

XXXXXXXXXXXX

每份工作都值得人们 去尊重、去热爱。

XXXXXXXXXXXX

热情成就你一生

ReQing ChengJiu Ni YiSheng

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

泓露·沛霖◎著

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

热情，就是一个人保持高度的自觉，



就是把全身的每一个细胞都调动起来，
完成他内心渴望完成的工作。

· 热情是一种工作的精神特质，代表一种积极工作的精神力量 ·

中国商业出版社

~~~~~ 每份工作都值得人们去尊重、去热爱。 ~~~~~

# 热情成就你一生

*ReQing ChengJiu Ni YiSheng*

~~~~~ 泓露·沛霖◎著 ~~~~~

热情，就是一个人保持高度的自觉，



就是把全身的每一个细胞都调动起来，
完成他内心渴望完成的工作。

· 热情是一种工作的精神特质，代表一种积极工作的精神力量 ·

中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

热情成就你一生 / 泓露·沛霖著. — 北京 : 中国商业出版社, 2014.9

ISBN 978-7-5044-8390-4

I. ①热… II. ①泓… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2014)第034122号

责任编辑:姜丽君

中国商业出版社出版发行

010-63180647 www.c_cbook.com

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

北京凯达印务有限公司印刷

*

720×1000毫米 16开 15.75印张 200千字

2014年12月第1版 2014年12月第1次印刷

定价:29.80元

(本书若有印装质量问题,请与发行部联系调换)

前 言

◎ 热情地工作

热情,就是一个人保持高度的自觉,就是把全身的每一个细胞都调动起来,完成他内心渴望完成的工作。

每份工作都值得人们去尊重、去热爱。我要用火一般的精神去热爱我的工作,这是一种对待工作最积极的态度。如果不热爱自己的工作,又怎么能够把工作做好。只要你做什么事都具备了热情的态度,你就可以释放出你所有的能力,这种能力可以改变你人生中的任何层面,能扭转你的环境,使你的美梦成真。

很难想象,一个没有热情的员工能始终如一高质量地完成自己的工作,更别说做出创造性的业绩了。

如果不去热爱自己的职业,怎么能够对工作投入极大的热情。没有热情的工作态度只会让人乏力,只会让人丧失斗志,当然也会丧失灵感。阿伟是某文化公司的总经理,在刚创业的时候,他凭借着极少的资金,开始了人生的转变。在刚开始的时候,公司就只有他一个人单枪匹马地在商场上厮杀,他一人担当了众多的角色,既是领导者,为公司的发展制订发展目标,又是技术开发人员,把产品开发出来;既是营销人员,在产品开发出来之后,把产品推向市场,又是清

洁工，当办公室很脏时，亲自去打扫。更惊奇的是，他在创业时才20岁，拥有一张奇貌不扬的娃娃脸，尽管他身上有一种精明强干，能够适应市场的变化，但还是让父母和朋友们的心中存有许多疑问，人们都认为他不具备创业资格。

但是，正是这样一个长着娃娃脸的人，竟改变了自己的人生，经过一年的创业之后，他终于取得新的发展，公司无论是在市场份额还是在人员规模上都有了新的变化。当人们问起是什么因素使他取得发展时，他坦然一笑说：“是我的热情，因为在我的每一步发展中，我都抱有极大的热忱，我都将自己的每一分精力都倾注到我的创业过程中。在每一天，无论在我身上发生什么样的困难，我都会以热情去对待，于是使我感到无比的快乐。”

阿伟的成绩是50%的热情和50%的勤奋换来的，只要你来到他所领导的公司，你也会被他的热情所感染。用阿伟的话来说就是：“热情是一股力量，它和信心一起将逆境、失败和暂时挫折转变成行动。凭借着热情你可以将任何消极表现和失败转变成积极表现和经验。”

下面我们再来看一个故事。在我上高中的时候，我有一位同学叫赵磊，他一心想当播音主持人。但是，我这个同学从小就口吃得厉害，只要听一听他平日的谈话就知道他要实现当主持人的梦想，是一件比登天还难的事，人们都认为他要当节目主持人无疑是白日做梦，而且从来就没有一个人去鼓励他，也包括我在内。

然而，赵磊并不是一个在被打击之后就停滞不前的人。他从书上读到古希腊的一位著名演说家的故事，这位演说家原来和赵磊一样具有口吃的毛病，但是他通过自己在口里含了一粒石子，到海边面对

