

XUE HUI ZHAN ZHE SHUI JIAO

异度成功学宝典

张国庆 著

学会

站着睡觉

不要与老鼠比赛
“懒人”更容易成功
今天你笑了没有
没有人会在原地等你
两点之间曲线最短
免费的东西不好吃
最会说话的是耳朵
掘好你的井



新世界出版社
NEW WORLD PRESS



异度成功学宝典

学会站着睡觉

张国庆 著

图书在版编目(CIP)数据

学会站着睡觉/张国庆著. —北京:新世界出版社, 2003. 11
ISBN 7-80187-164-2

I. 学… II. 张… III. 成功心理学 - 通俗读物 IV. B848.4-49
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 100478 号

学会站着睡觉

总体策划: 刘汉太

作 者: 张国庆

责任编辑: 梁 越

封面设计: 鲁 冰

出版发行: 新世界出版社

社址: 北京市西城区百万庄大街 24 号(100037)

总编室电话: (010)68995424 (010)68326679(传真)

发行部电话: (010)68995968 (010)68328733(传真)

本社中文网址: www.nwp.com.cn

本社英文网址: www.newworld-press.com

本社电子信箱: nwpcn@public.bta.net.cn

版权部电子信箱: nwpcn@nwp.com.cn

版权部电话: +86(10)6899 6306

印刷: 北京振华印刷厂

经销: 新华书店

开本: 880×1230 1/32

字数: 230 千字 印张: 11.25

印数: 1~6000 册

版次: 2004 年 1 月第 1 版 2004 年 1 月第 1 次印刷

书号: ISBN 7-80187-164-2/G·072

定价: 20.00 元

新世界版图书 版权所有 侵权必究
新世界版图书 印装错误可随时退换

目 录

……
学会站着睡觉
……

前 言

/ 1

第一部

做正确的事情

许多时候,做一件正确的事情,要比正确地做十件事情重要得多。在短暂的人生面前,做正确的事情是“延长”生命的最好办法

不要与鼯鼠比赛 / 3

在正确的时间,在正确的地点 / 15

“懒人”更容易成功 / 22

挖好每一口井 / 31

成功从第一份“奶酪”开始 / 41

把工作当做游戏 / 53

像逛街一样工作 / 62

目 录

……
学会站着睡觉
……

第二部

有进有退的人生

理想的人生是什么都可以放弃的人生,或是
随时把包袱一卷就可以带走的人生。

我们的梦想有多少被妥协掉了 /71

两点之间,曲线最短 /82

倒立看世界 /89

做个有悬念的人 /95

学会放弃 /101

闭上嘴比张开嘴更需要勇气 /111

第三部

快乐是一种才华

一个快乐的人不一定是最富有,最有权势的,但
却一定是最聪明的。他的聪明就在于懂得人生的真
谛,那就是,花开不是为了花落,而是为了灿烂。

学会站着睡觉	/119
今天，你笑了没有	/125
对着压力做鬼脸	/133
做个健忘的人	/141
在心里养花	/148
给自己点灯	/154
让心“度假”	/163

第四部

爱与宽容

对园丁们来说，“爱是种子成长的秘密”是一句千真万确的话，每一年每一季，都不断有种子破土而出，“长大成人”，而它们“长大”和“美丽”的秘诀又是那样简单而真实：“只是水、一点阳光和一点爱。”

爱是种子成长的秘密	/175
-----------	------

- 好女人是一所学校 /182
找到你的“心跳” /188
没有人会在原地等你 /197
有雨露的地方才有花香 /203

第五部

浑身都是嘴

人们也许会忘掉一同笑过的人，却很难忘掉一同哭过的人，那真心聆听你内心声音的人，总是令人难忘。在一般情况下，我们往往不会对侃侃而谈的人有特别远深的印象，但那信赖的目光和耐心的倾听却常常会深深地打动我们，使我们在多年后都难以忘怀。

- 人际关系的黄金四原则 /213
“破冰之旅”从说话开始 /220
最会说话的是耳朵 /228

- 你的身体在说话 /236
天天谈判 /243
“不”要怎样说出口 /250

第六部

把失意做成大片

无论是国家还是个人，都难免会与危机不期而遇。危机使生命的航程为之改变，使世界变得从此不同。有的人因危机而沉沦，有的人因危机而健壮，一切都取决于对危机的看法和应对的心态。而我所受益终身的一句话就是：“要把每一次失意变成凯旋。”

- 从失败中凯旋 /259
危机的邻居是转机 /267
“感谢”敌人 /275
人心怎么能死呢 /282
与碎片告别 /289

第七部

更新你的光彩

葛拉西安说得好，更新光彩是“伟大天才”的秘诀。能力会变老，名声也会随着能力而变老。细碎的陈腐减弱了敬慕之情，再显赫的成就到了老年也会被平庸所战胜。因此要试图在勇气、天才、幸运和其它一切之中再生。要敢于向世人展示你的新奇的一面，就如同像每日的太阳一样重新升起。

