

以人生“三法”为武器，成为掌控命运的大赢家

人生三法

好性格·会做事·能淡定

修炼成大业的好性格 磨炼干大事的真功夫 塑造享大福的好心态

文捷◎编著



认清自己，准确定位，发挥优势，弥补劣势，修好内功
磨出硬功夫，拼出真本事，修炼软实力，成就大事业
建立好心态，获取大能量，远离坏情绪，安享人生

中国华侨出版社

以人生“三法”为武器，成为掌控命运的大赢家

人生三法

好性格·会做事·能淡定

修炼成大业的好性格 磨炼干大事的真功夫 塑造享大福的好心态

文 捷◎编著



中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

人生三法：好性格 会做事 能淡定 / 文捷编著.

— 北京：中国华侨出版社，2012.8

ISBN 978-7-5113-2803-8

I. ①人… II. ①文… 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 (2012) 第 193387 号

● 人生三法：好性格 会做事 能淡定

编 著 / 文 捷

责任编辑 / 宋 玉

责任校对 / 吕 宏

装帧设计 / 天下书装

经 销 / 新华书店

开 本 / 710×1000 毫米 1/16 印张 / 21.5 字数 / 288 千字

印 刷 / 北京联兴华印刷厂

版 次 / 2012 年 9 月第 1 版 2012 年 9 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-2803-8

定 价 / 38.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成大厦 3 层 邮编：100028

法律顾问：陈鹰律师事务所

编辑部：(010) 64443056 64443979

发行部：(010) 64443051

传 真：(010) 64439708

网 址：www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com



成功的人生要遵循三个法则：好性格、会做事、能淡定。这三“法”，实际上是古往今来成大事者不可或缺的行事准则。有了这三“法”，你可以在商场上叱咤风云，在职场中如鱼得水，在交际场合游刃有余，在生活中快乐自如。这三法，是一座指引路途的灯塔；更是开启成功大门的金钥匙。

第一，好性格。性格决定人生高度，拥有什么样的性格，就拥有什么样的命运。好性格能够成就非凡的人生，而坏性格则会让一个人一败涂地。所以，我们要想成就一番大事业，一定要发挥自身的性格优势，准确定位，同时也要正视自己，弥补性格中的不足，这是成就大事的基础。

第二，会做事。人生如赛场，要想脱颖而出，就要练就一身真“功夫”。为此，我们一定要摆正心态，接受人生的各种挑战，忍受住各种突如其来的磨难和苦厄，在一点一滴的积累中逐渐让自己强大起来，在人生的赛场上成为笑到最后的人。

第三，能淡定。真正有意义的人生是快乐和幸福的人生。在追求成功的道路上，我们要时刻保持淡定，尽人事，听天命，不贪婪，不妄求，懂宽容，知进退，宠辱不惊，成功了不扬扬自得，失败了不悲观失意，在忙碌之中体会内心的宁静和生活的乐趣，这才是最大的福气。

本书将这三种人生的修炼汇集在一起，力求帮助读者领略成事的精

髓，真正能收获好的性格、真的本领和快乐的人生，成为人生最大的赢家。

全书根据成就大事的三种方法，分为三篇。

上篇《好性格：修好内功，成就大事》从认清楚自己，修炼好性格，弥补和改善坏性格等几个方面阐释“好性格成就好命运”的至上真理。将如何认识自我，发挥自身性格优势，弥补和改善坏性格的技巧加以阐述，让读者修炼好内功，为成就大事奠定基础。

中篇《会做事：人生赛场，拼的是真功夫》从自省自身的做事能力，修好自身的做事本领，练好成就大事的“软实力”等几个方面让读者认识自己，根据自身的优势去磨炼各种做事的真本领，让读者从茫茫人海中脱颖而出。

下篇《能淡定：不仅要事业有成，更要快乐一生》就是告诉人们，真正有意义的人生是快乐和幸福的人生，在追求成功的道路上，我们切不可被忙碌牵着鼻子走，要学会以淡定的态度面对事业，从忙碌的生活态度中获取能量，为自己建立一个强大的心灵屏障，让外界的负面因素、消极情绪远离自己，从而成为掌控人生的大赢家。

本书逻辑缜密、符合实际，富有现实的指导意义，将道理与故事相结合，文字灵动而深刻，句句触动人心，让人读起来爱不释手、深有体悟。相信当你手捧此书的时候，其中的成事技巧与人生智慧已经开始融入你的灵魂之中，成为你成功人生不可多得的奋斗宝典！



