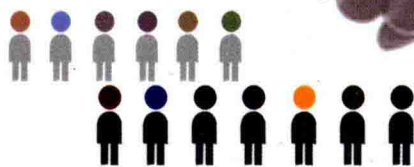


塑造企业感恩文化的最佳培训读本，
建设企业优秀团队的极好精神食粮。

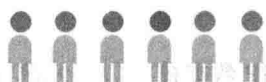
王嘉铄◎著



感恩工作 积极进取

感恩是一个人的基本道德修养，也是一种积极良好的心态，它最大限度地激发个人能量，富足我们每个人的心灵。以感恩的心对待工作，以强烈的责任感和主人翁精神去面对工作中的每一件事情，相信，你必定成为一名优秀的员工，一名企业里的佼佼者！

中国商业出版社



王嘉铄◎著



感恩工作 积极进取

中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

感恩工作, 积极进取 / 王嘉铄著. —北京: 中国
商业出版社, 2012.7
ISBN 978-7-5044-7773-6

I. ①感… II. ①王… III. ①企业 - 职工 - 职业道德
IV. ①F272.92

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 127619 号

责任编辑: 陈鹰翔

中国商业出版社出版发行

010-63180647 www.ccbbook.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

北京睿特印刷厂大兴一分厂

*

720 × 1000 毫米 16 开 17 印张 200 千字

2012 年 8 月第 1 版 2012 年 8 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



心怀感恩，幸福工作

“幸福”可谓是一个历久弥新的话题，更是全人类永恒的追求。说到幸福，可能没有人能把它和工作联系在一起。在当今很多人的思想中，对工作有一种非常明显的消极倾向，那就是不喜欢工作，讨厌工作，在工作中总是敷衍了事，得过且过，更不用说主动自发、担当责任。然而，工作占据了我們人生三分之二的时间。如果不能幸福地工作，那么我们的人生又何谈幸福？

在这里，我想重申，工作，是可以幸福的。在这个经济至上的社会，我们或许没有能力控制其它，但是我们却可以掌控自己，选择自己幸福工作的方法，那就是怀有一颗感恩的心。

感恩，是一种来自人类灵魂最本质的声音。赫舍尔曾说过：“感恩意识从我们一存在便给予了我们。它并不是从概念中产生的；在它被制定为概念或其内容被阐明以前，它就作为一种意识留在我们身上。它意味着承担任务，受到召唤，它体会到生活是获得，而不是索取。它的内





感恩工作 积极进取

容是为收到礼物而感激。它不只是一种生物学的授受关系……人如果不意识到自己得到了恩惠，就不会想到自己是人。感恩意识不仅仅是一种感情，而且是做人的本质特征。取消了它，就将泯灭人的特点。”

感恩，是人类一种内在的精神，一种积极的工作态度，一种至高的人生境界。自然万物皆有感恩之心，何况我们人类！

英国哲学家洛克说：“感恩是精神上的一种宝藏。”一个不懂得感恩的人，不可能有幸福感可言。我们知道，幸福是人的一种心理体验，在工作中获得幸福感，不需要升职加薪，而只需要我们改变自己对工作的看法。因为感受是我们自己创造的。感恩工作，感恩企业，感恩同事，带着一颗感恩的心工作，我们便能够对工作负责，也能够对自己负责，而且，我们能够在工作中获得巨大的幸福感。从这个角度来说，感恩——是令我们幸福工作的最大武器。

在当今社会，很多人把工作看成是不得不做的苦役，他们甚至逃避工作。一个朋友的孩子在23岁那年大学毕业，毕业后至今5年一直没有工作，不是嫌弃这个工作苦，就是嫌弃那个工资低，没有前途。表面看他们不工作的理由多多，而本质上来说，是他们心里不愿意工作，他们不愿意通过自己的努力获得薪资，他们好逸恶劳，眼高手低。对他们来说，工作不外乎一种谋生的手段而已。现实生活中对工作有如是态度的人，并非少数。他们根本没有明白工作对人生的意义，他们也从来不懂得感恩。

