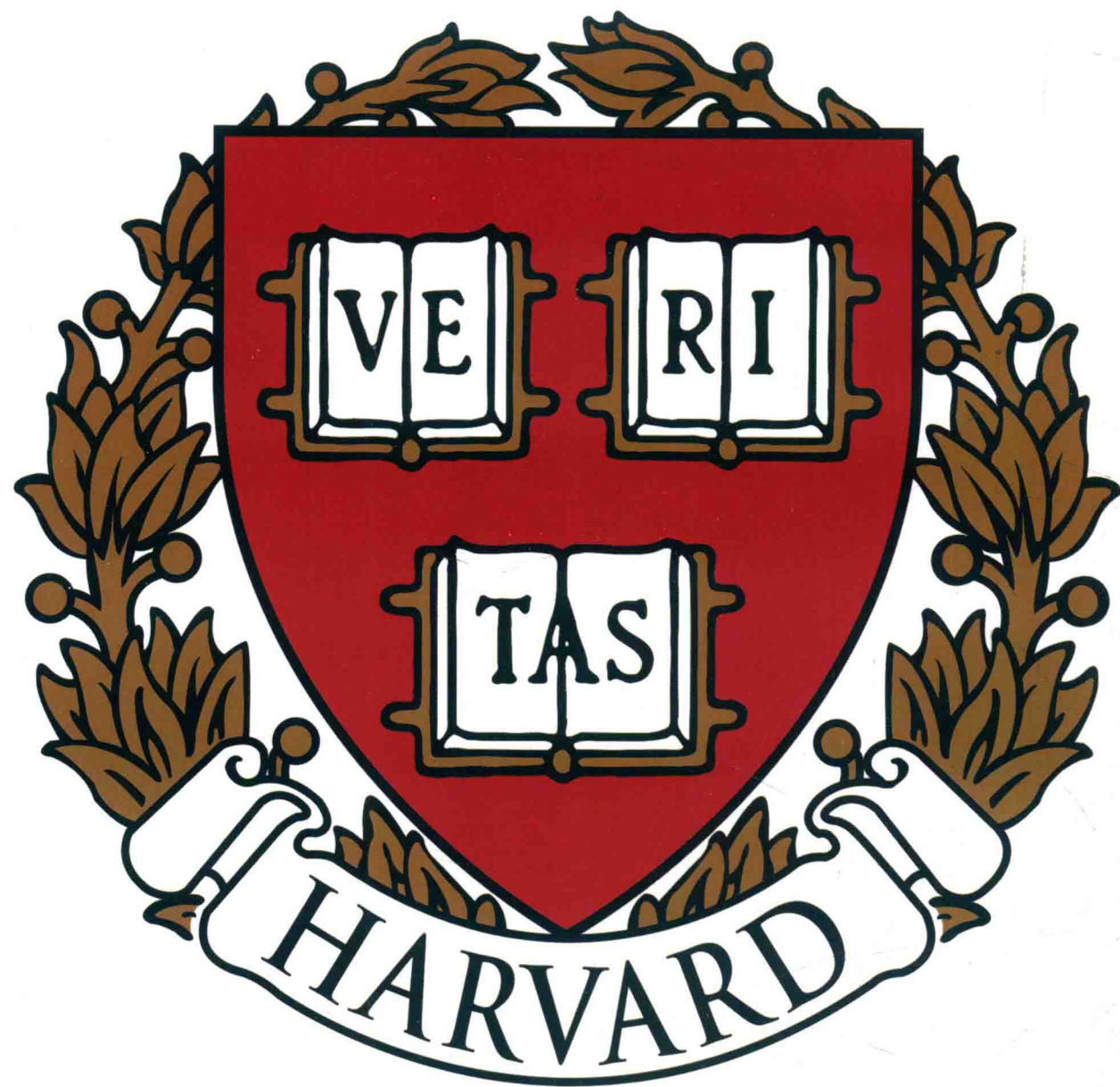


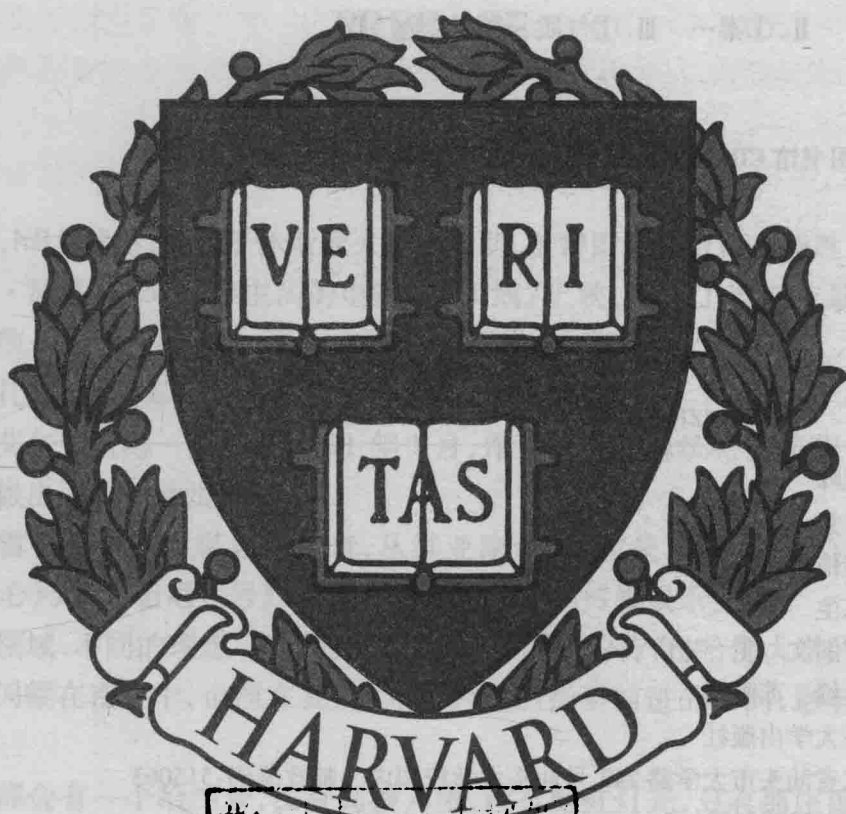


哈佛气质课

秦泉 ◎ 主编

聆听精英课程 打造顶级气质 成就辉煌人生

汕头大学出版社



常州大学图书馆
藏书章

哈佛气质课

秦泉◎主编

汕头大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

哈佛气质课 / 秦泉主编. — 汕头: 汕头大学出版社, 2014. 12

ISBN 978-7-5658-1481-5

I. ①哈… II. ①秦… III. ①气质-青年读物 IV.
①B848.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 272218 号

哈佛气质课 HAFOQIZHIKE

总 策 划: 杨建峰

主 编: 秦 泉

责任编辑: 宋倩倩

责任技编: 黄东生

装帧设计: 松雪图文 王 进

印刷监制: 高 峰 苏画眉

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市大学路 243 号汕头大学校园内 邮政编码: 515063

电 话: 0754-82904613

印 刷: 北京富达印务有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 27.5

字 数: 669 千字

版 次: 2014 年 12 月第 1 版

印 次: 2014 年 12 月第 1 次印刷

定 价: 59.00 元

ISBN 978-7-5658-1481-5

发行/广州发行中心 通讯邮购地址/广州市越秀区水荫路 56 号 3 栋 9A 室 邮政编码/510075

电话/020-37613848 传真/020-37637050

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换

敬 启

本书在编写过程中, 参阅和使用了一些报刊、著述和图片。由于联系上的困难, 我们未能和部分作品的作者(或译者)取得联系, 对此谨致深深的歉意。敬请原作者(或译者)见到本书后, 及时与我们联系相关事宜。联系电话: 010-84853028 联系人: 松雪

前言

PREFACE

林书豪,NBA 球星,效力于休斯敦火箭队期间,曾帮助球队取得七连胜;

娜塔莉·波特曼,2010 年主演的电影《黑天鹅》上映,获得了奥斯卡最佳女主角等多项国际奖项;

