

东隅已逝，桑榆非晚，悟既往不可见，知来者之可追。

失败者后悔过去，成功者关注未来！

与其后悔过去 不如奋斗未来

李秀娟 叶肖山◎著

与其为过去的遗憾悔恨，不如把握现在，开启未来的精彩；
与其为过去的失败后悔，不如努力奋斗，创造明天的辉煌！

 企业管理出版社
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

东隅已逝，桑榆非晚，悟既往不可见，知来者之可追。

失败者后悔过去，成功者关注未来！

与其后悔过去 不如奋斗未来

李秀娟 叶肖山◎著

与其为过去的遗憾悔恨，不如把握现在，开启未来的精彩；
与其为过去的失败后悔，不如努力奋斗，创造明天的辉煌！



企业管理出版社

ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

与其后悔过去 不如奋斗未来/李秀娟,叶肖山著. —北京:
企业管理出版社, 2013. 11

ISBN 978-7-5164-0557-4

I. ①与… II. ①李…②叶… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 244159 号

书 名:与其后悔过去 不如奋斗未来

作 者:李秀娟 叶肖山

责任编辑:尤 颖

书 号:ISBN 978-7-5164-0557-4

出版发行:企业管理出版社

地 址:北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编:100048

网 址:<http://www.emph.cn>

电 话:总编室(010)68701719 发行部(010)68701816 编辑部(010)68414643

电子信箱:80147@sina.com

印 刷:北京市德美印刷厂

经 销:新华书店

规 格:170 毫米×240 毫米 16 开本 13.5 印张 196 千字

版 次:2014 年 1 月第 1 版 2014 年 1 月第 1 次印刷

定 价:32.00 元

版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换



前言

在我们的一生中,谁都会遇到令自己感到懊悔的事情。当你由于不小心而犯下严重的错误时,短暂的后悔是无可厚非的,因为有后悔才有醒悟,有后悔才会让自己“吃一堑长一智”,有后悔才能让自己珍惜所拥有的一切。但是,令人感到惋惜的是,很多人往往做不到这些,他们对过去的后悔只停留在消极的追悔中:怨恨自己当初不该那么做,或是假设自己当初没有犯这种错误该多么好……他们就这样不停地后悔过去,一味地沉浸在过去的留恋和对自己的憎恨中,既不为现在着想,更不为未来奋斗,久而久之,自己也在后悔中消沉。

世上没有后悔药,当“后悔”的事情发生后,反复后悔过去徒劳无益。当过去已成定局,就算你花费再多的时间去后悔也于事无补,我们能做的就是好好把握今天,争取为了明天的美好生活而努力奋斗。

人生路上风雨不断,成败得失相互循环。我们只有看淡生活的得与失、工作的荣与辱,才能做到付出了就不后悔、努力了就不遗憾。正因为不轻易为过去而后悔,我们才得以鼓足勇气扬起人生的风帆,乘风破浪,勇往直前;正因为吸取了过去不努力工作的教训,我们才可以在压力下鼓舞自己,在充满竞争和挑战的职场上全力打造精彩人生;正因为心中有美好的梦想与永恒的追求,我们才更要努力地为未来打拼,拥有奋斗进取、顽强拼搏的人生历程!

任何成功都需要经历很多次失败,需要走无数条弯路。再多的失败和弯路都不可怕,可怕的是在失败过后的过多追悔,在多次弯路之后的一蹶不振。所以,我们要学会把眼光放长远,不管你过去多么狼狈不堪,那都不重要,重要的是让你的现在比过去好,让你的未来比现在好。要做到这些,你就得让自己彻底放下对过去的后悔,以崭新的面貌来面对现在,振作起来为未来拼搏。

在这个世界上,我们始终要坚信这样一个道理:昨天就是昨天,它依然是那个样子,不会因为你的追悔或是眷恋而改变。无论昨天怎么样,一切都将如过眼云烟;无论明天怎么改变,今天仍是属于你的。明天永远属于未来,只要你在今天努力,明天就会被你改变。因此,我们要想拥有明天的主动权,就不要过多地后悔过去,拼在当下,搏在今朝,这样才能为自己创造辉煌的未来!



