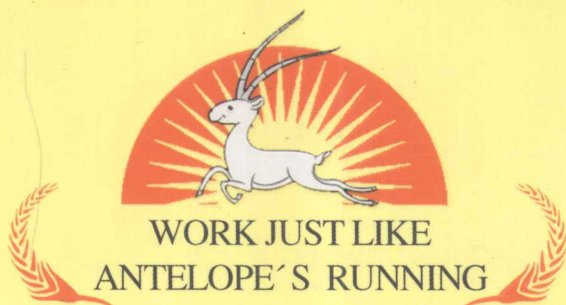


工作满意的秘密，就是能够看到“超越日常工作以外的东西”



羚羊 为什么奔跑

重新找回工作中的动力和激情

曙光 / 著

在草原上，成为强者唯有奔跑！

在职场中，成就梦想唯有工作！

可是有一天，如果你找不到继续工作和奔跑的理由，那该怎么办？

答案，就隐藏在这个古老而有趣的故事里——



中国社会科学出版社



WORK JUST LIKE
ANTELOPE'S RUNNING

羚羊 为什么奔跑

重新找回工作中的动力和激情

曙光 / 著



1088952



T1088952



中国社会科学出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

羚羊为什么奔跑 / 曙光著. —北京: 中国社会科学出版社, 2010.9

ISBN 978-7-5004-8951-1

I. ①第… II. ①曙… 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137281号

策划编辑 曹宏举

责任编辑 张 林

责任校对 林福国

技术编辑 李 建

出版发行: 中国社会科学出版社

社 址: 北京鼓楼西大街甲158号

邮 编 100720

电 话: 010-84029450 (邮购)

网 址: <http://www.csspw.cn>

经 销: 新华书店

印 刷: 北京市昌平北七家印刷厂

版 次: 2010年9月第1版

印 次 2010年9月第1次印刷

开 本: 710×1000 1/16

印 张: 14

字 数: 168千字

定 价: 29.80元

凡购买中国社会科学出版社图书, 如有质量问题请与本发行部联系调换

版权所有 侵权必究

一则历久弥新的古老寓言
一本超越上班奴的励志精品

谨以此书献给
所有奔跑在成功路上的兄弟姐妹们



引言

Foreward

驴子·羚羊·上班奴

没错，这是一则关于工作的寓言。

你也许看过了N多关于工作的图书，也听过了N种关于工作的论调。那么，在你的眼里，你究竟为什么而工作？或者说，你目前工作的动力在哪儿呢？

这个问题，说简单其实很简单，说复杂也着实令人困惑。也许，不同的人会有不同的答案。那么，且看看我身边的人是如何回答的。

刚参加工作不久的小李这样说：“目前，我工作的意义就是努力赚钱养活自己。工作的动力是能够维持基本的生活，同时能够在初入职场时学到点新东西。但是，我发现这个理由其实并不充分，它并不能让我持久地保持良好的工作状态。有时候我很迷茫，一直试图寻找一种更好的工作动力，但还是一无所获。”

从外地来北京工作5年的王姐，面临着同样的困扰：“工作还有动力吗？……生活？现在的生活不愁吃穿，对于我这样的工薪族已经足够了……房子？对于我这个北漂，那可是一件遥远的事。按照目前房价的





趋势，兴许就是干一辈子也买不起一幢房，干脆也暂时别去想它了……兴趣？日复一日的工作，哪里还有什么兴趣可言？”

……这些回答让我惊讶无比。

我们知道，在现代生活中，有承受巨大生活压力归还房贷的房奴，有努力还车贷的车奴，还有拼命还刷卡消费金额的卡奴。原来，在我们的职场中，竟然还有那么多的上班奴！

所谓上班奴，就是被工作牢牢捆绑住，逐渐失去工作热情和主动性的上班族。他们其实都是工作的奴隶，不仅长期表现出工作倦怠和痛苦，而且毫无自由和快乐可言。无论是小李，还是王姐，应该都属于这一类人。不过，在各种形形色色的答案中，我的朋友乔云峰的回答，最让我眼前一亮。

他首先打了一个形象的比喻：“从某种意义上讲，企业是一片广阔的大草原，而我们就是草原上的羚羊或者其他什么动物，因此我们的工作就相当于在草原上奔跑。”

这种说法听起来倒是很新鲜，我让他接着往下说。

“然而，这片‘草原’只提供给我们赖以生存的资源，却从未教会我们奔跑的意义何在。于

是你每天早晨醒来，把自己奉献给了野心，日复一日，为了薪酬和升职而奔跑。每一天或者每一年结束时，这种例行工作带给你的只有身心的疲惫和倦怠！”





“据说，在动物界有一个永恒的法则：只有‘奔跑起来’的动物才能够生存，也只有奔跑起来的动物才能够获得比同类更好的生存环境，不管你是主动攻击还是被别的动物攻击。”

