

闫寒 = 编著

成功励志
畅销书系



xuehuiyingbian

学会应变

生活中的变化
是无法逃避的，
你能在变化面前永远
保持镇定自若吗？
是以不变应万变，还是随机应变？
想要成为处世不惊，遇事不乱的人吗？



中国盲文出版社

学会应变

闫 寒 编著

中国盲文出版社

图书在版编目(CIP)数据

学会应变/闫寒编著. —北京:中国盲文出版社,
2003.9

ISBN 7-5002-1918-0

I.学… II.闫… III.成功心理学 IV.B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 075232号

学会应变

编 者:闫 寒

出版发行:中国盲文出版社

社 址:北京市丰台区卢沟桥城内街 39 号

邮政编码:100072

电 话:(010)83893585 67210087

印 刷:北京市金红发印刷厂

经 销:新华书店

开 本:880×1230 1/32

字 数:166 千字

印 张:8

版 次:2003 年 9 月第 1 版 2003 年 9 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 7-5002-1918-0/B·68

定 价:16.80 元

此书盲文版同时出版

盲人读者可免费借阅

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

作者简介

闫寒，原名闫书平，1974年出生，山西五台山人，经济学学士，助理经济师。曾就读于华北科技学院，中国人民大学。先后就职于联想集团、海斯顿环保设备有限公司、中铁建十八局等单位。

从事业余创作，出版的作品有：《学会拒绝》、《企业为什么失败》、《世界名校精英榜》、《看人的七条黄金法则》等。即将出版的作品有：《你，就是一种财富》、《让自己轻松起来》等。

内容简介

生活中的变化客观存在，应变是事物发展与世界改变的客观需求。从多方面提高自己的应变能力，是个人素质提高的需要，也是人类生存发展的需要。

前 言

在现实生活中,人们随时随地都要面对变化。这些变化可能是社会大局势的变化,也可能是生活细节的变化,也可能是个人的精神世界的变化。其中有些可能很突然,有许多常人意想不到的变因,要求人们紧急处理,容不得有太多的时间考虑,这个时候就要考验人的应变能力。

变化面前,不得不做出应变。有些变化关系到一个人生活问题,甚至关系到一个人的生存问题,如果不做出应变,自己就会身受其害,或者将置身于难以想像的困境里,甚者会威胁到生命;相反,如果一个人在变化面前能够应变自如,就能挽回不必要的损失,摆脱不必要的烦恼,远离生活的困境。

为此,人必须具备良好的应变能力,那么,如何才能练就超常的应变能力呢?

人的应变能力是由个人素质决定的。摆正心态,积极面对生活,这是积极应变的个人心态准备。人一旦拥有了积极的心态,思维就能够积极起来,积极的思维意味着积极进取的精神财富;一个人的应变能力不是一蹴而就的,需要在生活中磨炼,需要个人知识、经验、品德等的积累。我们办事的时候,在某些情况下需要灵活机动,否则按照一般常规就有可能将事情办糟,因此学会应变,就要学会如何活用办事程序;要活用办事程序,就要改变自己的办事思维方法,主要的思维方法有变压力为动力,变阻力为助力;除此

之外,还必须做到审时度势,刻舟求剑的做法什么时候都行不通。

人的应变,一般表现为两种:以不变应万变和随机应变。条条道路通罗马,是以不变应万变的形象写照;处世“不倒翁”,是随机应变的形象写照。

生活中,有的人能够潇潇洒洒,遇事不乱;有的人仓促忙碌,遇事无章……这都是因为应变的能力不同所引起的。

愿本书能够陪伴那些生活充实的朋友,在他们出现手忙脚乱的情况时,镇静自若,处世不惊。

闫寒于随园

目 录

Contents

第一章 应变是客观的需要 (1)

第一节 时间就是变化 (3)

第二节 有变化才是生活 (5)

第三节 成功者的启示 (7)

第四节 变化的对策:应变 (10)

第五节 应变显其智 (12)

第六节 挡不住的精灵:水 (16)

第七节 钓鱼引申的智慧 (18)

第八节 变通与世理 (21)

第二章 应变心理的障碍和锤炼 (25)

第一节 人与恐惧 (27)

第二节 恐惧的背后 (30)

第三节 向恐惧宣战 (32)

第四节 心灵的第一障碍:羞 (36)



第五节 “羞得有理”	(39)
第六节 别做一个“羞女”	(42)
第七节 了解自己的情绪	(45)
第八节 善待自己的情绪	(48)
第九节 学会四句话	(51)