滚滚的浪涛练习说话，终于矫正了这个缺陷。看到这个故事之后，赵磊也受到了启发，恰好他家附近也有一个湖，这个湖每天碧波荡漾，波光粼粼，每天还能看到从湖面一掠而过的野鸭。在这样的环境里，赵磊也学起了这个古希腊的演说家，他每天从湖边捡一块正好适合自己练习的石子含在嘴里去练习。经过两年苦练之后，他也最终改掉了口吃的毛病，终于如愿以偿地实现了他的梦想。后来，当电视台的记者采访他时，他说：“热情是从获得某种渴望的结果的愿望开始的。每次我开始一项新的计划，无论是为电视节目编剧或为某项新展品作推广活动，我心里都会有种强烈希望实现的愿望或梦想。转化梦想的流程的第一步是清楚地确定我的梦想并且写下来。当时我也许不了解，不过当我把清楚界定的梦想写下来之后，我就得把对那个梦想的热情的第一个成分存放在心中。接下来要拥有的就是希望。希望并非只是一种‘愿望’。它不是一种空洞甜蜜的感觉。希望是诚挚期待某个所预期的结果。对这个期待越有信心，所预见的结果越有可能，希望就越大。把我已经开始的梦想化为具体的目标，把具体的目标化为步骤，把步骤再化为任务，会提高我对自己能力的信心，以达成我所预见的结果。这个流程把我对那个愿望或梦想的希望注入我的心中。而希望这个‘爆炸性的’成分为一个人的热情增添了真正的动力。最后，当我要达成目标去完成各种任务以及把梦想转化为事实的时候，我将体味到满足与喜悦。当我经历过这种满足与喜悦后，它将进一步增加我对追求更高成就的热情。这是一种滚雪球效应，更多的成就产生更多的喜悦，更多的喜悦产生更多的热情，更多的热情产生更多的成就，更多的成就又产生更多的喜悦。因此，虽然一开始我的热情、

喜悦与成就可能是一个小雪球，但是在它滚到山底之后，它将变得巨大无比。所以，转化梦想的流程不只是一个把梦想化为事实的工具，它也是一座‘处理厂’，它把热情的三种必要成分注入我的心中：愿望、希望与喜悦。”

可见，热忱与对事业的执著追求，使赵磊不仅改变了自己的缺点，还成就了赵磊一生的辉煌。同时，从他的身上我们也真正地感受到：无论我们现在的工作多么的微不足道，只要我们能以自己的工作为荣，用进取不息的认真态度、火焰似的热忱、主动努力的精神去工作，那么用不了多久，我们就会从平凡的工作岗位上脱颖而出，崭露头角。甚至，这种以工作为荣、积极主动的精神会帮助我们取得更辉煌的成绩。

目 录

第一章 热情工作

热情是一种工作的精神特质，代表一种积极工作的精神力量，这种力量不是特定不变的，而是不稳定的。不同的人，激情的程度与表达的方式不一样；同一个人，在不同情况下，激情的程度与表达的方式不一样。但总的来说，人人都是具有激情的，善加利用，可以使之转变为巨大能量。

| | |
|-------------------|----|
| ◎ 热情是你内心的神 | 3 |
| ◎ 热情成就大业 | 7 |
| ◎ 热情有助于实现梦想 | 12 |
| ◎ 让别人看到你的热情 | 14 |
| ◎ 热情使你充满力量 | 17 |
| ◎ 工作不能缺少热情 | 20 |
| ◎ 热情是工作之魂 | 23 |
| ◎ 热情的态度 | 28 |
| ◎ 有热情才有行动 | 31 |

第二章 激情地工作

激情就是积极行动的力量,态度决定一切。很难想象,一个没有激情的人能够始终如一地高质量地完成自己的工作,更不要说能做出令人骄傲的成绩来了。

- ◎ 激发你的工作激情 37
- ◎ 充满激情地工作 40
- ◎ 用100%的激情做1%的事情 44
- ◎ 拥有火一般的激情 47
- ◎ 倾注全部激情 50
- ◎ 用全部激情感染每一个员工 54
- ◎ 激情是工作的灵魂 57
- ◎ 不要让激情远离你 61
- ◎ 让自己充满激情 64
- ◎ 不断释放自己的激情 69
- ◎ 不断释放自己的激情 71