在变化中找到天堂 /297

没意识到危险才是真危险 /305

无情地攻击自己 /311

免费的东西不好吃 /318

漂泊是一种成长方式 /325

永远在上学 /333

从书中站起来 /339

第

一

部

做

正

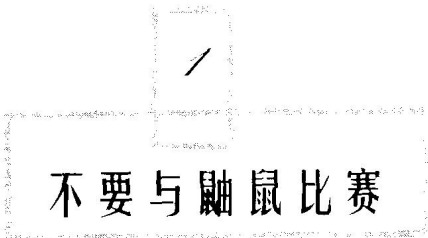
确

的

事

情

许多时候，做一件正确的事情，要比正确地做十件事情重要得多。在短暂的人生面前，做正确的事情是“延长”生命的最好办法。



不要与鼯鼠比赛

不要任意挥霍你的精力，把它们用在正确的地方吧。

狮子的哲学

有一次，一只鼯鼠向狮子挑战，要同他决一雌雄。狮子果断地拒绝了。“怎么，”鼯鼠说，“你害怕吗？”

“非常害怕，”狮子说，“如果答应你，你就可以得到曾与狮子比武的殊荣；而我呢，以后所有的动物都会耻笑我竟和鼯鼠打架。”

这只狮子无疑是明智的，因为它非常清楚，与鼯鼠比赛的麻烦在于，即使赢了，你仍然是一只“鼯鼠”。一般情况下，对于低层次的交往和较量，大人物是不屑一顾的，就像一个优秀的武士，是不会与一个盗贼公开决斗的。

政治斗争尤其如此。你如果与一个不是同一重量级的人争执不休，不仅会浪费自己的资源，降低人们对你的期望，还会在无意中提升对方的层面。我所认识的一位俄罗斯政治家就曾有过这方面的遗憾。由于他过于在意那些小

人物的攻击,不仅耗费了许多精力与之周旋,而且也影响了
他做冷静的判断,结果在重要的问题上判断失误,从而抱憾
终生。不仅如此,由于他与那些人斤斤计较、“喋喋不休”,使
很多选民都大感失望,这直接影响到他日后更高层次的竞
选。对此,有政治学家评论说,如果他能够对有些人 and 事不
屑一顾的话,以他的才智和人望,是完全可以成为俄罗斯数
一数二的人物的。



其实,生活中最聪明的人往往是那些对无足轻重的事
情无动于衷的人,他们很清楚该理睬什么,不该理睬什么,
知道什么事情可以改变命运,也知道什么事情只会消耗青
春。这样的人对那些较重要的事务无一例外会感到兴奋,同
时也善于把无关紧要的事情搁置在一边。

我在上大学的时候,曾经给一家报纸做过一段时间的
体育记者,有机会与许多全国冠军和世界冠军接触,其中有

两位世界冠军给我印象非常深刻。他们看上去是那种与世无争的人,对很多事情都是不在乎的样子,除了训练。平时,他们也总是心平气和的,看不出有什么特别的地方,激情好像也不多,但是一到了赛场上,好像就完全变成了另外一个人,生龙活虎,百折不挠,不达目的决不罢休,发挥总是比别人要好。与他们接触多了,我也就慢慢明白了什么使他们与众不同。用经济学家的话说,在资源稀缺的情况下,选择是至关重要的。

专注琐事会变得对大事无能

很喜欢看“动物世界”之类的节目,喜欢看各种动物的生活状态,看它们姿态各异的生命过程。在看过有关虎、狮等动物的片子后,我发现这些动物界中的“大人物”,在向目标进发时,是从来不会对路边的蚂蚁、水边的青蛙太在意的——当然有毒蛇拦路是不行的,它会以最快速度坚决去除它的威胁。而事实上,也很少有什么动物敢于拦它的路。

在现实生活中,成功者大也都深知“那些太专注于小事的人通常会变得对大事无能”,并很清楚“抓住大事,小事自然会照顾好自己”的道理。一流的人物大都具备无视“小”(人物、是非)的能力,换句话说,障碍大都是相对而言的,除了必须搬掉的障碍之外,大多数障碍都可以忽略,如果要先搬掉所有的障碍才行动,那就什么也做不成。事实上,绝大多数所谓的障碍,在你超越那个阶段之后,也就不称其为障碍了。

