

职场无忧心理历练丛书

突破一切挫折的思维模式，让你无往不胜的人生哲学

修炼你的第二颗



罗小明 李智平

著



早点睁开你的眼睛，倒转你的第一颗心，
把你的第二颗心在职场中修炼成石头。



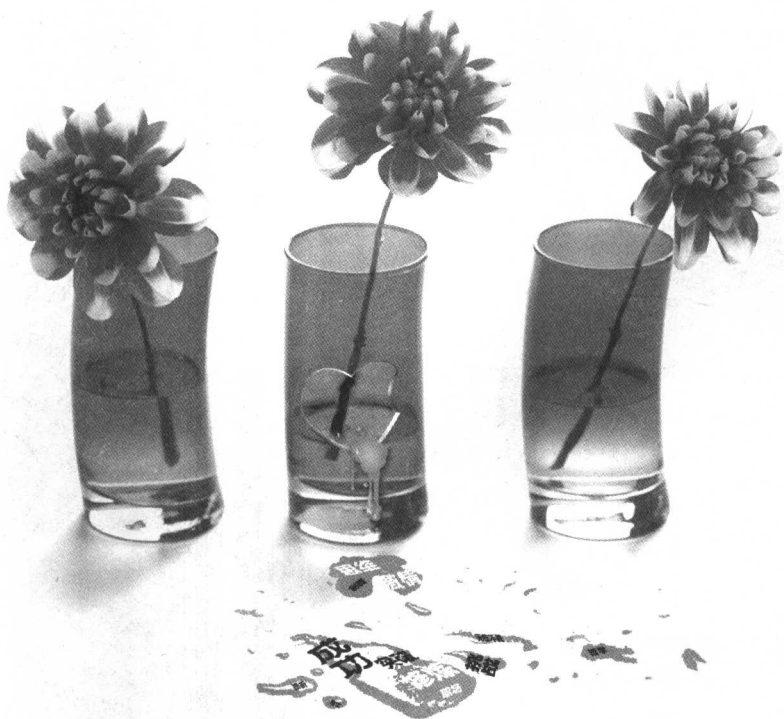
清华大学出版社

职场无忧心理历练丛书

修炼你的第二颗



罗小明 李智平 著



清华大学出版社

北 京

内 容 简 介

本书作者根据多年来在人力资源管理方面的经验,深入研究了现代职场人士在工作发展中普遍存在的心态问题,提出“修炼第二颗心”的理念,并通过各种测试让读者更清晰地了解到自己的问题,同时在书中提供了多个“修炼秘诀”,帮助广大职场人士调整好最佳心态,在职业的道路上奋斗前进。本书不仅适合个人品读,而且可作为各咨询培训机构以及企业团体的心理培训用书。

版权所有,翻印必究。举报电话:010-62782989 13501256678 13801310933

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

本书防伪标签采用特殊防伪技术,用户可通过在图案表面涂抹清水,图案消失,水干后图案复现;或将表面膜揭下,放在白纸上用彩笔涂抹,图案在白纸上再现的方法识别真伪。

图书在版编目(CIP)数据

修炼你的第二颗心/罗小明,李智平著. —北京:清华大学出版社,2006.9
(职场无忧心理历练丛书)

ISBN 7-302-13088-4

I. 修… II. ①罗… ②李… III. ①成功心理学②职业选择 IV. ①B848.4
②C913.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 052866 号

出 版 者:清华大学出版社 地 址:北京清华大学学研大厦

<http://www.tup.com.cn> 邮 编:100084

社 总 机:010-62770175 客户服务:010-62776969

组稿编辑:张立红(zlh-zlq@263.net)

崔 伟(cuiwei80@163.com)

文稿编辑:崔 伟

封面设计:细无声国际广告

版式设计:孔祥丰

印 装 者:清华大学印刷厂

发 行 者:新华书店总店北京发行所

开 本:169×230 印张:10 字数:90千字

版 次:2006年9月第1版 2006年9月第1次印刷

书 号:ISBN 7-302-13088-4/B·49

定 价:20.00元



作者简介

罗小明 在人力资源管理领域有多年研究和实践经验的专家，普维国际顾问集团的高级咨询顾问，世界职业经理人协会会员，亚洲人力资源协会会员。

李智平 曾是中国《第一财经日报》记者，现供职于香港某知名房地产集团。精通中国传统战略管理学和中国传统哲学文化，擅长将传统哲学管理思想贯穿运用于现代管理学技术中，其代表作有《周易之哲学思想与中国现代企业管理》，曾参与出版多部著作《坐标——中国职业经理人调查》、《潜能——挖掘企业新优势》、《零售营销》、《笑傲江湖——中国企业营销版》。