“‘为自己奔跑’是动物世界里永恒的法则，人类正是通过这一法则首先由低等动物变成了人。时光进入现代文明社会，但当人逐渐摆脱生存的威胁后，却突然失去了继续‘奔跑’的动力，从而变得彷徨和不知所措。一方面，充满竞争和压力的环境，让我们喘不过气；另一方面，我们又看不清工作的意义究竟何在。于是，在内心深处迫切地需要一种全新的、更加持久的工作动力……”

那是乔云峰第一次向我讲述他的故事，同时也是我第一次听到这个关于草原、羚羊和奔跑的故事。乔云峰这个家伙总是在感叹，这个故事给他带来了多么大的影响与改变。

事实上，也的确如此，现在的乔云峰已经完全超越了上班族！

大约在一年前，乔云峰经常抱怨自己多么讨厌他所在的公司和所做的工作：

“我只是在这里混时间，然后等着找下一份工作而已。”他总是这样自嘲。实际上，在此之前他已经换过好几份工作，但每次都是这样，做不到三个月他就厌倦了。

对于他来说，天天去上班简直就是一种酷刑，他也许就是在那里盯着时钟，看着它缓慢无比地拖过长长的8个小时。此时的乔云峰，是个积重难返，身陷牢笼的超级上班族，就像一只在磨坊里拉磨的驴子，被工作牢牢压住，几乎透不过气来。

后来，他实在无法忍受这种日子的“折磨”，干脆辞去了这份工作，一个人背着旅行包去了可可西里。当我们再次见面的时候，我简直无法相信眼前这个容光焕发的人就是他。乔云峰一见到我，就迫不





及待地说起那只神奇的、充满智慧的“羚羊”。

“谁能想到呢？”乔云峰瞪大眼睛、一副难以置信的表情，“一个故事居然成为了我人生的一个转折！”

如今的乔云峰，不仅对工作充满了热情，并且这种热情是持久的。他把自己的才华和创造力发挥得淋漓尽致，很快在事业上取得了突出的成就，并从中享受到了前所未有的喜悦。熟悉他的人都惊讶于他的改变，乔云峰于是逢人便讲起那只羚羊。

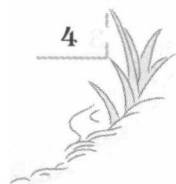
现在，这只羚羊的故事，也渐渐在我的同事和朋友中间流传开来。那种从内心深处热爱奔跑、积极工作的羚羊形象，早已深入人心。于是，现在我所看到的人们，经常互相鼓励说：

“从今天起，不要再像驴子一样碌碌无为了，去做一只快乐奔跑的羚羊吧！”

当乔云峰在可可西里第一次听到了那只羚羊的故事时，他不知道，多少年来，羚羊的故事在草原上早已广为流传。当然，在这个故事里，除了羚羊还可以看到庸庸碌碌的驴子、五条狗的团队、被困在笼子里的猎豹，以及那片一望无垠的大草原……

如果听完了这个故事，你的内心能够掀起巨大的波澜，或者你的工作态度正发生类似的变化，那么恭喜你，你已经懂得了“羚羊为什么奔跑”的原因。

也许，从此以后，你的职场生涯、你的人生轨迹都将会变得与众不同……





序 言

你在为谁工作？为什么要奔跑？

我已经说过，在职场中，存在着太多的上班奴，人们被工作压得喘不过气来。更可怕的是，一旦沦为上班奴，工作就成了一种负担，毫无乐趣可言。

这时候，我们最容易陷入的困惑就是：**你在为谁工作？**

如果不尽快弄清这个问题，不调整好自己的心态，今生我们很可能与成功无缘。在当今这个浮躁的年代，我们需要用什么去重新点燃工作激情，实现自我价值？是耳提面命的空洞口号，还是触动心底的反思？