目 录

Contents

第一章 世间没有后悔药，后悔过去徒劳无益

俗话说，世上没有后悔药。当后悔的事情发生后，一味地后悔过去徒劳无益。我们要尽快从已经成为事实的过去中走出来，积极地寻找解决问题的办法，让自己重新振作起来，把握现在，在失望中寻找希望。

1. 人非圣贤，孰能无过 / 2
2. 职场打拼，我们都会遇到后悔的事 / 6
3. 沉迷后悔，是自毁职业前程 / 9
4. 出现遗憾，弥补过失最重要 / 12
5. 世上没有后悔药，在失望中寻找希望 / 17

第二章 与其后悔不如奋进，走出后悔才能面向未来

世界上没有靠后悔能够解决的问题，我们无法从后悔中获得任何的收获。因此，当后悔的事情发生后，与其后悔，不如腾出精力为未来努力奋斗，只有这样才能更好地面向未来，拥有美好人生。

1. 你已经错过太阳，还要错过星星吗 / 22
2. 一直为打翻的牛奶哭泣才是真正的愚不可及 / 25
3. 与其后悔过去不如放眼未来 / 27
4. 失败者才后悔过去，成功者只关注未来 / 30
5. 只有淡忘过去的失败，才能收获未来的成功 / 33

第三章 不惧过去的失败，重燃工作的激情

激情是通往成功的必经之路。有了激情，我们可以释放出巨大的潜在能量；有了激情，我们可以把枯燥的工作变得生动有趣。无论我们从事什么工作，只要不惧过去的失败，就能重燃工作的激情，在工作中做出非凡的成就。

1. 激情是工作的灵魂，激情让工作更出色 / 38
2. 激情是工作的动力，工作因激情而精彩 / 41
3. 不惧过去的失败，重燃工作的激情 / 45
4. 把激情注入工作，让自己无可替代 / 48
5. 拥抱激情，塑造积极的心态 / 52
6. 不断进取，让激情之火永不熄灭 / 55

第四章 握紧命运的罗盘，重新为未来定位

未来和梦想的实现，要求我们在起点就规划好自己的行程，有目的、有方向地向前飞奔，这样才能到达梦想的彼岸。因此，我们要对自己的人生做出一定的规划，并将它作为命运的罗盘。我们只有握紧命运的罗盘，才能为未来不懈地努力，为梦想不停地奋斗！

1. 握紧命运的罗盘，重新为未来定位 / 60
2. 一切都会过去，掌控现在才能拥有未来 / 64
3. 为未来制订目标，有目标才有方向 / 68
4. 向着目标，勇敢前行 / 71
5. 跟紧目标，不达目标不放手 / 74

第五章 珍惜眼前的工作，对现在负责才是对未来负责

对于每个人来说，工作既是立身之本，也是实现人生抱负、施展才能的舞台。没有工作，我们就失去了生活的幸福之源，失去了实现自身价值的舞台，我们未来的人生也将会变得黯淡无光。所以，我们一定要珍惜眼前的工作，



对现在负责才是对未来负责。

1. 别沉湎过去,认真工作创造美好未来 / 80
2. 珍惜工作,对现在负责就是对未来负责 / 84
3. 尽职尽责,赢在职场 / 87
4. 履行责任,在细节中追求完美 / 91
5. 善于反省,敢于自我问责 / 95

第六章 付出努力,用勤奋迎接未来

勤奋是实现理想的基石,是通向成功彼岸的桥梁,是打开幸运之门的钥匙。不管在哪行哪业,要想获得成功,就得付出足够的努力,用勤奋迎接未来!

1. 成功出自勤奋,付出终有回报 / 100
2. 勤奋,抵达卓越的阶梯 / 103
3. 勤奋,职场永不过时的职业精神 / 107
4. 勤奋,提高工作效率的前提 / 110
5. 勤奋超越忙碌,巧干胜于蛮干 / 114

第七章 把握工作机遇,主动赢得未来

在职场上,机遇是决定我们能否赢得主动、赢得优势、赢得未来的关键。因此,当机会到来时,我们应该毫不犹豫地抓住它、把握它,为未来努力,实现心中的梦想!

1. 把握机遇,主动为未来努力 / 120
2. 积极行动,机会藏在行动中 / 122
3. 主动工作,用行动收获一切 / 126
4. 自动自发,为未来争取机会 / 130
5. 敢于挑战,把不可能的工作做好 / 134

6. 认定目标,全力以赴去工作 / 138

第八章 用业绩证明自己,以不凡的业绩铺就未来的道路

在职场上,我们要想让自己有所作为,就得让老板真正看到自己的能力,而业绩就是最好的证明。只有当你为公司创造出不凡的业绩后,老板才会给你更多的机会,同时你也会找到属于自己的最佳位置。

1. 业绩是能力最好的证明 / 144
2. 不凡的业绩都源自忠诚敬业 / 148
3. 只有兢兢业业地工作,才有实实在在的业绩 / 152
4. 再平凡的岗位也一样可以创造出辉煌的业绩 / 156
5. 融入团队,靠合作提升业绩 / 160

第九章 不断进取提升自己,有完美的自己才有光明的未来

一个人要想超越自己,就得在工作中从苛求细节做起,用不断进取来提升、完善自己,向着最好和最完美进发。当你以最完美的状态投入到工作中时,你不但会成为公司独当一面的优秀员工,还会拥有一个光明灿烂的未来!