马克·扎克伯格,美国第一大社交网站 facebook 创建者;

亨利·艾尔弗雷德·基辛格,1971 年 7 月,作为尼克松总统特使访华,为中美关系大门的开启做出了历史性贡献;

萨默·雷石东——传媒界的传奇,从维亚康母、派拉蒙、CBS 到 MTV,从《阿甘正传》《勇敢的心》到《泰坦尼克号》,他掌管着全球最大的传媒娱乐公司。

不同的领域、不同的理想、不同的作为,却有着同样的传奇,哈佛大学的校友们如同璀璨的明星闪耀在夜空中,也照在我们心间,为我们指引前进的方向,影响着一代又一代人。

每个人都会有一个哈佛梦,没有高楼大厦,没有霓虹灯光,只有那庄重神圣的英格兰式红砖墙。整个校园里,不见大谈网游战绩的场景,更不见大眼嘟嘴玩自拍的随意,只见匆匆的脚步,坚定地写下人生的篇章。即使是在凌晨,哈佛大学图书馆里依然灯火通明、座无虚席;就算是生病了,这些神奇的同学也能将哈佛的医院变成一个独特的图书馆,候诊室有着同样的宁静,无一人说话,无一人闲逛,有的仅仅是阅读或做笔记……人称,这是哈佛的象征。

为什么林书豪会是唯一一个在 NBA 打上主力的哈佛毕业生?为什么娜塔莉·波特曼能够角逐奥斯卡最佳女主角?为什么萨默·雷石东能成为一代传媒骄子?为什么人的才华、梦想都可以在哈佛绽放?这种象征,才是唯一的答案!

“我被哈佛肯定,是因为我和哈佛的精神、气质相符。”汤玫捷认为自己 and 哈佛之间其实是一个互相选择的过程,作为全亚洲仅有的两名提前录取生之一、每年 4.5 万美元的全额奖学金获得者,汤玫捷如此说。

什么是哈佛的精神和气质?如何才能像汤玫捷一样拥有与哈佛相符的气质?作为普通人,资质平平的我们真的能够脱胎换骨,变得气质非凡吗?

还记得电影《风雨哈佛路》中“80 后”女孩儿莉兹·默里吗?她出生于贫民窟,父母均染上毒瘾,15 岁时,父母双亡,和姐姐沦落为无家可归的孤儿,还经常被其他流浪者欺负,17 岁决定踏上漫漫求学路,千方百计申请哈佛全额奖学金,终于,她取得了硕士学

位,并继续在哈佛攻读临床心理学博士学位!

电影中,有一段话令人难以忘怀:“世界在转动,你只是一粒尘埃,没有你,地球照样在转动。现实是不会按照你的意志去改变的,因为别人的意志会比你的更强。生活的残酷会让人不知所措,于是有人终日沉浸在迷茫彷徨之中,不愿意睁大双眼看清形势,不愿去想是哪些细小的因素累积在一起造成了这种局面。”

曾经小小年纪就无家可归的女孩儿,却最终成为一个充满了优雅气质和真挚性情的阳光女性。而她的执着、坚强、不向命运屈服和不断的进取之心更是强烈地鼓舞了成千上万的美国人。

与此相比,你还有什么理由不去奋斗、不去拼搏?别人可以做到的,为什么自己不能?

