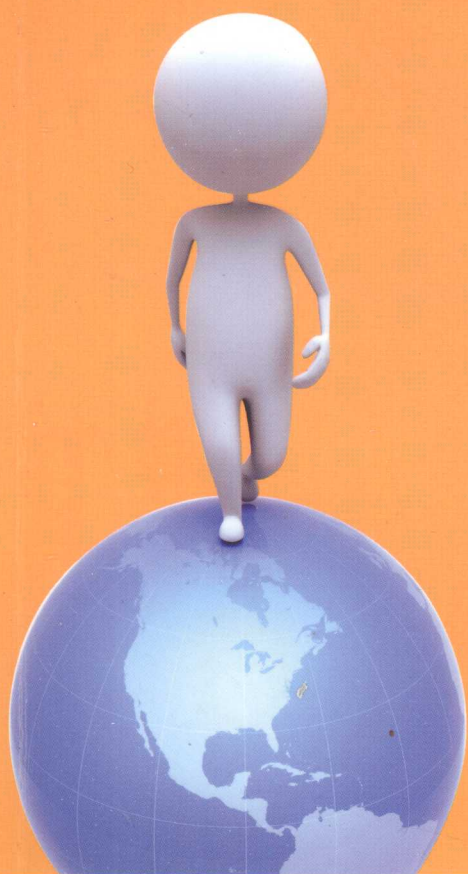


社会是平的

优秀的人从不抱怨



没有抱怨的成功者，
只有不抱怨的优秀者！

世界不因抱怨而动容，
只因努力而改变！

THE SOCIETY
IS FLAT
THE OUTSTANDING PERSON
NEVER COMPLAINS

亦辛◎编著

 中国纺织出版社

每一位追求卓越的人
都值得读的励志经典！



你叹气！你摇头！你抱怨！
你的人生会依然保持无味黯淡！

VS

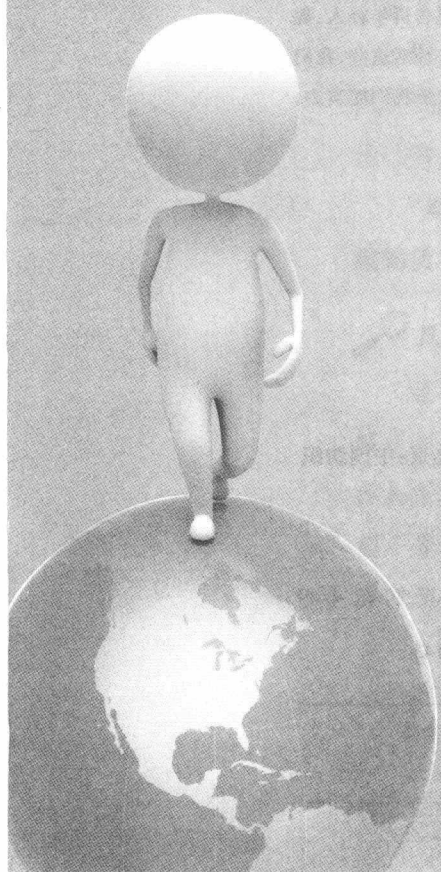


你微笑！你正视！你努力！
你的人生会逐渐趋向甜美完美！

社会是平的 优秀的人从不抱怨

没有抱怨的成功者，
只有不抱怨的优秀者！

世界不因抱怨而动容，
只因努力而改变！



THE SOCIETY
IS FLAT
THE OUTSTANDING PERSON
NEVER COMPLAINS

亦辛◎编著

中国纺织出版社

每一位追求卓越的人
都值得读的励志经典！



你叹气！你摇头！你抱怨！
你的人生会依然保持无味黯淡！

VS



你微笑！你正视！你努力！
你的人生会逐渐趋向甜美完美！

内 容 提 要

这个社会存在着不公平,因为人与人的出身有差别,人与人的资质有高低,人与人的境遇有不同……这个社会又是极其公平的,它给每个人提供了实现自我的机会。即使你出身非名门,即使你天资不聪慧,即使你遭遇难以想象的磨难……你一样可以实现人生的辉煌,但前提是,你不抱怨不埋怨,只靠努力去抗争!本书就是告诉年轻人,现实有美也有丑,有阳光也有阴霾,有幸运也有不幸……面对这些,我们能做的就是去接受、去适应、去改变,用我们的努力增强我们的实力,变不公平为公平!

