富有人生智慧的启迪

内容提要：

我们每个人不管是干什么行业的，都对自己的生活有着一定的建议和意见吧。但我们为什么没有人出来说说呢，一是对这样的生活早就失去了改新的信心，还有就是对生活的建议根本是没有人去采纳和认同。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

目　　录

1. 巴结别人应有度 …… (3)
2. 放长线钓大鱼 …… (3)
3. 真情无价 …… (4)
4. 激情融化冰雪 …… (5)
5. 保持清醒的头脑 …… (5)
6. 打发糊弄吃大亏 …… (6)
7. 学会肯定自己 …… (7)
8. 莫把别人当笑话 …… (7)
9. 说话切忌"一根肠子通屁眼" …… (8)
10. 唠叨害处多 …… (9)
11. 一分耕耘一分收获 …… (10)
12. 自卑是心灵的钉子 …… (10)
13. 勇往直前是好汉 …… (11)
14. 低头走路会撞墙 …… (12)
15. 吃一堑,长一智 …… (12)
16. 承诺是金 …… (13)
17. 摆脱软弱 …… (14)
18. 挑战自卑生活更精彩 …… (14)
19. 把"失去"当做"被遗弃" …… (15)
20. 好争强不一定能好"胜" …… (16)
21. 沉默是金 …… (16)
22. 无畏的争执源于狭隘 …… (17)
23. 飞扬拨扈无人爱 …… (18)
24. "礼"多人不怪 …… (18)
25. 别"吃"老本 …… (19)
26. 慢戴高帽 …… (19)
27. 塑造真实自我 …… (20)
28. 放下架子,真诚恳切 …… (21)
29. 见奶便吮非好汉 …… (21)
30. 切勿"夜郎自大" …… (22)
31. 悲从心生,厌由悲起 …… (23)
32. 跌倒了要爬起来 …… (23)
33. 苛求迷失自我、迷失人生 …… (24)
34. 不要失望 …… (25)
35. 给自己增重 …… (25)
36. 谁都需要对手 …… (26)

37. 超越自我,快乐常在 …… (27)
38. 切莫小题大作 …… (27)
39. 失败是成功之母 …… (28)
40. 喋喋不休不值钱 …… (28)
41. 适可而止莫贪图 …… (29)
42. 做好冲刺准备 …… (30)
43. 让世界充满爱 …… (30)
44. 妒贤嫉能害自己 …… (31)
45. 身正不怕影子歪 …… (32)
46. 把握机会 …… (32)
47."鲁"而乱性 …… (33)
48. 不要一味赔不是 …… (34)
49. 说人者人恒说之 …… (35)
50. 以善为本 …… (35)
51. 成事需从点滴做起 …… (36)
52. 学会说话 …… (37)
53."给自己留条后路" …… (37)
54. 该出手时就出手 …… (38)
55. 金蝉脱壳 …… (39)
55. 严于律己从我做起 …… (39)
57. 科学是第一生产力 …… (40)
58. 把握现在 …… (41)
59. 保持平常心 …… (42)
60. 坚持就是胜利 …… (42)
61. 别让自己浮躁 …… (43)
62. 不做"白日梦" …… (44)
63. 三心二意,诸事不宜 …… (44)
64. 对自己树立起充分的信心 …… (45)
65. 学会使用真诚去说服别人 …… (46)
66. 不要随意模仿人家 …… (47)
67. 别做空想家 …… (48)
68. 镇住不安分的心 …… (48)
69. 克服浮躁走出抑郁 …… (49)
70. 挺直腰板〗 …… (50)
71. 逃避不是现实 …… (51)
72. 认清自己 …… (51)
73. 别让自已走失 …… (52)
74. 身为匹夫不失志 …… (52)

75. 狭路相逢，勇者胜 …… (53)
76. 做一天和尚撞一天钟 …… (53)
77. 让绊脚石让路 …… (54)
78. 用行动把握良机 …… (55)
79. 逃避压力非好汉 …… (55)
80. 事事三思不可取 …… (56)
81. 莫悲切 …… (57)
82. 杯弓蛇影皆入画 …… (58)
83. 别怕自己不行 …… (58)
84. 走出忧愁 …… (59)
85. 多一言不如少一语 …… (60)
86. 不要跟自己过意不去 …… (60)
87. 不要一味徒劳 …… (61)
88. 过分谨慎导致事与愿违 …… (62)
89. 认清你自己 …… (62)
90. 贪得富贵，失却荣华 …… (63)
91. 金钱至上，多多亦善 …… (64)
92. 贪得一时，却失一世 …… (64)
93. 摆平困难和冒险 …… (65)
94. 不要闭着眼睛说话 …… (66)
95. 有贪必有失 …… (66)
96. 生命不可贪 …… (67)
97. 先学，才能适应 …… (67)
98. 学如逆水行舟，不进则退 …… (68)
99. 留下财富不如留下知识 …… (68)
100. 磨刀不误砍柴工 …… (69)
101. 有为先有识 …… (69)
102. 业精于专 …… (70)
103. 学无止境 …… (70)
104. 戒骄戒躁有方 …… (70)
105. 学会接受现实 …… (71)
106. 适应胜于盲目积极 …… (71)
107. 养成良好的习惯 …… (72)
108. 善于争分夺秒 …… (73)
109. 信誉是成功的基石 …… (73)
110. 做个守信人 …… (74)
111. 守时，也守住生命 …… (74)
112. 坚持到底就是胜利 …… (75)