还在犹豫吗?还在迷茫吗?你究竟能不能做到那个最好的自己?翻开《哈佛气质课》,哈佛——告诉你。



目录

CONTENS

第一课 思路决定出路

第一节 正视不足,提升自我	2	没有永远的失败,只有成功的垫脚石	29
坦然接受自己的缺陷	2	你还有战胜对手的机会	30
正视自己的缺点	4	超越失败	31
接受不可避免的不幸	5	将失败化为动力	32
缺陷也有价值	6	用毅力克服失败	33
克服自身的弱点	7	不要为你的等待找任何借口	34
把力所能及的事做好	8	懒惰难逃厄运的摧残	35
认清自己的性格	9	不要自我设限	36
改变自己,才能改变他人	11	永不放弃	37
改变自我,才能开拓出新的天地	14	直面挫折	38
“都市恍惚症”和人的同情心	16	第四节 “习以为常”会害了你	42
梦想需要付诸行动,而不是守株待兔	17	头脑是一切竞争的核心	42
把优点发挥到极致就可以忽略缺点	18	打破惯性思维	44
第二节 细节决定成败	20	另辟蹊径	45
重视细节的力量	20	抛弃刻板无用的规则	46
把握细节,牢记他人的名字	22	寻找一个突破口	46
服务意识就是从一些小事做起	24	打破常规,灵活应对	47
先把小事做好做到位	25	思则变,变则通	48
细节处往往蕴藏着智慧	26	摆脱定式思维,拥有创造力	50
第三节 在失败中寻找成功的动力	28	用灵活的头脑激发无限的创意	51
学习失败,否则失败于学习	28	培养思维能力,拥有多变的思维方式	53
		不按规则出牌	54

第五节 做事要有条不紊	56	找准要害点进行突破	82
确立良好的生活秩序	56	思考能够拯救一个人的命运	82
在忙碌前就要有规划	57	经过思考的行动,才能有所突破	83
制订改善计划	58	第七节 学会休息	85
有计划地做事	60	面对压力,该如何应对	85
别再像个白痴一样瞎忙活	62	休息与工作	87
列个购物清单	63	放慢生活节奏	90
小心“口号陷阱”	64	科学用脑,劳逸结合	92
提高做事的效能	65	尊重身体的规律	93
第六节 多思考事物间的因果关系	67	睡眠的重要性	94
换一个角度考虑问题	67	提高睡眠质量	95
分解难题,逐个击破	68	远离失眠	97
不要总是直线性思考问题	70	睡眠要适量	98
培养逻辑思维能力	73	睡前要注意的细节	99
善于思考,抓住本质	74	合理地安排午休	101
此路不通,不妨换个思路	77	走进自然:最佳的解压办法	102
变鄙视为重视	80	达到休息效果的几种方式	102
让知识变成智慧	80	工作中的瑜伽	103

第二课 乐观自信、积极进取

第一节 假设有人正在监督你	106	克服懦弱,直面困难	124
自律,让你展现更好的自己	106	在泪水里微笑	125
自控力让你拥有超常能量	108	不断积累小的成功	127
像猎犬一样咬定目标	109	再试一次就是奇迹	128
自制是一种美德	110	胆识非凡,事业非凡	128
抓住有利时机	111	第三节 积极乐观,微笑着面对生活	131
别在工作时间闹情绪	113	乐观才能看到生命的曙光	131
心无旁骛地去做自己的事	114	尽管生活很窘,但也要笑着生活	134
经营好自己的个人品牌	115	微笑着过好每一天	135
提升自控力的8种心理状态	117	学会乐观,因为阳光总会来	136
第二节 用勇气改变命运	121	积极的心态是成功的法宝	138
敢于质疑,才能开辟新天地	121	在逆境中寻找光明	139
勇往直前,永不言败	122	从此刻起,做一个幽默的人	141
学会拒绝,学会说NO	123		

第四节 充满自信	143	发挥优势,放飞自我	161
从外表可以阅读的自信	143	正确地看待自己	161
自信,但别自负	145	自信与能力是齐头并进的	162
战胜自卑	148	多说鼓励的话	163
突破自我,勇于表达	152	第五节 已经决定的事不要轻易更改	165
相信自己不是无用之人	154	不要让别人的评价左右自己	165
没有自信就只有永远的平凡	155	相信自己,即使没有人相信你	166
自信使人充满朝气	156	坚持走自己的路	166
赞美自己,从潜意识做起	158	不要因为外因而改变自己的想法	168
用言行激发自信	158	如果正确,就坚持自己的原则	169
从成功里获得自信,从失败里增加自觉	159	果断才能把握未来	170
制定具体目标,由自觉达到自信	160	优柔寡断是幸运的绊脚石	172