第三章 为应变打造一个好心态

第一节 做生活的积极分子	(57)
第二节 积极地去思维	(60)
第三节 积极思维与机遇垂青	(64)
第四节 勇敢行动	(67)
第五节 胆识的力量	(71)
第六节 克服消极思维	(74)
第七节 达到圣佛的心灵境界	(77)

第四章 应变能力要不断锤炼

第一节 培养自己的直觉思维	(83)
第二节 处事不惊	(84)
第三节 处事不惊的心理准备	(87)
第四节 知识与品德	(89)
第五节 装疯卖傻也是应变	(92)
第六节 智慧是应变的基础	(94)
第七节 不贪图功名利禄	(97)

第五章 可以活用“办事程序” (101)

- 第一节 面对眼前的现实 (103)
- 第二节 为人处事看场合 (106)
- 第三节 彼此知彼 百胜不殆 (108)
- 第四节 不要一条道走到黑 (110)
- 第五节 权衡利弊 两手准备 (113)
- 第六节 有时要学会说“不” (115)
- 第七节 学点“厚黑”本领 (117)
- 第八节 话可以正反说 (118)

第六章 化阻力为助力 (121)

- 第一节 努力去影响别人 (123)
- 第二节 多为别人着想 (126)
- 第三节 制造最好的第一印象 (128)
- 第四节 始终要做“好人” (130)
- 第五节 沟通彼此的心灵 (131)
- 第六节 与对方“合作” (134)
- 第七节 争取别人的帮助 (136)
- 第八节 让别人感觉到你的期待 (139)
- 第九节 使对方点头称是 (141)

第七章 变压力为动力 (145)

- 第一节 压力不只是消极的 (147)
- 第二节 危机意识 (150)

第三节 这时需要冷静	(151)
第四节 治疗悲观心理	(154)
第五节 时髦女性的危机	(158)
第六节 摆脱“富有”的压力	(161)
第七节 摆脱“尊贵”的压力	(164)
第八节 真正的成功没有压力	(166)

第八章 审时度势

(169)

第一节 正确对待信心和勇气	(171)
第二节 处事要冷静客观	(172)
第三节 识时务者为俊杰	(176)
第四节 尊重眼前的事实	(178)
第五节 感情至处误大事	(181)
第六节 走上理智的坦途	(184)
第七节 要伸屈自如	(187)
第八节 保持空静心态	(189)
第九节 学会换位思维	(192)
第十节 善辨人言	(195)

第九章 以不变应万变

(201)

第一节 咬定青山不放松	(203)
第二节 思想不变 行为万变	(205)
第三节 学习不变 内容万变	(207)
第四节 目标不变 方法万变	(211)

第五节 学会以静制动 (214)

第六节 金钱不是惟一追求 (217)

第十章 随机应变 (223)

第一节 绝处逢生的技巧 (225)

第二节 应变“弥勒佛” (228)

第三节 言语、行动皆应变 (231)

第四节 进退自如是应变 (234)

第五节 乘势应变 (237)

第六节 化解生活中的矛盾 (241)

第 1 章

应变是客观的需要

明智的人积极地去适应世界，不
明智的人固执地要世界适应自己。

应变是才智的试金石。

第一节

时间就是变化

时间对每一个人来说都是再熟悉不过的，它遍布生活的每一过程，而且脚步匆匆。对于时间的急速，朱自清先生曾这样描写：“洗手的时候，日子从水盆里过去；吃饭的时候，日子从饭碗里过去；默默时，便从凝然的双眼前过去。我察觉他去的匆匆了，伸出手遮挽时，他又从遮挽着的手边过去。天黑时，我躺在床上，他便伶伶俐俐地从我身上跨过，从我脚边飞去了。等我睁开眼和太阳再见，这算又溜走了一日。在逃去如飞的日子里，在千家万户世界里的我能做些什么呢？只有徘徊罢了，只有匆匆罢了，在八千多日的匆匆里，除徘徊外，又剩些什么呢？过去的日子如轻烟，被微风吹散了，如薄雾，被初阳蒸融了，我留着些什么痕迹呢？我何曾留着像游丝样的痕迹呢？我赤裸裸来到这世界，转眼间也将赤裸裸地回去吧？但不能平的，为什么偏要白走这一遭啊？”

时间以其固有的秉性，不慢不快地流逝，没有谁可以阻挡，没有谁可以拒绝时间的前进，让时间驻留。人类在时间的面前只有被动地适应，而不能主观地改变时间的前行。珍惜时间就等于重视自己的生命，拖延时间就等于轻视自



