

<<患者与智者的48个差距>>

图书基本信息

书名：<<患者与智者的48个差距>>

13位ISBN编号：9787530434451

10位ISBN编号：7530434454

出版时间：2007-1

出版时间：北京技术出版社

作者：萧萧

页数：236

字数：210000

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>

<<患者与智者的48个差距>>

内容概要

智者，聪慧的人，聪明的人，有灵性的人；患者，笨拙的人，鲁钝的人。

从科学的角度讲，人与人之间确有智商高低、上下之分；但从人性的角度讲，人与人之间真正的差异在于思想方式、行为方式。

一句话：主观意识。

因为智者和患者，中间不隔九天，不隔五洋，不横千仞绝壁，不横万丈沟壑；他们甚至是近邻、是兄弟、是左手与右手、是上嘴唇与下嘴唇、是上眼皮与下眼皮……就是一句话：只差一点点。

如果人人都坐如铜钟、静如处子，什么活也不干、什么事儿也不做，是很难区分“愚”与“智”的。

所谓的智者与患者，也只能在具体的行为实践中见泾渭。

因此，无论在职场上，还是在日常生活中，只要多动脑子、多想办法，一门心思去实现把事做好的目的，真正彻头彻尾的患者，从严格意义上讲应该是不存在的。

<<患者与智者的48个差距>>

书籍目录

第一章 学会尊重他人 1. 智者满脸微笑，患者冷若冰霜 2. 智者记住别人的名字，患者希望名字被记住 3. 智者了解别人的心思，患者表示自己的需要 4. 智者善于倾听，患者没有耐心
第二章 不做无意义的争辩 5. 智者先赞同，患者先否定 6. 智者让别人逐步说“是”，患者会引起更多争论 7. 智者聪慧幽默，患者呆板无趣 8. 智者知过就改，患者固执己见
第三章 说话不说破 9. 智者委婉建议，患者直白否定 10. 智者不把话说破，患者单刀直入 11. 智者三缄其口，患者口不择言 12. 智者委婉拒绝，患者冷漠反对
第四章 学会随机应变 13. 智者说话看对象，患者盲目乱开口 14. 智者善于察言观色，患者不会“投其所好” 15. 智者看场合，患者“一根筋” 16. 智者谈对方感兴趣的事，患者说自己感兴趣的事
第五章 做个让人喜欢的人 17. 智者低调谦虚，患者骄傲张狂 18. 智者宽容大度，患者锱铢必较 19. 智者诚实可信，患者虚伪可憎 20. 智者照顾他人的自重感，患者满足自己的虚荣心
第六章 关心他人，快乐自己 21. 智者细微处关心他人，患者处处为自己打算 22. 智者善意赞美，患者乐于批评 23. 智者给人以激励，患者以冷水泼人 24. 智者善于替人解围，患者遇事避而远之
第七章 高效率做事 25. 智者目标明确，患者糊涂度日 26. 智者善于制订计划，患者眉毛胡子一把抓 27. 智者与人有效合作，患者喜欢单打独斗 28. 智者挖掘自身潜能，患者只会埋头苦干
第八章 行动成就梦想 29. 智者付诸行动，患者耽于幻想 30. 智者雷厉风行，患者拖沓懒惰 31. 智者标新立异，患者盲目从众 32. 智者未雨绸缪，患者亡羊补牢
第九章 不钻生活牛角尖 33. 智者淡然看待得失，患者为名利所累 34. 智者懂得放弃，患者牢记忧伤 35. 智者改善自己的弱点，患者埋怨自己的短处 36. 智者知道变通，患者死钻牛角
第十章 信心是照亮成功的阳光 37. 智者不为打翻的牛奶哭泣，患者常常拿过失处罚自己 38. 智者克服自卑，患者被自卑俘虏 39. 智者对生活充满热忱，患者缺乏激情 40. 智者为最坏的结果做准备，患者凡事总往最坏处设想
第十一章 别和工作过不去 41. 智者创造机遇，患者等待好运 42. 智者靠智慧工作，患者靠体力工作 43. 智者热爱自己的工作，患者在工作中变得麻木 44. 智者懂得休息，患者堪称工作狂
第十二章 享受生活，享受快乐 45. 智者给心灵放假，患者让心弦紧绷 46. 智者驾驭金钱，患者被金钱束缚 47. 智者过好每一天，患者浪费好时光 48. 智者感受快乐点滴，患者总是不快乐