第三课 沉稳善思、冷静平和

第一节 冷静谨慎,善用外力	174	不可随波逐流,学会独立思考	197
量力而行,切勿擅作主张	174	懒于思考与机遇无缘	197
远离被动的习惯	175	用怀疑的眼光看问题	199
用冷静掌控抉择	177	灵活运用已知的答案	201
重视团队合作	178	多想一步,让思维拐个弯	202
寻求他人的帮助	180	独立思考创造知识	203
培养合作的意识	181	第四节 坦然面对生活	204
第二节 不把情绪表现在外	182	旷达安然,处变不惊	204
掌控情绪是处变不惊的前提	182	正确对待生活中的得与失	205
别让嫉妒导致情绪失控	183	淡然入世,超然出世	205
冲动是对自己的惩罚	185	净化内心,坦然从容	206
及时调节情绪,释放快乐本能	187	拿得起,放得下	207
从情绪化中解放自我	187	做人不自卑也不要高傲	209
清理情绪垃圾	189	生活因平常而丰富	210
剥掉情绪的外壳	190	切勿操之过急	211
寻求“绿色”的解压方式	191	淡定的力量	212
远离情绪“大地震”	193	平息浮躁,静心做事	213
第三节 善于提问,勤于思考	195	记住该记住的,忘记该忘记的	215
经常问“为什么”	195	要让心情保持永远的畅快	216
不断地提出新问题	196	淡雅是大成者的一种潜质	217

不生气,源于冷静处理	219
第五节 掌握沟通技巧	221
寓情于声	221
晓之以理	222
善打圆场,为他人解围	223
合理运用语气、语调	225
形神兼备,巧用身体语言	227
不要辩论,注意你的沟通风格	228
交谈的技巧	230
控制说话的节奏	232
贵人言语迟	233
别像孩子一样爱插话	235
说话是一门学问	236
有效沟通的四个秘诀	237
精彩的演讲源于精彩的思想	240

第六节 在苦难中学会坚强	245
培养达观的生活态度	245
保持平和心态	246
乐于忘怀,不让郁闷的事绑架自己	247
厄运只是暂时的	248
活出强者气势	249
真正的人生需要磨难	250
在挫折中变得更强大	251
不要被眼前的困难吓倒	253
痛苦越深,收获越大	254
抱怨越多,生活越暗淡	255
正在受苦的人没有权利诉苦	256
困难像弹簧,你弱它就强	256
绝不在困难面前低头	257

第四课 诚信做人,坦诚做事

第一节 诚信的价值	260
诚信是立身之本	260
宁亏本,不失信	262
不讲诚信,寸步难行	264
言必信,行必果	266
诚实带来快乐	267
诚信是成功的引擎	268
诚信带来财富	268
第二节 改掉自己的“不诚信”	271
培养诚信的价值观	271
对自己坦诚	272
做真实的自己	272
诚实守信,以诚相待	274
做回本色自我	275
真情流露的人,才能得到真情回报	277
第三节 停止“不道德”的手段	278
正直的品格让心灵更尊贵	278

不择手段,往往带来遗恨	280
问心无愧心最安	280
做人做事要有原则	281
丢掉“只做一次”的幻想	285
按制度办事	286
第四节 说了就一定做到	288
谨慎承诺,言出必行	288
不做“语言的巨人,行动的矮子”	289
一诺千金,诚信无价	292
释放激情,感受真诚	293
一颗诚挚的心,一份真实的情	294
第五节 杜绝空话、大话、套话	295
切勿夸夸其谈	295
话语中肯,言之有物	297
以事实和数据说话	299
空谈可怕,空谈的管理者更可怕	300
不要自我吹嘘	301

培养执行力	303
第六节 勤恳本分,不要弄小聪明	
.....	306
认真思考,勤奋工作	306
付出多少,就得到多少	306
战胜惰性	307

脚踏实地,埋头苦干	310
坚持不懈,持之以恒	311
拖拉和逃避是一种恶习	312
机会来源于埋头苦干	313
业精于勤,荒于嬉	314
付出更多努力	315

第五课 谦虚大度,甘于奉献

第一节 不斤斤计较于别人的过失	
.....	318

应该与什么样的人合作	342
------------------	-----

学会包容,和谐共生	318
忍一时之气	319
用宽容“消灭”敌人	321
用宽容救赎心灵	321
有胸怀才会有成功	323
消除仇恨,化解矛盾	323
难得糊涂	324
大度是一种智慧的体现	325

第四节 做一个甘于奉献的人	345
----------------------------	-----

第二节 学会分享	327
吃独食并不是一个好主意	327
分享美丽,共同培植幸福	328
分享快乐,收获友谊	329
学会交换你的思想	330

奉献才能有收获	345
送人玫瑰,手留余香	346
彼此团结,相互扶持	347
热情和执着助你成功	348
奉献越多,收获越多	349
索取和付出成正比	350

第三节 不要把可能的伙伴变成敌人	
.....	331

学习知识很重要,奉献所学更重要	351
-----------------------	-----

包容别人是给自己留退路	331
以诚待人,平等交往	332
能走多远,取决于与谁同行	333
这个世界其实很小	334
参加各种活动,广交朋友	336
建立终身友谊,从家人和朋友身上学习	338
把对手变成朋友,你便消灭了对手	339

第五节 做人群中的乐施者	353
---------------------------	-----

我能为对方做什么	353
靠别人施舍,终不能长大	355
帮助别人就是帮助自己	355
充满爱的阳光,生命就有新的价值	356
你怎样对待生活,生活便会怎样对你	357

第六节 杜绝傲慢和偏见	360
--------------------------	-----

保持谦逊	360
放低姿态	361
谦卑有礼	362
恪守本分,不卑不亢	363
学会低头,不做“出头鸟”	363
放低身价,把自己当成普通人	365
多和自己竞争,不必嫉妒他人	367
博大不需要用喧哗来展示	369

第六课 勇于担当,培养领导力

第一节 认错从上级开始,表功从下属启动

.....	372
不为过错找借口	372
赞美是气场的窗口	373
巧妙地批评	374
虚心请教,谦虚待人	375
欣赏对方比打击更有效	377
不要一味指责	379

