中，牧师的一双手突然搭在她的肩上，他和蔼地问芳娜：“你是谁家的孩子？”人们都愣住了，芳娜也完全惊呆了，不知所措地站在那里，眼里含着泪水。

这个时候，牧师脸上浮起慈祥的笑容，可亲地说：“噢——知道了，我知道你是谁家的孩子——你是上帝的孩子。”他抚摸着芳娜的头发说：“这里所有人和你一样，都是上帝的孩子！过去不等于未来——不论你过去怎么不幸，这都不重要。重要的是你对未来必须充满希望。现在就做出决定，做你想做的人。孩子，人生最重要的不是你从哪里来，而是你要到哪里去。只要你对未来充满希望，就会充满力量。不论你过去怎样，那都已经过



去了。只要你调整心态、明确目标，乐观积极地去行动，那么成功就是你的。”在人们的掌声中，芳娜终于抑制不住激动，眼泪夺眶而出。

从此，芳娜的人生彻底改变了，她不再自卑，不再在意自己的身世，在40岁那年，她担任了田纳西州的州长，后弃政从商，做了一家大型跨国企业的公司总裁。67岁时，在她的回忆录《攀越巅峰》一书的扉页上，她写下了神父的话：“过去不等于未来，从现在起就理直气壮地做一个你想做的人！”

无论是辉煌的未来还是不忍回首的昨天，都已经是逝去的过往，光荣不可重现，失败不会持续，明天才是应该追求的。球王贝利在回答记者关于哪一个进球是他最值得骄傲时，他平静地说：“下一个。”是的，过去的成功，代表的只是过去，未来什么都有可能发生。昨天的成功与失败，都随着“现在”这个分水岭，被留在了生命的过往旅途中。未来，意味着无限可能。

回顾诺贝尔化学奖得主格利雅的未来，也是一段误入歧途的日子。年轻的他，曾经是一个非常糟糕的学生，从学校里出来后，整日闲逛，到处寻欢作乐，是一个十足的浪荡公子。一天，21岁的格利雅去参加一个盛大的舞会，对自己对面坐着的一位秀丽端庄的女郎产生了好





感，于是走到她面前，礼貌地说了声“小姐，我想请您跳舞。”没想到，那位女郎好像没有听见他的邀请似的，仍绷着脸不予理睬。格利雅再次躬身并大声说：“尊敬的小姐，我请您跳舞！”女郎冷面相对，说了一句令格利雅一生都难以忘怀的话：“我最讨厌您这样的花花公子！”

这句话犹如惊雷，震醒了格利雅。他突然感到，自己在饱食终日、无所事事的游玩中浪费了过去青春岁月。悔恨交加之后，他给家人留下一个“你们不要来找我”的条子，便奔里昂城求学而去。

经过两年的努力，格利雅不但补上了荒废了的学业，而且作为插班生考入了里昂大学化学系。如同重生的浪子回头，格利雅变得异常勤奋，而且常有精辟的见解。在名师指导下，他于1901年完成了金属镁有机化合物制备论文，获得里昂大学博士学位。

后来，他又发明了格氏试剂，成为对有机化学研究领域影响深远的发明。为此，瑞典科学院于1912年授予格利雅诺贝尔化学奖。从格利雅受到那位女郎的冷落，到他获得诺贝尔奖，中间经过了整整20年。当家乡父老知道他获得诺贝尔奖时，还专门召开大会庆祝这位昔日不学无术的纨绔子弟，居然在短短8年时间内成为出类拔萃的博士。在庆祝大会上，格利雅热泪盈眶地表示：“过去的纨绔子弟格利雅已经死了，今天的格利雅要更加奋发，取得更大的成就来报答家乡父老对我的期望。”这

无法选择工作  
但可选择态度

