

北京慧田智业集训中心
成功学发展研究中心 联合推荐

生存 不难

SHENG CUEN BU NAN



景平管

做人不难系列丛书

中国物资出版社

生存不难

景平管

中国物资出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

生存不难/景平管编著. -北京:中国物资出版社,
1999. 4

(做人不难系列)

ISBN 7-5047-1612-X

I. 生… II. 景… III. 人生观-通俗读物 IV. B821

中国版本图书馆CIP数据核字(1999)第11051号

书名 生存不难

编著 景平管

出版 中国物资出版社

中国物资出版社

全国新华书店

印刷 北京白河印刷厂

规格 787×1092毫米 32开本

14.5印张 320千字

版次 1999年5月第一版

印次 1999年5月第一次印刷

印数 1-10000册

书号 ISBN 7-5047-1612-X/Z·0093

定价 19.60元(全套五册:98.00元)

地址 北京市西城区月坛北街25号

邮编 100834

(版权所有,翻印必究)

【前言】

生存宣言

人类几千年的文明史，就是一部如何更好生存的历史，人类文明的每一次进步，都使我们在生存上拥有更多的主动权。当荀子第一次讲“人定胜天”的时候，人类的生存能量已经在困难面前开始显露。无论我们怎样撰写历史，每一笔都在向世人证明：我们活得比以前更好。这就是我们以行动战胜困难的生存宣言。

具体到我们每个人，我想到，在几十年的生命历程中，我们有十足的必要让我们生存得更好，这是我们的共同理想和追求。从呱呱坠地的婴儿，到社会舞台上大显身手的成功人士，无时无刻地都存在着如何让自己生存更好的难题。有人讲：人生就像一个参数极多的方程，从任何一个角度都可以解析，但存在一个速度和效率的问题。聪明的人能很快找到不变的定量和可变的参量，并在每次的分解中打下坚实的基础，最后走到人生的理想彼岸；糊涂的人也知道要好好解开这个方程，但经过多次努力之后，效果并不理想，于是他们怨自己的命运不好，或智商低下等等，想以此为自己的失败找个借口。我们知道：生活是公平的，一份努力一份收获。现在的问题是，如何理解糊涂人努力之后的失败？对于这个问题，

看起来很大,但说起来并不深奥,为什么呢?人生就像一座迷宫,如果迷宫中的人找准了出口的方向,并掌握处理复杂难题的技巧,他很快就会出来;相反,如果他选错了方式,并在具体问题上应变能力较差,他的迷宫之旅就必定艰辛。在这里,我们讲了这些,主要是想说明:人的生存有许多技巧,就像庖丁解牛一样,掌握了技巧很快就会马到成功。这些技巧是我们人类几千年痛苦磨炼的成果。使用它,一则可以让我们不必要再一次经历先人的痛苦;二则可以让我们在技巧中获得成功。因此,说明这些技巧,并教您如何使用这些技巧就是本书的立意中心。

在书中,我们选择了 48 个生存难题,从人类的心智力量到应对外界环境等,多角度告诉我们应该怎样做。当然,世界上没有全能的上帝,我们也不敢说本书就是人生的“圣经”,但有一点可以肯定,它对我们改变生存现状有一定的启示、借鉴作用。人生,如果用老话来讲,就像一层纸一样,捅破了,很容易,捅不破,很难。我常常想:老和尚参禅十年图破壁,我虽然很敬佩这种精神,但却认为精神可嘉,做法不够高明,当然我不是得道高僧,也许理解不到他的境界,但我始终认为条条大路通罗马,为什么不改道而行呢?如何改道?这就是方法问题,也就是本书所要阐明的东西。

让我们共同携手,在人生的道路上用高超的技巧,绘出各自精彩的人生片段。

编者

1999 年 5 月于北京

目 录

释 放 生 命 能 量

人类几千年文明所创造的一切,都是人们生命能量释放的结果.具体到每个人,他所创造的社会和个人价值的大小,都是内在能量外化的产品,因此,生命世界,也就是个人内在水平的体现。

人的内心世界有着无限的力量,当一个人充分发挥出他的个性时,他的人生就会有惊人的光辉。

如何释放生命的能量.....	(3)
如何让生命创造价值和财富.....	(8)
如何让行动创造更大效益	(19)
如何让精神改变生活	(29)
如何让信念创造你自己	(34)
如何发挥特殊才能	(45)
如何处理生命中的“麦城”现象	(48)

