

人生就是一个 面对困难并解决困难的过程

困难，能给我们带来苦恼，同时也能提高我们解决问题的能力、激发奋斗的勇气。这样想，就能使我们的心智成熟，坦然接受自己遇到的一切。

办法 李蕴 编著

总比困难多



上帝，发给每个人的考卷
内容一样，都是选择题
没有标准答案

办法

李蕴 ● 编著

总比困难多



上帝，发给每个人的考卷
内容一样，都是选择题
没有标准答案



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

办法总比困难多 / 李蕴编著. —北京: 金城出版社, 2010. 1

ISBN 978-7-80251-290-0

I. ①办… II. ①李… III. ①问题解决(心理学) —通俗读物 IV. ①B842.5-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第218160号

办法总比困难多

作 者	李 蕴
责任编辑	梁一红
开 本	680毫米×980毫米 1/16
印 张	14
字 数	150千字
版 次	2010年1月第1版 2010年1月第1次印刷
印 刷	北京金瀑印刷有限责任公司
书 号	ISBN 978-7-80251-290-0
定 价	29.80元

出版发行	 金城出版社 北京市朝阳区和平街11区37号楼 邮编: 100013
发行部	(010) 84254364
编辑部	(010) 64120080
总编室	(010) 64228516
网 址	http://www.jccb.com.cn
电子邮箱	jinchengchuban@163.com
法律顾问	陈鹰律师事务所 (010) 64970501

