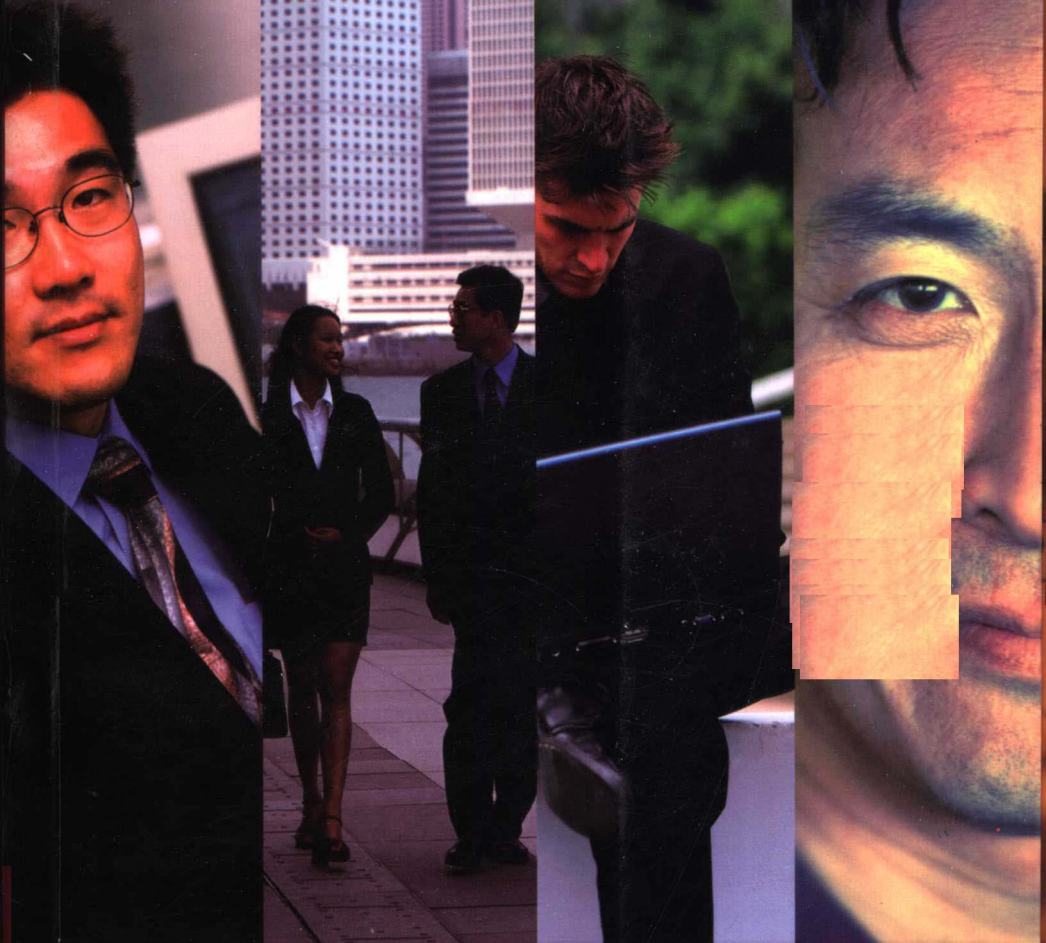




Y i S h e n g D e N e n g L i ■ 职场奋斗手册

能力往往可以体现一个人对社会贡献的大小 ■ 也就是一个人的价值

一生的能力

严路拓 ■ 编著

人民出版社

严路拓 编著

一生的能力

内蒙古人民出版社



图书在版编目(CIP)数据

一生的能力/严路拓编著. —呼和浩特:内蒙古人民出版社, 2004. 11

ISBN 7—204—06959—5

I. 一… II. 严… III. 职场—奋斗手册 IV. H019

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 070107 号

一生的能力

严路拓编著

*

内蒙古人民出版社出版发行

(呼和浩特市新城西街 20 号)

新华书店发行 北京佳华印刷厂印刷

开本: 850×1168 1/32 印张: 10 字数: 220 千字

2004 年 11 月第一版 2004 年 11 月第 1 次印刷

ISBN 7—204—06959—5/B·42

定价: 20.00 元

前 言

你有什么能力？古时候孟尝君养的三千食客，也得多少有点哪怕是鸡鸣狗盗的本事，让他有养你的兴趣。而苏秦、张仪、诸葛亮、萧何、张良、韩信等等能量巨大者，虽然也只是为人臣者，却不能说是由谁来养他的了，没有了他们，历史也得重写。