己的生命。把握住生命里的每一秒钟,好好地走下去,也就是时时刻刻把自己生命中的现存时间充分地利用起来。人类在积极地生活,以期在自己有限的岁月里,创建出功绩,走向成功。如果想成功,就必须珍视时间的价值。成功与失败之间的界限在于怎样分配时间,怎样安排时间。人们往往会认为,几分钟、几小时、几天没有什么大用处。其实时间上的判别有时非常微妙,有时要过几十年才看得出来;而有时这种判别又非常明显。贝尔就是这样一个例子。贝尔在研制电话机时,另一位名叫格雷的人也在做这项试验。两人几乎同时获得突破。但是贝尔到达专利局申请发明专利比格雷早了两个小时,贝尔因这两个小时取得了成功,从此改变了他的生活。

在时间面前,人是无能为力的,不过我们可以认识时间,认识时间给我们所带来的一切。那么,是什么驱使人类珍惜时间呢?这就必须认识时间,从匆匆过去的痕迹上去找缘由。时间的匆匆过去,给人类留下的是什么呢?由于时间的过去,洗手后手就由脏变净;吃饭后人就由饥变饱;经过漠然后人就得到思想梳理;睡觉后人就变得精神饱满,意气焕发。在远逝的时间背后,实际上隐藏着谁都没法修改的变化。

尽管时间在为人类设置着没有商量的变化,尽管人类没法抗拒时间的前进,也没法拒绝时间所带来的变化,可是人却可以掌握变化的内容与程度。人可以以成功回报时间的流逝;也可以以失败对付时间的流逝。人可以以不平凡来伴奏时间的流逝;也可以以平庸来殉葬时间的流逝。

时间的流逝,可以为事物的变化准备条件。由于时间

的流逝,草木可以枯萎,人可以生老病死,事业可以创造辉煌……时间不但可以为事物的变化准备条件,而且可以改变万物。由于时间的流逝,世界的万物都发生着变化,时事可以变成历史,先进的思想可以变成落后的思想,新型建筑可以变成古迹……

因此,人类必须认识时间,在时间的流逝中寻找变化的痕迹,在时间的流逝中发现变化的规律。大多数人都在感慨时间的流逝,但很少有人体会到时间的真正价值。

警言

◇ 聪明的人去认识时间所带来的变化,愚蠢的人对时间所带来的变化麻木不仁。

第二节

有变化才是生活

在生活中,我们总是有这样的体验。同一种生意,每一次运作都会碰到不同的困难,这是因为虽然生意类型一样,但情况却发生了变化;自己的情况在变,供货方在变,需求方也在变,市场更在变。我们要想克服这些不同的困难,首先就必须了解这些困难的不同之处。不同是客观存在的,变化也是客观存在着的。



变化遍及生活的每一细节。亮如白昼的居室,由于停电一下变得伸手不见五指;艳阳高照的晴天,有可能一下变得大雨倾盆;腰缠万贯的富翁,明天很可能一贫如洗。“人有旦夕祸福,月有阴晴圆缺”这句古语是经典的变化写照。习惯吃面条的北方人,在到以米饭为主食的江南不可能饿肚皮。

变化无所不在,它发生在世界的每一个角落,涉及各个领域。

所有的国家,都有一部自成一体的发展史变化史。比如美国、加拿大和澳大利亚,在相对短的历史时期内经历了巨变(不足 200 年)。今天,这些国家的大部分人口是移民的后裔,他们的先祖离开自己的家园,放弃拥有的一切来到一个新地方,他们经历了一个重大的变化。无论你生活的社会是否习惯于变化,自从一百多年前的工业革命以来,这个世界经历着全面的、强有力的、普遍的变化。那时,世界经济从以农业为基础向以工业为基础转变,数以百万计的人从农田转向城市的工厂。

变化不是什么新生事物,而是亘古有之。有史以来,变化就从未间断过。变化具有普遍性,仅仅在过去的一百年左右的时间里,科技就发展到了可以让全球范围内拥有不同文化背景的人在瞬间交流。任何变革在瞬间就能传遍整个世界,使变化的普遍性迅速提高。

变化是以人类没法改变的速度进行的。在世界的每一个角落,变化比以往都发生得更迅速。发生在今天的信息革命使变化像工业革命时期一样势不可挡。信息传递的速度每五分钟就要翻一番。在每个人的生活中,都会感到变