113. 信誉第一 …… (76)
114. 别漠视业余时间 …… (76)
115. 时光也变万物 …… (77)
116. 时间在流逝…… …… (77)
117. 拥抱梦想 …… (78)
118. 学会自立 …… (79)
119. 抛开依赖当家作主人 …… (79)
120. 信念坚定,断然前行 …… (80)
121. 人生百态 …… (80)
122. 我们不仅有脚,还有双肩 …… (81)
123. 人生没有第二次选择 …… (82)
124. 自强不息显神通 …… (82)
125. 不向困难屈服 …… (83)
126. 谈立志 …… (84)
127. "敞开你的心扉" …… (84)
128. 自信——任你东南西北风 …… (85)
129. 忌讳多疑 …… (86)
130. 千锤百炼出深山 …… (86)
131. 确定目标 …… (87)
132. 别被环境唬住了 …… (87)
133. 成功的源动力 …… (88)
134. 不要被权威左右 …… (89)
135. 懊丧万事俱灰,你信吗? …… (89)
136. 要互助,须先能经信 …… (90)
137. 正直是尺子 …… (91)
138. 不经历风雨,怎能见彩虹 …… (91)
139. 天生我材必有用 …… (92)
140. 敢于实话实说 …… (93)
141. 理智面对现实与理想 …… (94)
142. 是真理就要坚持 …… (94)
143. 忍可成就智者 …… (95)
144. 退即是进 …… (95)

需要全本请访问 www.ertongbook.com

1. 巴结别人应有度

盲目只是无知的表现，也是一种不负责任的行为，对待他人切莫如此！

从前，有一只老鼠生下了一个漂亮的女儿，总想嫁给一个有权势的人物。它看到太阳很非凡，就巴结太阳说："太阳啊！你多么伟大，能干，万物没有你，简直就无法生存，你娶我的漂亮女儿作妻子吧！"太阳客气地回答："我不行，因为乌云能遮住我，把你的女儿嫁给乌云吧。"老鼠又去找乌云，老鼠地对它说："你娶了我的女儿吧，有你这样神通广大的本领，我真的非常敬慕你。"乌云说："不行，我没什么本领，我比不上风，风一吹，我就被吹跑了。"老鼠一听，原来风比乌云更有本领，就找到风，可是风也紧锁双眉说："谁稀罕你的女儿，你去找墙吧。他比我行！"老鼠一听，又决定去找墙。墙偷偷地说："倒是怕你们这些老鼠你们一打洞，我可就危险了。我不配作你的女婿。"老鼠一想：墙怕老鼠，老鼠又怕谁呢？它忽然想起了祖宗的古训，老鼠生来是怕猫的。它就赶紧去找猫，点头哈腰地说："猫大哥，我总算相中你了，你聪明、能干、有本事、有权威，作我的女婿吧！"猫一听，倒是爽快地答应了："太好了，就把你女儿嫁给我吧！最好今晚就成亲。"母老鼠一听，猫大哥真不愧有魄力、有作为的男子汉，心想总算给女儿找到了如意郎君，于是喜滋滋地跑回家去，大声对女儿说道："终于给你找到好靠山了，猫大哥最显赫，最有权势，可享一辈子福呢！"当晚就把女儿打扮起来，请来了一群老鼠仪仗队，一路上吹吹打打，把女儿用花轿送到了新郎的住地，猫一看，老鼠新娘来了，等轿刚进门，还未等新娘下，就扑了上去，一口将可爱的新娘吞进肚里去了。

人人都应自强，不要巴结、依附一些所谓的强者，否则，只会自取灭亡。

2. 放长线钓大鱼

我只拿这点钱，凭什么去做那么多工作，我干的活对得起这些钱就行了。

许多时候，我们会听见许多人在抱怨：我们那个老板太抠门了，只给我们开这点儿工资，公司一年赚那么多钱，全是他一个人的。或者是：经理干的活也不比我多多少啊，可他的薪水比我高出一大块，他拿的多，就该干的多嘛，我只要对得起这份薪水就行了，多一点我都不干。

不可否认，在一个单位或组织中，会存在着这样或那样不尽人如意的地方，付给员工的薪水或其他奖励也有不公平之处，要知道这是难免的。但在所有解决此类问题的对策中，上述这种办法是最不可取的。

