第一图书网, tushu007.com

<<委屈成就伟大>>

图书基本信息

书名：<<委屈成就伟大>>

13位ISBN编号：9787511303301

10位ISBN编号：7511303307

出版时间：2012-4

出版时间：中国华侨

作者：林伟宸

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

<<委屈成就伟大>>

内容概要

伟大是熬出来的，你没有委屈，不会珍惜成功的来之不易；你受不了委屈，就会容易让人太早祭奠、悼念。
成功都是委屈起来的，你承受的委屈越多越大，你抗风险受打击的意志越强，你才不会轻易被困难吓倒，不会被一时的成功冲昏头脑。

正如没有随随便便的成功，也没有随随便便的失败。
关键的是，你在看到自己的背影之后，如何让别人不至于过早祭奠，如何持续做对他人对企业对社会有益的大事，那才是尝尽委屈之后的沧桑正道。

人生在世，注定要受许多委屈。
面对各种委屈，你要学会一笑置之，你要学会超然待之，你要学会转化势能。
只有这样，你才能在隐忍、原谅、宽容中成长壮大。

马云说过：男人的胸怀是委屈撑大的，同样，男人的成功更是委屈成就的。
如果你没有成功，只说明一点：被委屈得不够。
因此，人，要感谢被委屈和正在经受的委屈。

作者简介

林伟宸，企业文化咨询专家，在企业文化建设、人力资源管理等现代企业管理方面具有丰定的实战经验和独到的见解，现为数十家企业管理顾问。
其个人作品有《特种兵法则：永不放弃的铁血军魂与团队意识》、《感动力：人际互动与商业经营的神奇力量》、《天道酬勤不酬不怨》、《一切都可以变，除了信仰：百年品牌启示录》等。

<<委屈成就伟大>>

书籍目录

第1个忠告　成功者的胸怀是委屈撑大的
　　世人皆有委屈，看得开才能活得痛快，如果一受委屈就放弃自己努力已久的事情，那就永远不可能有成功的一天。
成功者的胸怀都是委屈撑大的，在他们光鲜亮丽的背后总有鲜为人知的辛酸故事。
当你受到委屈时，应该像那些强者一样去和命运抗争，把心变豁达，把所有的不平看淡。

　谁都有委屈，看得开才能活得痛快
　叫屈前先检讨自己的行为
　别怕受委屈，人的胸怀是委屈撑大的
　被人误解，干着急不如找机会澄清
　“流言蜚语”伤不到志坚之人
　付出不一定有回报
　以豁达的心态看待“忘恩负义”
　学会倒苦水，别把委屈一直憋在心里
第2个忠告　人生在世，不幸的人不止你一个
　　人生无常，谁都会遇到一些不幸的事，不幸是最残酷的委屈，但它不会一直折磨我们。
想要摆脱不幸，就不能轻易向命运低头，要像“沙漠玫瑰”一样坚强地生存着，并且要懂得，天助自救者，无论是谁，都不能把希望全部寄托在别人身上，要靠自己的双手来开创美好的未来。

　努力成为从不幸中走出来的英雄
　谁都有不幸，不要只看到别人的笑容
　别总站在墙角看问题，其实你有很多退路
　天助自救者，靠人不如靠己
　不幸是连接成功的阶梯
　你也可以像“沙漠玫瑰”一样生存
　无力和命运对抗，那就顺其自然
第3个忠告　你若不勇敢，没人能替你坚强
　　人生来就要受苦，在痛苦中煎熬的人会不时地被委屈包围。
不过，忍受煎熬并不全然都是坏事，只有在经历煎熬后才能化茧成蝶。
痛苦虽然难熬，但只要我们不放弃希望，始终坚强，就一定能看到胜利的曙光。
如果你被痛苦折磨得无法再忍受，就这样鼓励自己：“黑夜给了我黑色的眼睛，我要用它寻找光明。”