第一章：困难都是因你而发生的

003 今天的困难是昨天的债务

今天，困难之所以选择了我们，是因为我们昨天选择了它们。

007 明天的困难是今天的选择

今天正确的选择，是明天风生水起的开始；错误的选择，是明天陷入地狱的端倪。

011 别人制造的困难是因为我们的威胁

真正的卓越者总是在困难中醒悟，并执著而坚毅地走下去，实现自我。

015 客观的困难是因为我们资本有限

一个人的性格、品质、意志力、经验等无形资产，才是最终决定一个人是否出人头地的关键所在。

第二章：你会比你想像的要强大

021 很多生活的定义是错误的

能选择自己的生活是一种幸运，更需要智慧。

025 我们并不了解真实的自己

困难时刻对自己的真实了解，再加上明确具体的目标，会让一个人变得异常强大。

029 找回被扼杀掉的征服欲望

拥有征服的欲望，是我们作为人而存在的价值，是一切成功的原动力。

034 畏惧是对自己的一种欺骗

恐惧制造的冰点，足以冷冻一个人的思维，进而毁灭一个正常的人。

038 确定自己要什么

一旦确定自己要什么，任何困难都会被当作可有可无的旁枝末节。革命尚未成功，一切都须努力。

042 别把自己当回事儿

把自己当回事儿的人，只会在原地打转儿，像一只过冬的狗熊，一点点耗尽秋天储存的能量。

046 大不了从头再来

很多人之所以不成功，就因为他们前怕狼后怕虎，想做却又害怕失败，失败了又怕经受不住打击，更没有重来一次的勇气。

第三章：困难是成功的一部分

053 困难是成功给你的一项考验

只要心不动，任何困难，不过是老天爷带来的风，风总会有，但会过去，总有风和日丽的时候。

057 把困难转变为成功的推力

当你不断地克服困难，并通过它一步步地接近目标，每通过一个关口，都对下一关充满了好奇与期盼。

061 享受困难是一种成功的心态

生活自有无法回避的困难，如何面对，是你应准备的。

065 精英大多在困难中产生

遭遇否定，是为了让我们更加发奋努力，对自己的追求更加肯定。

069 让困难塑造卓越的你

追求卓越是一个人最好的名片与招牌。

第四章：只能逾越，不能绕过

075 困难是成功和失败的分水岭

只有理想与雄心，又不付诸行动，久而久之，自己就会产生颓废心理，不用别人打击你，自己都会瞧不起自己，失败也会接踵而至。

079 成功只有逾越困难一条路

无人不渴望成功，成功的定义也纷繁多样，但是真正的成功，却都是通过逾越困难才能实现的。

084 绕过困难就是制造另一个失败

绕过困难就是酝酿失败的苦酒，虽然生活没有让你立即品尝，但时间越久，它的苦味就越足。

088 不是困难大，而是内心不够强大

一旦人的内心足够强大，就会对生活拥有更多的主宰权。

092 成功是由困难砌成的金字塔

如果我们相信，人是为克服困难而生，我们就会选择一条正确的道路。

095 逃避就是枪毙

战斗容不得胆怯，战场容不下逃兵。人生不会纵容逃避生活也不能容忍放弃。

第五章：只有暂时的失利， 没有永久的失败

101 再幸运的人也有点背的时候

成功的人拿“点背”鞭策自己，失败的人用“点背”做心理按摩。

105 困难时更要客观地认识自己

客观地认识自己，是你渡过危机的最有力武器。

109 自我激励比天助更重要

自救，才是最好的自我救赎。

113 踏踏实实走好每一步

每个人都会有梦想，谁都想一飞冲天，然后站在辉煌的尖端俯瞰芸芸众生。

117 培养从失败中吸取教训的能力

不会从失败中吸取教训的人，像一只会掰“困难棒子”的黑熊，到头来，怀里抱的还是困难。

121 学会在困难时抓住转机

如果要在处于困境时抓住转机，必须要有识别转机的能力、开放性的思维和当机立断的决心。

第六章：只有憋死的牛，没有愚死的汉

127 固执就是在做无用功

当坚持失去了必要，是不是应该放下？

131 坚持要讲究方法

只拉车不看路的牛，早晚会被累死。

135 他人的建议让你少走弯路

善于倾听别人的建议，是一种对他人判断、见识、经验、智慧、创意的吸收和学习，这是需要大智慧的。

139 找到借助他人力量的方法

他人的头脑、智慧、经验、能力、圈子、名气、地位、金钱，只要你欠缺，都是可以借助的资源。

143 抓住帮助你橄榄枝

在适当的时机，任何一个普通人可以帮助你扭转乾坤，成为你的大贵人！

147 创造获得他人帮助的契机

创造获得他人帮助的契机，是一种运用别人的智慧，来为自己搭桥的本事和手段。

第七章：换牌不如换玩法

153 你现在的条件，就是你手里的牌

实际上，牌无好坏之分，输赢与否，完全取决于玩家的心态。

157 换一种生存游戏规则

实现目的的方式有很多种，有些看似被动的方式，却往往能获得意想不到的成功。

161 能实现结果的过程都是好过程

每个人都会遇到困难，自己的困难还得靠自己审时度势地去解决。

165 潮流不可逆，常规却可破

如果不懂得打破常规，在事业上，即便不被淘汰，也会落后于别人，从而走向平庸和失败。

168 有时直中取，有时曲中求

宜在直中取时毫不手软，宜在曲中求时不要强拿。

第八章：办法躲在困难的不远处

175 每一个“不”都对应着一个“是”

伟人之所以伟大，就在于他在看到“不”的同时，也看到了“是”。

179 没有办法是因为没有了解困难

在解决困难的过程中，认识到它还不够，更重要的是，抓住困难的实质。

183 办法都用过后，也要再多坚持半步

坚持就是在做量的积累，再坚持一步，就是向质变做最后的冲刺。

187 坚持的过程最需要的是激情

有一句话如是说：成功无秘诀，坚持是关键。

190 积极等待也是一种办法

等待的态度，决定成功的程度。

第九章：困难是一道多解方程式

197 困难不会只有一种解决办法

有一些人，总是习惯性地回避困难，这种逃避心理让很多人失去了锻炼的机会。

201 冷静对待困难才能理清思路

能保持冷静头脑的人，不仅对克服眼前的困难有利，更能成大事。

204 综合分析让解决困难的办法更具体

困难是人生的标记之一。

208 抓住本质好办事

解决困难的过程就是不断地发现问题、提出问题、解决问题的过程。

212 分步骤解决大困难

在解决小问题的过程中，人会变得更有自信，也会愿意投入更多的精力思考问题的解决方式。

第一章

困难都是因你而发生的



今天的困难是昨天的债务

今天，困难之所以选择了我们，是因为我们昨天选择了它们。

在生活中，我们遇到困难，就会对朋友说：我真倒霉，又遇到意想不到的困难了！这个说法正确吗？这样说是不是更准确：那个早应该解决的困难，今天终于找到我了！

为什么要这样说？我们见过哪位债主会忘记他的债权？只要我们欠了债，债主迟早会找上门的。我们躲过初一躲不过十五，跑了和尚带不走庙！

小张大学毕业近半年，每日奔走在各个人才市场，就是找不到合适的工作。间或也能上几天班，没干几天，又被老板炒了鱿鱼……跟朋友闲聊时，小张总是抱怨说：“我从中学到大学毕业，每次考试都拿高分，怎么就找不到工作呢？”