第三章 热情地对待工作

富有热情的人,没有机会可以创造机会,有了机会可以抓住机会;相反,没有热情的人,机会送到他眼前,他也会视而不见,最后只能后悔莫及。

| | |
|---------------------|-----|
| ◎ 热情对待自己的事业 | 79 |
| ◎ 热情是一种动力 | 85 |
| ◎ 拥有热情的态度容易成功 | 88 |
| ◎ 充满热情地工作 | 91 |
| ◎ 热情是一种力量 | 94 |
| ◎ 热情源自内心 | 97 |
| ◎ 热情是一种动力 | 101 |
| ◎ 拥有热情的态度容易成功 | 104 |
| ◎ 充满热情地工作 | 106 |

第四章 责任使你充满热情

在这个商业化的社会里，人们越来越欣赏那些敢于承担责任的人。大家认为，只有这样的人才能给人一种信赖感，值得去交往；也只有这样的人，才具备开拓精神，为公司带来效益。所以在做事的过程中，我们应该要求自己具备一种勇于负责的精神，这样，才会获得别人的敬重，也为自己赢得尊严。

| | |
|---------------------|-----|
| ◎ 有热情就有责任 | 113 |
| ◎ 热情使你富有责任心 | 116 |
| ◎ 责任是人生最根本的义务 | 124 |
| ◎ 责任感源于热情 | 127 |
| ◎ 热情使你敢于承担责任 | 132 |

第五章 热情不需要借口

对待工作没有任何借口,就是必须具有足够的热情。

- ◎ 借口会让你远离成功 139
- ◎ 找借口就是推卸责任 143
- ◎ 别成为借口的奴隶 149
- ◎ 借口会消磨你的意志 153
- ◎ 埋头做事, 不找任何借口 157

第六章 热情离不开积极主动

主动工作、积极进取的员工, 才可以尽快在职场中找到自己的位置, 并获得成功。因为主动性是一切成功的根本, 要有主动精神, 首先就要做自己命运的主宰, 这就必须懂得一个重要原则——认知, 以及用这个原则所产生的力量来加以支持。

- ◎ 主动使你敢于请战 163
- ◎ 把自己造就成一个积极主动的人 168
- ◎ 像上司一样主动工作 173
- ◎ 主动多做一点 177
- ◎ 主动提高自身素质 184

| | |
|-------------------|-----|
| ◎ 比老板更积极主动 | 189 |
| ◎ 主动与上级沟通 | 192 |
| ◎ 主动行动 | 195 |
| ◎ 主动汇报自己的工作 | 199 |

第七章 乐观地工作

工作是一个包涵了诸多智慧、热情、信仰、想象和创造力的词汇。人生不如意十有八九，要想生活的快乐就一定要学会用乐观态度去面对人生的挫折与不幸。一位哲学家说的好：

“你若改变不了环境，那你就试着去改变自己；你若不能改变风向，那就调整风帆；你若改变不了温度，那就增减衣服；你若没有漂亮的容貌，那就绽放出自己的微笑；你若不能事事顺利，那就让自己学着乐观起来。”

| | |
|----------------------|-----|
| ◎ 工作是为了得到更多的快乐 | 203 |
| ◎ 不要成为工作狂 | 207 |
| ◎ 对工作充满兴趣 | 211 |
| ◎ 改变你的工作情绪 | 219 |
| ◎ 乐观源于主动掌控工作 | 223 |
| ◎ 乐观自信地工作 | 228 |
| ◎ 感受信念的神奇 | 232 |

第一章

热情工作

热情是一种工作的精神特质，代表一种积极工作的精神力量，这种力量不是特定不变的，而是不稳定的。不同的人，激情的程度与表达的方式不一样；同一个人，在不同情况下，激情的程度与表达的方式不一样。但总的来说，人人都是具有激情的，善加利用，可以使之转变为巨大能量。

◎ 热情是你内心的神

“热情”（enthusiasm）这个词来自希腊文entheos，意思是“受到鼓舞”，其字面含义是“为上帝所有或在上帝那里”。也可以理解为“神在你心中”，它就是要人将全身每个细胞都调动起来。

在英文中，“热情”这个词是由两个希腊字根所组成的，一个是“内”，一个是“神”。这也就是说，热情其实就是一个人因为对所从事的事业具有浓厚的兴趣，从而表现出来的一种积极向上的态度。黑格尔说过：“没有热情，世界上没有一件伟大的事能完成。”的确，热情是一种状态，是你获得成功的原动力，是你成就事业的源泉。热情对于做人或做事都是不可或缺的条件，热情就像发动机一般能使电灯发光、机器运转，热情能激励人去唤醒心中沉睡的潜能、才干和活力，它能驱动人、引导人奔向光明的前程。