1. 不断学习,完善自己 / 166
2. 提升能力,让自己更给力 / 172
3. 拒绝平庸,永不满足于现状 / 176
4. 追求卓越,让自己一天比一天优秀 / 180
5. 超越自己,向着最好和最完美进发 / 184

第十章 与其后悔过去,不如奋斗未来

当自己犯下过失时,当过去已成定局时,与其花费时间后悔,不如让自己好好把握现在,为未来奋斗。如果不想让自己在未来对现在后悔,那就走好当下的每一步,为未来奋斗才有实际的意义!



1. 别在为过去后悔,为未来奋斗才有意义 / 190
2. 把握好现在,才能拥有未来 / 192
3. 顽强拼搏,为梦想奋斗 / 194
4. 努力奋斗,让人生无悔亦无憾 / 197
5. 全力付出,为自己赢得一个美好的未来 / 201

第一章

世间没有后悔药,后悔过去徒劳无益

俗话说,世上没有后悔药。当后悔的事情发生后,一味地后悔过去徒劳无益。我们要尽快从已经成为事实的过去中走出来,积极地寻找解决问题的办法,让自己重新振作起来,把握现在,在失望中寻找希望。





1.

人非圣贤,孰能无过

在我们的一生当中,会遇到各种各样的挫折,难免会因为一时糊涂而犯一些过失,有的甚至会令自己遗憾终生。于是,这些过失,让我们每每想起都会有不快和忧愁。俗话说,人非圣贤,孰能无过?过而能改,善莫大焉。所以,我们要学会忘记这些不快和忧愁,过去的就应该让它成为过去。当新的一天来临时,我们就是一个崭新的人,因为昨天的自己已经回不来了,即便昨天的你再狼狈。在新的一天中,还有很多事情等着我们去做,我们没有必要把宝贵的时间浪费在无谓的争执上。

人生不如意事十有八九。人生在世,不可能事事如意,但是很多人却会因为不如意而不甘、抱怨、气愤、恼怒甚至失望乃至绝望,感叹自己为什么当初没有做好,最终陷入对过去的后悔之中。世界上没有后悔能够解决的问题,后悔也不会带给我们任何好处,我们无法从耿耿于怀的后悔中获得任何收获。只有正视过往,勇敢地面对失败,腾出精力为未来而奋斗,才能够获得美好的人生。

人生在世,千万不要把时间浪费在对过去无休止的追悔中,要振作起来继续新的生活。这个道理虽然很多人都明白,但在生活中却很少有人能真正做到。有的人犯了过失或错误后,会自责、自贬不已,甚至患了厌己症,总觉得别人在责怪自己,感到惶惶不可终日,乃至深居简出,与世隔绝。这样不仅失去了快乐的心境,也影响了自己的精神状态。

对于失败和错误的处理,智者常以达观的态度来看待,他们知道已经发生过的是无法改变的事实,哪怕是刚过去一分钟,也要去勇敢地面对



它,冷静地分析过去失误的原因,吸取有用的教训,重新投入到新的事情中去,避免再出现类似的错误;愚者则会为过去的错误而烦恼,并长时间地陷入其中不能自拔,但是于事无补,除了增加精神上的痛苦之外,毫无意义可言。智者有强烈的竞争意识,可以抓住每个万分之一的机会,享受成功的愉悦;愚者做事没有激情,他们会为小小的过失懊悔不已,更不敢同别人去竞争,他们生活在自己狭小、阴暗的心理空间之中,没有快乐可言。

我们要明白,对于无法挽回的错误,后悔、埋怨、消沉都无济于事,反而会阻碍新的前进步伐,最好的办法就是忘记它,然后重新开始。

春秋时期,楚王请了很多臣子们来喝酒吃饭,席间歌舞曼妙,美酒佳肴,烛光摇曳。同时,楚王还命令两位他最宠爱的美人许姬和麦姬轮流向各位敬酒。

忽然一阵狂风刮来,吹灭了所有的蜡烛,周围漆黑一片,席上一位官员借着酒意,乘机摸了许姬的玉手。许姬一甩手,扯了他的帽带,匆匆回到座位并在楚王耳边悄声说:“刚才有人偷偷地调戏我,我扯断了他的帽带,你快叫人点起蜡烛来,看谁没有帽带,就知道是谁了。”