同样的,一个人对琐事的兴趣越大,对大事的兴趣就会越小,而非做不可的事越少,越少遭遇到真正问题,人们就越关心琐事。这就如同下棋一样,和不如自己的人下棋会很轻松,你也很容易获胜,但永远长不了棋,而且这样的棋下多了,棋艺会越来越差,所以好棋手宁可少下棋,也尽量不与不如自己的人较量。

但遗憾的是,许多人整天忙着处理琐碎的事情,总是抱怨挪不出时间做正经事。其实他们的潜意识是在逃避做正经事,尽力回避可能出现的挑战,毕竟,做大事是需要想像力、判断力、勇气和自信的,不是一个精神“瘦弱”的人所能持久而为的。

相信许多人对此都会深有感触。有一个读者来信对我说:曾经有一段时间,他陷入了斤斤计较的泥潭,与一些令他不愉快的人和事纠缠得不亦乐乎,不仅一无所获,还生了一场大病。但因祸得福的是,在病中,他发现了人的力量的局限:人并不像他想像的那样可以同时应付好多事,人也没有很多时间去和不相干的事物周旋,除非他想毁了自己。躺在床上,看着窗外飘舞的雪花,他突然意识到,原来生活中有很多美好的事物,但是我们并没有给予她们足够的重视,相反,我们眼中弥漫的,却多半是一些尘埃般的事物,这些事物影响了我们的“视力”,也阻碍了我们去欣赏美好的一切,去奔向自己所爱的人和事业。

也正是从那时起,他给自己定一个原则,就是不去想、见和联系那些令他不愉快的人和事,不让他们影响他的心情,再有就是尽可能努力去做事,使自己变得充实起来,这样就比较容易淡忘和“轻视”那些不重要的事。现在的他已

经变得很从容了,事业和感情都有了很大的收获,与“生病”之前判若两人。

无独有偶,不久前我听到了一种说法,有人提倡,一周里有两天不要看报纸,为的是不去接触那些负面消息,想想也不无道理。有些事情就像黏在人身上的泥土一样,拍拍也就掉了,而在离开你身体之后,你会发现,它其实真的算不了什么,尽管它黏在你身上时你会非常不舒服。

心里有了大,才会放下小。有一项针对世界冠军的调查就很说明问题。调查者发现,那些夺得世界冠军的人往往很早就怀揣了这份特别的理想,并且十几年如一日地追寻,这其中,他们也遇到了其他人所常见的种种挫折,但由于他们心中有一个高过一切的目标,因此很容易忽略那些在他们看来无关紧要的琐碎。长期的内力凝聚产生了惊人的效果,他们终于因为能够抓大放小、有所为有所不为而获得了成功。

这也应了美国哲学家威廉·詹姆士的话,“明智的艺术就是清醒地知道该忽略什么的艺术。”他的言下之意就是,不要被不重要的人和事过多打搅,因为成功的秘诀就是抓住目标不放。他的这种思想对 20 世纪的美国人产生了深远影响。

第一流的人做第一流的事

很多人都想成为一流的人,有一流的事业、一流的思想、一流的生活,但遗憾的是,很少有人能像一流的人那样

做事。管理学家班尼斯说过：“纯管理人也许能把事情做对，但是真正的领导人重视的是做正确的事情。”换句话说，做正确的事情比正确地做事要重要得多，也有效得多。

能做成事有时反而会耽误事。我有一个朋友，非常聪明，也特别勤奋，他不仅能够同时做好几件事情，而且能够做成事情。他曾经在三年的时间里同时准备会计师资格考试、中医本科自学考试、律师资格考试，还“攻读”了一段时间围棋，他也确实很“成功”，几个证书都考下来了，围棋还得到了业余段位，但遗憾的是，这些都与他的工作无关，他的粗线条的性格决定了他不会去从事会计师工作，他的口齿不利也影响到他成为律师，而且他本人也不喜欢与人辩论，而中医和围棋也只是业余爱好……相反，由于这样大量地投入其他事情，他的本职工作受到了很大影响，甚至一度因此面临下岗的威胁，而他所做的那些事也都无助于他在职业上获得优势地位，不仅如此，由于他太忙了，没时间陪女朋友，结果与女朋友也分了手。后来，他自己也承认，他的失败就在于能够做成事， just 却不善于选择正确的事情去做。

而一流的人物就不同了，他也许做不成很多事情，但却能够集中精力做成一件事情，而事实上，这一件事情往往就足以改变一个人的命运了。这样的人往往没有时间可以像一般人那样浪费，他要以并不长的生命，完成一流的事业。他不能过普通人的生活，不能在人生的许多事情上，做普通人的反应，他必须放弃或减少普通人的快乐、交游、娱乐、爱恨、争执、答辩和澄清，他必须忍住不为小事所缠，他有很快分辨出什么是无关事项的能力，然后立刻砍掉它。更重要的