生命的价值在于工作，如果没有了工作，我不晓得人生还有什么意义可言。以我来说，如果让我放弃自己的工作，放弃培训和写作事业，我不知道自己的后半辈子将在一种怎样的无聊和黑暗中度过。我热爱自己的工作！工作是我的生命的一部分。





荷尔德林在《人诗意地栖居在大地上》中写道：“一个人最大的幸福就是在他最热爱的工作上充分施展自己的才华。在适当的位置上勤奋工作，能使人保持一种健旺的精神。正像劳累一天带来愉快的睡眠一样，勤劳的生命带来愉快的死亡，勤劳的生命是长久的，像一条富有韧性的长春藤。一个人每天都在为一项有意义的事业而思考、而行动，他会获得忙碌的快意和收获的喜悦。点点滴滴的才华都在一天天开花、结果，这种幸福感是绵绵不绝的。”

卡莱尔也指出：“工作之中意义无穷。只要一个人一旦着手奋力工作，他的整个灵魂必将化为一种何等真实的和谐！疑虑、欲念、忧伤、懊悔、愤怒、失望等等不良情绪，都会远远地离他而去。”

是的，不管怎样一份微小而不起眼的工作，我们都能从中体验到快乐与满足的味道。

因此我们说，因为工作，我们的人生充满价值，因为感恩，我们的工作快乐而幸福。

当代英国爱尔兰著名圣经注释学家巴克莱博士在《花香满径》开篇中曾如是说道：“幸福的生活有三个不可缺少的因素：一是有希望。二是有事做。三是能爱人。”其实，这三个因素，都可以归结到一点——感恩。一个心怀感恩的人，必定是一个积极的人，一个心怀感恩的人，对自己的工作有着巨大的热情，一个心怀感恩的人，是一个满怀爱的人，他们积极工作，在工作中和生活中奉献自己的爱！

所以我们说，幸福感来源于自身，而非外界。它源自自我的充实，源自一颗感恩的心。

一位好朋友，我们都叫他阿涛。在他大三那年，在煤矿工作的父亲由于一次工作事故不幸离世。大学毕业以后他顶替了父亲的班，成了一

前

言



名煤矿工人。一名大学生在煤矿企业工作，身边很多人觉得可惜。而阿涛却不这样认为，他喜欢自己的工作，他觉得这份工作带给了他从未有过的充实。

在工作中，他积极努力，不断提高自己的工作技能。而且还利用业余时间不断学习煤矿方面相关的知识，阅读企业管理方面的相关书籍。不久，他参加了研究生的考试，并且顺利通过，成为一名在职研究生。

工作不到两年，他就被提升为部门主管。在那一刻，一种强烈的荣誉感在他心中升腾，他觉得他通过自己的努力实现了自己的人生价值。他更加努力，对工作也更加严谨负责。

煤矿企业中，身边不乏很多老同志，对于一位年轻的管理者，难免心生不服。甚至一些刁难和难听的言语，也在所难免。他也曾一时难过过。然而，他始终相信，他会用自己的实力跟大家证明，他是凭借自己的努力得到今天的成果的，而非父亲的原因而受到企业领导的怜惜；他也相信，没有什么困难是自己无法逾越的，他会踏着这些苦难不断成长！

现实印证了他的预言。慢慢地，工作处处变得得心应手，他和同事的关系也越来越融洽。在工作中，同事们有什么问题都愿意和他商讨。领导更是越来越器重他。在工作的四年时间里，他几乎没请过一次假，年休假也常常放弃休息，一有节假日，总是抢着值班，将休息的机会留给那些年长的人；在工作的四年时间里，他不仅自己努力工作，提高工作效率，而且还使他所在的部门的工作效率提升了一倍多。

“当然，工作中让人头疼的事情总会有的，”阿涛跟我们说，“但是，你知道的，当我将这些难题一个个攻破之后，那种喜悦真的无以言





表！现在大家都很信赖我，我很享受这种感觉。”