为了找出这些问题的答案，在本书的主角——那只神奇的羚羊正式出场之前，也许下面这个故事能带给我们一点启发：

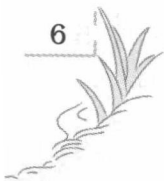
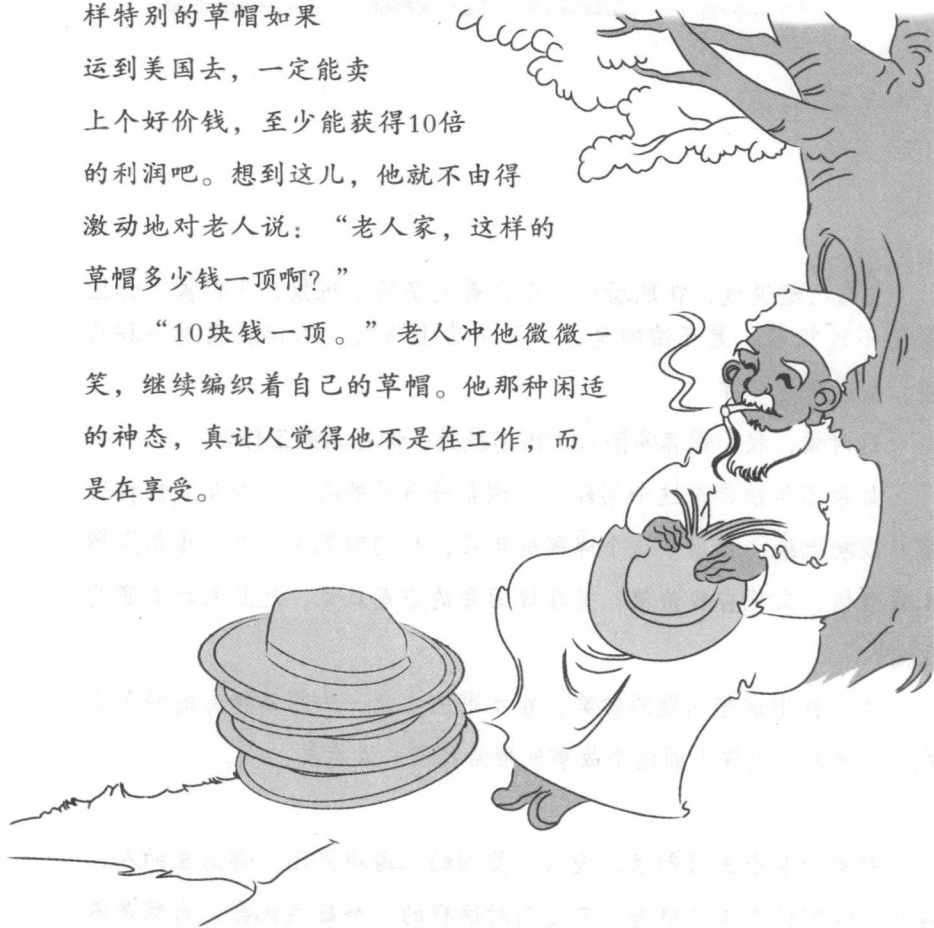
非洲的某个土著部落，迎来了美国的旅游观光团。部落里的人，虽然还没有什么市场观念，可是面对这样的一个赚钱机会，自然是不会放过的。



部落中有一位老人，正悠闲地坐在一棵大树下面，一边乘凉，一边编织草帽。编织好的草帽他会放在身前，供游客们挑选和购买。他编织的草帽，造型非常别致，颜色搭配也非常巧妙。游客们纷纷驻足围观，并开始掏钱购买。

这时候，一个精明的商人看到了老人编织的草帽，脑子里立刻盘算开了，他想：这样特别的草帽如果运到美国去，一定能卖上个好价钱，至少能获得10倍的利润吧。想到这儿，他就不由得激动地对老人说：“老人家，这样的草帽多少钱一顶啊？”

“10块钱一顶。”老人冲他微微一笑，继续编织着自己的草帽。他那种闲适的神态，真让人觉得他不是在工作，而是在享受。





“天哪，如果我买10万顶草帽回到国内去销售的话，一定会发大财的。”商人欣喜若狂，为自己天才的头脑沾沾自喜。

商人接着问：“老人家，假如我在你这里定制10万顶草帽的话，你每顶草帽给我优惠多少钱啊？”

他本以为老人一定会高兴万分，可老人却皱着眉头说：“哦！是这样啊……那……就要20元一顶了。”

商人顿时傻了眼，不由得冲着老人大叫：“啊？……为什么？”

老人给出了他的道理：“在这棵阴凉的大树下，没有负担地编着草帽，对我来说是一种享受。可是如果要编织10万顶草帽，我就不得不夜以继日地工作，不仅疲惫劳累，还有了精神负担，难道你不该为此多支付我点钱吗？”

正如老人所言，当劳动不能成为一种享受，而变成一种循环往复的单调行为，确实会令人感到乏味。而只有真正热爱工作的人，才是真正幸福的人。

这也许就是问题的症结所在。如果你只是把目光停留在工作本身，那么即使你从事的是最喜欢的工作，也依然无法持久地保持对工作的热情。如果在拟定合同时，你想的是一个几百万的订单，在搜集资料、撰写标书时，你想到的是招标会上的夺冠，那么，你还会认为自己的工作百无聊赖、枯燥无味吗？

由此可见，尽管我们不得不为了特定的利益而奔走忙碌，但是“你在为谁工作”却是我必须用心思考的一个问题。表面看来，我们在为企业、为老板工作。实际上，我们都是在为自己工作！只有抱着“为自己工作”的心态，弄清楚“在为他人工作的同时，也是在为自己工作”这个朴素的人生理念，才能心平气和地将手中的事情做