当然，并不是每个人都有他们那么厉害，但是“能力”这个东西是可以提高的，可以通过学习与锻炼等方法获得的。你可以在自己的一技之长中充分发掘自己的潜能，使自己在某一方面造诣高深，成为一个专门的专家型人才，这也是一种能力。

能力往往可以体现为一个人对社会贡献的大小，也就是一个人的价值。因为“能力”的概念很广泛，有组织能力、科研能力、社交能力等等各种五花八门、各行各业的能力。而一个人的能力有大有小，有高有低，也就注定了每个人所取得的成就是不一样的，自然每个人所获得的经济回报和社会地位是不同的。

人的一生需要各种各样的能力，小时候需要学习的能力，长大了需要成家立业的能力，需要赚钱来养家糊口的能力。当然，许多人都不满足于仅仅是赚一

口饭的能力，但是，不满足现状，不满足于“养家糊口”的档次，就需要更多更好的能力！

世界上有多少种行业，也就有多少种“饭碗”，有金饭碗、银饭碗、铁饭碗、泥饭碗；你想要哪种饭碗？这个世界上，有水平而没有能力的人多得很，水平仅仅是代表某一业务上的标准，而能力却是综合水平的素质标准。本书的目的，就是想帮助您提高各种能力的综合水平，希望能捧上一个金饭碗，让你在大千世界中纷繁复杂的关系里游刃有余，少吃亏，少碰壁；能按自己的理想与目标去生活、去创业；能像关云长一样凭自己的能力这把“大刀”过五关、斩六将，畅通无阻，直达自己事业人生的顶峰。

严路拓

2004年9月15日

目 录

1. 一切服从理性 (1)
2. 在孤独中冷静思考 (8)
3. 穷则变, 变则通 (14)
4. 脚踏实地埋头做事 (20)
5. 不烦不躁、戒贪戒欲 (25)
6. 用健康的心态面对世事 (33)
7. 宽容使你变得高尚 (38)
8. 嫉妒是一剂毒药 (41)
9. 不到黄河不言败 (43)
10. 强者的人生姿态 (49)
11. 从反向角度想问题 (53)
12. 用好自己的下属 (59)
13. 运筹帷幄, 当机立断 (68)
14. 明察秋毫, 洞若观火 (77)
15. 团结的力量 (84)
16. 让你的美丽从策划开始 (90)
17. 生活是一本“无字书” (96)
18. 观人之微很重要 (103)
19. 眼睛是一个人内心世界的镜子 (114)
20. 有德者成事, 无德者败事 (118)

目 录

21. 敢想敢干	(126)
22. 对自己的事业持之以恒	(130)
23. 果敢也是一种智慧	(133)
24. 优柔寡断的害处	(137)
25. 勇于冒险	(141)
26. 就这么定了	(144)
27. 不要妄自菲薄	(151)
28. 养成勤劳的习惯	(155)
29. 确立自己的信念	(159)
30. 制定计划	(163)
31. 让第一步计划成功	(167)
32. 敢于创新	(171)
33. 直面自己的错误	(174)
34. 了解自己的缺点	(178)
35. 忍耐也是一种谋略	(182)
36. 化腐朽为神奇	(185)
37. 让工作朝着希望的方向发展	(189)
38. 战胜恶劣环境	(192)
39. 压力是个生命的发动机	(196)
40. 奋斗到最后——胜利	(199)
41. 扼住命运的咽喉	(202)
42. 做人做事都高瞻远瞩	(206)
43. 白手起家，从无到有	(209)
44. 你有忍耐力吗？	(215)
45. 失败是所最好的学校	(218)

- 46. 苦难是最好的老师 (222)
- 47. 自己寻找机遇 (228)
- 48. 顺应时代潮流 (231)
- 49. 在对比中选择好的 (235)
- 50. 放弃同样重要 (239)
- 51. 风险与利益成正比 (243)
- 52. 走在机遇前面 (247)
- 53. 路在走路的人脚下 (249)
- 54. 换一个角度看问题 (251)
- 55. 做事从最重要的开始 (254)
- 56. 没有任何借口 (258)
- 57. 你能干什么 (261)
- 58. 爱财是好事 (265)
- 59. 心态决定一切 (270)
- 60. 不要杞人忧天 (274)
- 61. 不要让情绪左右你 (279)
- 62. 工作中要劳逸结合 (283)
- 63. 让自己每天都开心 (285)
- 64. 学会幽默 (289)
- 65. 制怒是一种修养 (294)
- 66. 珍惜“现在” (297)
- 67. “今天”是最重要的 (301)
- 68. 没有不敬业的成功者 (304)
- 69. 看准你要用的人 (308)