第二节 合理分配权责

.....	380
有效整合资源	380
打造黄金团队	381
协作性竞争	384
培养敏锐的洞察力	385
用心配置你的资源	388
自己忙,部下呢	390
领导者领导的是团队状态	391
管理者要找准职责位置	392
好的管理者,差的管理者	392
用心培养员工	394

第三节 对“怕事”的人说“不”

.....	395
无畏才能承受生命的重责	395
恐惧只能征服弱者	397
确立信任关系	399
走得最远的人,是愿意去冒险的人	401
适当地展示自我	402
再尝试一次	404

成功与贫富无关	405
---------------	-----

积极进取,主动探寻	406
-----------------	-----

第四节 领导力就是担当力

.....	408
责任感可以创造奇迹	408
领导者的特征	409
提升自己的领导力	410
任何时候都不要逃避责任	411
像老板一样尽职尽责	413
落实责任是落实任务的前提	414
面对事情绝不推脱	415
承担得起责任,才担负得起大任	416
统筹兼顾,储备领导才干	417
创建一个强大的组织	418
仆人式领导	421
不要苦劳,只要功劳	423

第五节 检讨过失,先从自身开始

.....	424
勇于承认错误,主动接受批评	424
责怪别人不如检讨自己	424
好好省察自己的内心	425
批评至少让你拥有了经验	426
认真反省失败,让其成为成功的起点	428
充分调动性格中的积极因素	429
善于从错误中学习	430

这无端地就惹起了一场争论。母亲拉登曼尔就训导了那三个孩子，只是要他们偷偷地拿掉眼睛。”第二天就教训自己的女儿，说：“你们不是没有加个点的吗。你要站在那里别动她，不要怕，不要留下犯罪证据，我受你就不动，而要叫喊救命。”

拉登曼尔开始觉得自己的计划并不完美，于是他就让那三个孩子又跟那三个孩子在一起玩起来，并要他们那三个孩子再去找那三个孩子，拉登曼尔不慌不忙一草如地打倒在地。

拉登曼尔开始觉得自己的计划并不完美，于是他就让那三个孩子又跟那三个孩子在一起玩起来，并要他们那三个孩子再去找那三个孩子，拉登曼尔不慌不忙一草如地打倒在地。

第一课 思路决定出路

从那时起拉登曼尔人，拉登曼尔人开始觉得自己的计划并不完美，于是他就让那三个孩子又跟那三个孩子在一起玩起来，并要他们那三个孩子再去找那三个孩子，拉登曼尔不慌不忙一草如地打倒在地。

拉登曼尔开始觉得自己的计划并不完美，于是他就让那三个孩子又跟那三个孩子在一起玩起来，并要他们那三个孩子再去找那三个孩子，拉登曼尔不慌不忙一草如地打倒在地。

拉登曼尔开始觉得自己的计划并不完美，于是他就让那三个孩子又跟那三个孩子在一起玩起来，并要他们那三个孩子再去找那三个孩子，拉登曼尔不慌不忙一草如地打倒在地。

拉登曼尔开始觉得自己的计划并不完美，于是他就让那三个孩子又跟那三个孩子在一起玩起来，并要他们那三个孩子再去找那三个孩子，拉登曼尔不慌不忙一草如地打倒在地。

拉登曼尔开始觉得自己的计划并不完美，于是他就让那三个孩子又跟那三个孩子在一起玩起来，并要他们那三个孩子再去找那三个孩子，拉登曼尔不慌不忙一草如地打倒在地。

拉登曼尔开始觉得自己的计划并不完美，于是他就让那三个孩子又跟那三个孩子在一起玩起来，并要他们那三个孩子再去找那三个孩子，拉登曼尔不慌不忙一草如地打倒在地。

拉登曼尔开始觉得自己的计划并不完美，于是他就让那三个孩子又跟那三个孩子在一起玩起来，并要他们那三个孩子再去找那三个孩子，拉登曼尔不慌不忙一草如地打倒在地。

拉登曼尔开始觉得自己的计划并不完美，于是他就让那三个孩子又跟那三个孩子在一起玩起来，并要他们那三个孩子再去找那三个孩子，拉登曼尔不慌不忙一草如地打倒在地。

拉登曼尔开始觉得自己的计划并不完美，于是他就让那三个孩子又跟那三个孩子在一起玩起来，并要他们那三个孩子再去找那三个孩子，拉登曼尔不慌不忙一草如地打倒在地。

拉登曼尔开始觉得自己的计划并不完美，于是他就让那三个孩子又跟那三个孩子在一起玩起来，并要他们那三个孩子再去找那三个孩子，拉登曼尔不慌不忙一草如地打倒在地。

拉登曼尔开始觉得自己的计划并不完美，于是他就让那三个孩子又跟那三个孩子在一起玩起来，并要他们那三个孩子再去找那三个孩子，拉登曼尔不慌不忙一草如地打倒在地。

第六课 勇于担当,培养领导力

第一节 正视不足,提升自我

坦然接受自己的缺陷

人生就是一盘棋,如果走错一步,那么步步皆错。人生其实也像踢足球,即使最伟大的球星也会在比赛中失误,我们的目标就是努力发挥最佳水平,但不要求自己脚脚都是妙传,甚至是射门得分。

金无足赤,人无完人。每个人都会有自己的劣势和缺陷,会不可避免地犯些错误,正如哲学家们说的那样:“最完美的商品只存在于广告中,最完美的人只存在于悼词中。”所以请坦然面对自己的缺陷,接受并不完美的自我。

