

像蚂蚁一样工作

勤奋敬业是
蚂蚁的天职



像蝴蝶一样自由
潇洒地生活

像蝴蝶一样生活

XIANGMAYIYIYANGGONGZUO

XIANGHUDIEYIYANGSHENGHUO

王贵水 编著

勤奋敬业是蚂蚁的天职

像蝴蝶一样活出光彩

美国著名摄影记者罗伯特·
卡帕说过这么一句精妙的话
——“像蚂蚁一样工作，像蝴蝶
一样生活”。



 海潮出版社
Hai Chao Press



像蚂蚁一样工作 像蝴蝶一样生活

XIANGMAYIYIYANGGONGZUO
XIANGHUDIEYIYANGSHENGHUO

王贵水 编著



d 310440

广西工学院鹿山学院图书馆



d310440



海潮出版社
Hai Chao Press

图书在版编目 (CIP) 数据

像蚂蚁一样工作, 像蝴蝶一样生活/王贵水编著.

—北京: 海潮出版社 2010. 12

ISBN 978 - 7 - 80213 - 803 - 2

I. ①像… II. ①王… III. ①人生哲学—通俗读物

IV. ①B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 230003 号

书 名: 像蚂蚁一样工作, 像蝴蝶一样生活

作 者: 王贵水

责任编辑: 张 慧

封面设计: 红十月设计室

责任校对: 徐云霞

出版发行: 海潮出版社

社 址: 北京市西三环中路 19 号

邮箱编码: 100841

电 话: (010)66969738(发行) 66969736(编辑) 66969746(邮购)

经 销: 全国新华书店

印刷装订: 北京世纪雨田印刷有限公司

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

印 张: 16.5

字 数: 200 千字

版 次: 2011 年 1 月第 1 版

印 次: 2011 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 80213 - 803 - 2

定 价: 32.80 元

(如有印刷、装订错误, 请寄本社发行部调换)

前言

一只蚂蚁钳着一粒针尖大的白色猎物匆忙钻进洞穴，紧随其后，另一只蚂蚁拖着比它本身要大至少三四倍的猎物，看上去艰难而吃力地倒退着向洞穴挪动；离这只倒行的蚂蚁不远处，几只蚂蚁有推有拖搬运一个死去了的蜜蜂，蜜蜂展开来的翅膀和弯曲的腿，不时地遭遇沙粒、草根和细碎枯叶的阻挡，每至此，后面推的蚂蚁便会马上跑到前面加入拖的行列，绕过阻碍，又迅速奔赴原位，各司其职，齐心协力向同一方向进取……

美国《国家地理》杂志的一个记者就曾经讲述过这样一个蚂蚁故事：一片原始山林着火了，大火借风势迅速蔓延开来，很多动物都因无法逃生被烧死在里面。突然，一个巨大的火球噼噼啪啪地燃烧着，从大火中滚出来，那火球上不断掉落着零星的小东西，火球越滚越小，但终于滚出火区，滚进了远离大火的一汪水潭。火球熄灭了，黑压压漂浮在水面的那厚厚一层，竟全是烧焦了的蚂蚁尸体。烧剩下的那个由蚂蚁组成的球慢慢散落开来，球的中心，是它们的蚁后。它们的生命之源就这样免遭了灭顶之灾。蚂蚁们面对灾难时展示的敬业精神和勇于牺牲的勇气，让号称所向无敌的人类在小小的蚂蚁面前实在是相形见绌，望尘莫及。

美国著名摄影记者罗伯特·卡帕说过这么一句精妙的话——“像蚂蚁一样工作，像蝴蝶一样生活”。

一个人工作的时候，需要兢兢业业，这就是务实的，所以要像蚂蚁；一个人生活的时候，需要有点浪漫主义精神，是烂漫的，所以要像蝴蝶；大概是这样吧。每个人开始时都是一只忙碌的虫子，