很多人有这样一个误区：我是在为老板工作，薪水一定要和我的工作等价交换（超额当然更好），也就是说，你在用钱来购买我的劳动，你出什么样的价钱，我就提供什么样的

质量。

这种想法有以下几个错误：

首先，工作的目的与回报并不只是薪水。人需要工作，需要社会归属与认同，而且一个人的才干只有在工作的磨炼中才有可能长进，也只要用积极愉快的心态去工作，才能在自身进步与工作成绩中获得一种成就感的享受，如果你对工作环境与报酬不满意，完全可以与老板沟通或另谋高职。消极抵抗的作法只能是自毁前程：自己业务没有进步，工作不认真负责，当然不会招人喜欢。

其次，在衡量一个人工作成果时，也许会有暂时的标准差异，但不可能长久失衡。也许从一开始，老板并没有意识到或发现你的能力，因为这需要一个过程，而给你定了一份较低的薪水标准。如果你不能正确对待，消极怠工，那么你的实力大部分被你冰冻起来浪费掉了，你的薪水也很难有提高的可能，因为老板还在想：这小子就这么两下子，他对公司的贡献比给他的薪水还低呢。

最后，我奉劝你一句：解决问题的方法有很多种，消极怠工是最不可取的一种。

3. 真情无价

有些虚假的东西可以乱真，而人被它们欺骗可能是判断的错误。但是路遥知马力，日久见人心！朋友，请相信我这句话：时间是最公正的法官。

在成功面前没有可能，也不能来半点虚假，认真对待工作中的一滴一点，切不可疏忽大意。

有一个小和尚在一座名刹担任撞钟之职。照他的理解，晨昏各撞一次钟，简单重复，谁都能做，钟声仅是寺院的作息时间，没什么大的意义。半年下来，无聊已极，"做一天和尚，撞一天钟"吧。

有一天，方丈宣布调他到后院劈柴挑水，原因是他不能胜任撞钟之职。

小和尚很不服气，我撞的钟难道不准时，不响亮？!

老方文告诉他说：

"你的钟撞得很响，但是钟声空泛、疲软，没什么力量。因为你心中没有'撞钟'这项看似简单的工作所代表的深刻意义。钟声不仅仅是寺里作息的准绳，更为重要的是要唤醒沉迷众生。为此，钟声不仅要宏亮，还要圆润、浑厚、深沉、悠远。心中无钟，即是无佛；不虔诚，不敬业，怎能担当神圣的撞钟工作呢？'

由上述故事，我们可以得出结论：要用心对待生活中的第一件事，哪怕它是一件极小的事；切不可三心二意，以假乱真，到头来吃亏的还是自己。

工作中，尽管它是小事，我们也应看得远一些，把它们和远大的，固定的目标结合起来，一步一个脚印，踏踏实实地往前走。

4. 激情融化冰雪

心由境造，境由心生。心冷了，太阳都不再温暖；心热了，冰雪也会融化。

下面是一个大学生的感概：

经历了黑色七月，我并没有取得自己梦想中的好成绩，尽管分数上还说得过去，但只能进一所不起眼的大学。

经过半个年头，我终于放了寒假。在家里的时候，父亲向我问起了大学生活，我告诉他说："其实真的很没劲。"

我的父亲是个铁匠。他听了我的话后，脸上一直很惊愕，沉默了半晌之后，转过身用他那粗壮的手操起了一把大铁钳，从火炉中夹起一块被烧得通红通红的铁块，放在铁垫上狠狠地锤了几下，随之丢入了身边的冷水中。

"滋"的一声响，水沸腾了，一缕缕白气向空中飘散。

父亲说："你看，水是冷的，然而铁却是热的。当把热的铁块丢进水中之后，水和铁就开始了较量——它们都有自己的目的，水想使铁冷却，同时铁也想使水沸腾。现实中，又何尝不是如此呢？生活好比是冷水，你就是热铁，如果你不想自己被水冷却，就得让水沸腾。"听后，我感动不已，朴实的父亲竟说出了这么饱含哲理的话，让我真的深受感动。

第二学期开始了，我反省自己，并且不停地努力，学习终于有了一点起色，内心也开始一天天地丰富充实起来。

没人喜欢挫折，没人愿意奢望多，收获少。但是，当你本能地去生活，去追求幸福时，你的主要目标之一就是最大限度地减少挫折、增加欢乐。如果你不想被平庸无色的生活"冷却"了你的斗志，你就得用生命的激情与辛勤的汗水把这盆冷水煮沸。