好，最终获得丰厚的物质报酬，赢得社会的尊重，实现了自己的人生价值。

环顾当下，凡是在事业上有杰出成就者无不如是！

凤凰卫视著名主持人陈鲁豫觉得，自己工作起来特别有激情，就像是在谈恋爱：“我干事情非常认真、努力。别看我外表平静，其实我是一个内心很有激情的人。只要是我喜欢做的事情，我会不惜余力去做好，那种感觉就像是谈恋爱，很幸福地投入和享受。”

我们由此看来，**工作满意的秘密之一，就是能够“看到超越日常工作以外的东西”**。一旦心情愉快起来，你自然就会全身心地投入。本来觉得乏味无比的事情，也会变得妙趣横生。而这正是工作的本质所在。

我们不应该仅仅把工作视作取得面包、时装和房子的一种讨厌的“需要”，或者一种无可避免的苦役，而应该把工作当作一个锻炼能力的手段，一个训练和建造品格的学校。

很显然，具体的做法就是：**热爱你眼下的工作，正如羚羊热爱奔跑一样！**





目 录

Contents

- ① 引 言 驴子·羚羊·上班奴
- ① 序 言 你在为谁工作？为什么要奔跑？

第 1 章 职场常态：一个充满抱怨的世界

■ 《不抱怨的职场》畅销背后

③ 乔云峰的周末聚会

⑤ 可怕的职场十大通病

⑨ 不抱怨的职场，不抱怨的人

⑫ 工作如恋爱，时间长了也会腻

⑭ 工作“厌烦”的病根在哪儿

⑪ 轻易跳槽是逃避，越苦越要坚持

⑩ 一个亟待解决的问题：你为什么而工作？

第2章 压力：紧逼在你身后的猎豹

■ 富士康员工跳楼事件

25 小心猎豹，别让压力吞没你

28 缓解压力，吴小莉告诉你怎么办

30 释放压力，你需要“从心开始”

32 先把水杯放下，再重新举起来

35 怎样把压力转化成动力

37 你需要的仅仅是自我激励

39 把压力控制在适当的强度

42 猎豹突然消失了

第3章 目标：你在为谁工作？

■ 奥巴马，向巅峰一路狂奔

47 羚羊们展开了一场讨论

50 亿万富翁为什么还要拼命工作

53 除了金钱，你还需要新的目标

55 第一个目标：把自己训练成千里马

57 第二个目标：成为公司最赚钱的员工

59 第三个目标：让自己变得不可替代

第4章

上班奴：那只可怜而忙碌的驴子

■ 李开复与上班奴的最大区别

63 薪酬，晃荡在眼前的胡萝卜

65 种类繁多的“胡萝卜”

67 追求财富，但不要被金钱奴役

70 世界首富的金钱观念

71 要做金钱的主人

74 比薪水更重要的东西

76 低头拉车，更要抬头看路

78 为了事业的人请来，为了薪水的人请走

第5章

竞争力：五只雪橇狗的升职记

■ 林肯的“马蝇效应”

85 满足现状会使你停滞不前

89 竞争无处不在，你必须奔跑起来

91 业绩至上，把竞争对手甩在身后

93 速度是第一竞争力

96 忙忙碌碌未必就有业绩

98 关键是找到正确的工作方法

100 竞争要讲规则，嫉妒是一根毒草

104 保持健康的竞争心态

第6章 危机意识：谁动了我的奶酪

■ 唐骏“学历门”危机

109 把跑鞋挂在脖子上

112 不要等奶酪消失后再奔跑

114 不思进取，是最可怕的工作状态

117 温水煮青蛙，你还在混日子吗

119 主动逃离“舒适区”

121 让自己保持一种紧迫感

123 以奔跑的姿态去工作

第7章 内驱力：被关在笼子里的猎豹

■ 史玉柱：挣脱失败的牢笼

129 羚羊与猎豹的对话

132 走出故步自封的牢笼

133 年薪100万的初中生

137 任何时候，都不要自我设限

139 为了伟大的梦想去工作

141 蔡戈尼效应：有始有终的驱动力

第8章 领头羊：带领你的团队一起奔跑

■ 新东方的“三驾马车”

147 五年之后，小羚羊凯旋归来

150 破解囚禁自我的咒语

153 羚羊王的惊人决定

155 从“奔跑者”到“领跑者”的角色转换

157 生命因奔跑而精彩

159 从“不可能”到“一定能”

第9章 进取心：激情胜于能力

■ 马云：激情四射的“造梦人”

165 羚羊群终于开始奔跑了

167 优胜劣汰，职场要靠能力说话

171 和你的工作谈场恋爱

174 积极进取，让工作快乐起来

176 保持激情，奋斗目标长短结合

179 看不见的法宝，换种心态去做事

181 让激情像野火一样蔓延