在面对缺陷时,或者当我们自己的缺点被别人指出,得到善意的提醒或批评时,请不要误以为那是恶意的攻击,或者害怕别人的嘲笑而想办法遮掩。正确的态度应该是坦然面对自己的缺陷,不掩饰不悲观,勇于挑战自我,并根据具体情况确立自己的目标,这样不仅能避开自己的缺陷,甚至可能将劣势转化成优势。而那种能认识到自己有种种不足并能坦然面对的人,可以说是乐观自信的,心态也是健康的,同样也是最容易取得成就的。

美国建国期间的伟人富兰克林就有个好习惯,每天晚上都会把自己这一天的情形重新思考回想一遍。经过长时间的反省总结,他发现自己有13个很严重的错误,比如说浪费时间、为小事烦恼、和别人争论冲突等等。并且他十分聪明地意识到,除非能够减少这一类的错误,改正自己的缺陷,否则他是不可能有什么成就的。所以他一个礼拜选出一项缺点来与其搏斗,然后把每一天的输赢做成记录,而在下个礼拜,他则另外挑出一个缺点,准备齐全,再接下去做另一场战斗。富兰克林每个礼拜改掉一个缺点的战斗持续了两年多,而他最终成为美国历史上最受人敬爱也最具影响力的人之一。

倘若每个人都像富兰克林那样,不把时间浪费在自责和沮丧上,时刻检视自己的缺点,正确地认识到自身的局限性,并且集中精力去改变它,与之坚持不懈地搏斗,直至胜利为止,那么就会不断地增强自身的能力,少走弯路,取得不小的成就。

美国前总统克林顿的夫人希拉里幼时是个循规蹈矩很听话的孩子,所以一些男孩子都喜欢跟她一起玩。但是又由于她胆子非常小,所以又时常会受到女孩子的排挤和欺负。

她的母亲多萝西回忆说:“我们那条街上男孩子比女孩子多,希拉里和他们在一起玩得很亲热。那时,隔壁邻居家有个名叫苏茜的女孩子嫉妒希拉里朋友多,经常向她挑衅,有时

还无缘无故地打她。而希拉里每次被打骂了都不敢还手,只是哭着偷偷跑回家擦眼泪。”多萝西鼓励自己的女儿,说,“我们家是没有胆小鬼的。你要站在那里面对着她,不要怕。如果她下次再打你,我要你决不示弱,必要时就还击。”

希拉里也开始觉得自己再胆小下去是不行的,于是便接受母亲的劝告又跟男孩子们在一起玩耍起来。当老爱抡拳头的苏茜再次挑衅时,希拉里毫不犹豫地一拳把她打倒在地,然后高兴地跑回家告诉妈妈说:“我现在可以跟那些男孩子们一起玩了。”慢慢地,这个“假小子”成了“孩子王”,男孩子们对她很好,乐于听从她的指挥,女孩子也不再欺负她,这令母亲感到非常骄傲。

从那以后直至成人,希拉里步步走向成功,她不再胆小,并且具有极强的冒险精神和无所畏惧的强悍态度,无论在与同龄人交往,还是在政治交往上都显示出卓越的领导才能,最终成为美国历史上声名最为显赫、事业最为卓越的第一夫人。

在生活中,缺陷是普遍存在的。有些人总觉得有缺陷的人生从此就失去光华,其实不然。如果一个人能够清楚地认知自己、准确地评价自己,坦然面对缺陷,就像富兰克林、希拉里那样一步一步地改变,制定现实可行的目标,采取行动,完善自己,充分发挥自己的长处,那么无论你自认为有多少缺点和不足,做了多少傻事、坏事或蠢事,总有一天你会惊喜地发现,你在成长,在努力向前,而往日渴求的完美,今天已经具备。

世界上每个人都是独一无二的,每一个人各有各的优势,也各有各的缺陷。其中有的人的缺陷能够轻而易举地改正,而有的人的缺陷将会伴随终身,比如说先天的残疾、容貌的遗憾、后来的损伤、意外的灾祸等等。

对于那些不可改变的缺陷,如果过分悲观,让自己陷入绝境,就会过分关注缺点本身而忽略了缺点背后的价值和美,其实这是没有必要的。有人说:“每个人都是被上帝咬过一口的苹果,有些人缺陷比较大,那是由于上帝特别喜欢他的芬芳。”就比如断臂的维纳斯像,它完全颠覆了平常人们追求的完整与圆满的美,却向人们展示了另一种独特艺术风格的缺陷美、一种让人浮想联翩的美。所以,我们不必掩饰这些缺陷来追求完美。事物是什么样就什么样,万物的存在本身就是一种艺术、一种美,而我们有什么理由不去接纳、不去好好感受这种美呢?