只不过有些人知道虫子终会变成蝴蝶，而有些人以为虫子就是虫子。

蝴蝶变化的过程是极其痛苦的，要经受住寂寞和挑战。如果能够做到，那么在工作和生活之间就能够游刃有余，化解工作中的难题，寻找生活中的快乐。

敏捷而灵巧地规避工作中的阻碍，将其转化成令为个人前进的兴奋点，抓住稍纵即逝的快乐，随意延长扩大，像蝴蝶一样漫天飞舞。

本书立足于现实，深入浅出地讲述了蚂蚁的工作态度和蝴蝶的生活态度。无论是蚂蚁还是蝴蝶都有着值得我们每一位员工学习的地方。

编 者

2010年9月20日



目 录

第一部分 像蚂蚁一样工作

第一章 勤奋敬业是蚂蚁的天职	3
像蚂蚁一样实干	3
做能够勇于承担责任的人	5
用行动证明你是最优秀的	10
老板提拔的都是那些做得更多更好的人	13
宇宙中有一种伟大的定律叫付出定律	17
机遇钟情于勤奋进取的人	20
第二章 未雨绸缪是蚂蚁的生存智慧	27
工作态度决定人生高度	27
以主人公心态对待工作	31
自动自发才是真正有效的执行	33
高效的自我管理	36
机会空间来自主动工作	38
高效是集中精力“钻透”工作的结果	42
职场不欢迎“守株待兔”的人	45
始终比他人领先一步	48





像蚂蚁一样工作，像蝴蝶一样生活

Xiang Ma Yi Yi Yang Gong Zuo Xiang Hu Die Yi Yang Sheng Huo

最严格的标准是自己设定的 51

第三章 永不放弃是蚂蚁的精神力量 55

以一颗平常心面对工作 56

保持工作中的激情和使命感 59

学会坚持懂得放弃 61

放弃就是为了更好的获得 64

失败是通往成功的铺路石 66

满怀热忱地面对工作 69

挫折,迈向成功的阶梯 71

与困难抗争,在逆境中前行 74

像蚂蚁一样不计代价,使命必达 77

第四章 忠诚守信是蚂蚁的基本特质 86

像蚂蚁一样忠诚 86

忠诚是成为优秀员工的通行证 87

对待工作要有责任心 90

忠诚是必不可少的职业品德 93

忠诚就是好员工的标准 96

忠诚就是比别人更出色 99

不要为工作寻找借口 101

与公司同甘苦共患难 104



第五章 团队合作是蚂蚁的制胜法宝	107
单枪匹马难成事	107
团队是最佳的生存之道	112
蚂蚁式团结协作实现共赢	115
高效合作源于良好沟通	118
蚂蚁式团队合作精神	122
向“蚂蚁王国”取真经	129
培养蚂蚁式合作能力让你更优秀	132
团队精神是发展的硬道理	133
团队是个人最大价值的源泉	139

第二部分 像蝴蝶一样生活

第六章 像蝴蝶一样热爱生活	147
生活像蝴蝶给自己一个笑脸	147
像蝴蝶一样把幸福藏在心中	150
生活像蝴蝶多一点热情	153
幸福是一种感觉	156
不要抱怨,热爱生活是蝴蝶永恒的选择	161
不追求显赫财富 尽享生命的绚烂	163
善待他人,幸福自己	165
第七章 像蝴蝶一样活出光彩	167
生活丰富多彩	167





像蚂蚁一样工作，像蝴蝶一样生活

Xiang Ma Yi Yi Yang Gong Zuo Xiang Hu Die Yi Yang Sheng Huo

像蝴蝶一样 活出精彩	171
生活如蝶 好好生活	175
走自己的路	177
让你的生活透出情趣	180
给生活着点颜色	188
让幽默给生活添加色彩	190
第八章 像蝴蝶一样享受生活	194
享受生活	194
像蝴蝶一样学会享受生活	195
把苦日子过好过甜	200
人生在零度也能沸腾	201
鹅卵石和钻石	203
心灵甘露	205
第九章 像蝴蝶一样快乐生活	207
生活本身就是一种心情	208
永远保持活力和激情	210
让快乐赶走坏心情	212
养成快乐的习惯	215
保持和气,享受家庭快乐	218
像蝴蝶一样 把快乐种在心里	221
快乐的钥匙在谁手里	223



第十章 像蝴蝶一样自由潇洒地生活	228
每天都要为自己腾出一点时间	228
像蝴蝶一样活好就要潇洒	231
找到真正属于自己的生活	233
像蝴蝶一样 选择适合自己的路	236
积极生活由自己选择	239
给生命解解压	241
别让心中的顽石阻路	243
做自己愿意做的事	247
简化你的生活	249
把握好生活的节奏	251