“而且，当我工作一天回到家里的时候，心里无比踏实。3岁的小儿子常常我一进门就欢快地跑过来搂住我的脖子，叫着‘爸爸，爸爸！’妻子早已准备好饭菜，一家人其乐融融……你们说，我还有什么不知足的呢？”阿涛说着，带着满脸的陶醉。

是啊，这不就是我们常常追求的幸福吗？！有一份自己热爱的工作，有一个可爱的孩子，一个善解人意的爱人。生活中不是没有幸福，而是我们缺少了一颗感受幸福的心灵。

有人说，人生是一场旅行，我们应该更多地去关注旅行的过程，而不必在意目的地。工作中的幸福感也是如此。工作中不可能一帆风顺，难免会遭遇困难，会遭遇挫折，然而很多时候，正是这些困难和挫折激发我们内在的力量，让我们战胜这些苦难，获得不断的成长！怀着一颗感恩的心面对工作中的困难，你会发现，原来苦难也可以如此美丽！正像阿涛一样，经历了苦难的磨练，终于获得了今天的幸福生活。

发现工作的意义，认真地努力地工作，感谢工作和生活，你终会拥有一份幸福的人生。

稻盛和夫说：“我们的思想就像一只彩色的画笔，而人的一生就像是画布，画笔不同，画出的画卷自然也不一样。也就是说，思想决定了我们人生的出路。”

学会感恩，带着一颗感恩的心生活，如此，我们便能够生活在一个充满爱和幸福的世界里。感恩父母，抚育你成长；感恩朋友，给你关怀；感恩老师，开化你的蒙昧；感恩企业，为你提供发展的平台；感恩工作，让你实现人生的价值；感恩失败，激发你内在的潜能；感恩伤害你的人，磨练你的心智……人生因为感恩而变得积极，变得美丽！





感恩工作 积极进取

Gan En Gong Zuo Ji Ji Jin Qu

心怀感恩，极度认真地工作，工作就是幸福的！而在幸福的工作中，我们也会走向幸福的人生！请坚信这一点！





序



我一辈子的事业

我常被问起，为何要创立“寻找传奇”这个出版项目，为何要定位为企业家和行业领袖出版图书。事实上，自从中学时期，第一次被艺术的魅力打动后，我便立志要将艺术与商业进行完美的结合，把这个世界上的美，用最完美、最华丽的方式展示给世人，让人们更多地感受生命的美好、体验生命的愉悦。也就是从那时起，从事文化传媒事业已是我灵魂深处真正的热爱。

假如让我寻找一份从事一辈子都不会感到厌烦的事业，我想我已经找到了。这份事业，它带给我无比的喜悦，带给我心灵上的真正富足。每当我走近一位主人公，每当我开始一本书的创作，我便走进了一个灵魂，探寻到一个崭新的世界。那里有无限梦想、希望、激情、感动、爱……

这是一群引领人类思想的领袖，这是一群充满爱与能量的天使，这是一群生来就注定要改变世界、影响人类的人。

我被这些人物的故事与梦想激励着，似乎是上帝赐予我的灵感，在

序



2011年春季的时候，我组建了一支专门为这项事业服务的团队，并且为自己制定了目标——面向全球华语界寻找109位“传奇”人物，帮助109位具有使命感的企业家和行业领袖出版属于他们自己的图书，将他们的人生经历和创业故事分享给广大读者。

我怀着满腔热情，想要为那些渴望成功却苦于找不到方法的人做点有意义的事情。直到今天，这份激情在我心中燃烧得越发热烈。如果在路上，忽然有个陌生人走过来对我说：“谢谢你！你的努力让我在成功的路上少走了很多弯路！”这将是我最大的欣慰。

我为自己能够从事这样的事业而感到自豪，同时也由衷地感谢走进我生命中的每一位“传奇”人物，是他们让我有了这样的机会，是他們为世人贡献了一个个触动心灵的故事，让人们在其中领悟到真正的人生智慧。