做技术工作的李先生，最近也遇到郁闷事儿，公司被外资收购，外方要求技术员工必须能用英语沟通、交流，否则就辞退。

英语是李先生的弱项。这几年，公司里一直传言将与外方合作，很多同事闻风而动，未雨绸缪，利用业余时间参加英语培训。李先生以为，那些学外语的人，就是杞人忧天，公司效益不错，怎么可能与外方合作？即使真的合作，凭自己的技术，也不会下岗！因此，他依然我行我素，根本不把学外语当回事儿。

用英语交流是硬性条件，公司以此实行一票否决。看着同事留下

并加薪，李先生后悔不迭：“当初有那么多时间，自己完全可以掌握英语。现在让我几天内能用英语对话，真是愚公移走自家门前的那座山，难啊！”

王小姐属于新新人类，当其他朋友、同学都为工作太忙犯难时，她则为找工作犯难。毕业3年，她走马灯似的换了4个工作。家人、朋友都劝她，稳定压倒一切，你跳来跳去，不但赚不到钱，连工作经验都没落下，图啥呢？

王小姐一脸无奈：“找一个工作，费时费钱费精力，我愿意换工作啊？可是找到的工作都不适合我啊！我就纳闷了，为什么每个人都那么讨厌我，好像我欠钱不还似的！领导不支持，同事不配合，我能待下去吗？”

生活中，类似这样的情况不胜枚举。表面上看，这些困难好像都是突然一下子出现在我们面前。可仔细想想，其实，今天我们面临的困难，绝不是突然发生、突然降临的，而是在很久之前就开始酝酿、滋生、存在了，直到今天才显山露水，对我们发难，使我们的生活、工作的航船不得不抛锚搁浅。

冰冻三尺，非一日之寒。

很多困难，突然横在我们面前，请不要抱怨，也没什么可抱怨的。困难今天之所以选择了我们，是因为昨天我们选择了它们。

早在昨天，我们的弱点、缺点、悲观、懒惰和消极，就给今天的困难提供了肥沃的孕育土壤。我们对此视而不见，放纵它肆意地成长。所以说，在一定程度上，今天遇到的困难，都是我们一手造成的，是昨天欠下生活和工作上的债。

小张应该问问自己，大学这四年自己都干什么了。在大学里，好好学习没错，这是一个学生最基本的任务。但是，学习的目的是什么？是



工作，是解决生活的问题。

学校的考场不等于生活的战场，学校里的好学生，不一定是生活战场的好战士。

既然毕业后要参加工作，在学校里就得积极为参加工作做准备，主动培养打动老板的资本和条件。小张在学校学习的同时，应该早些做职业规划，确认自己的兴趣，强化自己的天赋，发展自己的特长，弥补自己的短板……

在大三、大四时，别人担心找不到工作，积极参加各种社会实践活动、职业技术培训，或者要求无薪工作……而小张却忙于谈恋爱，对找工作的事想都不想。他天真地认为，自己学习成绩那么优秀，不可能找不到工作。

那些在毕业前就应该做的功课，小张没有意识到，更没有去做。毕业后，他找不到工作，只不过是过去自己的懒惰、天真埋单而已。

李先生的例子，更具有代表性。只要还没有出现的问题，大多数人都会侥幸地认为，它们离自己很遥远。技术在更新，我们因循守旧；业务能力需要加强，我们僵化保守；工作岗位要调换，却不能在短时间内适应；职务晋级需要各种考核，可却回回不能通过。

当困难摆在当事人面前，大多数人会想起后悔药。假如……就不至于……可是，生活里不存在假如。事到临头抱佛脚，怎么能把佛感动？

或许，我们无意识而为之；或许，我们认识到却无力去做。但不要忘了，我们应该做而没有去做的事情，总有一天会变成魔鬼，找到我们。该来的一定要来。早晚会有一天，它横亘在我们面前，压得我们喘不过气来，逼着我们付出更大的代价立即解决。