职场无忧心理历练丛书

社会生活节奏的加快、日趋激烈的竞争和永无止境的欲望，使职场人士承受着越来越重的压力，更有甚者，还患上了严重的忧郁症。职场人士既然无法逃避压力，就要学会与压力相处，学会调节心理平衡。平时注意舒缓工作压力，保持良好的工作、生活心态，促进身心健康。业内优秀的职业生涯规划专家、人力资源管理专家和情绪管理专家将为您答疑解惑，圆您一个快乐、健康的职场人生梦！



书号: 7-302-12887-1

定价: 22.00元



书号: 7-302-13091-4

定价: 25.00元



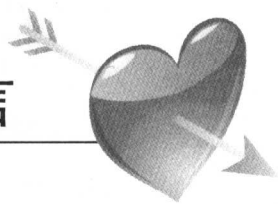
书号: 7-302-13088-4

定价: 20.00元

更多精彩内容请访问博锐管理在线 (www.boraid.com)，用独特的眼光看你的商务世界！

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

前言



宋代大文豪苏东坡与佛印和尚是好朋友，二人经常互相打趣，有一次两人相对坐下看着对方，佛印问苏东坡，“你从我身上看到了什么？”

苏东坡说：“我看到了牛粪。”

接着苏东坡反问佛印说：“那么你又从我身上看到了什么呢？”

佛印回答说：“我看到了佛。”

于是苏东坡就很高兴，认为自己占了便宜，当他得意洋洋地回到家中，并把这事告诉苏小妹，满心以为这是他与佛印和尚暗中较量的一次辉煌的胜利，没想到苏小妹听了却摇头叹息道：你输得好惨。

苏东坡不解，苏小妹解释道：因为你心中有什么，你就会看到什么。佛印心中有佛，所以眼中看到的就是佛，而你心中是牛粪，所以你就看到了牛粪。

苏东坡一开始是用自己的第一颗心在想问题，所以连他这样的

大文豪也脱不了俗套，在比试中输得很惨！

会用第二颗心想问题的人都无疑是聪明的：

牛顿会用第二颗心看树上掉下的苹果，所以他看到了万有引力……

达尔文用第二颗心看猴子，所以他就看到了进化论……

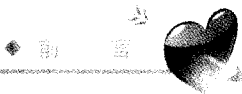
松下幸之助用第二颗心看管理，所以就赢得了“经营之神”的美誉……

塞翁用第二颗心看福祸，于是他看出了流传千古的“福中有祸，祸中有福”论……

当然，用第二颗心看问题并不是名人和伟人的专利，有一次我在北京办一个讲座，在空闲时间和几个朋友聚了一下，席间，听到朋友讲到一个故事。

在宾夕法尼亚州匹兹堡有一个女人，年轻时非常美丽，但是她却嫁给了一个毫不起眼的小混混，那个家伙不但长得不怎么样，又穷困潦倒，而且还吸毒，于是很多人就感叹是一朵鲜花插在牛粪上。婚后在她的感召下，她丈夫有所收敛，不但戒了毒，还找了一份不错的工作，一家人过着平静、舒适的中产阶层的家庭生活。

但是，故事还没有结束。突然天起不测之灾，她丈夫在一次事故中丧生，留下两个小孩。没过多久，一个女儿被开水烫伤了脸并留下了伤痕，医生告诉她孩子脸上的伤疤终生难消，母亲为此伤透



了心。她本来在一家小商店有一份不错的工作，可没过多久，因为经营不善这家商店就关门倒闭了。她丈夫本来给她留下一小份额保险金。但是她耽误了最后一次保险费的续交期，她几次去索取都被拒绝，别人都说她不可能领取到那份保险金了，劝她放弃。

所有的这些厄运在不到半年的时间一起降临在她身上，在碰到一连串不幸的事之后，这个女人近于绝望。她左思右想，为了自救她决定再做一次努力，试图尽力拿到保险补偿金。在此之前，她一直与保险公司的下级员工打交道。所以这次她想面见一下保险公司的经理，但是接待员不让她进去，并骗她说经理出去了。她站在办公室门口无所适从，就在这时，接待员离开了办公桌。

机遇来了。她毫不犹豫地走进里面的办公室，结果，看见经理独自一人呆在那里。经理很有礼貌地问她。她受到了鼓励，沉着镇静地克制自己，讲述了索赔时碰到的难题。经理派人取来她的档案，经过再三思索，决定应当以德为先，给予赔偿，尽管从法律上讲公司没有承担赔偿责任的义务。工作人员按照经理的决定为她办了赔偿手续。

但是，由此引发的好运并没有到此中止，经理尚未结婚，对这位年轻美丽的寡妇一见倾心。他给她打了电话，几个星期后，相继发生了如下事件：他为这个女人推荐了一位医生，医生为她的女儿治好了病，脸上的伤疤被清除干净；经理又安排她来到自己的公司，

