第一图书网, tushu007.com

<<不抱怨的心态>>

图书基本信息

书名：<<不抱怨的心态>>

13位ISBN编号：9787510404191

10位ISBN编号：7510404193

出版时间：2009年

出版时间：新世界出版社

作者：西武

页数：189

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

第一图书网, tushu007.com

<<不抱怨的心态>>

内容概要

不要抱怨你的专业不好，不要抱怨你的学校不好，不要抱怨你住在破宿舍里，不要抱怨你的男人穷、你的女人丑，不要抱怨你没有一个好爸爸，不要抱怨你的工作差、工资少，不要抱怨你空怀一身绝技没人赏识你……现实有太多的不如意，只要我们拥有一颗阳光的心灵，就算生活给予你的是垃圾，你同样能把垃圾踩在脚底下，登上世界之巅。

不要抱怨。

有那时间，你可以为你的人生蓝图去打拼！

这个社会要求你在不公平的条件下也要坚持战斗，做一个真正的赢家！

第一图书网, tushu007.com

作者简介

西武，培训师，心理顾问，曾在北京蓝士讯管理咨询有限公司担任首席培训师，在国内先后出版畅销书《金科玉律》、《做事做到位》、《木桶定律》等，成为企业员工培训的首选教材。

第一图书网, tushu007.com

<<不抱怨的心态>>

书籍目录

第一章 生活是不公平的，你要去适应它生活是不公平的，你要去适应它想法决定命运我奋斗了18年，不是为了和你一起喝咖啡去适应社会，而不是让社会适应你生气不如争气命运负责洗牌，但玩牌的是我们自己第二章 怀才就像怀孕。
时间久了才能让人看出来找不到工作的“ 全才 ”为什么被重用的是他，不是我？
怀才就像怀孕人最容易高看自己、低看别人成功是你的人格资本摒弃“ 怀才不遇 ”的想法第三章 不怕被利用，就怕你没用你在为谁而工作？
天下老板一般黑？
分外的事我不做谁抱怨，谁离开不怕被利用，就怕你没用以“ 播种 ”的心情来经营事业员工的身份，老板的心态第四章 每一次努力都隐含着成功的因素一份发小广告的工作光看到贼吃肉，没看过贼挨打你的努力绝对有人看得见如果抱怨不公平，你的努力还不够泥泞的路才能留下脚印压力焕发出斗志第五章 责任大于兴趣工作像鸡肋，而我像枯井责任大于兴趣职业化、专业化平凡事重复做好，就是不平凡从细节、小事做起把应该做的变成你喜欢做的第六章 做个有人缘的人搬家的年轻人这一切都是别人的错？
好公司也要处理“ 关系 ”对手不如握手把握抱怨的分寸不要忘记说“ 谢谢 ”第七章 停止抱怨。
提出建议别让抱怨误一生抱怨：一种传染性很强的情绪病毒抱怨是无能的表现没有任何抱怨，没有任何借口抱怨不如改变光发牢骚不行。
请提出建议第八章 从感恩出发，从谦卑做起永不抱怨从感恩出发，从谦卑做起常怀一颗感恩的心感谢帮过你的人感谢羞辱你的人在顺境中感恩，在逆境中依旧心存喜乐用感恩的心态去工作感激你的老板

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

第一章 生活是不公平的，你要去适应它　　生活是不公平的，你要去适应它　　我一直都抱怨自己买不起鞋，直到我遇到了一个没有脚的人。

比尔·盖茨说过：“生活是不公平的，你要去适应它。”几乎是从我们出生的那一刻起，这种不公平就显现了出来：有些孩子降生在护士、医生一大把的宾馆一样的高档病房里，而有些孩子则降生在只有一个七十多岁接生婆的自家黑糊糊的炕头上。

到了上学的年龄，“宾馆孩子”穿着新衣，背着新书包一蹦一跳地踏进了美丽的幼儿园，而“炕头孩子”却只能穿着补丁摞补丁的旧衣服眼巴巴看着别人背书包进学堂。

该参加工作了。

“宾馆孩子”凭学历、凭关系轻而易举地进入了著名的企业。

而“炕头孩子”无学历、无关系，只能靠出卖体力维持最基本的生活……　　当然，口含“金钥匙”出生的毕竟是少数，一生下来就没有学可上的孩子也不多，大多数人都如你我一样处于中间水平。