5. 保持清醒的头脑

路在自己脚下，怎么走由自己来决定，一味顺从终究会迷失自我！信不信由你！

餐桌上，七八个汉子为打开一个恼人的酒瓶塞于几乎败了酒兴。

经过他们轮流折腾，现在那个软木塞非但起不出，反而朝瓶内陷下去半厘米。有人提出应该用剪刀挑；有人则否定，认为木质疏松，不易成功。有人提出最好用一只螺丝钉旋进本塞，然后用力拔出；还是有人否定，认为即使稍微朝下用点力木塞也会掉进瓶内。又有人认为最好的办法是用锭子对着木塞朝瓶颈壁的方向用劲插人，然后可望将木塞随锥子一起拔出。大家说主意虽好，可惜眼前找不到这种家伙。

再次折腾的结果是软木塞没有取出，却掉进了酒瓶内。汉子们在一片惋惜中发现了事情的结果——酒能倒出来了。

在走了许多弯路之后，人们往往发现原来最不愿意走的那条路竟是最好的路。这个世界上，最清醒的人应该是自己，而不是别人。自己不能选择自己的路，岂不是一种悲哀吗？

一位勤劳的农民，从自己的菜园中收获了一个大南瓜，他又惊又喜，便把这个南瓜献给了国王。国王很高兴，赐给农民一匹骏马。

这件事很快家喻户晓。

一个财主开动了脑筋：献个大南瓜，就能得到一匹骏马，如果献一匹骏马，国王会赐给我多少金银珠宝或美女呢？

于是财主向国王进献了一匹价值连城的骏马。国王同样很高兴，吩咐侍者：

"把那位农民献的那个珍贵的大南瓜，赐予这个献骏马的人吧。"

不同的环境，造就不同的心态。心态在随时变化，要随时调整心态，那种见别人做什么就想做什么，不加思索，注定要事与愿违。

6. 打发糊弄吃大亏

五年前我还在一家营销策划公司工作，当时一位朋友找我，说他们公司想做一个小规模的市场调查。朋友说，这个市场调查很简单，他自己再找两个人就完全能做，希望我出面把业务接下来，他去运作，最后的市调报告由我把关，当然了会给我一笔费用。

这确是一笔很小的业务，没什么大的问题。报告出来后我也很明显地看出其中的水分，我只是做了些文字加工和改动，就把它交了上去。对我而言，这事就这样过去了。

去年的某一天，几位朋友拉我组成一个项目小组，一块去完成北京新开业的一家大型商城的整体营销方案。不料，对方的业务主管明确提出对我的印象不好，原来此位先生正是当年那项市调项目的委托人。

因果循环，我瞪口呆，也无从解释些什么。

这件事给我以极大的刺激，现在返回头来看，当时我得到的那点钱根本就不值一提，但为了这点钱，我竟给自己造成如此之大的负面影响！

许多时候，我们会不经意地处理、打发掉一些自认为不重要的事情或人物，但这种随意不负责、不敬业或者是不道德的行为会造成一些很不好的影响或后果，在你以后的人生道路上，不一定在什么时候，突然显现出来，令你对当年的行为追悔不已。

在你的工作事业中，没有可以随意打发糊弄的小人物、小事情，种下什么种子，将来必定收获什么样的果子，这就是老百姓常说的报应。

大事是由一件件小事组成的，小事情处理时不认真，那么大事情还有谁敢认同呢？请认真对待你身边的每一件事，每一个人，以及你自己。

7. 学会肯定自己

美国心理大师卡耐基先生多次讲到过这样一个故事：

"在很多年以前，我所办的成人教育班和示范教学会中，多了一个从纽约《太阳报》来的记者。他毫不给我留情面，不断攻击我的工作和我。我当时真是气坏了，认为这是对我极大的侮辱，不能容忍。我马上打电话给《太阳报》执行委员会的主席古斯·季塔雅，特别要求他刊登一篇文章，以说明事实真相，而不能这样嘲弄我。我当时下决心要让犯错的人受到应得的处罚。

现在我时常为我当时的举动感到惭愧。我现在才了解，买那份报的人大概会有一半人不会看到那篇文章，看到的人里面又有一半会把它只当做一件微不足道的事情来看；而真正注意到这篇文章的人里面，又有一半在几个礼拜后就把这件事情忘得一干二净。"

卡耐基由此得出一个重要的结论：虽然你不能阻止别人对你做任何不公正的批评，但你可以做一件重要的事，你可以决定是否要让自己受到那些不公正批评的干扰。

"尽可能做你应该做的事，然后把你的破伞收起来，免得让批评你的雨水顺脖子后边流下去。

美国总统罗斯福的夫人也曾告诉过卡耐基她在白宫的行事原则：避免所有批评的惟一方法，就是"只要做你心里认为是对的事——因为你反正是要受到批评的。做也该死，不做也该死"。