给了她一份比以前更好的工作；经理向她求婚。几个月后，他们结为夫妻，而且婚姻生活相当美满，使很多人都很羡慕她的“牛屎运”。

会用第二颗心看问题的人无疑是幸运的，因为他们突破了常人的俗套，他们是用辩证的眼光来看问题：在坏事来临时，他们总是看到了好运的影子；而一个好运来临时，他们总会去想一其中有没有隐患和危险。他们的眼光看得更远，想问题想得更深刻，所以命运之神总是垂青于他们。

在这个世上总有那么一些人，老是喜欢怨天尤人，把一些做不好的事归结到运气上，于是运气不好就成了很多人失败、干砸了事、办错了事最常见的托辞和借口，而当看到别人能把握一个好的机会做出不俗的成绩时，又总是用一种羡慕和嫉妒的语气酸酸地说：“没什么的，要是我也有这样好的运气，我也会成功的，甚至干得比他好。”但是真正等到机会来到他们身边时，他们总是用第一颗心而不是第二颗心来看问题，又不会去把握机会，更不用说做一些准备来创造和寻找机会了。

好运自有其规律，对于聪明人来说，并非事事都要靠机遇。运气要借助于努力才能生效。有的人满怀信心地走近命运之门，坐等好运来临。有的人则更灵活一些，他们审慎大胆、阔步迈进命运之门。他们凭借美德与勇气的翅膀，胆识过人地与运气周旋，终能抓住机遇、如愿以偿。



但是真正的哲学家却只有一种行动计划：依靠他的第二颗心，打破常规的思维模式，进行逆向思维，努力制造机会，迈向成功！

我在做讲座和演讲时，总喜欢引用下面这个故事来告诉那些抱怨的人应该怎样来把握自己的机遇。故事是这样的：

上帝告诉彼德说，有一位少女的名字叫运气，长得十分美丽，只要彼德闭上眼睛她就会来到他的身边。于是彼德就一直闭着眼睛与运气姑娘厮守着。一天，又一位少女从彼德身边经过，问彼德为什么总闭着眼。彼德说他在守着他的运气姑娘。她说：“我是运气的姐姐，我叫机遇，如果你肯睁开眼睛，我愿意留下来陪你。”彼德摇摇头说不行，我不愿失去美丽的运气，我一定要等到她我才会睁开眼睛。机遇姑娘见不能说服彼德，便叹了口气走了。一会儿，彼德暗想：我不能总不睁眼吧，于是就睁了眼睛。当彼德猛睁开眼睛的一瞬间竟看到了机遇那动人的身影，但是没能把她留下来，而且他也没有等到他的运气姑娘。所以，从那以后，彼德一直后悔，要是他早点睁开眼睛就好了。

曾经有人说过：

- 第一等人，是创造机会的人；
- 第二等人，是掌握机会的人；
- 第三等人，是等待机会的人；
- 第四等人，是错失机会的人。

您是第几等人呢？

有一个在合资公司做白领的员工，觉得自己满腔抱负没有得到上级的赏识，经常想：如果有一天能见到老总，有机会展示一下自己的才干就好了！

他的另外一个同事 A，也有同样的想法，但是 A 更进一步，去打听老总上下班的时间，算好他大概会在何时乘电梯，他也在这个时候去乘电梯，希望能遇到老总，有机会可以打个招呼。

但是天外有天，人外有人，他们的同事 B 更进一步。他详细了解老总的奋斗历程，弄清老总毕业的学校、人际风格、关心的问题，精心设计了几句简单却有分量的开场白，在算好的时间去乘坐电梯，跟老总打过几次招呼后，终于有一天跟老总长谈了一次，不久就争取到了更好的职位。

愚者错失机会，智者善抓机会，成功者创造机会。机会只给准备好的人，这“准备”二字，并非说说而已。

其实很多时候，在我们埋怨运气不好时，机遇总是与我们擦肩而过，只不过我们自己不知道而已，外界的机遇影响着我們，当我们做出反应时，运气就形成了。我们通过观察知道，“最优秀的人”不一定是最走运的人。我们都见过道德君子，他们人品纯正，心地善良，却没有交过好运，甚至从来没有交过好运。据我所知，聪明人总是沿着大路行走，在变动不已的大千世界里四处寻找可以转化



为运气的东西。反之，许多人在别人眼中是全然没有希望、命里注定失败和一生悲怆的人，但是，他们在人生的晚期却突然展示出成功的素质，改变了自己的命运，进而改变了整个人生的结构和方向。