这次，很荣幸迎来了我人生中的又一个“传奇”……

能够为王嘉铄女士运作出版书籍，让我感到无比的快乐。其实，在很早以前，我就曾拜读过由她创作的《中国实干精神》一书。当时，我就萌生了为她出版系列图书的想法，因为在她的身上，我看到了一位具有使命感和爱的伟大女性。后来，当我一步步走近她的时候，也真正感受到，作为中国优秀经济女性、世界华人冠军俱乐部金牌讲师，并且一直致力于帮助更多人走向成功的她，态度竟是如此谦卑，她所散发出来的气场也令人感到一股向上和向善的力量。如今，我的想法成为了现实……

在这本书中，集结了王嘉铄女士的智慧精髓，多年以来，她不断地向世界顶级大师学习，并且毫不吝啬地将做人做事的方法、理念，以文字的形式编撰出来，分享给大家。所以，我也由衷地希望读者朋友们一





定要认真地读这本书，因为书中的智慧真的会让你受益匪浅，书中的方法真的可以让你少走很多弯路，更快地走向成功……

2012年5月，王嘉铄女士来京将她编撰的三本系列书的初稿交到我手上时，我们已经分别了几个月的时间了。但相视一笑之时，却又感觉像是昨天才刚刚见过一样。拥抱着她充满爱的怀抱，也顿时觉得充满了同样的能量。感谢王嘉铄女士，用切身故事，让我更加明白了什么叫做真正的“全力以赴”，什么叫做用生命的力量去努力工作、快乐生活。我非常期待王嘉铄女士能够尽早地把她个人的传奇故事写出来分享给大家，从而帮助和激励更多的女性朋友。

感恩，感谢，上帝的恩赐让我走上了这条创作的道路，走上了从事出版传媒业的道路；感谢年少时老师对我文学与艺术上的启蒙；感谢引导我进入出版行业的人；感谢一路走来所有客户的支持和认可；感谢我亲爱的团队伙伴们；感谢上帝赐予我灵感让我创立了“寻找传奇”出版项目。

感恩、付出、承担、全力以赴……

一切都在一念之间，未来怎么样，过什么样的生活，都在我们的思想里，取决于我们如何行动。

亲爱的读者朋友们，当我们真正的知道自己是“谁”的时候，当我们拥有梦想的时候，我们就要为自己树立目标，接着，每一分、每一秒都做有生产力的事……

感谢你拿起这本书，感谢你的阅读，感谢你带给自己又一份收获和喜乐，感恩有你，一路同行……

心灵励志、人物传记作家 韩娜

2012年5月20日于京

序





目 录



前言	1
序	1



第一章 学会感恩,从“心”开始

英国著名思想家培根曾经说过:“学会了感恩,你就学会了做人。”感恩是人类一种美好的品格,是一种积极向上的生存态度,是一个人在人生中难得的境界,更是值得我们用一生去珍视的爱的教育。一个人要想成功,要想获得幸福和快乐,就必须拥有一颗感恩的心。感恩,让我们的心灵变得丰润,变得圆满,不再孤寂和困顿!让我们将感恩深深地注入自己的生命,让感恩伴随我们的一生!

感恩是一种内在精神	3
将感恩注入每个人的生命	8
幸福,源自一颗感恩的心	12
做一个心怀感恩,知足惜福的人	17





感恩之心，富足干涸心灵 21

感恩是一种积极的人生态度 24

第二章 心怀感恩，责任担当

奥地利精神医学家维克多·费兰克曾经说过：“每个人都被生命询问，而他只有用自己的生命才能回答此问题；只有以‘负责’来答复生命。因此，‘能够负责’是人类存在最重要的本质。”职场中，我们唯有了解自己的责任，并勇敢地承担责任，才能变消极被动的压迫式工作，为积极主动的自发式工作，并真正体会到工作的乐趣，取得工作上的进步和成功。请相信，一个心怀感恩、尽职尽责、勇于担当责任之人，必定会是工作中最大的赢家！