但即便是这样，我们还是能处处感觉到生活的不公：为什么自己的父母是贫困地区的普通农民而不是富裕城市里的知识分子？

为什么自己大学毕业正好赶上国家不再分配工作？

为什么自己努力工作而老板却把晋升的机会给了自家一个亲戚？

世界上哪有什么绝对的平等，就是以一个傻子的眼光来看，这个世界也不是完美无缺的。

普希金有一首我们都非常熟悉的短诗《假如生活欺骗了你》：“假如生活欺骗了你，不要忧郁，不要愤慨；不顺心时暂且忍耐。

相信吧，快乐的日子将会到来。

”　　生活是不公平的，如果我们无法适应，怨天尤人，不敢面对现实，没有足够的勇气去接受现实的挑战，整天活在忧郁之中，那么我们等于被生活击垮。

既然这样，我们不如去思考，如何更好地去适应生活的不公。

唯有适应当下的环境，才会有机会去改变自己的处境。

不要奢望自己成为上天的宠儿，假如生活欺骗了你，给了你诸多不公平的待遇，那么请你接受比尔·盖茨的忠告：去适应它。

邻家有个女孩，成年了，也知道爱美了，总是抱怨自己的小腿长得不好看，身型不够完美；懂事了，知道了这个世界上存在着很多道德以外的规则，就开始忿忿不平，轻易地指责生活不公。

但当她看到一个躺在病床上三年无法翻身、截了肢却满怀感恩要报答社会的女孩，她流泪了。

可以说，她的眼泪不仅仅是因为感动，更是因为羞愧。

CCTV2《健康之路》栏目曾报道过这个叫江盼的女孩，由于左腿软骨肉瘤长到了比她纤弱的腰还粗，家境较差无钱治病，躺在病榻上三年，生活无法自理，骨瘦如柴，甚至当经验丰富的医生看到她都不由地夸她生命力顽强。