一切服从理性

· 一生的能力 ·

“胜易骄，骄必败，”这是万古不变的真理。

人都是情感的动物，因此如何学会用理性控制情感——把情感装入理性之盒，就显得至关重要。为什么这样讲呢？因为一个人总会遇到各种各样的变化，这就要求在变化的过程中，需要把握自己的情感，理智地处理各种事情，感情用事是不明智的。成大事者是不会被情感左右的。

(1) 祢衡和蔺相如对待情感的两种不同方法：

《三国演义》中有一个因感情用事而被杀的典型人物，他就是祢衡。

建安初年，二十出头的祢衡初游许昌。当时许昌是汉王朝的都城，名流云集，司马朗、荀攸、赵稚等人都是当世名士。有人劝祢衡结交司马朗等人。祢衡说：“我怎能跟杀猪、卖酒的在一起。”劝他参拜荀攸、赵稚，他回答道：“荀某白长一副好相貌，如果吊丧，可借他的面孔用一下；赵某是酒囊饭袋，只好叫他看守厨房。这位才子唯独与少府孔融、主簿杨修意气相投，对人说：“孔文举是我大儿，杨德祖是我小儿，其余碌碌之辈，不值一提。”由此可见他何等狂傲。

献帝初年间，孔融上书荐举祢衡，大将军曹操有召见之

意。祢衡看不起曹操，抱病不往，还口出不逊之言。曹操求才心切，为了收买人心，还是给他封了个击鼓的小官，借以羞辱他。一天，曹操大会宾客，命祢衡穿戴鼓吏衣帽当众击鼓为乐，祢衡竟在大庭广众中脱光衣服，赤身露体，使宾主讨了场没趣。

曹操对其恨之入骨，但又不愿因杀他而坏自己的名声。便把祢衡送给荆州牧刘表。祢衡替刘表掌管文书，颇为卖力，但不久便因倨傲无礼而得罪众人。刘表也聪明，把他打发到江夏太守黄祖那里去。祢衡为黄祖掌管文书，起初干得也不错，后来黄祖在战船上设宴，祢衡无礼受到黄祖呵斥，祢衡顶嘴骂道：“死老头，你少罗嗦！”黄祖急性子，盛怒之下把他杀了。当时祢衡仅 26 岁。

祢衡文才颇高，桀骜不驯，本有一技之长。但是祢衡没有因为这一技之长而受惠于世。他自恃一点文墨才气而轻看天下。无端冲撞大权势人物，最后因狂傲而被人宰杀。而战国时蔺相如则是个善控情感的人，他化解了廉颇的怨恨，使赵国强大，将相和的故事传为美谈。

智勇双全的蔺相如，先在秦廷战胜了残暴的秦王，完璧归赵，不辱使命；后在渑池迫使秦王为赵王击缶，维护了赵国的尊严，由于如此巨大的功绩，蔺相如被拜为上卿，地位超过了赵国宿将廉颇。

这事惹恼了急躁刚直的廉老将军，他想：我出生入死，攻城野战，功勋卓著，才赢得眼下的高位。那蔺相如有何本领？他不过是摇唇鼓舌，和秦国打了两次交道罢了。他原来地位那样低贱，现今却官居我之上，我怎能咽下这口气？见到他。非

羞辱一顿不可。

蔺相如听说这事，每逢上朝就经常推托有病，不肯和廉颇争位次先后，有时外出，远远见到廉颇的车马，蔺相如就急忙令人把车让到小巷子去。

蔺相如的门下看到这些情况，颇为不解，纷纷说：“我们仰慕您高尚的人品，才投到您的门下。现在您和廉颇居于同等地位，他说出那样难听的话，您都躲起来，害怕得不得了。对那种难听的话，平民百姓都难忍受，何况象您这样的大臣呢？我们没什么本领，请允许我们辞别吧！”

面对众门客激烈的言词，怎么辩解呢？蔺相如先不作解释，却采用“明知故问”的方式，岔开话题，问了一件似乎与此无关的事：

“你们看廉将军和秦王两人哪一个厉害？”

“廉将军当然不如秦王！”众门客异口同声地回答。

“那么，秦王有那样大的威风，我敢在秦廷大声叱责他，还敢于责骂他的文武高官，难道会害怕廉颇吗？我所想的是：强暴的秦国之所以不敢发兵侵扰我赵国，只是因为我和廉颇两人在罢了。现今两虎相斗，必有一伤。我这样避让廉将军，就是把国家的利益放在前面，而把私人的恩怨放在后面啊！”