感恩让我们勇于承担责任 33

责任让你积极进取，出类拔萃 37

履行工作职责，践行感恩精神 41

对工作负责就是对自己负责 45

没有卑微的工作，只有不懂感恩的心 49

常怀感恩心，不找任何借口 55

责任是首要能力 59

责任是一种至高无上的荣誉 63





第三章 调整心态,用感恩取代抱怨

NTL 公司总裁罗伯特·威尔兹曾经说过:“在公司里,员工与员工之间在竞争智慧和能力的同时,也在竞争态度。一个人的态度直接决定了他的行为,决定了他对待工作是尽心尽力还是敷衍了事,是安于现状还是积极进取。”抱怨不如感恩,感恩是一个人成功的开端,而抱怨是一个人倒退的起点,让我们调整心态,用感恩取代抱怨,怀着一颗感恩的心工作,那么,工作将不再是苦差,成功也会渐行渐近!

感恩的人才能享受工作的乐趣	71
坦然面对工作中的得与失	77
与其消极抱怨,不如积极改变	83
践行感恩,创造不抱怨的世界	89
别让机会在抱怨中渐行渐远	92
心有多大,事业就有多大	96



第四章 忠诚敬业,以感恩之心书写职业精神

阿尔伯特·哈伯德说:“一个人即使没有一流的能力,但只要你懂得感恩,拥有敬业精神,同样会获得人们的尊重。即使你的能力无人能比,却没有基本的职业道德,一定会遭到社会的遗弃。”忠诚敬业往往

目

录





感恩工作 积极进取

比能力更重要，它是企业利益的有力保障，是企业发展的力量源泉，是员工感恩精神的完美体现，更是个人的立业之本，成功之基，就像洛克菲勒在回忆自己创业经历时所说的那样：“年轻时我为老板打工，一般人每天工作八九个小时，而我每天会工作16个小时。这除了对公司有好处外，我个人的收益更大，这样我就可以比别人多赢一些。”

感恩就要做好自己的本职工作	103
感恩是忠诚的基础	107
多一点感恩之心，少一点浮躁之气	114
在勤奋工作中收获并成长	118
用100%的热情对待你的工作	124



第五章 感恩工作，让生命之树长青

一位哲人曾经说过：“世界上最大的悲剧或不幸，就是一个人大言不惭地说，没有人给我任何东西。”工作是我们实现梦想的起点，感恩是我们实现梦想的原动力。带着一颗感恩的心，为自己的梦想而工作，而拼搏，无疑是世界上最快乐的事情！生命的价值就在于工作！工作是我们生命中一座丰富的矿藏，而感恩之心激发我们生命的火花，让我们将工作视为自己的使命，将工作做当成自己的事业，让我们驶入职业的快车道，前进，前进，在职业的道路上越行越快，脱颖而出，取得事业上的成功！就像某位成功的企业家所说过的那样：“一定记得感恩你的工作，永远不要对自己的工作妄自菲薄，因为，很可能，你的成功，将



出自这里。”

生命的价值在于工作	135
工作是实现梦想的起点	140
金钱，并非工作的全部	145
用心工作，把工作当成自己的事业来对待	152

第六章 感恩磨难，激发自我生命能量

世界潜能激励大师安东尼·罗宾曾经说过，世界上有一件事比受折磨还糟糕，那就是从来没有受过折磨的人，因为当一个人受尽折磨时他的潜能才会被激发出来。一个勇敢的智者从来不会害怕磨难，他会带着感恩的心，欢迎磨难的降临，感谢风雨的洗礼。正所谓“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。”磨难，激发我们的生命能量，让我们感恩磨难，在磨难中让生命常驻常新。

感谢竞争对手	159
感恩失败	162
原谅生命中曾带与你伤害的人	165
感恩逆境，勇敢迎接生活的挑战	171
感恩磨难——人生的另一个起点	175