人生运行

人从出生之日起,就处在一种生理和社会责任的运行当中,前者创造机体,后者创造财富和价值,二者运行的质量关键在于个人掌握运行的水平。

即使在最难熬的逆境里,也永远保持快乐的心情、肯定的态度,并且充满无限的热诚,就能使你达到完美的境地。

- 如何让每天都带来收获 (61)
- 如何让能力、态度化为成功的因子..... (75)
- 如何让来改变生活 (82)
- 如何避免无所事事 (94)
- 如何处理人生转折点..... (100)
- 如何摆脱困境..... (110)
- 如何挣脱孤独..... (113)
- 如何把孤独化为动力..... (125)

走出自我

从“认识自我”到“走出自我”,我们一直未能克服“自我”所带来的先天不足,如何让先天不足后天补?这才是走出自我的关键。

克服羞怯、消除自卑、端正心态,找寻理想的

人生归宿,为自己准确定位,从而建立强烈的自信,才能战胜自我,走出自我。

如何战胜自己.....	(151)
如何端正心态.....	(156)
如何建立自信.....	(163)
如何消除自卑.....	(172)
如何克服羞怯.....	(178)
如何让自己更成熟.....	(184)
如何编写“成功配方”.....	(188)

处世技巧

在人际交往中,仅仅有爱心和真诚是远远不够的,最重要的是要有驾驭爱心和真诚的技巧。

善于社交的人在社会上广受欢迎,他所承受的压力比别人小,成功的概率也相对提高。一个人的成功,只有 15% 是由于他的专业技术,而 85% 则要靠人际关系和他的做人处世能力。

如何拓展人际关系.....	(197)
如何待人接物更得体.....	(215)
如何给人一个好印象.....	(219)
如何获得别人对你信赖感.....	(223)
如何戒除社交中的坏习惯.....	(228)
如何与有棱角的同事相处.....	(235)

战胜上司

人本来天生是平等的,但由于职位而形成的上司与下属的关系,无形中对人的天性形成一种违背。如何让背逆人性的东西转化成符合人性的东西,其中的关键在于下属而不在于上司。

无论你在收发室工作还是担任中层管理工作,你成功的关键就是让你的上司知道你的老练、精明和圆通。

- 如何获得上司信赖..... (243)
- 如何做上司的好助手..... (249)
- 如何弥补上司的不足..... (253)
- 如何看清上司的真意..... (256)
- 如何与上司个别交往..... (260)
- 如何对上司说“不”..... (267)

掌握异性

异性就是自己的一面镜子。人无法靠近自己来认识自己,最直接和最简单的方式就是异性,他(她)的状况如何是个人坐标中最可靠的参照系。

聪明的男人知道每个女孩都渴望被爱,于是就大胆地挑战,采取行动;聪明的女人知道她可以掌握自己的命运。因此,她靠自己的努力得到她所

向往和需要的一切。

如何看清边身的女人.....	(283)
如何明白身边的男人.....	(295)
如何追女孩.....	(302)
如何追男孩.....	(313)
如何摆脱失恋的痛苦.....	(321)
如何面对摇晃的婚姻.....	(328)
如何走出婚姻的误区.....	(341)
如何正确看待外遇现象.....	(358)