　痛苦是常态，学会在苦难中吮吸甘甜
　被病痛折磨，多想想病愈后的喜悦
　不经历煎熬，就不能化茧成蝶
　能吃苦也可谓是一种资本
　生命会在痛苦中开出璀璨的花
　笑着活下去，把痛苦埋葬在回忆里
第4个忠告　没有过不去的坎儿，没有到不了的明天
　　人生百年，没有谁能一条平路走到底，挫折总会藏在一个地方等着我们。
遭遇挫折会让人感到委屈和无助，但也隐藏着成功的种子，只要我们拥有勇往直前的决心，坎坷就会成为我们成功路上的帮手。
要相信，世上没有过不去的坎儿，挫折不会一直存在，有时候，只要我们再往前走一步，就会和成功握手。

每一种挫折都隐藏着成功的种子
笑看得失，做一个输得起的人
太高调会让你挫折不断
成功垂青不轻易妥协的人
再往前走一步，你就会成功
世界上总有许多大器晚成的人
人生没有真正的绝境

第5个忠告　别拿别人的过错折磨自己

人生不如意之事十有八九，没有谁能够一直平平顺顺，当遭遇不顺时，我们应该让自己保持心平气和，而不是怒火中烧。

要知道，愤怒具有超强的杀伤力，它能让我们的生活变得一团糟。

如果我们能平静面对不顺，用机智代替愤怒，我们不仅能让糟糕的事情有所好转，还能让因不顺而产生的委屈随风飘散。

不要被怒气控制
不要因为生气而成为输家
“受气”也能成为一种能力
对方太强硬，要懂得以柔克刚
努力奋斗，让信念为你助跑
有些事不要太过执著
坏事突然登门，用机智代替愤怒
眼高手低的人成不了大气候

第6个忠告　有时候，沉默是最有力量的回应

被讥讽的滋味不好受，但不能因为这样就抓狂失态，一旦我们这么做了，我们就可能遭受到更猛烈的讥讽。

其实，讥讽不可怕，可怕的是我们沉溺在讥讽给我们带来的委屈中出不来。

当你被委屈包围时，就这样提醒自己：无须在意他人的言语，用沉默代替争辩，只要我们能够做出成绩，生活自会给讥讽者以讽刺。

别那么爱动怒，你越生气对方越高兴
心有雅量能消灾避祸
拥有足够的自信，无视他人的愚昧和肤浅
用自嘲的方式让自己免受嘲笑
微笑着沉默，低调着进步
讥讽终有时，笨小孩也有春天

第7个忠告　不要因他人的轻视而停止前进的步伐

很多人会为别人的轻视而感到委屈，并且在受到轻视后一直怀疑自己。

实际上，被轻视并不表示你就是差劲的人，就算在某方面真的技不如人，只要心怀必胜的决心就一定能将卑微碾碎。

很多成功人士就是因为拥有坚定的决心以及乐观的心态，才从不起眼的小人物成长为众人瞩目的焦点的。

走自己的路，让别人轻视去吧
别人不对你笑，你就对他笑
被他人轻视，不代表你没本事
让他人对你由“轻视”变“崇拜”
平凡不是错，谁说一定要做强者

术业有专攻，莫怕被轻视
强者会把辱没当成一种力量
第8个忠告　举世誉之而不加劝，举世非之而不加沮
遭到指责后，很多人会反复纠结并委屈不已。
有些人为了让自己免受指责，就会强迫自己去迎合别人的喜好，结果弄得自己疲惫不堪。
想让自己获得进步，就不能害怕指责，毕竟谁都会犯错，错了就坦然接受并积极改正，没有什么难为情的。

有错就要改，这样才能“无二过”
为自己而活，不要太在意别人的指责
被突然攻击，强辩不如以退为进
不要对他人的指责心有偏见，有些指责或许是善意的
遭遇不公平，用温和的态度换来和平
被师长指责，用事实证明自己是对的
第9个忠告　害怕走崎岖山路的人，只会永远留在山下
有些人稍有压力就会整日愁眉苦脸甚至委屈地想要大哭。
其实，压力并不可怕，能够笑对压力的人通常会有一个积极多彩的人生。
不过，压力太大也不是好事，它会夺去人们一部分的幸福感。
有些人身上的很多压力都是自己给自己加上去的，他们把什么事都往心里装，最后弄得自己疲惫不堪。
想要恢复轻松，就要学会放下。