第一部分 像蚂蚁一样工作

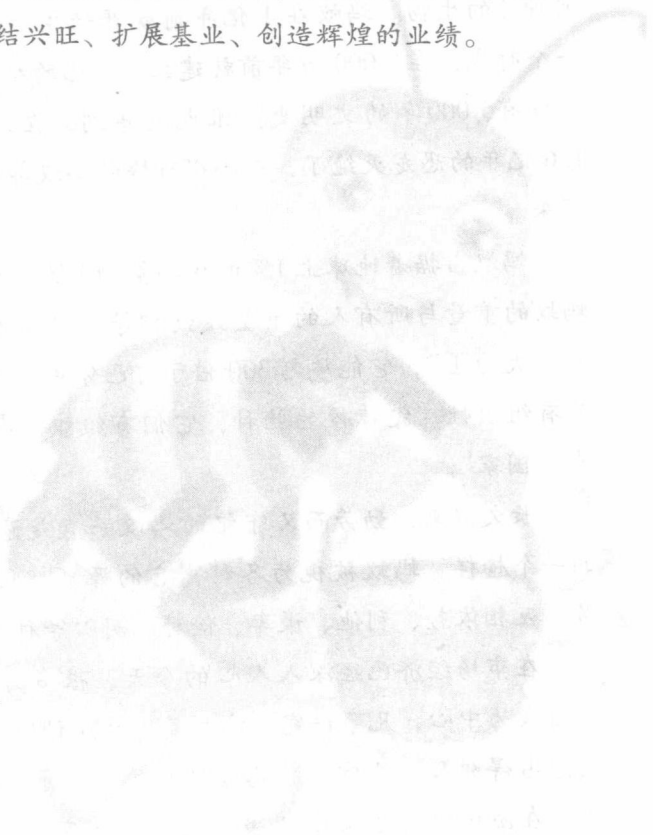
科学家们发现，在人类已经了解的昆虫中，蚂蚁虽然弱小，但在地球上分布最广，并且在数量上超过地球上任何种类的生物。蚂蚁在1亿年前就开始生活，与恐龙同属一个时代；在8000万年前就建立了自己的社会，而我们人类仅有5000年的文明史。谁也没想到，在地球上统治了1.6亿年的恐龙灭绝了，而小得可怜的蚂蚁却奇迹般地活了下来。

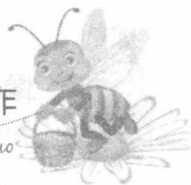
蚂蚁占据着地球上1%的生物量和1/3的动物量，所有蚂蚁的重量与所有人的重量大致相等。蚂蚁还是举世公认的“大力士”，它能举起300倍于自己体重的物体。蚂蚁是最有组织性、纪律性的物种，它们有组织、有种族，甚至有“国家”。

长久以来，勤劳而又守纪的蚂蚁一直是意识和教育上的一个榜样，蚂蚁被视为各种寓言的源泉。它们给人以勤劳、互相依赖、利他、谦卑、俭朴、耐心等种种教诲。

在市场经济已经深入人心的今天，很多时候人们变得以自我为中心，凡事讲究经济利益，斤斤计较、患得患失，总想占得别人的便宜，总想揩到集体的油水，而从不付出；在团队中总是摆出“事不关己，高高挂起”的姿态，或是以各种借口，推辞或拖延工作，哪怕是自己份内的工

作，遇到困难就动辄发脾气，怨天尤人、满腹牢骚，工作敷衍，没有一点责任感……从这个意义上说，今天我们尤其需要蚂蚁那种兢兢业业的敬业精神；需要像蚂蚁一样任劳任怨的辛勤劳作；需要像蚂蚁那样面对灾难时勇于牺牲奉献的勇气；需要像蚂蚁一样分工协作，高效完成任务的精神。如此，才能成就自我，达到事业成功的彼岸，企业 and 公司才能团结兴旺、扩展基业、创造辉煌的业绩。





第一章 勤奋敬业是蚂蚁的天职

对于蚂蚁来说，每天不知疲倦地辛勤工作是一种天职，它们甚至不用去寻找一个理由来说服自己。蚂蚁给人的形象就是一个勤劳的工兵，它们忠诚敬业，终日在大地上奔走忙碌，好像总有做不完的事。太阳升起，蚂蚁就开始一天的劳动，尽管脚步很小，但可以走遍全世界。炎炎烈日下，还是一如既往，忙忙碌碌，从不停息，因此，到了冰天雪地，才不会饿肚子。