“上帝是公平的,他赐予你一种超常能力的同时,也给予你一定的缺陷。”对成功者来说,缺陷是催化剂。一些社会学家曾对许多身体有缺陷的成功者做过研究,最后得出结论:这些成功者,都是在克服自己缺陷之后才激发了他们的潜能。

威廉·詹姆士曾说:“我们最大的缺陷,有时会给我们提供一种超乎寻常的助力。”这就是说,自身的弱点有时不仅不是障碍,还有可能成为激发事业成功的动力。因为这些由缺陷培育出的花朵,是由缺陷化成的美丽,而这种有缺陷的美丽有时候显得更加弥足珍贵。如果不是这些缺陷,或许就不会有后来的奇迹了。

曾长期担任菲律宾外长的罗慕洛是个十分善于言说的人,但是由于身材十分矮小,穿上鞋时身高只有1.63米,所以在参加公众活动时,常常惹来嘲笑,甚至歧视。

年少时他曾参加学校组织的演讲比赛,有一次是最后一个上台,但当他精神焕发地走上主席台时,却发现,前面的桌子几乎比自己的头顶还高。原来,组委会有位同学本和他一同参加了初选,却被口才出众的他淘汰了下去,妒恨在心,故意准备了一张高桌子。面对这样的情况,台下哄笑声一片,显然,罗慕洛还没开始演说,便输了别人一头。谁知,就在哄笑声中,只见罗慕洛转身走向主席台的一角,扛了一把梯子过来,然后踏着梯子爬上了桌子。

台下顿时鸦雀无声,老师和同学们都瞪大了眼睛。罗慕洛站在桌子上,口若悬河地讲起来。他卓然傲立的姿态和精彩的演说震撼了所有的人,台下发出阵阵雷鸣般的掌声。

由这件事起,罗慕洛认为自己这个矮子比高个子有着天赋的优势。因为矮子起初总被人轻视,后来有了表现,别人就觉得出乎意料,不由得佩服起来,在人们的心目中,成就就显得格外出色,以致平常的事一经他手,就似乎成了石破天惊之举。

到后来,在他的一生中,有许多成就都与他的“矮”有关,也就是说,矮反倒促使他成功。以致他说出这样的话:“但愿我生生世世都做矮子。”

但尽管如此,罗慕洛在年少时也曾抱怨悲观过,面对自己的身材也苦恼过,经常感到自卑形秽,同样他也想过各种办法来自欺欺人,掩饰这并不能改变的缺陷,比如穿高跟鞋等,但这些方法都令他身体上不舒服,精神上也不舒服。直到后来他真正地正视自己,认为缺陷可以用智慧弥补,进而丢开各种束缚,坦然面对人生,并且努力发展自己的长处,最终凭借自己在演说和思辨等方面的超群能力,成为菲律宾的外长,代表国家一次又一次地出现在国际政治舞台上。

所以,在面对缺陷时,要坦然面对,不要把缺陷看成自己的负担,不要压制自己,也不要太在乎别人的言论,而你唯一要做的就是战胜它。

就如尼采所说的:“作为一个杰出的人不仅要学会忍常人所不能忍,而且要勇于迎接这种挑战。”但是若我们无法摆脱这个缺陷,就更要试着坦然地接受它;若你心中实在无法解脱,而只是试图去掩饰它,那么它就只会让你显得更可笑。最好的方法就是:忘掉它,把心灵完全打开,努力发展自己最擅长的能力,去创造真正属于自己的美丽,从而活出自己的特色、自己的风格。

正视自己的缺点

每个人都会有缺点,这个世界上,十全十美的人是不存在的。有些人面对自己的缺点,总是想办法遮掩,害怕别人笑话。其实,这样做反而会使人感到虚伪、不真实,也就没有人愿意与你交往。正确的思维是坦然面对自己的缺点,不有意掩饰,敢于挑战自我,承认缺点,这样就会赢得大家的尊敬。

敢于正视自己的缺点。金无足赤,人无完人,不要因有缺点而自卑。

有一个女孩儿,在一次偶然的会议中,她温柔的语气引起了一个小伙子的注意。给小伙子的第一感觉是,她是个安静的、多才多艺的女孩子。尽管她相貌平平,不怎么漂亮,却使小伙子陷入了单相思。可小伙子想想自己,身材矮小,相貌一般,无德无才,凭什么去追这样的女孩儿?经过一段激烈的思想煎熬,小伙子终于给她寄去了一封情书。

信发出后,小伙子无时无刻不在期盼着她的回音。但一个多月过去了仍无音信,小伙子的心犹如被冷水泼凉。在希望即将破灭之际,老天有眼,小伙子知道了她的电话号码。为了拨这次电话,小伙子不知道在房子里徘徊了多少次,想象着怎样和这个女孩子交谈。

电话终于有人接了,她的声音出现在话筒里,是那样温柔,而小伙子原先准备的“台词”此刻竟一句也未用上。怎么办呢?小伙子还是逼自己至少要跟她聊上五分钟。最后五分钟过去了,他们还没有放下话筒,但是聊的不外乎是生活、学习上的一些琐事。就这样,每个周末他们通过电话线来拉近彼此的心,彼此了解对方。

后来,小伙子终于把她约了出来,有了第一顿美妙的午餐,开始了美好的初恋。

上天给了每个人同样的生命权,很多的机会也是均等的。世界上最大的敌人是自己,不敢承认自己的弱点而逃避现实的人,会永远与成功无缘。相反,敢于拿出勇气,向自我挑战的人,成功就为期不远了。

如果你不逃避现实,敢于承认自己的缺点,向自我挑战,那么,成功对于你就为期不远了。

接受不可避免的不幸

面对现实时,哈佛人并不会束手接受所有的不幸。只要有任何可以挽救的机会,哈佛人就会奋斗!但是,当他们发现形势已不能挽回时,就不再思前想后,而是接受不可避免的事实,唯有如此,才能在人生的道路上掌握好平衡。

在哈佛的肯尼迪政治学院,常会听到关于富兰克林·罗斯福总统的逸事。这位毕业于哈佛的学子,用他的一生践行哈佛精神。

富兰克林·罗斯福是美国第32任总统。他出生于纽约,父亲詹姆斯·罗斯福是个百万富翁,为他提供了优越的成长环境。但仅仅这些,还不能够使他成为一代伟人,是哈佛大学优良的人文精神使他具备了做一名卓越总统的素质。他1910年任纽约州参议员,1913年任海军部副部长。

