

袖珍励志经典

一种优良的习惯和有道德的个性，
给一个人的自我增添力量，
让良知在心灵永远扎根。



Virtue 美德

修炼完美人生的 17 种美德

主 编：姜廷志 副主编：张红霞
姜廷志 编 著



金城出版社
GOLD WALL PRESS

Virtue

美德

——修炼完美人生的 17 种美德



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

美德：修炼完美人生的17种美德/姜廷志编著. —北京：金城出版社，2010.12

（袖珍励志经典. 第3辑）

ISBN 978-7-80251-778-3

I. ①美… II. ①姜… III. ①成功心理学—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2010）第244452号

美德：修炼完美人生的17种美德

著 者	姜廷志
责任编辑	荣挺进
开 本	710毫米×1000毫米 1/32
印 张	5.5
字 数	80千字
版 次	2011年4月第1版 2011年4月第1次印刷
印 刷	北京金瀑印刷有限责任公司
书 号	ISBN 978-7-80251-778-3
定 价	10.00元

出版发行 **金城出版社** 北京市朝阳区和平街11区37号楼
邮编：100013

发 行 部 (010) 84254364

编 辑 部 (010) 64214534

总 编 室 (010) 64228516

网 址 <http://www.jccb.com.cn>

电子邮箱 jinchengchuban@163.com

法律顾问 陈鹰律师事务所 (010) 64970501



没有伟大的品格，就没有伟大
的人，甚至也没有伟大的艺术家，
伟大的行动者。



前言

对于我们来说，顺其自然就是平庸的。如果一个人顺其自然的话，那么他永远不会赢得奥林匹克竞赛。把金牌带回家的运动员，必须超越自己和别人已有的记录。我们要常对自己说：我厌倦了平庸。不要总说别人对你的期望值比你

自己的期望值高。如果哪个人在你所做的工作中找到失误，那么你就不是完美的，你也不需要去找借口。承认这并不是你的最佳程度，千万不要挺身而出捍卫自己。

超越平庸，选择完美。这是一句值得我们每个人一生追求的格言。

我们这套《袖珍励志经典》已成功出版两辑，受到了广大读者的喜欢，现在呈现出来的是第三辑。这一辑里，我们延续前两辑的特点，每本独立阐述一个主题，从不同的角度分析成功的范例，剖析阻碍成功的因素，提供一系列战胜自我、摆脱困境、成就大业的良方妙法。每个主题就是一个人生关键词：时间、细节、效率、美德、心机与人脉。或许有些朋友对人生还没有那么深刻的体悟，或许你的阅历没有那么深厚的积淀，或许你还没有选定人生的前进方向，我们希望能给愿意超越自我的人们，尤其是青少年朋友们以启发和激励。

我们希望读者能继续利用生活中零散的闲暇时间，携带方便的口袋读本，积少成多，集腋成裘，丰富自己的阅历，感悟人生的智慧，让自己的生活、工作和事业在“超越平庸、选择完美”的理念下蒸蒸日上，夺得辉煌。

编者谨识

Contents

目录

第一篇 职场不败的8种美德

一个渴望成功的人，当他努力把最初的梦想用自己的勤奋来实现的时候，他就离成功不远了。

美德 1: 勤奋——勤奋改变命运 / 2

成功属于勤奋的人 / 2

勤奋是奋斗的开始 / 6

美德 2: 忠诚——忠于事、忠于人 / 10

对工作忠诚的员工受欢迎 / 10

做到自己认为的“好”为止 / 14

美德 3: 专注——学会专注 / 16

做事要有专注的精神 / 16

学会专注 / 18

美德 4: 合作——团结就是力量 / 23

工作的第一要素是合作 / 23

集思广益的合作原则 / 29

美德 5: 进取——上进心决定成败 / 32

敬业是进取的前提 / 32

进取是事业成功的要素 / 36

美德 6: 自信——自信可以克服万难 / 40

自信会让你成功 / 40

要有成功的自信 / 43

自卑是自信的绊脚石 / 48

美德 7: 工作——工作是生命的第一选择 / 54

工作，生命的第一选择 / 54

工作是防止衰老的最佳方法 / 57

美德 8: 坚强——克服人生中的困难 / 65

坚强你打不垮 / 65

坚韧可以克服一切困难 / 69

第二篇 赢得家人和朋友的5种美德

只有善待他人，才能得到他人的尊敬。给别人以帮助和鼓励，自己不会损失什么，反而会有所收获。

美德 9: 诚实——给自己更多的机会 / 74

诚信是人生的根本 / 74

诚实的人机会多 / 76

美德 10: 宽容——使人生更和谐 / 79

拥有宽容的美德 / 79

学会宽容地待人接物 / 82



- 妻子的宽容 / 87
- 美德 11: 善良——让生活更美好 / 89
 - 善良能给予你莫大的收获 / 89
 - 友善地对待他人 / 92
- 美德 12: 尊重——自己与他人更融洽 / 98
 - 尊重他人的意见 / 98
 - 尊重别人的时间 / 104
 - 尊重孩子自己的选择 / 109
- 美德 13: 幽默——人际交往的润滑剂 / 113
 - 幽默是人际交往的润滑剂 / 113
 - 赞美别人也需要点幽默 / 120