所罗门的格言这样赞扬蚂蚁在这方面表现的非凡勤劳：“你们这些懒汉，去看看蚂蚁是怎么个活法吧！”的确是这样，我们所有的人都要去看看蚂蚁是怎样辛勤耕耘的。

像蚂蚁一样实干

有人甚至会觉得像蚂蚁一样工作，没有自我，在团队中像一颗螺丝钉，又那么微小而脆弱，多可悲啊。

果真如此吗？显然不是！

蚂蚁和人类一样都是社会化的动物，它们通过艰苦的集体化运作，建立起复杂的社会。这个社会是每一只蚂蚁辛勤劳动的结果，是蚂蚁们按照社会分工努力的结果，几乎可以说，没有一只只蚂蚁的辛勤劳动，地球上就很难有蚂蚁这个种族存在。

人类要生存下去也有点类似蚂蚁这个种类，社会中的每个人都需要工作，工作是个人与社会联系的通道，是个人能力展现的平台。





像蚂蚁一样工作，像蝴蝶一样生活

Xiang Ma Yi Yi Yang Gong Zuo Xiang Hu Die Yi Yang Sheng Huo

只要你选择了工作，你就要努力去做，就要像蚂蚁一样工作，就必须具备如下品质：

工作像蚂蚁一样勤奋，有韦编三绝、热情似火的状态，学习颜回“一箪食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回不改其乐”的精神，不懒不怠，孜孜不倦。

工作像蚂蚁一样踏实，诚实守信，虚怀若谷，上善若水，大度豁达，以不浮、不露、不躁为戒。

工作像蚂蚁一样执着，持之以恒，锲而不舍，信念如山，矢志不渝。

工作像蚂蚁一样努力，心无旁骛，志存高远，殚精竭虑，不做挖坑的人，只做挖井的人，不畏艰难、勇于进取。

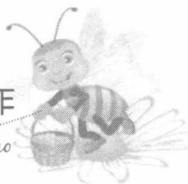
一个人能够做到实干的话，那么他的敬业精神就是非常好的了，我们通常讲的敬业就是敬重自己的工作，具体表现就是认真负责、一丝不苟、善始善终，这里面更有一种使命感和道德责任感。

实干精神是诚实苦干的人面对社会的一种内在驱动力。

当今社会实干精神必不可缺，很多人在工作上敷衍塞责，不去努力的做好自己的工作，而只做好表面工作，试图以此换来上级和领导的欣赏。这样也许能够一时得势，但长久来看，实在是得不偿失。任何一家想在竞争中获胜的公司都会想方设法让每个员工树立实干精神。没有兢兢业业、实实在在干活的员工就无法为顾客提供高品质的服务和高质量的产品。

在人的一生中，充满着各种理想、愿望和计划，如果我们在抓住他们的时候就能马上付诸行动，那真不知我们的事业是何等伟大。只是，我们的许多计划都沦为空谈，许多理想都化为泡影。

机不可失，时不再来，机会就像昙花一现，当我们没有抓住的时候，就永远错过了，我们的人生是何等短暂，时间如白驹过隙，稍纵即逝，人生的黄金年龄也不过有30年的时间，时间只能随着指尖一点一滴地溜走，永远不会再回来，如果我们在这段时间内没有



作出任何对自己家庭和社会有价值的事情，那么我们还不如流星，流星的生命虽然短暂，可却在瞬间释放生命的光辉。

尽管我们不能定义成功是什么，但我们却可以用一个最简单的方法来衡量，那就是您的身价，只有您的身价随着年龄的增长从铁变为铜，由铜到银，再由银质变为金，您才是一步步走向成功的，要想做到这些就从每天多保持一分快乐踏实的心情，每天多一些微笑，每天多一份付出做起，只有聚沙才能成塔。

踩着浮板过日子的人总会由落水的一天，奋力踢开脚下的浮板，义无反顾地踏上坚实的土地，只有这样，才能放出属于你光彩。

朝着目标行动吧，不要左顾右盼、犹豫不决、拖延观望；在行动中才能聚集力量增益智慧，因为世界上最伟大的奇迹都是那些勇于行动的人创造的，一个行动胜过一万个思想。

我们总能遇到一些投机取巧、逃避责任之人，他们不仅缺乏一种神圣使命感，而且缺乏对实干精神通俗意义的理解。实干精神难能可贵，实干不仅仅有益于公司、有益于老板，而且最终受益的是员工自己。