美国成功学大师拿破仑·希尔曾专程拜访美国钢铁业巨头施瓦伯先生。当时施瓦伯对拿破仑·希尔说：“一个人无论在什么事情上都可以成功，只要他对于那件事具有真正的热忱、非常浓厚的兴趣，即便要他多受些苦也在所不惜。而那些只会坐着不动，甘愿受别人支使的人，是干不出什么大事来的。”

一个人如果厌恶他的工作，并非因为工作本身可恨，而是因为他

没有像对待自己的恋人一样去热情地对待工作。

起初，施瓦伯只是一个看马的小马夫，他每天的工作就是喂马、洗马具以及做一些零星的工作。虽然他的工作并没有什么了不起，但是他非常快乐。很多时候，他都是一边忙着手头的工作，一边嘴里快乐地哼着小曲。

有一次，他哼着歌曲工作时，歌声传到了钢铁大王卡耐基的耳朵里，卡耐基当时正坐在附近的一个回廊上。施瓦伯唱的这首歌他也很喜欢，而且他更喜欢这孩子在工作时热情快乐的劲头。

于是，卡耐基把这个小孩叫到屋里，专心地听他唱。慢慢地，他觉得自己不但喜欢这首歌，而且也喜欢这位歌唱者的性格。这个唱歌的小孩——查尔斯·施瓦伯，后来便成了伯利恒钢铁公司的总经理！

也许这一切都出于偶然，但如果施瓦伯不对工作怀有巨大的热情，恐怕他至今都还只是个马夫吧。

施瓦伯感慨于自己的经历，他说：“事业成功的秘诀就是要在年轻时专心致志，只要能够倾心于其中。什么工作你都会喜欢的。”

追求艺术的道路更是需要十二分的热忱，每一个成功的艺术家，往往具有追求完美的毅力，忘我而沉醉于所追求事物上的热忱。

著名艺术大师罗丹的工作室是一个有着大窗户的简朴屋子，里面有已完成的雕像，也有许多未完成的小塑样，它们不是只有一只胳膊、一只手，就是只有一个手指或指节。屋子里全是他动工后搁置的雕像，草图全散在桌子上，这个工作室就是他一生在艺术之路上不断追求与探索的地方。

有一次，罗丹陪一位作家参观他的工作室，他在一个未完成的塑

像前停下，对访客说：“这是我的近作。”说着把湿布揭开，出现了一座女人的雕像。这位作家心想，这个雕像应该是已经完成的作品了吧。这时，罗丹退后一步，仔细看着。在审视片刻之后，罗丹说了一句：“这肩膀上的线条还是太粗，对不起，我修改一下……”说完，他穿上工作衫工作起来，完全像变了一个人。

只见他拿起刮刀轻轻划过黏土，塑像肩上的肌肉瞬间便有了更柔美的光泽。他的手再次忙碌起来，眼睛里闪着热情的光芒。

罗丹修改了一会儿，又把架子转了过来，他时而眼睛发亮，时而眉头紧锁。他捏好一块黏土，粘在塑像身上，又刮开一些。就这样过了半小时、一小时……他没有再和访客说过一句话，专注于他的工作中，完全到了忘我的境界。

最后，罗丹长长吐出一口气，放下刀片，像一个情人一般充满深情地盯着塑像，然后又把带着关怀的湿布重新蒙在塑像身上。终于，罗丹转过身来。

他看见了那个作家，呆了一下，正要问作家是什么时候进来的，忽然想起刚才的事情，他对自己的失礼感到非常抱歉，连连说道：

“对不起，先生，非常对不起，我完全把你忘了，可是你知道……”

这位作家事后形容说：“真的，没有什么能比得上亲眼看到一个入如此浑然忘我的投入工作，全然忘记时间、环境的神态那样令我感动。我很庆幸自己能看见罗丹如此专注投入工作的情形。”

詹姆斯先生出生在一个中产阶级家庭，条件优越，他进过预备学校，人生的前18年住在纽约一个漂亮的小区里。詹姆斯先生每年的收入超过70万美元，可以算是一个富翁。在他每年的收入中，每1美元的