任何人好像都有批评你的权力，无论你做任何一件事，你要把握好以下原则：哪些是听都不要听的，哪些是礼节性地应付，哪些是真正有益于你的工作的。

8. 莫把别人当笑话

"言多必失"，"祸从口出"的万世警训在今天依然见证着它的价值，不能没有它的道理。

台北县土城萧崇烈一家三口灭门血案，在警方锲而不舍的查缉后，已宣告侦破。凶嫌邓笑文被捕后，坦承因受经营堆高机生意的萧崇烈"讥讽"而萌生杀机，并在行凶后担心事情败露，而再杀其妻女灭口。

邓笑文表示：两个月前，死者萧崇烈用话刺激他、耻笑他，并用手指指他胸前，笑他"没什么用"，开堆高机那么久了，仍然是"给人请（聘雇）"，不像他自己开堆高机没多久就当了老板。对这样的"讥讽"，邓笑文怀恨在心，后来萧某只要与他碰面，就不断嘲笑他，以致使他萌生杀人泄恨之心。

据警方表示，凶嫌邓笑文心智健全，但因受到对方不断的讥讽和嘲笑而杀人，这成为

历年来灭门血案的特殊案例，颇值得社会大众警惕。

古人早有明训："言语伤人，胜于刀枪。"许多人常以"嘲弄"他人为乐子，也有部分综艺节目的主持人，戏称未能在比赛中过关的来宾"笨"，或嘲笑比赛者的长相"丑"。有些虽然是属玩笑性质，但总让人觉得不妥，毕竟"尖酸刻薄"、"有失厚道"的言事批评，会使听者产生不悦；严重的，正如灭门血案的被害人一般，遭到杀身之祸，后悔莫及。因此，古人说："丧家亡身，言语占八分"，似有其道理，真是叫人不得不谨慎。

其实，言辞起冲突而萌生杀机的情况，不只是咱们这里会发生，其他民族亦有所闻。

法国巴黎有一名"美食专栏作家"，经常在文章中特别赞誉某家餐厅，或严辞批评某些餐厅的菜肴。有一次，此专栏作家在专栏中对一餐厅的菜色做"像猪食"的评语，以致激怒了餐厅老板。该老板事后特别再请此美食专栏作家去试吃"精致美味的佳肴"，不料美食专家吃完后脸色大变，晕倒在地，送到医院时气绝死去。餐厅老板被警方逮捕收押后，坦承"设毒宴"下毒，他说："批评我们的美食像猪食的人都该死！"

这真是叫人瞠目结舌，"专栏作家"们下笔时可得小心点，就像你说话一样，若言词过于尖酸薄，批评太过份，可能也会"惹祸上身"。

9. 说话切忌"一根肠子通屁眼"

有一说一，有二说二，将要表达之意寓于其他话中，而不能做所谓的"直肠子"，快人快语，结果事情搞砸的也快。

陈毅同志当外长时曾主持过一次谈国际形势的记者招待会。会上陈毅谈到了美制U－2型高空侦察机骚扰我领空的事情，并对此表示了极大的愤慨。有个外国记者趁机问道："外长先生，听说中国打下了这架侦察机，请问是用什么武器打下的？是导弹吗？"只见陈毅用手作了一个用力往上捅的动作，说："我们是用竹竿子捅下来了。"与会者无不捧腹大笑，那个记者也知趣地不再追问了。

竹竿子能捅下高空侦察机吗？陈毅同志回答的显然是一句错话。但却错得极妙！试想，除此之外，还有什么更好的回答方式呢？如实相告，就会泄露我国的核心机密，当然不行；但按一般方法说"无可奉告"，会使会议气氛过于板滞、凝重，而"是用竹竿子捅的"这句错话，却听起来煞有介事，既维护了国家机密，又造成了幽默轻松的谈话气氛，真是一举两得，一箭双雕，怎能不叫人拍手叫绝！

可见，在特定语言环境中，为了避免不必要的麻烦，将真话变为错话，曲折地说出来，往往能有意想不到的好结果。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

10. 唠叨害处多

感冒不会有什么大的危害，用药物就可以治好，而唠叨却是一种顽固的精神疾病，很可能会使全家人的生活遭殃。

有一位妻子向朋友诉苦，因为她经常向丈夫唠叨着催促他修理东西，而丈夫老是拖下来不做，又不放心她找修理工来修，一来为了省钱，二来觉得别人不如他修得好。朋友建议他们定个协议，当家里有东西需要修理时，就给他 15 天的时候去修，而且把日期记在日历上，免得到时找借口说忘了，一个月以后那位妻子很开心地告诉朋友，只有一次是她找工人来修的。

的确，很多时候，在家庭生活中订立规则常常可以解决夫妻之间的冲突：

有一对夫妇常为周末的活动而争吵。妻子厌倦了天天呆在家里，希望能到外面吃吃饭、跳跳舞；而丈夫则对外面的应酬厌烦了，希望能在家里享受宁静周末，听听唱片、看看书、玩玩牌。因此，几年来经常发生冲突。后来丈夫提议，夫妻双方轮流负责计划周末的活动，妻子安排一周，丈夫安排下一周。这个办法不只是效果绝佳，并且也能帮助他们解决其他问题。妻子常建议留在家里，是出于体贴丈夫的一周工作的辛劳；而轮到丈夫作决定时，又常是决定出去玩，让妻子惊喜一番。