图书在版编目(CIP)数据

社会是平的:优秀的人从不抱怨/亦辛编著. —北京:中国纺织出版社,2009.10

ISBN 978-7-5064-5860-3

I. 社… II. 亦… III. 成功心理学—青年读物 IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 131739 号

策划编辑:曲小月 责任编辑:王 慧 特约编辑:胡洁萍
责任印制:周 强

中国纺织出版社出版发行
地址:北京东直门南大街 6 号 邮政编码:100027
邮购电话:010-64168110 传真:010-64168231
<http://www.c-textilep.com>
E-mail:faxing@c-textilep.com
北京中印联印刷有限公司印刷 各地新华书店经销
2009 年 10 月第 1 版第 1 次印刷
开本:710×1000 1/16 印张:17
字数:280 千字 定价:29.80 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换



前言

Preface

相信很多人都看过网络上十分流行的一个帖子：

80 后的无奈：

当我们读小学的时候，读大学不要钱；

我们读大学的时候，读小学不要钱；

我们还能工作的时候，工作是分配的；

我们可以工作的时候，撞得头破血流才勉强找份饿不死人的工作做；

当我们不能挣钱的时候，房子是分配的；

当我们能挣钱的时候，却发现房子已经买不起了；

当我们没有进入股市的时候，傻瓜都在赚钱；

当我们兴冲冲地闯进去的时候，才发现自己成了傻瓜；

当我们不到结婚的年龄的时候，骑单车就能娶媳妇；

当我们到了结婚年龄的时候，没有洋房汽车是娶不了媳妇的；

.....

这虽是调侃，但是从中我们不难看出 80 后对自己成长历程的自嘲和无奈，其中也不乏抱怨。但是如果可以选择，你要选择做哪个年代的人呢？之前的 70 后？还是之后的 90 后？继续看这个帖子吧：

70 后的无奈：

当我们出生的时候，奶粉买不到；

当我们长身体的时候，吃肉要靠票；

当我们需要精神鼓励的时候，我们被物欲世界包围了；

当我们要买房子的时候，福利房没有了；

当我们要上大学的时候,大学生贬值了;
当我们大学毕业的时候,工作要靠自己找了;
当我们要谈恋爱的时候,爱情也变成钱情了;
当我们生小孩的时候,小孩只能要一个了;
当我们要孝敬老人的时候,我们上面有六个老人;

.....

90 后的无奈:

当我们出生的时候,奶粉里都有“毒”了;
当我们长身体的时候,只能吃垃圾食品了;
当我们大学毕业的时候,毕业就是失业了;
当我想努力赚钱的时候,股市倒了;
当我想追求一切流行的时候,又开始非主流了;

.....

当然了,帖子中还有 60 后、50 后的无奈。且不管这些无奈有多少戏谑、多少自嘲、多少抱怨,单将这三个时代的人们的无奈对比一番,好像没有一个时代的人是正好赶上了好时候的。你也认为自己生不逢时吗? 你是否已有发现没有哪个年代的人的生活属于顺利得让人嫉妒的? 每个人都有无奈的事情,都有不如别人的地方。这时,该怎么办? 摇头叹气吗? 无休止地抱怨社会不公平吗? 以自嘲聊以度日吗? 当然不是,这个社会人与人原本就不在同一个起跑线上,因此,绝对的公平是不存在的,但是这个社会又会给每一位努力、勤奋、踏实的人收获幸福、取得成功的机会,因此它又是公平的。之所以会有很多人认为社会不公平,是因为他们把变不公平为公平的时间和精力全都用来进行无休止地抱怨了。当金融风暴席卷而来的时候,在职者感到寒冷了:奖金没有了,工资缩减了,随时都有被裁的危险;求职者感到迷茫了:企业裁员少有纳新之意,用人单位招聘要求更高但待遇却很低,还有一大批有着丰富的工作经验者参与竞争……

如此严峻的环境,大家都没有饭碗了吗?事实并非如此,还是有很多人在升职提薪,还是有很多人成为企业争抢的香饽饽。如果你不在上述人之列,请不要怪罪社会的不公平,从自己身上找找原因吧!

面对这些你眼中的不公平,你是怎么做的?是去努力提升自己还是喋喋不休地抱怨这个社会?是积极主动地寻找转机,还是摇头叹息自己时运不济?