立业有路

人生的各种经验,并非是一种简单的堆砌,而是一个人阅历的集结、智慧的积累和能量的储备,同时也潜伏着无限的商机。

创业是艰难的,但艰难之中也不是步步艰难,这里面有许多谋略可为,聪明的人可以达到“四两拔千斤”的境界,愚蠢的人只能“千斤拔四两”。

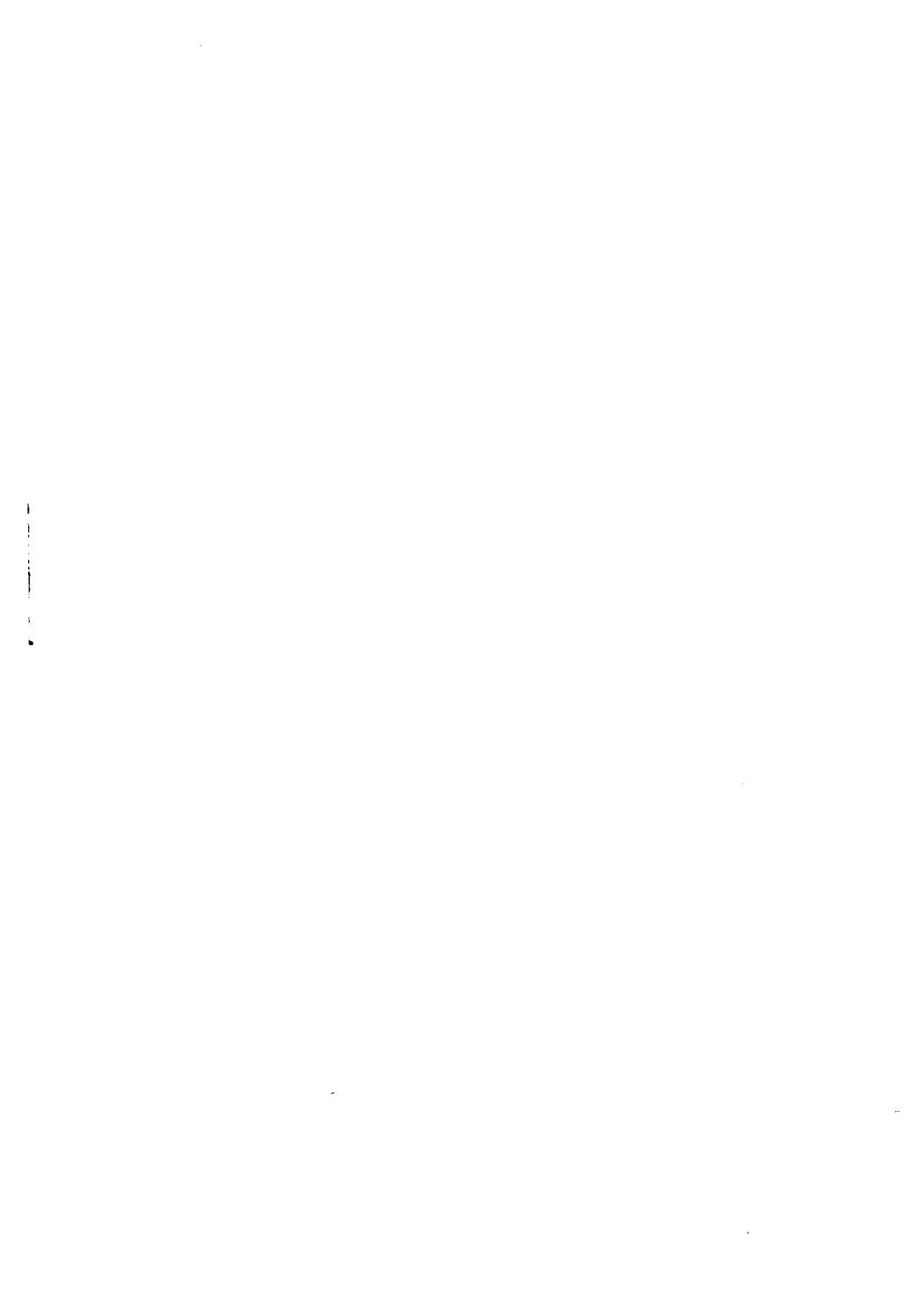
如何选择创业股东.....	(365)
如何节省创业之初的费用.....	(370)
如何雇用主要人员.....	(372)
如何合理调配资金.....	(377)
如何充分利用企业资源.....	(379)
如何做到顾客至上.....	(383)

第一篇

释放生命能量

人类几千年文明所创造的一切,都是人们生命能量释放的结果。具体到每个人,他所创造的社会和个人价值的大小,都是内在能量外化的产品。因此,生命世界,也就是个人内在潜能的体现。

人的内心世界有着无限的力量,当一个人充分发挥出他的个性时,他的人生就会有惊人的光辉。



如何释放生命的能量

潜能犹如深埋于地下的宝藏,需要我们去挖掘。

——慧田寄语

在这个世上,有许多人都陷进了自己不期望的人生境况里,动弹不得。这些人不满意自己的职业,不欣赏同事的态度,甚至对现在的经济状况、居住环境及社会地位都感到不满。

这些他们感到不满的事物并非应该受到非难,问题在于他们错误的处事态度,而不是他们所厌恶的环境。这种错误的观念,使得他们将自己封闭在一个凡事都感到厌恶的状态中。

没有今天,何来明日

回过头来说,对现状不满,而将希望寄托在明日的,是自我成长过程中的必要条件。但是我们必须要知道,如果在我们所身处的现状里无法成功,那么则任何环境我们也都永远不会成功。因为,没有今天,何来明日。

意念打破现状

长久以来,大多数的人都是在前途迷惘、没有希望、

怨天尤人的状态下工作。一些成功的人士，就是在瞬间，任何征兆都没有的情况下，某种巨大的灵感涌进了他们的意识，进而改变了他们的一生。

改变想法就改变了生活

一位经营食品店的老板，日常所赖以维生的就是贩卖这些食品所得，生意十分清淡，日子过得单调而贫乏。他每天就是这样坐在店内的椅子上，一边听着收音机，一边等待稀稀落落的客人上门。