其次，解决唠叨的第二步是，看看是否事事唠叨，不论轻重缓急。是的话，就要设法略去不重要的事，而只对重要的事订立规则。换句话说，家里如果有人常爱唠叨，就让他对重要的事制订规则，以除掉不好的行为，同时除掉唠叨。

其三，第三步就是分析其中的沟涌过程，沟通一定要清楚具体，避免含糊不清。千万不要接受："我等一会再干"或"我有时间再干"的回答，这种回答最容易引起唠叨。比如家务劳动，要明确要求在某个时间内完成，并说明否则将会有什么后果。注意父母要以身作则，给孩子树立一个好榜样。

其四，要常常开家庭会议，或小型讨论会。利用这个机会来讨论哪些事情要做，应在什么时间做等等，并检讨拖延未做的事，注意父母要以身作则，给孩子树立一个好榜样。

其五，检查一下夫妻之间或父母子女之间的关系是否已到了恶化的地步，是的话，光靠前面几种方法来解决唠叨还是没有用，必须借助心理治疗或心理辅导，以解决根本问题。

最后，这是最实用的一点，在孩子耳边用悄悄话告诉他要做什么事，通常很有效。这种举动显示出一生活上的亲密感，让孩子觉得心理很舒服。有时候也要给他留点面子，不要当着兄弟姐妹的面说他。同时孩子对这种"秘密信息"很感兴趣，也能增加他的自我重要感。

11. 一分耕耘一分收获

浪费时间，有两种浪费方法。一种是主动浪费，一种是被动浪费。所谓主动浪费，是指由于自身的原因而造成时间的浪费。譬如说，你明明知道睡一觉时间会白白地逝去，可你偏偏要睡一觉。所谓被动浪费，是指由于他人的原因或突发事件而造成的时间浪费。比如说在你工作时，你的同事与你白白闲聊了两个小时，这两个小时就是被被动浪费了。

人都有惰性。睡在阳光下，暖洋洋地不想起来；坐在树荫下聊天不愿工作或沉迷于娱乐厅中流连忘返，致使好多应该做的事情没有做，也使好多本应成功的人平平淡淡，其罪恶之首，就是懒惰。懒惰是一种习惯，是人长期养成的恶习。这种恶习只有一种成果，那就是使人躺在原地而不是奋勇前进。因此，要想具有一定成就就要改掉这种恶习。

一天的时间如果排得满满的，让工作压得喘不过气来，促使你尽最大努力地投身到工作中去，你就会无形之中在忘我的工作中改掉懒惰。

"在家有父母，出外有朋友"，这是很多人养成依赖心理，导致懒惰的根源。如果把你放在一个遥远的地方，在陌生的环境中生活，你就会自食其力，改掉懒惰的习惯。

有的人在工作中，稍有压力就放下不干了或等待明天再干，这样一拖再拖，就有很多的事情给拉下来，而时间却悄无声息地流失了。如果你有这样的习惯，那你就是在浪费自己的生命。

许多人的拖拉，是因为形成了习惯。对于这样的人，无论用什么理由，都不能使他自觉放弃拖拉的习惯。因此，需要重新训练，培养他们良好的积极工作的习惯。

一个人再拖拉，到了非干不可的时候他就不得不干了，正如房子着火了，他就不得不迅速逃生一样。明白了工作的重要性，他就不会再拖拉下去，以免造成危害和其他人的不满。

12. 自卑是心灵的钉子

与生俱来，人是一样的人，但往往有那么一些人把自己搞得一塌糊途，因为他们太自卑了。

如果总是跟自己过不去——自卑，那无异于折磨自己。

一位父亲带着儿子去参观凡高故居，在看过那张小木床及裂了口的皮鞋之后，儿子问父亲："凡高不是位百万富翁吗？"父亲答："凡高是位连妻子都没娶上的穷人。"

第二年，这位父亲带儿子去丹麦，在安徒生的故居前，儿子又困惑地问："爸爸，安徒生不是生活在皇宫里吗？"父亲答："安徒生是位鞋匠的儿子，他就生活在这栋阁楼里。"

这位父亲是一个水手，他每年往来于大西洋各个港口，这位儿子叫伊东布拉格，是美国历史上第一位获普利策奖的黑人记者。20 年后，在回忆童年时，他说："那时我们家很穷，父母都靠出苦力为生。有很长一段时间，我一直认为像我们这样地位卑微的黑人是不可能有什么出息的。好在父亲让我认识了凡高和安徒生，这两个人告诉我，上帝没有轻看卑微。"