其实,社会是公平的,之所以我们会觉得它不公平,是因为我们索取得太多,而给予得太少;之所以我们会愤愤不平,是因为我们抱怨得太多,而努力得太少;之所以我们总是见不到阳光,是因为我们把脸埋在阴影里,主动去面对阴霾……

经历过灾难的人应该明白,世界在给予你灾难的同时,也赐予了你抵抗灾难的勇气和力量;遭遇了挫折的人应该明白,世界在给予你挫折的同时,还赋予了你战胜挫折的智慧和果敢;碰上了不公平待遇的人应该明白,世界在给予你不公平的同时,还激起了你将不公平转变为公平的斗志……

所以,别总是沉浸在抱怨的世界不能自拔了。无论是遭遇天灾人祸,还是遭遇事业瓶颈,无论是遭遇人情淡漠,还是遭遇心灵危机……该来的不该来的,既然来了,就接受吧!世上从来就没有救世主,只有自己才是自己的神。勇敢、坚强、理智的人才能承受并抗击这一切不如意。现实就是如此,有它的美,也有它的丑;有它的阳光,也有它的阴霾……接受它、适应它,才能改变它,超越它!

编著者

2009年9月

第1章 人生本来就是不公平的,习惯去接受吧

很多时候,我们都会遇到这样的情况:高考时一样的分数,他上了北大,你却只能上个二本;一起工作,他升官了,你却多年后还是个小职员;同样做生意,你童叟无欺,诚信经营,却没赚下多少钱,而他靠投机钻营却发财了……人生本来就有着许多的不公平,如果没有办法去改变,那么我们能做的就只有接受,并把接受这种不公平当成一种习惯。正如比尔·盖茨所说:“社会是不公平的,我们要试着接受它。”

社会从来就没有绝对的公平/2

承认生活的不公平,并努力改变它	2
把不公平甩在身后	4

为什么富有的人越富有,贫穷的人越贫穷/6

富人选择富习惯,穷人选择穷习惯	6
穷人只有装钱的口袋,富人却有赚钱的脑袋	7

在怨天尤人前,先看看自己付出了多少汗水/9

付出和获得是成正比的	9
人生的艰难时期是对财富的原始积累	10

在乎不起的事情,就忽略掉/13

一切都会过去	13
换个角度思考,窗外将是另一番风景	14

接受现实,学会适应/17

适者生存,不适者被淘汰	17
优化自己,适应社会	18

接受要接受的,忘记该忘记的/20

接受现实,学会放弃	20
面对伤痛,要学会转身	21

接受远比反抗更有智慧/23

乐观地接受所谓的不幸	23
作好接受最坏结果的准备	25

第2章 世界不因抱怨而动容,只因努力而改变

每个人的一生都会遇到泥泞难走的路,这个时候,抱怨不可能改变现状,惟有靠着一双努力的手,才能开辟一片属于自己的天地。成功是靠自己奋斗得来的,当你面对自己的梦想时,只要不屈服于挡在面前的困难,只要肯努力地活着,即使身处黑暗的处境中,也能创造出阳光,照亮自己的生命。