第三篇 为人处世的4种美德

从不断练习克制，不断完善自己的人格中，你会享受到克制带给你的成功和喜悦，你会享受到生活的富足。

- 美德 14: 克制——人生中的一种力量 / 126
 - 克制是一种美德 / 126
 - 控制自己的情绪 / 128
- 美德 15: 赞美——人人渴望被夸奖 / 136
 - 真诚地赞美他人 / 136
 - 做一个赞美高人 / 139
- 美德 16: 勇气——这是一种崇高的美德 / 141
 - 要有冒天下之大不韪的勇气 / 141

勇于承认自己的错误 / 152

美德 17: 谦虚——得到更多的友善与关照 / 160

谦虚能让你进退自如 / 160

谦虚谨慎很重要 / 164

第一篇

职场不败 的8种美 德

美德 1：勤奋——勤奋改变命运

◎ 成功属于勤奋的人

任何人都要经过不懈努力才能有所收获。收获的成果取决于这个人努力的程度，它与个人的付出是成正比的。

皮鲁克斯克先生在《说与做》一书中写道：只说不做最大的缺点就是——懒惰，凡是清楚自己需要什么，清楚从目前所处的地位达到内心所想要的地位要经过什么路程，而且不易自满，那么，这样的人就可以成就事业。

许多人都抱着这样一种想法，我的老板太苛刻了，根本不值得我如此勤奋地为他工作。然而，他们忽略了这样一个道理：工作时虚度光阴会伤害你的老板，但受伤害更深的是你自己。一些人花费很多精力来逃避工作，却不愿花同样的精力努力完成工作。他们以为自己骗得过老板，其实，他们愚弄的只是自己。老板或许并不了解每个员工的表现也无法熟知每一份工作的细节，但是，一位优秀的管理者很清楚，努力最终带来的结果是什么。可以肯定的是，升迁和奖励是不会落在玩世不恭的人身



上的。

如果你永远保持勤奋的工作态度，你就会得到他人的称许和赞扬，就会赢得老板的器重，同时也会获取一份最可贵的资产——自信，对自己所拥有的才能赢得一个人或者一个机构的器重的自信。

任何人都要经过不懈努力才能有所收获。收获的成果取决于这个人努力的程度，它与个人的付出是成正比的。

家境穷困的“电学祖师”法拉第，由于自小就得每天黎明即起，外出送报赚钱，因此无法进学校读书。法拉第对万事万物都极为好奇，只要脑海里一出现自己不了解或想不通的问题，他就会立刻开口发问。

14岁那年，法拉第进入一家装订书籍的订书房，成为学徒。订书房里有无数已经订好或是正等待装订的书，白天辛勤工作的法拉第，每晚都会偷偷拿起订书房里的书，一本又一本，竭尽全力地读着……而在这其中，法拉第最感兴趣的领域，莫过于“电学”。在有关电学的种种阅读之外，法拉第还常常自掏腰包，购买许多器材，来进行一个又一个的实验。

时光迈入1812年，那一年，有位对电学极有研究的知名德国科学家受邀前来英国演讲。

由于这场演讲的入场券，每张售价高达100英镑，因此当天前往听讲的人们，不是科学家，就是社会名流，个个光鲜耀眼。然而，就在这场演讲即将开始之际，用省吃俭用地攒下的钱买了张入场券的法拉第，也穿着他的工作服，赶到演讲厅外！立在门口的守卫，见到衣着与在场众人格格不入的法拉第，不免甚感奇怪。便叫住了法拉第，问道：“您……请问您就读于哪一所大学呢？”