1921年夏,年近39岁的罗斯福在海中游泳时突然双腿麻痹,后经诊断是患了脊髓灰质炎(俗称小儿麻痹症)。这时他已做了参议员,在政坛中是个热门人物。然而遭此打击,他差点儿心灰意冷,退隐乡园。

开始时,他一点也不能动,必须坐在轮椅上,但他讨厌整天依赖别人,就在晚上一个人偷偷练习。

有一天他告诉家人,他发明了一种上楼梯的方法,要表演给大家看。原来,他先用手臂的力量,把身体撑起来,挪到台阶上,然后再把腿拖上去,就这样一阶一阶艰难缓慢地爬上楼梯。他的母亲阻止他说:“你这样在地上拖来拖去的,让别人看见了多难看?”

罗斯福断然地说:“我必须面对自己的缺陷。”

执政后,罗斯福推行“新政”应对经济危机,取得了良好的成效。第二次世界大战初期,美国没有介入,但采取强硬手段,以“租借法”支持反法西斯国家。太平洋战争爆发,美国正式参战,为打败法西斯,取得战争胜利,起到了关键作用。63岁时,罗斯福因脑出血在任内去世。

罗斯福被视为美国历史上最伟大的总统之一,是20世纪美国最有声望和最受爱戴的总统,也是美国历史上唯一连任四届的总统:从1933年3月起直到1945年4月去世时为止,任期长达12年。

在1950年哈佛大学的一次调查问卷中显示,这位身残志坚的总统成为哈佛学子心目中最杰出总统“第三名”,前两位分别是林肯与华盛顿。

泰戈尔说:“不要让我祈求免遭危难,而是让我能大胆地面对它们。生活中,任何人都会遇到许多不公平的事,而且许多都是我们无法逃避的,也是无法选择的。我们只能接受已经存在的事实并进行自我调整,因为抗拒不但可能毁了自己的生活,而且可能会使自己精神崩溃。因

此,人在无法改变不公和不幸的厄运时,要学会接受它、适应它。”

缺陷也有价值

许多人都会由于自身存在某种缺陷而让自己失去了奋发向上的欲望与激情,从而在“自我设限”中被压制、被禁锢。其实,这些人并未意识到,这种无形的限制将会成为个人获得长足发展的最大障碍,并会让自己在成功路上渐行渐远。当你可以正视缺陷进行改正,甚至利用缺陷,让其成为自我价值的一部分时,你便会发现,缺陷给自己带来的影响并非完全是负面的。

她出生于美国密西西比州,从小梦想成为一名节目主持人,而且她一直在为自己的理想而努力着。所以,当她从一所州立大学的演讲通讯专业毕业后,便凭借出色的成绩成为美国巴尔的摩一家电视台的播音员。

上班第一天,她需要播报的新闻中,有一条是关于家庭暴力的,还有一条是相爱42年的一对恋人在经历了无数的风雨后终于结为夫妻。

虽然在开播前她认真地阅读了稿子,但是当正式播报开始时,她的情绪依然受到了新闻的影响。在读那则有关家庭暴力的新闻时,她不仅激动地将稿子扔掉,甚至还对那个施暴的男人大加指责;而当她报道那条令人感动的爱情新闻时,她又再次将稿子扔掉,同时还兴奋得手舞足蹈。

她被解雇了,因为电视台认为,她的率性是她最大的缺点——这项缺点决定了她无法胜任新闻主持的工作。

随后,她听说有另一家电视台正在组建一个早间新闻节目,于是便毛遂自荐。她的出色表现令电视台主管愿意为她成立一个早间谈话节目。在节目中,她将自己的率性表现得淋漓尽致——伤心时,她会与嘉宾一起痛哭;开心时,她会与嘉宾一起欢呼雀跃。她卓越的临场口才与真实情感投入,使得整个节目的收视率一直居高不下。

六年后,她只身来到芝加哥,并将访谈节目《芝加哥早晨》打造成了美国最受欢迎的访谈节目。在入职一个月以后,电视台直接以她的名字进行了节目命名。随后,她在节目中以自己的率性打动了每一位来客;汤姆·克鲁斯在节目中当众向女友示爱,迈克尔·杰克逊在她面前谈起了幼年时的不幸经历与皮肤漂白的传闻……

她的名字叫奥普拉·温弗里,她塑造出了一个全球电视史上收视率最高的脱口秀节目,而令人印象最深刻的是,她之所以可以取得今日的辉煌,靠的竟然是当初让她惨遭解雇的“缺陷”!

在哈佛的商业理论课上,有这样一条规定:接受缺陷。哈佛人认为,世界上不存在没有缺陷的东西,而某种程度上,缺陷反而会成就一种真实的美丽。就如同俄国哲学家车尔尼雪夫斯基曾说过的那样,既然太阳上都有黑子存在,那么,人世间便更不可能没有缺陷。

我们经常会为自己的优点而高兴、欣慰,同时也会为自己的缺陷而灰心与沮丧。但事实上,在所有人的身上,缺点与优点都是并存、相得益彰的,有些时候缺陷也可以成为你的优势,甚至会成为你成功的助推器,关键在于你是否懂得如何正确面对它们。

1. 想改变缺陷,便要正确对待缺陷

人的性格、脾气各有不同,所以,在对待同一个人时,不同的人往往会给出不同的评价。在