没有能力的人才会抱怨社会不公平/30

努力抛弃抱怨,积极拥抱生活	30
公平要靠自己的能力去创造	31

改变你的想法,就能改变你的世界/34

工作不仅仅是为了报酬	34
以对待生命的激情去对待工作	35

抱怨是逃避,努力才是有力地回击/38

抱怨的目的是解决问题	38
要努力,不要抱怨	40

与其花时间去找借口,不如花时间去想办法/42

不要让借口成为习惯	42
-----------------	----

市场不相信借口	44
---------------	----

要“奋青”不要“愤青”，专注于自己应做的事/46

成功的路就在自己脚下	46
------------------	----

奋斗可以改变命运	48
----------------	----

机会不在手边，而在你不懈努力之后/50

比别人多努力一点点	50
-----------------	----

主动争取更多的机会	51
-----------------	----

化不满现状为创作激情/53

当你遭遇了“怀才不遇”	53
-------------------	----

创新思维，找到通往成功的门	54
---------------------	----

第3章 世上没有救世主，自己才是自己的神

世界上从来就没有救世主，没有人能够拯救你，真正能够解决问题的只有你自己，你就是自己的救世主。不要把希望寄托在任何人身上，只有自己努力，才能够解决所遇到的问题。

无法选择出身，但可选择出路/58

贫穷也不能丢失财富梦想	58
-------------------	----

不让出身注定你的命运	61
------------------	----

绝境不绝人，置之死地而后生/63

抖落身上的“泥沙”，走出人生的“枯井”	63
---------------------------	----

最糟，也不过是从头再来	64
-------------------	----

强者驾驭命运，弱者受制于自我/67

战胜自己，唯一值得恐惧的是恐惧本身	67
-------------------------	----

拯救自己，生命之舟才不会沉没	68
----------------------	----

只会依赖别人的人不会有出路/70

去掉依赖，做自己的大树	70
-------------------	----

保持独立，你才能拥有整个世界	72
----------------------	----

没有卑微的人,只有卑微的心态/74

学会自救,才能让自己高贵 74

跌倒了,一定要爬起来 75

相信自己,更要知道相信自己什么/77

从自己的长处走向成功 77

相信自己不能只是一个口号 78

潜能无极限,敢挑战就能成功/81

挑战自己的潜能 81

挑战自己,没有什么不可能 82

第4章 山不过来你就过去,变不公平为公平

不能改变别人,就改变自己;不能改变环境,就让自己去适应环境。
在每个人的生活中,都会遇到问题,遇到问题就需要解决,而解决的方法就是改变,不是改变问题,就是接受问题,适应问题。即所谓:山不过来,就只有你过去。这样,问题才能得到解决。

别让缺陷遮挡住你看世界的双眼/86

身体的缺陷,用心理的坚强去战胜它 86

超越自己,把缺陷变为前行的动力 87

没有怀才不遇,只有抓不住机遇/90

留心观察,机会就在你身边 90

把别人的需要当做自己的机遇 91

增强你应对挫折的复原能力/93

锻炼自己的挫折复原能力 93

相信自己承受压力的能力 95

不能改变事情,可以改变心情/97

与其诅咒黑暗,不如点亮蜡烛 97

为自己点亮一盏心灯 98

对生活少一点期待,就会给自己多一点满足/100

接受自己的不完美	100
偏离靶心不等于失败	102

认识自我,找到最适合自己的位置/104

看清自己的价值,给予自己进取的方向	104
选择最适合自己发展的职业	106

先做适者,再做强者/108

改变不了世界,就改变自己	108
改变自己,适应环境	109

第5章 人生不过百年,把握今生是关键

每个人来到这个世界都不容易,在你出生以前,就有着若干的竞争对手,你能打赢,也正说明了你的强大。人生苦短,因此,我们要懂得珍惜,要懂得把握住现在,懂得尊重、珍惜时间和机会。因为,时间和机会都是稍纵即逝的,只有珍惜现在,才能创造更加美好的未来。

今天不学习,明天就会被淘汰/112

学习刻不容缓,落后就会被淘汰	112
把终身学习作为一种理念坚持下来	113

放弃该放弃的,才能得到该得到的/115

放弃也是一种智慧	115
舍小求大,抓最好的机遇	116

没有行动,梦想就不会成为现实/118

实现理想,行动在前	118
不奔跑,就永远没机会	120

珍惜拥有好过创造/122

珍惜现有的工作机会	122
先做好眼前的工作	123

现在就做,机遇就在今天的行动中/126

- 别做只想着明天的寒号鸟 126
- 现在不做等于永远不做 127

避免互相打扰而浪费彼此的时间/130

- 在打扰者面前学会说“不” 130
- 不浪费宝贵的时间 131

善于创造和抓住机遇/133

- 凭借自己的能力抓住机遇 133
- 天道总会酬勤 135

改变思维,财富是大脑智慧的结果/138

- 改变思维方式,像真正的富人那样思考 138
- 财富要靠智慧来创造 139

第6章 世界上最不容易做到的事就是坚持

世界上最难的事就是坚持,当遭遇挫折和不幸的时候,大多数人选择坚持;当再坚持再失败,又坚持又失败以后,这个时候大多数人选择了放弃。马云说过:“今天很残酷,明天更残酷,后天很美好,但是绝大部分的人死在明天的晚上,看不到后天的太阳。”马云的话说出了坚持的难度,也说出了一直坚持下去的美好。因此,在你感觉无法再坚持,无法再承受的时候,再咬咬牙,很可能,你就能看到后天的太阳了。

成功在于继续做下去/142

- 保持强烈而持久的成功欲望 142
- 坚持下去,毅力可以移山填海 143

有压力才有爆发力/145

- 惧者生存,生命因为压力而更有活力 145
- 越是有压力的地方,越能发挥自己的潜能 146

走过泥泞,人生才会更精彩/149

- 挫折是泥泞人生路上的足迹 149

从跌倒的地方站起来奔跑	151
最大的危险就是不冒险/153	
高风险意味着高机遇	153
要有冒险精神和超前意识	154
人生没有彩排,百炼才能成钢/157	
成功来自于再坚持一下	157
不经历风雨,怎能见彩虹	158
永不言弃,坚强不会被征服/161	
不向命运认输	161
不放弃,就不会被抛弃	162
自信自爱,把苦难当做垫脚石/164	
信念,创造生命的奇迹	164
用信心战胜苦难	165