富有者并不一定伟大；贫穷者也并不一定卑微，上帝是公平的，他把机会洒到了每个人面前。自卑的人也有相同的机会。

所以，你要果断地拔掉这颗钉子，用自信来医治自卑的伤痛。

13. 勇往直前是好汉

不热烈地、坚强地希望成功，而一味退缩，退缩，再退缩，那么一定是世界末日将要来临了。

据说拿破仑一上战场，士兵力量可增加一倍。军队的战斗力，大半寓于士兵对将帅的信仰之中。将帅显露出疑惧张惶，全军必然要陷于混乱、动摇；将帅的自信，则可以加强他部下健儿的勇气。

人的各部分的精神能力，像军队一样，也应该信赖其主帅——意志。

有坚强的意志，有坚强的自信，往往使得平庸的男女也能够成就神奇的事业，成就那些虽然天分高、能力强、但是多疑虑与胆小的人所不敢染指尝试的事业。

你的成就大小，往往不会超出你自信心的大小。拿破仑的军队决不会爬过阿尔卑斯山，假使拿破仑自己以为此事太难的话。同样，你在一生中，决不能成就重大的事业，假使你对自己的能力存着重大怀疑的话。

不热烈地、坚强地希望成功、期待成功而能取得成功，天下绝无此理。成功的先决条件，就是自信。

在这世界上，有许多人，他们以为别人所有的种种幸福是不属于他们的，以为他们是无法得到的，以为他们是不能与那些鸿运高照的人相提并论的。然而，他们不明白，这样缺乏自信，是会大大削弱自己的生命力的。

"假使他想他能够，他就能够；假使他想他不能够，他就不能够。"当然，这一信心是要建立在客观规律的基础上，胡思乱想是不行的。

自信心是比金钱、势力、家世、亲友更有用的条件。它是人生可靠的资本，能使人努力克服困难，排除障碍，去争取胜利。对于事业的成功，它比什么东西都更有效。

14. 低头走路会撞墙

这个世界上谁瞧不起你都行，但是你自己瞧不起自己，这就太糟糕了。

工作也一样。好工作值得好好干，不好的工作嘛就凑合着干。是金子就应该放出它的光亮来，可是，当我们面对生活的挫折和不平坦的路程的时候，我们却常常把自己的金价贬值。

王亮原来在某公司的营销部当经理。一天突然接到人事部门的解令，调他去供应部当经理。在公司，供应部的地位哪里会比得上营销部呢？王亮心想如此一调，不就是明摆着对自己不满意嘛，看来前途不妙。以前王亮从事销售工作，整天往外跑，很合乎他的个性，如今，要他整天呆在办公室里搞物资调动，和那些器材报表打交道，实在是有些受不了。开始的时候，王亮一直闷闷不乐，心灰意冷。后来他自己忽然想到一个问题：为什么我以前对自己信心十足，当上了供应部经理后没有呢？他思之再三，突然领悟过来："这是因为我自己的期待值无形中随着部门的调动而降低了，我失去了自我上进的动力。"于是，他开始把精力投人新的工作，慢慢地发现供应部也有自己的用武之地。而且，供应部对整个公司来说，起着举足轻重的作用，只是大家平时把它忽略了而已。王亮重新找到了"工作的意义"，一改以往消极拖沓的作风，变得充满自信，工作起来如鱼得水，得心应手。他的积极态度也感染了下属。

由于出色的工作成绩，供应部获得总公司颁发的两次特别奖金。不久，王亮收到一张人事调令，他被提升为公司的副总经理。

削足适履的成语故事我们大家可能都听说过，但心里会想那只是个故事而已，现实中哪会有如此傻蠢的人呢，削砍自己的脚去适应鞋子的尺码，更绝不会把它同自己联系起来。果真如此吗？

有些时候，我们不可能完全如意地挑选那些又重要又体面的工作，很可能要被动地接受一些工作安排。这时候要心中清楚：不要让自己降低标准去适应工作，而应按自己的才华提升工作标准，不要干削足适履的傻事。

15. 吃一堑，长一智

卡耐基的事业刚起步时，在密苏里州举办了一个成年人教育班，并且陆续在各大城市开设了分部。他花了很多钱在广告宣传上，同时房租、日常办公等开销也很大，尽管收入不少，但在过了一段时间后，他发现自己连一分钱都没有赚到。由于财务管理上的欠缺，他的收入竟然刚够支出，一连数月的辛苦劳动竟然没有什么回报。

卡耐基很是苦恼，不断地抱怨自己的疏忽大意。这种状态持续了很长一段时间，整

日里闷闷不乐，神情恍忽，无法将刚开始的事业继续下去。

最后卡耐基去找中学时的生理老师乔治·约翰逊。

"不要为打翻的牛奶哭泣。"