众门客顿时领悟，由衷折服。这些话传到廉颇耳中，这位久经沙场的老将军羞惭不已，立即上蔺府“负荆请罪”。

从以上祢衡和蔺相如的两则故事里，我们就可以看出成大事者是不可以被情感左右的。

(2) 不良情绪是“绊脚石”

现实生活之中，愤怒、忧伤、烦躁……人们考虑自己往往

一切服从理性

超过考虑任何别的事情，情感的冲动便是悲剧发生的最根本原因。

细究起来，这种不易解脱的心理产生可以归结为以下几方面的因素：

①心理学研究表明，父母教养子女的态度如果属于严厉型，则孩子易养成固执难解脱的脾气。一种抵触情绪的产生往往是潜移默化的，但它对人一生的影响却是巨大的，这种影响从诸多小事上体现出来。

②刚步入社会的青年，性格可塑性极大。如若生性稍稍敏感，再受到苦于不公正待遇，就会因逆反心理而“想不开”。社会环境，往往成了许多青年难以解脱的心理的诱发因素。

③部分青年因为拥有别人难以企及的家庭背景、社会地位、经济条件、学识文凭，便产生自恃清高的骄傲。这种自以为是的心理往往经不起任何打击和挫折，稍遇麻烦即同死结一般无法打开，更谈不上解脱。

④一个人的神经活动特征，如果其兴奋性大大超过抑制性，那么易于冲动，逞强好斗，且又难于转移。具有这种神经活动特征的年轻人，很容易养成犟脾气，明知这种愤怒、忧伤、烦躁于己于人的确无益，却偏偏要往这个陷阱的误区里钻。

著名心理学家戈特将第二、第四两个因素归结为“疾风怒涛期”。他认为从儿童期进入青春期，青年的心理带有强烈的瞬间多变的情绪特色。处于“疾风怒涛期”的青年，由于自身知识结构、自我意识和自我修养都很有限，对种种社会问题的认识仍处于从幼稚向成熟的过渡，因而很容易产生无法从困境

中解脱的性格弱点。

无论从哪方面说，陷入一种极端的情绪而不能解脱，对于人的身心健康的损害是极大的。

“人非草木，孰能无情？”现实生活中处处充满矛盾，人都有七情六欲。实际上，愤怒忧伤、烦躁等是不可避免的，可以避免的是它们所造成的身心上的伤害。

我们应尽量消除自己的不良情绪、因为它不仅会给我们造成身心上的伤害，而且在我们通往成功的路途上，不良情绪有时会成为绊脚石。

第二次世界大战中的风云人物——美国五星上将麦克阿瑟，在其 70 岁以前可谓是一位功勋卓著的“常胜将军”。他 1930 年便是美国历史上最年轻的陆军参谋长，二次大战期间，他以极小的代价一举拿下了多罗岛。在攻吕宁岛后，他没有得到上级授权，又攻取了其他的岛屿。战后，他以“盟军最高司令官”名义执行美国单独战领日本的任务。他又超越军事长官的权限，插手日本的社会和经济改革。美国总统罗斯福和杜鲁门对他的自行其是非常不满，但又无可奈何。

1950 年麦克阿瑟又任“联合国军总司令”，指挥朝鲜战争，仁川登陆战，他暂时扭转了美军初期的败局，将朝鲜人民军一截为二，然后他长驱直入抵达鸭绿江边，一连串进攻和冒险的胜利，使这位将军头脑发昏，“自我”膨胀起来，他自认为打遍天下无敌手，竟派兵轰炸我东北城市，在海上炮击我商船，直接威胁我国的安全。中国政府一再提出警告，然而麦克阿瑟目空一切，不可一世，认为中国人民是不敢也无力参战的。狂妄自大使他完全无视中国人民不屈的尊严和反侵略的巨

大潜力。

10月15日，麦克阿瑟踌躇满志地在威克岛向杜鲁门保证“朝鲜战争是赢定了”。并说：“中国共产党不会进攻。”“在南北朝鲜，抵抗都会在感恩节（11月23日）前结束。”这样，就能够在圣诞节前把第8集团军撤回日本。

而事实给了麦克阿瑟极大的嘲讽。中国人民志愿军10月20日就到了朝鲜。从1950年10月25日起到1951年4月，经过四次战役的较量，麦克阿瑟损兵折将，从鸭绿江一路退到三八线一带，其人员伤亡惨重，引起国内震动。美国9个师陷在朝鲜，天天被消耗，而美国的战略中心欧洲只剩下36个师。美国的西欧盟友担心西欧常规防御力量不足，会给苏联的进攻造成可乘之机。他们对美国施加压力，说美国在：“错误的时间，错误的地点打了一场错误的战争。”