让压力成为生活中的“甜点”
别自寻烦恼，该放下的就放下
不要把婚姻变成了围城
钱赚得开心，才算真的“赚”到
多鼓励自己，自信能够缓解压力
从容去工作，不做职场“夹心饼”
不懂得休息的人不会工作
学会巧妙地说“不”
第10个忠告　宁可自己去原谅别人，莫让别人来原谅你
世界越复杂，人和人之间的矛盾就越多。
很多情况下，发生矛盾的双方都不是受益方，都会感到委屈，因为委屈，所以会心怀怨恨。
心怀怨恨不是好事，它会催生悲剧的发生。
想要让矛盾得到很好的解决，就要学会原谅、淡忘、道歉和忍让。
忍一时风平浪静，主动去道歉能够化干戈为玉帛。

学会原谅，扔掉旧怨才能获得新生
冷静点儿，愤怒能将你的前程毁掉
忘掉仇恨才能成就未来
不想两败俱伤，就得学会忍让
智者少言，别在小事上与人抬杠
主动道歉是勇者的行为
第11个忠告　吃亏是福，懂得会出才会收获幸福
生活中，我们经常会吃亏，大多数人在吃亏时都会感到委屈，觉得自己十分倒霉。
其实，吃亏并不都是坏事，在某件事情上吃了亏的人没必要一直耿耿于怀，也许今天的“亏”到了明天就会变成“果实”。

另外，在和爱人、朋友相处时，不能过于计较自己是否受到了损失，懂得付出才能收获幸福。

福祸本难料，有时损失就是得到
放弃是为了更好地得到
凡事不必斤斤计较
吃亏是福，吃点儿“糊涂亏”不全是坏事
给人留颜面才能让自己免受损失
谁说吃“眼前亏”的人不是好汉
不要让已经失去的东西折磨自己

第12个忠告　生活从不曾亏欠你，是你不肯放过自己

世界上没有十全十美的人，每个人的身上都存在缺憾，缺憾让一些人感到委屈并因此闷闷不乐。为缺憾而难过是没有必要的，因为就算我们再怎么伤心，缺憾也不会消失。
与其为缺憾伤神，不如大方地承认自己的不完美。
虽然我们不能改变缺憾，但我们能够靠自己的努力创造美好的未来。

金无足赤，再珍贵的美玉也会有瑕疵
大方承认自己的不完美
知足常乐的人能收获幸福的人生
不要让你的幸福被“攀比之心”绑架
不能改变出身，但可以创造未来
其实你的爱情没那么多缺憾