楚王听了,连忙命令手下先不要点燃蜡烛,却大声向各位臣子说:“我今天晚上,一定要与各位一醉方休,来,大家都把帽子摘了,咱们痛快地饮一场。”

由于大家都没有戴帽子,也就看不出是谁的帽带断了。

此后不久,楚王攻打郑国,有一健将独自率领几百人,为三军开路,斩将过关,直通郑国都城,此人就是当年偷着摸许姬手的那一位。他因楚王施恩于他,而发誓毕生效忠于楚王。

“人非圣贤,孰能无过。”面对别人和自己不小心犯的过失,我们既要像楚王那样,有宽容别人的雅量,也要像那位因一念之差犯错误的健将一样,能在知错后有重新振作的气度。这么做看似是给别人机会,其实更是为自己创造机会。

纵观古今中外很多伟大的人,他们都曾经在事业的某个点上失败过。

但他们和我们普通人不同的是，他们能很快从失败中恢复过来，并且勇敢地坚持下去，这正是区分成功和平庸的分界线。汽车制造商亨利·福特和动画片画家沃特·迪斯尼早期的商业冒险也曾因犯错受过挫；在接管苹果电脑后不久，创始人史蒂夫·乔布斯被他亲手招来公司的人给踢了出去。他们都从错误中吸取教训重新振作，从而赢得了最后的成功。

从过失或是失败中走出来的过程，其实更具教育意义。它告诉你要做成一件事，你还需要学习什么。通用电气公司的前 CEO 杰克·韦尔奇的职业生涯中，也曾经面临一次严重的打击，那次他在工作中所犯的过失，可谓令他平生难忘。

1963 年，杰克·韦尔奇进入通用电气不久。他率领的团队在测试挥发性化学用品的试验中，引发了一次严重的爆炸。房子的屋顶被掀翻了，幸运的是没有人受重伤，“我的信心也几乎像那栋房子一样被摧毁了。”韦尔奇在他的自传《杰克：凭着直觉走》中这样写道。

在这次过失中，韦尔奇最初曾经深深地自责。但是韦尔奇的经理没有责骂他，也没有惩罚他，而是帮助他关注重点：应该从事故中学习什么，吸取什么教训。经理的这种处理方式，给他上了重要的一课，让他很快地从对过失的后悔中走了出来。

十年后，当他出任 CEO 时，在下属工作犯了错误或是遭遇失败的时候，他不会给予惩罚和批评，也不会就此怀疑他们的能力，而是用下面这句话鼓励他们再试一次：“犯了错误以后，最重要的事情就是从中获得锻炼……从这一点上说，工作是用来恢复自信的。”

由此可见，韦尔奇在事业上的成功，与他对待“过失”的态度有很大关系。试想一下，如果他在那次试验出现那么大的失误后一蹶不振的话，就不会有后来的成就。同时我们也明白这样一个道理，在我们犯了过失后，周围的人，特别是领导对我们的意见和建议更为重要。韦尔奇能很快走出工作失误的阴影，以更多的精力投入到新的工作中去，也与经理的支持有很大的关系。正是经理对他正确的引导，才让他以后成为领导时，能客



观地面对下属的失误。因此,不管你是公司老板,还是管理者,在面对下属的微小过失时,应该有所容忍和掩盖,这样做是为了保全他人的体面和自己公司的利益。

一个人在职场中犯错并不可怕,可怕的是屡次犯错却不懂得悔改,或是沉迷此间不能自拔。那么,要是你在重要的工作中失误了怎么办?以下一些方法可以帮你快速调整:

(1)退一步,深呼吸。工作失误的时候,我们往往会灰心自责,但我们不能让这种自我厌恶的情绪弥漫开来。在采取行动之前,评估一下局势,花点儿时间理清思绪。即使真的犯了大错,压力过大或者过于焦躁也会影响我们思考问题的能力和恢复状态的速度。

(2)承认错误。掩饰问题看起来似乎是个不错的办法,但却会在今后产生更多的问题。如果你在工作中搞砸了,马上认清形势,不要掩饰或美化问题。尽快告知你的老板、经理、同事,让大家一起想办法来解决问题。