杜鲁门为了在朝鲜脱身，通知麦克阿瑟寻求和平计划。麦克阿瑟不服气。他为了破坏可能停战谈判的气氛，擅自发表一个恫吓中国的声明，说：“敌方现在一定痛苦地知道，联合国如果决定放弃把战争限于朝鲜境内的努力，而扩大我们的军事行动到中国的沿海地区和内地基地，这就使中国遭受军事上即将崩溃的危险。”在恫吓一通以后，声明在末尾写道：“我准备随时在占地和敌方部队的总司令举行会议，认真努力寻求不必再流血而可以实现联合国在朝鲜的目标的军事手段，这些目标是什么任何国家不能有理由反对的。”

这个吹牛加挑衅的声明发出后，英法两国的政府令其驻华盛顿大使提出非正式的抗议：“抗议麦克阿瑟将军逾越他目前作为联合国朝鲜司令官的权限而发表的声明。”

杜鲁门得知麦克阿瑟的挑衅后，气得“嘴唇发白”。

4月21日凌晨，杜鲁门宣布撤销麦克阿瑟的盟军总司令、联合国军总司令、美国远东总司令、美国远东陆军总司令四项职务。这个消息是别人从广播里听到后告诉麦克阿瑟的，他自己在回忆录里说：“没有一个办公听差，没有一个打杂的妇女，没有随便哪一位仆人这样无情地不顾起码的体面被解雇”。

某一时某一事的成功和胜利容易引起自满自大，自满自大会带来消极后果，轻则阻碍进步，重则导致失败垮台。“胜易骄，骄必败，”这是万古不变的真理。

为了你的成功，你必须把情感装入理性之盒，你必须去适应别人，适应形势，不然的话，你注定成不了大事，注定会被淘汰。

在孤独中冷静思考

· 一生的能力 ·

在独处的过程中激发思考的力量。

你是如何看待一个人独处呢？难道仅能引起孤独和恐惧吗？这可能是令人惊讶，也最有用的建议。想想看：如果你和自己都不能好好相处的话，还能期望别人什么呢？换句话说，如果你知道怎么独处的话，成大事者都是善于独处的人——在独处的过程中激发思考的力量。

（1）吴士宏拒绝自卑

让我们看看曾任微软公司中国区总经理的吴士宏女士是怎样独处的，下面是她的自我描述。

我鼓足勇气，穿过那威严的转门，走进了世界最大的信息产业中 IBM 公司的北京办事处。

面试像一面筛子，两轮的笔试和一次口述，我都顺利地滤过了稠密的网眼。最后主考官问我会不会打字，我条件反射地说：会！

“那么你一分钟能打多少？”

“您的要求是多少？”

主考官说了一个标准，我马上承诺说我可以。因为我环视四周，发觉考场里没有一台打字机，果然，主考官说下次录取

时再加试打字。

实际上我从未摸过打字机。面试结束，我飞也似地跑去，向亲友借了170元买了一台打字机，没日没夜地敲打了一个星期，双手疲乏得连吃饭都拿不住筷子，我竟奇迹般地敲出了专业打字员的水平。以后好几个月我才还清了这笔不小的债务，而IBM公司却一直没有考我的打字功夫。

我就这样成了这家世界著名企业的一个最普通的员工。

在IBM工作的最早的日子里，我扮的是一个卑微的角色，沏茶倒水，打扫卫生，完全是脑袋以下肢体的劳作。我曾感到非常自卑，连触摸心目中的高科技象征的传真机都是一种奢望，我仅仅为身外的安全而又解决温饱的环境而感到宽慰。

然而这种内心的平衡很快被打破了。有一次我推着平板车买办公用品回来，被门卫拦在大楼门口，故意要检查我的外企工作证，我没有证件，于是僵持在门口，进进出出的人们投来的都是异样的眼光，我内心充满了屈辱，但却无法宣泄，我暗暗发誓：“这种日子不会久的，绝不允许别人把我拦在任何门外。”

还有一件事重创过我敏感的心。有个香港职员，资格很老，她动辄驱使别人替她做事，我自然成了她的驱使的对象。有天她一脸阴云，冲我过来：“Juluet（我的英文名字），如果你要想喝咖啡请告诉我！”我惊诧之余满头雾水，不知所云，她劈脸喊道：“如果你喝我的咖啡，麻烦你每次把盖子盖好！”我恍然大悟，她把我当作经常偷喝她咖啡的毛贼了，这是人格的侮辱，我顿时浑身颤栗，像头愤怒的狮子，把内心的压抑彻底爆发了出来。事后我对自己说：有朝一日，我要有能力去管