好运像闪电一样突然降临在人们面前。我们需要做的就是：怎样才能把闪电般的运气引入你的生活？

与其责难机遇不如责难自己。这就是人生的基本课程。我们只要仔细回顾一下生活中坏运变为好运的大量实例，就会发现人的素质在改变命运时所起的作用。

凡是招来好运的人，都具有热情和慷慨的性格；凡是时运不济的人，大多是因为自己的冷漠和吝啬。

时刻记住：运气不是别人给的，是自己通过努力而得到的！哪怕是“牛屎运”也是如此。

只要我们随时准备捕捉生活中的机遇，就会大大增强交好运的机会。莎士比亚在谈到运气哲学时说：“虽然现在没有好运，但好运迟早会来，我们必须做好准备。”这段话深刻而隽永。我们时刻都得为迎接运气做准备，做不做准备很可能是人生走运与背运的决定性因素。

我们抱怨厄运，但别人往往能够窥见隐藏在厄运背后的人格缺陷，发现我们不能圆满地处理好生活中各种事件的原因。我们在童年时代养成了依赖成年人保护的习惯，正是这些缺陷使我们不能充

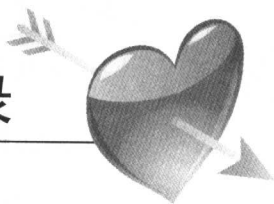
分调整自己，不能随时向机遇发起冲击。

虽然生活中的多数厄运都可归因于机遇对心理的影响，归因于缺乏安全感，但是我们必须认识到它们并非不可改变，这一点对任何人都没有差异。因为一个人过去没有对生活中的机遇做出充分反应，并不说明他命里注定与机遇无缘，永远呆在地狱的门口，永远没有希望。他依然拥有未来，人人都能把控无形的运气。这种说法不是比喻，而是一种心理素质的反映。只要像本书讲述的那样有意识地努力奋斗，我们就能充分挖掘运气的潜力，甚至达到令人惊讶的程度。

生活记录一次又一次表明，只要一个人全力以赴，奋斗不息，与背运的屠刀拼死相搏，时运终究会逆转，他终究会抵达安全境地。

一个没有热情的人难以寻找到机会，也就注定难以捕捉住好运；而一个满怀热情的人，总是把自己袒露在机会的面前，一旦机会闪现，他们立刻就能发现。你呢？你看到了吗？

目 录



第一章 倒转你的第一颗心..... 1

这就是你是否会有意识或无意识地修炼你的第二颗心？你的第二颗心是否会在你得意忘形的时候给你带来内心深处的提醒？你的第二颗心是否会在你悲痛欲绝的时候给你带来美好明天的希望？

没事别飞得太高..... 7

馅饼？陷阱？..... 12

鸟往高处飞？..... 16

生命不能承受之“高”..... 20

早点睁开你的眼睛..... 24

第二章 修炼成石头..... 29

你是把今天的不幸当作垫脚石踩下去然后站在上面了还是老是耿耿于怀放不下心里那块福祸的石头？在灾难面前，你的第二颗心是否已经修炼成为一颗顽强的石头了？不幸虽然老是缠着你，但

总有离开你的时候。幸运虽然老是请不来，但也有亲近你的时候。

只要我的脑袋还在	36
石头精神也闪光	39
走出枯井的驴子	46
测测你的“泥沙”指数	51
别总拿上帝当垫背	54
最好的人生大餐	57
当两条腿都断了以后	60
你能啃动这块石头吗	65
第三章 职场石头论	71

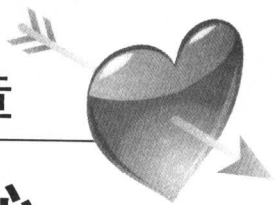
当你工作中遭遇别人的明枪冷箭时，是不是就怨天尤人、叹运伤怀呢？当你在公司中一得到升迁，是不是就得意洋洋、悠然自得呢？用第二颗心来思考的人不是这样的，他们会使用逆向思维，将工作中的绊脚石转化为自己的垫脚石，劣势转化成优势，霉运转化为好运。所以，用第二颗心思考的员工都是优秀而且成功的员工。

谁让你在“粪堆”中重生	80
从粪堆到地狱	86
可怕的办公室政治？	91
别向上司要感情	95



同事间的君子之交	106
职场人际关系指数测评	106
新兴职场的“天龙八部”	118
后记	141

第一章



倒转你的第一颗心

首先，我们来做一个小测试，看看你是否是一个有“二”心的人。

1. 当你被老总提升时，你的心情是：

- A. 非常高兴和激动，感到自己的付出得到了回报
- B. 感到有点担忧，觉得自己的能力可能适应不了这个职位
- C. 很平静，觉得是自己努力的结果，但还是觉得其中有偶然和运气的作用，因此，还感到了自己不足的一面

2. 当你做得不错但突然被你的老板炒掉时，你有什么感慨：

- A. 把老板大骂一顿，觉得是他的损失，我做得这么好，还炒了我
- B. 感到很生气，不断地想自己有没有哪里曾经得罪了老板
- C. 觉得无所谓，此处不留人，自有留人处，说不定我能找到一份更好的工作呢