第7章 拥有低头的智慧,才有出头的机会

人在屋檐下,不得不低头。低头并不代表懦弱,而是为了不被碰伤自己而进行的一种自保手段。在强大的对手和困境面前,如果一味逞强,不肯低头退让,只会让自己碰得头破血流。退步是为了更好的前行,低头是为了将来的出头。只有暂时低头过了这道坎,才能为以后有出头之日积蓄力量。

认输但不服输,输得起才能赢得起/168

敢于认输,是勇气更是智慧	168
输得起才能赢得起	169

善待失败,学会向失败者取经/172

善待失败,接受教训	172
向成功者看齐,以失败者为师	173

尊重是赢来的,而不是逼来的/175

想得到尊重,先学会尊重别人	175
---------------------	-----

尊重,没有高低贵贱	176
-----------------	-----

藏起你的锋芒,懂得自我保护/178

隐藏棱角,必要的时候要学会卑微	178
-----------------------	-----

收敛你的聪明,应对同事的嫉妒	179
----------------------	-----

做人要低调,别把自己看得太重/182

低调不会影响你的高贵	182
------------------	-----

别把自己太当回事儿	183
-----------------	-----

示弱不是懦弱,而是生存的艺术/186

示弱是勇敢者的艺术	186
-----------------	-----

生活需要弯曲的艺术	187
-----------------	-----

学会低头,更要学会聪明地低头/189

弯腰,才不会碰壁	189
----------------	-----

低头认错不为低	190
---------------	-----

能忍善让,好汉也不妨吃点眼前亏/192

相互忍让,化干戈为玉帛	192
-------------------	-----

忍让是生活的艺术	193
----------------	-----

第8章 敞开心扉,改变生活首先要感恩生活

人的一生,不可能总是一帆风顺,面对生活中的无奈和失意,我们需要把封闭的心灵之门打开,勇敢地面对、豁达地处理,并感谢生活给予我们的一切美好和不幸,因为那都是人生的财富。感恩让我们在失败时看到差距,让我们在不幸时得到心灵的慰藉。

让感恩成为一种习惯/198

常怀感恩的心	198
--------------	-----

带着感恩上路	199
--------------	-----

生命无价,要感谢养育我们的父母/201

父母不会总在原地等我们	201
-------------------	-----

感恩父母,就要给他们最需要的东西	203
换一个角度,怀着感恩的心看社会/205	
心怀感恩,世界更美好	205
学会感恩,让感激成为动力	207
学会珍惜,生命会多一份精彩/209	
珍惜所拥有的	209
珍视生命中的亲情	210
感谢折磨你的人/212	
对手也是帮助你提升的好友	212
感谢踢你一脚的那个人	214
善待别人就是善待自己/216	
予人玫瑰,手留余香	216
帮助他人就是帮助自己	218
把脸朝向阳光,你就不会有阴影/220	
快乐就在你身边	220
我快乐,我富有	221
善待自己,找寻心情愉悦的生活/224	
努力培养工作中的乐趣	224
做高质量工作,过高品质生活	225

第9章 金融风暴来了,并非世界末日来了

金融风暴转眼间就席卷了全球。我们当中的每一个人都有幸免于难。许多企业都在裁员减薪,而我们每一个人,也随时面临着没有奖金,甚至没有工资的日子。我们恐慌,我们担心……我们的生活一下子变了,我们需要省吃俭用,不敢随意消费了。变得每天都在想着,自己会不会明天就下岗……然而,金融风暴来了,并不是世界末日来了,我

第1章

人生本来就是不公平的,习惯去接受吧

很多时候,我们都会遇到这样的情况:高考时一样的分数,他上了北大,你却只能上个二本;一起工作,他升官了,你却多年后还是个小职员;同样做生意,你童叟无欺,诚信经营,却没赚下多少钱,而他靠投机钻营却发财了……人生本来就有着许多的不公平,如果没有办法去改变,那么我们能做的就只有接受,并把接受这种不公平当成一种习惯。正如比尔·盖茨所说:“社会是不公平的,我们要试着接受它。”