(3)不要将责任推给别人。把推卸责任的想法扔一边儿吧,这只会让你的情况更糟,而且会让别人在今后的工作中无法信任你。在责怪别人之前,请重复第一步,理清思绪。

(4)及时让相关人知晓。别让问题发酵,随着时间的推移,问题只会更严重。如果你想继续得到领导和同事的信任,那就在工作失误后尽快告知相关人员。

(5)道歉。你可以这样说:“我很抱歉发生了这样的事情,我愿意承担责任。现在我需要各位的帮忙来解决问题,我们能不能一起来讨论下解决办法?”你不需要过于自责,但是要迅速承认错误,这样做有助于你继续向前,而且可以显示出你对工作的重视,即便你在工作中有所失误。

(6)提供一个补救方案。所谓补救,就是要积极面对问题。你可以向老板、经理、同事提供几个解决方案,同时也要接受他们的反馈意见。如果你已经一团糟了,你就更需要大家的帮助了。



2.

职场打拼,我们都会遇到后悔的事

在职场打拼,我们每个人都会遇到后悔的事情,于是在我们身边,经常会听到这样的声音:

“好后悔刚毕业时,没有把第一份工作做好就离开了,到现在也没有找到满意的工作。”

“唉,要是这次工作中不出现失误,我就升职了。我好后悔当时怎么就那么傻呢。”

“我这人怎么这么笨啊,上个月我要是留住那个客户,这个月就不必这么艰难的开辟新客户了。真后悔没有好好劝那个客户。”

“要是我当初不这样做多好啊,事情就不会成现在这个样子了。”

“真是后悔啊,我不该那样做的……”

“我真后悔去年没有好好工作,业绩做得不好,让老板怀疑我的能力了。”

“我因以前频频的跳槽,后悔得肠子都青了。”

.....

在职场上,像这样“后悔”的人太多了,当我们做错了某件事情的时候都会很后悔、很自责。但在后悔、自责面前,由于每个人的处理方式都不一样,所以会有不同的结果。有的人会很快地振作起来,也有的人会一次次地犯同样的错误。

刘明辉 1983 年本科毕业于某重点大学,是改革开放以后中国较早的一批大学生。1994 年来深圳后,就职过的公司有亚太软件开发有限公司、龙图软件工程有限公司、中国银行深圳软件开发中心等,一个个都是响当当的大公司。然而,从 2011 年 8



月至今,刘坦面试了近10家单位,没有一家公司愿意接受他。

其实刘明辉的求职要求也不高,他不要求提供住房,薪资期望值每月6500元。他多次对朋友说:“过了这么长时间,我也不局限于大公司,小公司也打算试试,但就是一直没有找到工作。”刘明辉2011年8月份开始在网上投简历,至今总共只有七八家企业找他面试,并且面试之后都没有了下文。

论技术和工作能力,毕业于应用数学专业而后又从事了十几年系统分析的刘明辉应该是有问题的。但是他从1994年至今,共换了七家单位,在同一家公司就取的时间从五个月到两年半不等,最长不超过两年半。他最高的职位是某软件公司的项目经理,最高的月薪拿过6850元。刘明辉说:“在面试的时候考技术题,我基本都能通过。对我要求的月薪,对方也基本没有提出异议。但有不少公司都很在意我的职场经历,询问我为什么换了这么多公司,这估计是我求职总碰壁的主要原因吧。”

刘明辉在提到跳槽的原因时,与别人有些不一样。他在离开第一个公司时,是因为当年中了“双色球”彩票的二等奖,扣税以后净得13万余元,打算玩乐一番,于是主动离职,离职当天就后悔了;而离开第二个公司,是因为当时他病了几个月,回来时公司给他安排了另一个岗位,不满之下他就辞职了,不久就后悔自己太冲动;离开第三个公司,是因为他不满意公司给他安排的工种;还有的原因是譬如和客户之间产生矛盾,不愿意再干下去或者公司换老板、被辞退等。

“现在回想起来,每次离职我都很后悔,因为那些困难都是可以克服的,自己争取一下,留下来工作都是没有问题的。”刘坦表示:“现在年纪也大了,找工作这么难,确实让我有点慌了。”

从刘明辉的职场经历来看,他找不到工作,很大问题出于自身。他在十二年中跳七次槽,可以说“后悔”了七次,但多次后悔之后,他依旧重蹈覆辙,这可能是很多公司不敢再接受他的主要原因吧。

试想一下,一个求职者在工作中做不到“吃一堑,长一智”,哪怕他后悔一百次,也无济于事呀。这样的员工,哪个公司敢要,又有哪个公司能