上篇 好性格：修好内功，成就大事

每个人都想成就一番大事业，然而在此之前，必须先进行自我修炼。自我修炼主要是修炼自己的性格，因为良好的性格，造就完美的品质、良好的习惯，这些都是你成大事的铺路石。相反，那些恶劣的品质、不良的习惯、缺陷的性格等对你有百害而无一益。为此，欲成大事必须要先进行自我修炼，提升自我，为迎接明天的辉煌做最充足的准备！

第一章 性格决定出路，定位决定方向 / 3

1. 性格决定你的人生高度 / 4
2. 失败从不认识真正的自己开始 / 7
3. 穿合脚的鞋子，才能健步如飞 / 9
4. 准确定位，找准自己努力的方向 / 12
5. 为自己的事业做个长远规划 / 16

第二章 撕开性格缺陷，成功源于自我剖析 / 19

1. 敢于客观地接纳自己，才能剖析自己 / 20
2. 撕开性格缺陷，并且勇于正视它 / 22
3. 不要自我蒙蔽，敢于袒露自己的性格缺陷 / 24

4. 面对性格冲突，要学会“择良弃恶” / 26

第三章 有缺陷的性格，会让你一事无成 / 29

1. 有缺陷的性格，造就不幸的命运 / 30
2. 坏性格是阻碍你成功的最大因素 / 32
3. 性格缺陷，也会阻碍你的交际 / 35
4. 最难击败的对手是你自己 / 37
5. 失败人生的 14 个性格缺陷 / 39

第四章 优秀人士都有良好的性格 / 43

1. 拥有好性格，就有好命运 / 44
2. 马云：成功在于坚持不懈 / 46
3. 李嘉诚：健健康康成功 / 50
4. 盛田昭夫：踏实面前无迷茫 / 53

第五章 成功人生需要具备的六种性格 / 57

1. 热忱：激活全身的每一个细胞 / 58
2. 志向：迈向成功的“加速器” / 62
3. 坚韧：可以征服任何一座山峰 / 65
4. 冒险：才能主动抓取机遇 / 67
5. 坚持：劣马变成黑马的不二法则 / 70
6. 冷静：拥有新思路，才能有出路 / 73

第六章 你拥有好性格，就获得一种大能量 / 75

1. 拥有好性格，就拥有大能量 / 76
2. 好性格是人生的王冠 / 78
3. 好性格能赢得他人的支持和帮助 / 80

4. 好性格能让你快乐一生 / 82

第七章 学着弥补和改善性格中的缺陷 / 85

1. 改变世界先从改善性格开始 / 86
2. 每日“自省吾身”，不断更新自我 / 88
3. 弥补性格缺陷，从改变习惯开始 / 90
4. 通过控制心态来改良性格 / 92

中篇 会做事：人生赛场，拼的是真功夫

会做事，是一个人立身的根本，也是成就大事业的基础。人生如赛场，要想脱颖而出，要练就一身真功夫才行。真本事是靠真刀真枪干出来的，硬实力是靠经久考验练出来的。为此，我们一定要摆正心态，接受人生的各种挑战，忍受住各种突如其来的磨难和苦厄，在一点一滴的积累中逐渐让自己强大起来，成为人生赛场上笑到最后的人。

第八章 问问自己，身上有几种做事的能力 / 97

1. 你有“被重用”的可能吗 / 98
2. 本事是靠真刀真枪干出来的 / 101
3. 是真金，手中有绝活才行 / 104
4. 你是一个“能人”吗 / 107

第九章 机会不是等来的，而是抓来的 / 111

1. 机会是扑过去抓过来的 / 112
2. 等待机会不如创造机会 / 114
3. 捕获机遇，趁势而为 / 117
4. 决不拖延——现在就行动 / 119

第十章 在难题和困境中挑战自己的做事本领 / 123

1. 把工作当成事业去奋斗 / 124
2. 成功的人生需要做好“加减乘除”法 / 126
3. 别让薪水捆绑自己，要与业绩“叫板” / 129
4. 在自我挑战中突破平庸 / 132
5. 勇于创新，创造业绩奇迹 / 134
6. 把最简单的事情做好就是不简单 / 136
7. 多做一点点，责任引领卓越 / 138

第十一章 成大事还须练好各种“软实力” / 141

1. 耐心：耐得住寂寞才能笑到最后 / 142
2. 交际：良好的人际关系让你更有竞争力 / 145
3. 口才：会说话让你走向成功 / 147
4. 品质：守职业操守，勿触职业底线 / 149
5. 眼界：目光有多远，世界就有多大 / 152

第十二章 要从小事做起，才能慢慢成就大事 / 155

1. 切勿眼高手低，大才干都是从小事中挖掘出来的 / 156
2. 以小鸟为起步，以老鹰为目标 / 158
3. 完成小目标，逐步实现大目标 / 160
4. 关键时刻要敢于背水一战 / 163
5. 全心全意活在“今天” / 165
6. 做好计划，做事才更有目的性 / 169
7. 拥有空杯心态，随时从零开始 / 171