“我呀！”法拉第大大方方地回答，“我是订书房的学徒呀！”包括这守卫在内，所有站在法拉第身旁的人，此时，不禁都惊叫了一声！

只有法拉第仍若无其事地自顾自走进演讲会场……

听讲的时候，法拉第不仅一字一句，都听得非常仔细，同时也作了相当详尽的笔记。在这场演讲结束后，回到家的法拉第，心里却波涛汹涌了起来……“若我终其一生，都在这订书房里工作，如此，怎能实现我在电学方面的梦想呢？”法拉第心中暗自呐喊：“要走上电学研究之路，我一定得去跟随那位科学家才行！”想到这儿，法拉第立刻提起笔来，给那位科学家写信。在这封信里，法拉第除了向这位科学家，表达自己对于电学的浓厚兴趣与理想，并希望他能收自己为徒。此外，他也将自己听演讲时所作的笔记全都整理好，一并寄上。然



而，这封信寄出后，却犹如石沉大海。

日子一天天过去了，法拉第始终没有等到任何回音……对此失望至极的他，忍不住垂头丧气地对自己说：“看来，我的美梦是破碎了……或许，我只有在订书房待一辈子的命吧……”可就在法拉第不时叹息、沮丧，甚至想把自己所有的电学书籍与仪器，全都给扔得一千二净之时，这一天，一辆马车却在订书房门口停了下来。原来，来者正是那位科学家的助理——他带来了科学家写给法拉第的亲笔信函！虽然科学家在信中只是先允许法拉第在自己的实验室里充当打杂的仆役，但是，早已等待多时的法拉第，仍一口应允！

美国诗人兼随笔作家爱默生曾说：“每个人都是自己命运的制造者。”正因如此，无论我们在生活与生命中，遭逢多么艰难困苦的境遇，哪怕自己所遇上的，是进退维谷的窘境，倘若置身其中的我们，仍怀抱着自己早先立定的美丽梦想、远大志向，那么，意欲积极向前、再创新局面与实现每一个美梦理想的我们，怎能不试着为自己，在人生路上开启另一扇前进之门？不主动打破停滞不前的境况，便只能被动地等待，以及屈从于别人的安排……

◎ 勤奋是奋斗的开始

勤奋产生的伟大力量，无论你用什么样的语言去形容都不为过。皮尔·卡丹的奋斗史就说明了这个道理。

皮尔·卡丹从小就对服装感兴趣，即使是在最贫困的时候。

皮尔·卡丹的父亲——一个贫困的意大利农民带着妻子和7个孩子背井离乡去法国的圣莱第昂谋生时，皮尔·卡丹才刚满两岁。他是被母亲用一块蓝被单裹着离开家乡的。他生活在天天都要为吃饭与穿衣的事而发愁的家庭里，却偏偏对各式各样的服装感兴趣。

童年的时候，他喜欢在街上游逛，时装店里多姿多彩的时装常常使他流连忘返。他的耳边经常传来这样的斥责和嘲讽：

“滚开，穷鬼！你也来看时装？”

“小意大利佬，买套时装去送给小情人吧。哈哈……”

然而，一个梦想却在他幼小的心中升腾：“以后，我也要设计各种各样的时装，做出许许多多好看的时装。”

念中学的时候，由于贫困和年迈多病，皮尔·卡丹的父母再也无法维持这个家庭了。皮尔·卡丹不得不退学去做工，他的选择是去裁缝店当小学徒。皮尔·卡丹是个非常勤快的学徒，他知道自己只有勤奋做工才有机



会。

勤奋使皮尔·卡丹的技艺很快就超过了师傅。他经常别出心裁地设计出一些新颖的服饰，很受当地女士的青睐，常常有人找上门来请他设计时装。他不仅白天当裁缝、搞设计，晚上还到一个业余剧团当演员，以便于更好地观摩和研究各种新奇高雅、绚丽多彩的舞台服装，这对他未来的设计风格产生了深远的影响。

这时候的皮尔·卡丹，在当地已小有名气。然而，他清楚地知道自己想要的是什麼。他并不是想当一名制衣匠，他的梦想是当一个“时装设计大师”。

他下决心要去世界时装艺术的中心巴黎闯荡一番。然而，初闯巴黎的尝试却失败了。

当时正是第二次世界大战刚刚拉开序幕的时候，巴黎乌云密布，所有的时装店都关了门。皮尔·卡丹随着逃难的人流，从巴黎流落到一个小城市里，几经周折，总算找到一家服装店安定下来。在这里的几年间，他刻苦努力，后来他又成了这家裁缝店里最出色的裁缝。

生计有了着落，但皮尔·卡丹却越来越苦恼，他觉得在这里呆得越久，离巴黎就越来越远。他不甘心自己的梦想变得越来越渺茫。

有一天，他遇到一位同样因战争流落至此的贵妇人。贵妇人对他身上雅致的服装很感兴趣，听说这是他自己