有一次，他偶然听到了电台广播一段发人深省的话——任何人都具有超乎自己想象的能力，潜伏在我们的体内。这段话刺激了他呆滞的眼神，他若有所思地思考后，环视一下自己的店，发现可以印证这句话之处多得是。于是，许多不同的想法，顿时浮现在他的脑中。目前的情况是：店内已经好几个月不曾重新装饰了，灰尘也到处都是，橱窗的玻璃更是好久没有擦拭了，摆设在那里的物品都看不太清楚。

因此，他第一件要动手整理的便是这张长年使用的椅子，接着再将店内所有的陈列物品弄得干净整齐，纸箱罐盒全部排放得井然有序，货架上当然也焕然一新。

店内门窗及橱窗擦拭得闪闪发亮，陈列了许多吸引人的新商品。

他到底有没有证实自己这项潜在的能力？有的，若以营业额来计算，增长了近6倍之多。他的生意越做越兴旺。

运用“增加 10%”的魔术

“增加 10%的魔术”其真正意义在于人与人之间的差异，其实微乎其微，但极微的差异却具有重大的意义。

很多人总认为时间不够用，事情常常半途而废。如何使用时间的问题有各种方法，方法之一就是将自己的睡眠时间减少 10%。

一般人一天的睡眠时间为 8 小时，早上 6 点半起床，花一小时的时间梳洗、看报、吃早点，然后 7 点半准时出门——这是上班族普遍的生活方式。那么减少 8 小时睡眠时间的 10%（即为 50 分钟），早上就必须 5 点 40 分起床，6 点半出门上班。

这样第一个好处是：大清早的精神特别饱满，提早一小时坐公共汽车也一定会有座位。你可以在宽敞的公共汽车内坐在舒适的位子上慢慢阅读报刊；也可以利用这个时间做各种计划思考。也就是说，将公共汽车作为你的移动研究室。

因此，比往常提早一小时出门上班，在开始工作之前你足足有一、二个时甚至三小时的时间可以充分利用。

失败和成功仅有一步之遥

在公司内你可能是一位平凡的业务员，成绩始终维持中等程度。和顶尖优秀的业务员相比，你的业绩不及对方的一半。你也许因此认为，凭自己的能力是绝不可能拉近这 2 倍的业绩距离的。

但请你仔细想一下，业绩多你 2 倍的业务员，比起你 8 小时工作时间，他工作了 16 小时吗？当然那是不可

能的。在顾客访问中你一天10次，他也不过多了你一次而已。而你用了10个小时的心思于工作上的同时，他也只不过多用了1个小时。

像这样只要再稍加努力便可得到非凡的成果，但是多数人，却在自我满足后便停滞不前了。其实只要再进一步稍加努力，你便可由庸俗的世界升到超脱的世界，你的身价便会加速地飞升。

不要和现状妥协

想要打破现状提升自我，就不能窝在一个“妥协”的角落中。对现状必须抱有极端强烈的不满足，必须有着改变现在境遇的强烈欲望。如果我们对现在的生活状态、生活方式感到满足，那么从我们踏出人生旅程的第一步开始，便是一连串的乏味无聊，结果只有徒然的疲累而已。

我们已经生根在“妥协”的小镇中，陷入了自我满足的泥沼里，徘徊在惰性的荒野山谷底，将整个自我封闭在水牢之内。

逃避绝对不是办法！要打破现状、释放潜能，除了努力前进外别无他途。

是的，“我要打破现状！我不再是住在地面漫游踱步的鸭子，我要变成一只展翅高飞、翱翔万里的雄鹰！”

“只有今天”的生活方式

所谓的时间并不能像金钱一样可以贮存起来以备不时之需。我们所能够使用的只有被给予的那一瞬间，也就是今日、现在。

或许正因为时间的独特贵重，所以造物主运用它无限的智慧，不让我们浪费时间。因而我们每个人所拥有的时间才会如此有限吧？

假使我们不能充分利用今日而让时间白白虚度的话，那么它将一去永远不再回头。大家都知道：所谓“今日”正是“昨日”计划中的“明日”，而这个宝贵的“今日”，不久也将消失到遥远的地方。

我们得以生存的只有现在——过去早已消失，未来尚未来临。

也就是说，昨天是张作废的支票，明天是尚未兑现的期票，只有今天是现金，有流通性的价值。

现在是未来的支柱

真正的成功者不论他们喜不喜欢，愿不愿意，都懂得活用现在的处境来作为提升自我身价的跳板。

他们勇敢地面对现状：“这就是我今日的处境，我唯一得以解救的就是在目前环境中展开活动。”如此一来事情就有了急速的变化。他们只要每天在“目前环境”中开始行动就会发生奇迹，人生便向他绽放异彩，撒播希望。