章节摘录

版权页:谁都有委屈，看得开才能活得痛快在这个充满温暖又不乏狂风暴雨的世界上，没有谁能够始终无忧无虑地走过漫漫一生。
不管多么强大、多么幸运的人，在深邃、深沉的生活面前也不可避免地会遇到这样或那样的委屈。
委屈到底是什么呢?简单来说，就是明明自己是对的，却受到了指责、怒骂或是嘲笑，此外就是没有做错任何事，却生来就活在困苦里，总是难以翻身。
委屈面前人人平等，世上准人无委屈呢?谁都会有受委屈的时候。
一些人为了生存下去，不得不干最累最烦琐的工作，尽管这样还是处处遭人白眼，被人看不起。
而另一些人虽然拥有大把金钱，但站得越高，欲望越多，他们为了赚取更多的钱，整日在外面忙碌，今天在中国，明天便飞去了非洲谈生意，这就使他们没有足够的时间陪在亲人身边，这何尝不是一种委屈?当被人误会时会委屈，当朋友和自己不再那么亲近时会委屈，当付出努力却没有得到收获时会委屈，当无法满足身边人的期望而被埋怨时会感到委屈，当一直活在众人羡慕目光中的自己突然沦为孤家寡人的时候也会感到委屈。
如果你觉得自己很委屈，上天对自己不公平，不妨来看看这篇寓言故事。
寺庙里运来一块巨大的大理石，经过雕刻工匠们的加工后，它被切割成大大小小好几块。
工匠们挑出了最大的一块，将其雕塑成佛像，使其享受人间香火，受人们的顶礼膜拜。
而那些小块的大理石被简单切割后，铺在了佛像前面，供香客们行走、踩踏。
在一个月朗星稀的夜晚，被铺成台阶的大理石终于忍不住内心的委屈，对着佛像抱怨道：“ 真是太不公平了，我们都是石头，为什么天天有人给你上香、膜拜你，而我们却日日受众人踩踏。
”佛像说：“ 当初工匠们只动了6刀，就让你变成了台阶；而我却是在忍受千刀万剐后才变成佛像的。
”所谓“ 天本公平，不公是人心 ”，每个人付出的努力不同，作出的牺牲不同，收获自然也不同。
任何人想要站在一定的高位上，都要付出代价，谁也别指望天上会无端地掉馅儿饼。
也许你会说，委屈已经让人十分难受了，谁还去管付出和收获的问题，那些劝说自己把委屈当动力的人就是“ 站着说话不腰疼 ”。
诚然，委屈让人心里很不舒服，但如果把心放宽一点儿，压在心中的委屈就会变小。
想要让委屈不再那么折磨人，最有效的方法不是还击，而是要把心放宽，凡事看开一点。
一场重要的长跑比赛就要开始了，有好几十个选手参加，他们都是从几千万人中选出来的，各个都绝对是高手。
然而，比赛只给前3名颁奖，这就使比赛变得格外激烈。
比赛中，一名选手以一步之差落在了后面，成为第4名，他为此受到了比倒数第1名还要多的责难。
众人纷纷嘲笑道：“ 真是个倒霉的家伙，跑成这个样子，跟倒数第一有什么区别? ”一般人听到这样的嘲笑多半会感到委屈，凭什么身为前几名的自己会被说成是倒数第一名。
但这名选手却若无其事地笑着说：“ 我虽然没有得奖，但是在所有没得奖的选手中，我是第一名。
”他说得多好，谁说跑第4名跟跑倒数第一没有区别?这名运动员最让人感动的就是他豁达的心态，这种心态远比拿奖要珍贵得多。
我们有理由相信，这样一个心胸宽广、赢得起也输得起的人，势必会在将来的赛场上取得世人瞩目的成绩。
凡事看开一些、坚强一些，委屈就会变成一个契机。
历史上，很多性格坚定、抱负远大的人都会在受尽委屈后做出一番惊天动地的事业。
司马迁在《汉书》中写道：“ 盖西伯拘而演《周易》；仲尼厄而作《春秋》；屈原放逐，乃赋《离骚》；左丘失明，厥有《国语》；孙子膑脚，修列《兵法》；不韦迁蜀，世传《吕览》；韩非囚秦，著《说难》、《孤愤》、《诗》300篇，大抵圣贤发愤之所为作也。
”司马迁对周文王、孔子、屈原等人是心怀敬意的，这些人受尽了委屈，却并没有在委屈中埋没自己，他们通过著书立说来抒发怨愤，并以此展现出了自己的才华和价值。
作为平凡人的我们，或许终其一生也做不出什么惊天动地的大事业，但我们至少可以把委屈看作是一

个激励自己蜕变的转折点。
叫屈前先检讨自己的行为委屈有时候就像是一道无解题，没有解决的方法，也没有明确的缘由，但这并不表示所有的委屈都没有原因，在很多故事里，人们之所以受到委屈完全是由自己的错误行为造成的。
中国古代思想家老子说：“ 自知者明 ”，古希腊思想家苏格拉底说：“ 要认识自己。
”两位不同国度的圣人差不多在同一时期对“ 认识自己 ”有如此相似的看法。
从中不难发现，认识自己、有自知之明，对任何一个人来说都是非常重要的，只有静下心来审视并修正自己的不足，才能图以大志。

媒体关注与评论

世界不会在意你的自尊，人们看到的只是你的成就。
在你没有成就之前，切勿过分强调自尊。
被委屈是生命的一种常态。
——微软／比尔·盖茨　一个人越是成功，遭受的委屈也越多。
要使自己的生命获得极值，就不能太在乎委屈，不能让它揪紧你的心灵。
——联想／柳传志　一定要有天降大任于斯人的胸怀，要受得了委屈，特别是做了好事还受冤枉的委屈。
——华为／任正非　男人的胸怀是委屈撑大的，同样，男人的成功更是委屈成就的。
如果你没有成功，只说明一点：被委屈得不够。
因此，人要感谢被委屈和正在经受的委屈。
——阿里巴巴／马云　痛苦是男人的营养，经历得越多，这个男人就变得越睿智、宽容、幽默、坚强。
——万通／冯仑

编辑推荐

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