一个花季少女，面对严重畸形到令人寒心甚至恐惧的身体，以及无时无刻不在的疼痛，她整整熬了三年多！

她没有怨恨社会，没有怨恨父母，也没有指责自己的命运，只是顽强地求生。

当第四军医大的范清宇教授给她做完手术时，她满怀感恩，当摄像机对着她乐观善良的笑靥时，谁都想象不到，因为错过了最佳治疗期，她的左腿已经截了肢。

她说周围的人给了她太多的爱，为了报答，她将来要到西部去当志愿者，要尽自己所能为社会做贡献。

一个经历了病痛并可能终生残疾的女孩说：她要报答！

她那无邪的眼神，她面对生命的坚强与乐观，让邻家女孩无地自容。

是的，我们中的大多数，都有一个健康、至少是健全的身体，可是，当我们抱怨自己没有一双好鞋穿并引申至社会的不公的时候，我们有没有想过那些没有脚的人呢？

他们又是怎样的生存态度呢？

生活中的不公平之事真是说也说不完。

第一图书网, tushu007.com

不平像空气一样，只要你想，它随处可在，也随时都可以牵着你的鼻子，直到把你引入心灵的死角。
一个以抱怨面对生活的人，就像一个灵魂的自虐者。
他们不懂得还有一种态度叫作“积极”，一种情操叫“宽容”，一种命运叫作“天助自助者”。
要想改变不公，得到自己理想中的公平，唯一的方法就是比尔·盖茨所说的“去适应它”，在适应的基础上用能力去改造环境，创造公平。
想法决定命运　　生活不可能尽善尽美，阳光下也会有阴影，就看你用什么样的心态去看待生活。
人生不过如此，要不你驾驭自己的一生，要不被生活牵着鼻子走，该怎么走还取决于你自己。
有两个台湾观光团到日本伊豆半岛旅游，路况很坏，到处都是坑洞。
一位导游连声说路面简直像麻子一样。
而另一个导游却诗意盎然地对游客说：“我们现在走的正是赫赫有名的伊豆迷人酒窝大道。”　　虽是同样的情况，然而不同的意念，就会产生不同的态度。
思想是何等奇妙的事，如何去想，决定权在你。
有的人很感谢生活赋予他的一切，在他眼里生活所给予的都是对他的厚爱；而有的人却厌恶生活对他的不公平，在他眼里生活给予他的都是苦不堪言，而赋予别人的却是美妙之极的生活。
一个漂亮女孩曾经抱怨过为什么别人那么漂亮，学习那么好，会得到老师的赞扬，会有那么好的家境，会有那么让人羡慕的工作……而自己却什么都没有，为此她真的很烦恼。
惭惭地她在无言的沉默中过着每一天，中专毕业之后在韩资企业做了文书，每天工作之余学习韩语，然后通过成人高考上了大专。
日复一日，年复一年，就这样平静地不再有怨言地过了两年。
两年后她辞掉了每月500元工资的工作。
那时她一直在想，“如果能找到一份每月800元工资的工作，我一定会很满足，并由衷地感谢生活对我的厚爱。”　　后来她找到了一个好工作，也拿到了比曾经期望的更高的工资。
这时，她才渐渐明白一个道理，生活对每一个人都是公平的，你要用平静的心去看待生活，要让自己得到最大限度的发展，不要抱怨生活的不公平。
要让自己学着满足，在满足的同时给自己一点压力，才会觉得生活是如此的美妙！
对于整个世界的不公，我们也许无能为力，但是却可以控制自己对它的态度。
我们采取什么样的态度，就决定我们会成为什么样的人。
“人的一切都可以被剥夺，”集中营幸存者维克托，弗兰克尔写道，“除了最后的一点自由——不管在什么情况下。
你都可以选择自己的态度和方式。”　　斯蒂芬·霍金也不是生下来就坐轮椅的。
霍金是牛津大学公认的最有前途的明星学生，但在他大三那年，却发现自己身上出现了奇怪的症状——手脚逐渐变得不利索，甚至有时候会无缘无故地跌倒。
在他刚满21岁的时候，人们介绍了一位专家为他诊治，专家做了各种各样的医学测试，希望能够找出病因。
但是，除了判断出这是一种罕见的多发性硬化症，而且会继续恶化外，专家也无能为力。
1985年，霍金再次遭受了不幸的打击。
他感染了肺炎，医生不得不为他进行气管切开手术，也就是在脖子及气管上直接切口形成通气孔，斯蒂芬·霍金，他已经经历了那么多痛苦，失去了那么多，如今又将永远失去说话的能力，他将要带着自己虚弱无力的身体，在轮椅上度过余生。
如今，霍金可以说是世界上最著名的物理学家，他有三个孩子，一个孙子，十二个荣誉学位，是英国皇家协会的特别会员，还获得了很多奖项和勋章。
“我的手指还能活动；我的大脑还能思维；我有终生追求的理想；我有爱我和我爱着的亲人与朋友；对了，我还有一颗感恩的心……”谁能想到这段豁达而美妙的文字，竟出自一位在轮椅上生活了几十年的高位瘫痪的残疾人——世界科学巨匠霍金之手。

第一图书网, tushu007.com

命运之神对霍金，在常人看来是苛刻得不能再苛刻了：他口不能说，腿不能站，身不能动。可他仍感到自己很富有：还有能活动的手指，还有能思维的大脑……这些都让他感到满足并对生活充满了感恩之心。
因而，他的人生是充实而快乐的。
霍金并没有抱怨生活的不公，与他的遭遇相比，你那些问题又算得了什么呢！
日出东海落西山，愁也一天，喜也一天，遇事不钻牛角，人也舒坦，心也舒坦。
不要抱怨生活，生活是面镜子，你对它哭，它也对你哭。
你对它笑，它也对你笑，同样你抱怨生活，生活也在抱怨着你。
生活不可能尽善尽美，阳光下也会有阴影，就看你用什么样的心态去看待生活。
……

第一图书网, tushu007.com

<<不抱怨的心态>>

编辑推荐

《不抱怨的心态》在不公平的条件下也要坚持战斗、做一个真正的赢家！

员工最喜欢抱怨的6大问题　　企业最需要澄清的6大观念　　问题一：这个社会太不公平，我的老板太不公正！

观念一：生活是不公平的。

你要去适应它。

问题二：我这么有才华，为什么没人聘用我，为什么没人欣赏我的能力？

观念二：怀才就像怀孕，时间久了才能让人看出来。

问题三：万恶的资本家都是一样的，我只不过是在为老板打工，老板只是在利用我！

观念三：不要考虑是否被利用。

也不要怕被人利用，最怕就是你没用。

问题四：既然努力不知道能否获得肯定的回报，那我为什么要努力？

观念四：人向着一个方向走路。

不可能一步到位。

每一次努力都隐含着成功的因素。

问题五：这些工作太繁琐枯燥，我一点兴趣没有，我不好好工作是因为我不喜欢！

观念五：任何工作都有好的一面和坏的一面，每个人都不得不做一些令人厌烦的工作。

问题六：我不喜欢有“关系”的公司，为什么要我与难处的同事相处，与平庸的同事共事？

观念六：不管干什么，总是有你喜欢的人与对立的人和你在一起。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com