事业成败又取决于个人的人格。一个勤奋敬业的人也许并不一定能博得老板的赏识，但至少可以赢得他人的尊重。那些投机倒把之人，即便利用某种卑鄙手段博得老板的一时信任，也会被旁人所轻视，无形之中阻碍了自己的成功，结果只会自毁前程，得不偿失。

不劳而获非常具有诱惑力，然而真是这样的话，不劳而获者就会付出极其沉重的代价，他们将因此失去自身的名誉，诚实及敬业的品德可以说是人生最可宝贵的财富。

做能够勇于承担责任的人

蚂蚁对待自己的工作全心全意、尽职尽责。只要有“任务”，它们就会竭尽全力去完成。我们要学习蚂蚁的这种敬业精神，要做





像蚂蚁一样工作，像蝴蝶一样生活

Xiang Ma Yi Yi Yang Gong Zuo Xiang Hu Die Yi Yang Sheng Huo

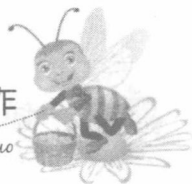
“蚂蚁式”的员工。

尤其值得一提的是蚂蚁的奉献精神。蚂蚁都是“利他主义”者，只要是集体利益的需要，它们可以献出自己的生命。蚂蚁群体独一无二的最重要特性是有工蚁这个类型，它由为后蚁的需要提供便利的雌蚁组成，为了抚育兄弟姐妹，它们愿意放弃自己的生育权。

天性导致它们不仅放弃生育自己的子代，而且还为了群体的利益甘愿拿自己的性命冒险。就在其离巢外出觅食时，它们选择了危险而不是安全。研究人员发现，当美国西部一种切叶蚁，它在觅食时，由于必须与邻近群体搏斗，它们面临着每小时6%的死亡率。还有一些工蚁死于食肉动物的攻击或者迷路。这种伤亡率很高，但不是惟一的厄运。瑞士昆虫学家保罗·施密德·亨佩尔和吕迪格·魏纳发现，在任何给定的时间，约有15%的工蚁忙于漫长而危险的离巢巡游，期间它们被蜘蛛和食虫虻大量地捕食。而就在这么短暂的时间里，它竟设法采集到了相当于其自身体重15~20倍的食物。

蚂蚁对同类极其友善，且习惯把食物送给饥饿的伙伴吃。每一只蚂蚁体内都有一附属胃，当它的同伴需要时，它可以把附属胃中储藏的食物献给对方。某些澳大利亚蚂蚁将它们的工蚁作为一种活的储藏罐。当工蚁采集了大量的花蜜，即一种源自花中的甜甜的液体，将它吞进体内、身体变得膨大起来之后，它们就将自身挂在巢穴的天花板上，一直到有别的蚂蚁需要食用它们体内储藏的那些花蜜为止。这些“活蜜桶”是一些享有特殊待遇的蚂蚁，除贮蜜之外，不再参与其他任何劳动。待到蚁群断粮季节，“活蜜桶”便“开仓放粮”，接济同胞。

那么，为什么蚂蚁以这种利他主义的方式生活呢？首先，请考虑任何一种社会行为的起源这个较大的问题吧。种群生活的达尔文进化优势是什么呢？正确的答案也是最显然的答案。如果一种动物有更多机会幸存下来，并且在其一生中留下了更多的后代作为一个类群的成员，那么合作奉献比继续作为一个独居者要更好。证据表



明，这在自然界确实普遍存在。例如，比起孤家寡人的动物来，成群结队的鸟类和结伴而行的象寿命更长，子代更多。因为依靠着集体的力量，它们找起食物来效率更高，抵抗敌人时抱有更大的胜利希望。“众人拾柴火焰高”的假设对于蚂蚁社会所起的作用更大，蚂蚁王国的成员乐于奉献。曾经在报纸刊登过这样一则招聘文秘的广告：“工作非常轻松，但要求全心全意，尽职尽责。”实际上，不仅仅是文秘工作需要如此，所有的工作都应该全心全意、尽职尽责才能够做好。

我们不管从事的是什么样的工作，都应该尽心尽力的做好自己的工作，并尽最大的努力发挥出自己的最大潜力，求得不断的进步。

全心全意，尽职尽责的工作，是我们从事工作的基本原则，也是我们做人的基本准则。

一个人要选择一项自己所热爱的事业，并全身心地投入，真正做到爱一行、干一行，才能真正掌握自己的命运。