第十三章 瞄准一个目标，强过到处散打 / 175

1. 追求卓越是迈向成功的基石 / 176
2. 瞄准一个目标，才不会瞎忙 / 178
3. 把自己置于“走火入魔”的境界 / 181
4. 不要让别人的目光扼杀自己的梦想 / 183
5. 卓越是“熬”出来的 / 185

第十四章 停住脚，好好调整下一步该如何做 / 189

1. 冷静的思考，比埋头苦干更重要 / 190
2. 给自己安排一个“优先表” / 191
3. 勿让“碌碌无为”毁了你的一生 / 193
4. 不断挑战自己，成为最优秀的那一个 / 196
5. 切勿得过且过，下一刻的自己才是最好的 / 199
6. 选择比努力更重要 / 201
7. 看淡结果，会更容易成功 / 203

下篇 能淡定：不仅要事业有成，更要快乐一生

真正有意义的人生是快乐和幸福的人生，在追求成功的道路上，我们要时刻保持淡定，尽人事，听天命，不贪婪，不妄求，懂宽容，知进退，宠辱不惊，成功了不扬扬自得，失败了不悲观失意，在忙碌之中体会内心的宁静和生活的乐趣，成为人生真正的大赢家！

第十五章 别让人生败在不能淡定上 / 207

1. 沉得住气，才能成大器 / 208
2. 要成为“福人” / 211
3. 在顺境中要淡定，不要忘乎所以 / 213

4. 在逆境中要沉稳而又积极果断 / 216
5. 不可过于执著，关键时刻学会转弯 / 219
6. 你不能控制情绪，失败就控制你 / 222
7. 心浮气躁是成功的大敌 / 224
8. 别让过去的痛苦牵制你的未来 / 226

第十六章 学会淡定，别让工作成为人生的负累 / 229

1. 别让工作成为人生的负累 / 230
2. 别让焦虑毁了你的生活 / 232
3. 抱怨的杯盏里只有消沉的苦酒 / 236
4. 用感恩的心对待工作 / 238
5. 以坦然的心态迎接福祸 / 240
6. 有胸怀才能沉得住气 / 241
7. 经常微笑的人，运气不会太差 / 244

第十七章 淡定不仅是一种气度，更是一种心态 / 247

1. 对工作心存感恩，将压力转化为前进的动力 / 248
2. 暂时的“低就”是为了未来的“高成” / 251
3. 辩证看得失——塞翁失马，焉知非福 / 255
4. 要拿得起，更要放得下 / 257
5. 只重耕耘，不重收获 / 259
6. 挫折是成功的入场券 / 261
7. 磨难使生命更坚强 / 264
8. 对折磨你的人心存感激 / 266

第十八章 “淡定一生”才是最大的福气 / 269

1. 埋头“速度”生活，你失去了什么 / 270

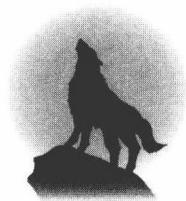
2. 生命无须承受太多的苦难 / 272
3. 你的一生真的了无遗憾了吗 / 273
4. 生命的意义在于过程，而不在结果 / 276
5. 平淡才是人生的真滋味 / 278
6. 淡泊名利是人生的一种佳境 / 280
7. 心宽是一种永恒的幸福 / 282
8. 将水倒掉一些，水就能沸腾 / 284

第十九章 别让贪婪“吞噬”了你的快乐 / 287

1. 别让虚荣将心拖入永久的疲惫中 / 288
2. 人不能只为了脸面而活 / 290
3. 别让交际拖累你的生活 / 292
4. 贪婪：“适可不止”必将是自我毁灭 / 296
5. 多余的财富会增加生命的负担 / 298
6. 勇于舍弃才能获得更多 / 301
7. 世上没有什么事情不可以坦然 / 303
8. 绝对的公平是不存在的 / 306

第二十章 淡定是成功人生的至高境界 / 309

1. 享受清福，就能如神仙般自在 / 310
2. 静心是养心第一法 / 311
3. 功成身退，见好就收 / 313
4. 把人生的财富转换成幸福 / 316
5. 保持一颗平常心，不被“八风”所困 / 318
6. 张曲有度，走好下坡路 / 320
7. 生活没你想象得那么糟 / 322
8. 人生学会随缘，才能活得自在 / 325