聪明人一点就透，老师的这一句话如同晴天一声雷，卡耐基的苦恼顿时消失，精神也振作起来。

"是的，牛奶被打翻了，漏光了，怎么办？是看着被打翻的牛奶哭泣，还是去做点别的。记住，被打翻的牛奶已成事实，不可能被重新装回瓶中，我们惟一能做的，就是找出教训，然后忘掉这些不愉快。"

这段话，卡耐基经常说给学生，也说给自己。

我想卡耐基反复说起这段话，其用意是要告诉我们：跌倒后，就爬起来。既然已经吃了一堑，就要有长一智的斗志。

16. 承诺是金

1989 年，一次 8.2 级的地震几乎铲平这座城市，在不到 4 分钟的短短时间里，3 万人以上因此丧生！

在一阵破坏与混乱之中，有位父亲将他的妻子安全地安置好了以后，跑到他儿子就读的学校，迎面触目所见，却是被夷为平地的校园。

看到这令人伤心的一幕，他想起了曾经对儿于所作的承诺："不论发生什么事，我都会在你身边。"至此，父亲热泪满眶。面对看起来是如此绝望的瓦砾堆，父亲的脑中仍记着他对儿子的诺言。

他开始努力回想儿子每天早上上学必经之路，终于记起儿子的教室应该就在那幢建筑物旁边，他跑到那儿，开始在碎石砾中挖掘搜寻儿子的下落。

在旁人的眼里，他的儿子已无生还的可能，所以都劝他离开，却没有一个人帮助他。

只为了要知道亲爱的儿子是生是死，父亲独自一人鼓起勇气，继续进行他的工作。

时间一分一秒地流逝，挖掘的工作持续了 38 小时之后，父亲推开了块大石头，听到了儿子的声音。父亲尖叫着："阿曼。"他听到了回音："爸爸吗？是我，爸，我告诉其他的小朋友说，如果你活着，你会来救我的。如果我获救时，他们也获救了。你答应过我的。不论发生什么事，你都会在我身边，你做到了，爸！"

"你那里的情况怎样？"父亲问。

"我们有 33 个，其中只有 14 个活着。爸，我们好害怕，又渴又饿，谢天谢地，你在这儿。教室倒塌时，刚好形成一个三角形的洞，救了我们。"

"快出来吧！儿子！"

"不，爸，让其他小朋友走出去吧！因为我知道你会接我的！不管发生什么事，我知道你都会在我身边！"

我只想说：这位父亲是一伴真正的伟大者，他真正懂得"一诺千金"的意义！

在现实生活中，我们也应做到：言必行，行必果。因为只有在你不辞劳苦，为实现曾经的承诺而奔波时，也许你就实现了自我价值。

17. 摆脱软弱

软弱是不自信的一种现象。怎样战胜软弱呢？心理学家提供的对策是：

(1)任何人都可以养成坚强的性格，不过，软弱人大多有内向的气质，养成外向型坚强性格确很困难。但是内向型坚强性格却是可以锻炼出来的。内向型坚强性格有三个特点：不锋芒毕露但有韧性；不热情奔放但有主见；不强词夺理但能坚持正确意见。

(2)弗兰克林 1951 年首先发现脱氧核糖核酸的螺旋结构，但因受到"强人"的责难，竟承认这个发现是错误的。后来有两位科学家 1953 年重新发现这一结构，并获诺贝尔奖金。

由于不敢坚持自己，将自己在生物学上划时代的发现拱手让给了别人，多么痛惜！战胜软弱的心理基础是自己看得起自己，敢于坚持自己，尤其是面对飞扬跋扈的所谓"强人"的时候。

(3)先是学会发怒。软弱的人多没有当众发脾气的体验，而习惯于沉默忍受。坚持自己。就要敢于适时发怒。可以逐渐学起。你可以选择经常粗暴对待顾客的售货员为对象，准备好"台词"："这样对待顾客，太不像话，岂有此理！"说罢，尽管扬长而去。

(4)软弱者对于别人的误解与无端的责难总习惯妥协。战胜软弱就要学会直接反驳，不做妥协。

(5)心理学也认为改善行为可以改善心理素质。你如果软弱，就从行为上这样武装自己：

遇见你有点害怕的人，不要绕道走，径直迎着对方过去；

身体站直，挺起胸膛与对方讲话；

讲话时盯住对方的眼睛，开始做不到，就先盯住他的鼻梁；

声音洪亮，如果对方声音超过你，就突然把声音变轻；

保持对话时的沉默间隔，不要急不可耐；

不轻易用"对不起"之类的话。

这样强化了自己的行为，你就会感到自己突然变得坚强胆壮了。

18. 挑战自卑生活更精彩

战胜自卑的心态，其实就是战胜丧失信心的自我。

丧失自信通常可分为两种情形：一种是前面所说的暂时性丧失信心，一种则来自从

需要全本请访问 www.ertongbook.com