愚公几辈人才移走的那座山，需要我们在几个月，甚至几天时间内完成，否则，不知道有什么后果。如果我们早点意识到，未雨绸缪，笨

鸟先飞，早点付诸行动，每天做一点点，每天前进一步，不至于把小问题培养成大困难，大到让自己无法逾越。是不是有点船到江心补漏迟呢？

王小姐的问题，也是职场多见的问题。不想改变自己，只想改变别人；不想适应环境，只想找适合自己的环境，可能吗？

每个人都是我们的环境。人际关系不和谐，每天就像生活在敌对的氛围中。有没有想过，处理人际关系，也是我们生存的必备能力，需要平时日积月累地培养与修炼。它不是换了一个新工作、新环境就迎刃而解的。

我们都知道欠钱是债，需要还。可当那些或大或小的困难突然出现时，哪一个不是我们昨天欠下的债务呢？欠思虑而无法预料未知的变化、欠学习导致跟不上技术的更新、欠变通以致不能适应新的环境、欠沟通造成的隔阂、欠人际交往能力使工作受困……这些都不是改变一个环境、临急抱佛脚等方式可以改变的。

如果，客观环境我们无力改变，那只能改变自己。要是我们一味抱怨、一味认为自己是受害者，不去反思和反省，就会越欠越多，积压问题最后如山，就永远不可能成功了。



明天的困难是今天的选择

今天正确的选择，是明天风生水起的开始；错误的选择，是明天堕入地狱的端倪。

生活中，那些挫折、不幸、痛苦、不愉快的事，总是不期而遇地降临到一些人头上，让他们本来就不轻松的生活雪上加霜，不堪负重。而有的人的生活总是那么轻松自如、有条不紊、悠然潇洒。工作中，他们独当一面，游刃有余；业余时间，他们生活充实，尽享天伦之乐。

于是，一些人常抱怨“我运气不好”、“我总是遇到想都想不到的麻烦。”为什么我们就不能像别人一样，有一份称心的工作，安逸的生活，或者一样成为时代的幸运儿呢？难道真是老天厚此薄彼，对自己苛刻有加？

其实不然，明天的困难、麻烦、不如意，都是你今天的选择造成的。

有一位同学，从交通大学毕业，他没有“近水楼台先得月”的关系，不能进事业单位上班，一直找不到对口的工作，一晃两年过去，连谋生都成了问题，就别谈什么专业对口、满意的工作了。只要能赚钱的工作，他都去干。

经人介绍，他进了乡政府，成为聘用制干部。他想努力工作，好好表现，争取早点转为编制内员工。可事与愿违，正赶上国家开始推行公务员制度，限制编制人数，他所在的单位人员超编。同事都心生忐忑怕

下岗，他也变得惶惶不可终日。这样熬了半年。那段日子，他整天和惊弓之鸟一样。好好干，看不到希望；辞职走人，又下不了决心。

左右摇摆、举棋不定，难于选择。

他所在的单位接下来精简机构，在编员工都“泥菩萨过河自身难保”，谁还有能力去救他，何况他还是一个编外人员，又怎么可能留在机关？他首当其冲地被辞退。

这是他第一次下岗。记得他刚进乡政府工作时，有人说他选择对了，现在看来却成了错误。也有人说，这是机遇问题，他没有赶上好时机。毕竟他不是上层决策者，很难作出一个前瞻性的判断、明智的选择，那么，今天的困难就在所难免。这就不是机遇问题了，因为他对形势没有足够的认识，导致在错误的时间做出了错误的选择，给自己带来新的困难。

人想活着，首先得选择一个工作，有工作，有工资，才有饭吃，然后才能谈得上理想与事业。失业后，找工作又成了他的当务之急。

由于当时物流业刚刚起步，在当时，人们普遍对它的价值、未来前景缺乏前瞻性的认识，当然就不会引起足够的重视。他也不例外，看不到这个行业的前景。

但有人眼光超前，提醒他说，这是个朝阳产业，你是学交通财会的，他们现在正需要这样的人，进去可是人才啊。他不屑一顾，这也叫职业？就是上门送货的。

不久，他托人进了一个乡下的信用社，专业上差好大一截，他只好买来大量金融方面的书籍自学，理论上刚弄清，业务上刚熟悉，却又遇上金融机构精简，信用社合并，单位不再需要那么多人上班，他不下岗谁下岗？真是“屋漏偏遭连夜雨，船破又遇打头风”。其实，这次的困难，是因为他又犯了第一次犯过的错误。