上篇

好性格：修好内功，成就大事

每个人都想成就一番大事业，然而在此之前，必须先进行自我修炼。自我修炼主要是修炼自己的性格，因为良好的性格，造就完美的品质、良好的习惯，这些都是你成大事的铺路石。相反，那些恶劣的品质、不良的习惯、缺陷的性格等对你有百害而无一益。为此，欲成大事必须要先进行自我修炼，提升自我，为迎接明天的辉煌做最充足的准备！



第一章 Chapter1

性格决定出路，定位决定方向

有什么样的性格就有什么样的选择，好的性格可以拔高你的人生高度。为此，要成就大事，一定要先认清自己，发挥自身的性格优势，准确给自己定位，并且树立人生目标，给自己的事业做个长远的规划，这样才能让自己向着目标不断向前。





1. 性格决定你的人生高度

培根说：“性格决定命运。”何为性格？它是指一个人在现实中形成的稳定的人生态度和习惯性行为方式，它意味着我们对人生和世界的看法，对人生的追求和挑战，意味着我们对社会和个人人生的把握和创造。

欲望、知识和习惯是构成性格的三个层面。欲望决定了你想做的程度，知识决定了你能做什么，习惯则决定了怎么做。如果将一个人比作一栋大厦，那么，性格就是钢筋骨架，它直接决定着大厦能多高，建多壮阔。概括地讲，性格就是指一个人在对人和事的态度以及行为方式上表现出来的心理特点，它会直接告诉你你是一个什么样的人，即一个人会“做什么”、“怎么去做”以及“做的程度”。“做什么”也是指一个人追求什么，拒绝什么，指一个人的兴趣及喜好。“怎样做”是指一个人会采用什么样的方法去得到想要的东西，如何去拒绝自己不想要的东西。“做的程度”是指一个人所能达到的人生高度。拥有积极性格的人，其人生追求、奋斗方式都是积极向上的，无论在顺境还是逆境中，他们都能够积极面对，并且不懈努力，最终取得成功，而不良的性格，往往会在人生最关键的时刻毁其一生，造成悲剧性的结局。

具有不屈不挠、自信坚强性格的残疾人张海迪，曾动过3次大手术，共摘除了6块椎板，严重的高位截瘫，自第二胸椎之下全部都失去了知觉，在这样的情况下，她仍旧怀着“活着要做个对社会有益的人”的信念，以保尔为榜样，竭尽全力将自己全部的光和热献给人民。她时常以坚强的意志鼓舞自己，凭借惊人的毅力坚持学习。在轮椅和病床上，她自修了小学、中学和大学的主要课程，还阅读了大量的医学著作，自学

了针灸，免费行医救人，在病床上，她曾经用镜子反射来看书，最后她终于以超乎常人想象的毅力学会了英语、日语、德语等四种语言，并成功地翻译了近20万字的外文著作与资料。

张海迪所取得的惊人成就，都是她内在积极性格的巨大力量所产生的结果。然而在现实生活中，因为个人的性格缺陷而失败的不胜枚举。

在2008年8月17日北京奥运会50米气枪三姿决赛的会场，在13时51分，射击比赛还有最后一枪就将全部结束。截至此时，中国选手邱健成绩最好，他利用最后这一枪逆转并赶超了乌克兰对手0.1环。1272.5环的成绩足以保证他获得一块银牌。

最后一个没有完成比赛的人是美国著名选手马修·埃蒙斯，在此之前，他的总成绩已经领先第二名4环多。所有人的眼中，金牌对他来说已经没有任何悬念，在这样世界顶级水平的角逐之中，以他们的实力，一枪之中相差零点几环就应该算是个不小的差距。也就是说，只要埃蒙斯的最后一枪能打出6.7环——一个在步枪射击中的业余水平，金牌自然就会被他收入囊中。这对于一个射击名将来说，简直易如反掌。

在众人瞩目而又似乎显而易见的气氛中，埃蒙斯举枪、瞄准、击发。4.4环。最终，中国选手邱健走上了最高领奖台。

顿时，全场以及屏幕前所有的观众都惊呆了。现场直播的解说词也足有三秒的凝滞。在一片不知所措的惊叹声中，时光一下逆流到4年前——雅典马可·波罗射击场，用解说员无奈的话说“历史总是惊人的相似”。

当时的三姿比赛也是进行到了最后一枪，2号靶位的埃蒙斯同样最后一个击发，他只要得到不低于7.1环的成绩就能夺冠。但最后一声枪响后，子弹竟然飞到了3号靶位上。金牌最终属于中国选手贾占波。

四年一轮回，当埃蒙斯再一次出现在北京奥运会的决赛赛场上时，世人为其不屈不挠的精神所感动，并希望他能向世界证明自己是最棒的。埃蒙斯也果然不负众望，稳健地打完了前九枪，遥遥领先于所有