<<患者与智者的48个差距>>

章节摘录

第七章 高效率做事 人生苦短，只有区区数十年光阴，在这有限的时间内，如何使自己的人生走向辉煌呢？

我们无法延长时间，但我们可以追求效率。

首先，你的人生要有一个明确的目标，然后再为实现自己的目标，制订出切实可行的计划，来逐步达到目标。

智者一旦有了目标，就会围绕目标，想方设法，积极行动，为早日实现自己的目标而奋斗不已。

患者大多没有目标，整天糊涂度日，一生忙碌，但到头来一事无成，默默终生。

人生不在于时间的长短，而在于生活质量的高低，如果你不甘平庸，就从现在开始学会高效率做事吧！

25. 智者目标明确，患者糊涂度日 人生不能没有目标，如果没有目标，你就会像一只黑夜中找不到灯塔的航船，在茫茫大海中迷失了方向，只能随波逐流，达不到岸边，甚至会触礁而毁。而有了正确的目标，你这艘航船就会朝着它开足马力，乘风破浪，直到终点。

智者之所以会成就一番大事业，就是因为他们目标明确、合理，他们在奋斗中避免走弯路，或少走弯路，顺着目标的方向积极行动，所以他们容易成功；患者大多数没有目标，他们在生活中像一群无头苍蝇，瞎飞乱撞，只见忙碌，不见收获，最后在失望中终其一生，实在可悲。

伟大的人物，他们在年轻时就为自己确立了远大的奋斗目标，如毛泽东在青年时就把解放劳苦大众当作自己的责任，周恩来在学校就树立“为中华之崛起而读书”的志向等。

正是目标的存在，使他们产生了无穷的力量，来促进自己不断前进，不停地奋斗，直至达到目标。

1952年7月4日的清晨，浓浓大雾笼罩整个海岸，一位34岁的妇女，从海岸以西21英里的卡塔林纳岛上涉水下到太平洋中，开始向加州海岸游过去。

这次，如果她成功了，她就是第一个游过这个海峡的妇女，这名妇女叫费罗伦丝·查德威克。

在此之前，她是从英法两边海岸游过英吉利海峡的第一个妇女。

当时，雾很大，海水冻得她身体发抖，她几乎看不到护送她的船。

时间慢慢前行，千千万万的人在电视上看着。

在以往这类渡游中，她的最大的困难总不是疲劳，而是冰凉刺骨的水温。

15个钟头之后，她浑身冻得发麻又很累。

她感觉自己不能再游了，就叫人把她拉上船。

在另一条船上的她的母亲和教练都告诉她海岸已经很近了，叫她不要放弃。

但她朝加州海岸望去，除了浓雾什么也看不到。

几十分钟之后，人们将她拉上船。

又过了几个钟头，她渐渐暖和了，这时她回忆起自己渡游的经历。

她不假思索地对记者说：“说实在的，我不是为自己推脱，如果当时我看见陆地，我能坚持下来。”人们拉她上船的地点，离加州海岸只有半英里！

后来她说，令她半途而废的既不是疲劳，又不是寒冷，而是因为她在浓雾中看不到目标。

查德威克小姐一生就只有这一次没有坚持到底。

两月后的一天，她成功地游过了这个海峡。

她不但是第一位游过卡塔林纳海峡的女性，而且她以超出两个钟头的成绩打破了男子纪录。

从这个故事中，我们很容易看出：查德威克是个游泳好手，她的目标是要游过卡塔林纳海峡，第一次漫游时，她找不到目标，看不到终点，因此不得不放弃了，她凭借自己的勇气和能力，再次游过了同一海峡。

心中拥有目标，能给人以生存的勇气，在艰难困苦之际，目标能赋予人们坚忍不拔的毅力。

有了具体目标的人少有挫折感，因为比起伟大的目标来说，人生途中的波折就显得微不足道了。

因此，拥有科学的目标可以优化人生进程。

假如就寝之前有令人操心的问题，可能隔一夜醒来便茅塞顿开、迎刃而解了。

那是因为人们虽然已经入眠，但心底深处仍在思考有关事情之故。

<<患者与智者的48个差距>>

目标会加深必胜的把握。

当你可以把目标具体而清楚地写下来时，你就克服了心理的怀疑及恐惧，你开始相信自己可以达到目标。

当信心增长的时候，你更会去做那些有助于达到目标的相关事情。

你越是记得你的目标，就越加强了心理的动力。

你会送出思想电波来吸引更多的机会和事件，助你美梦成真。

你越是牢记目标，越去思考如何达到目标，越去想像达到目标之后的那种快乐，你外在世界的成就就更会呼应你的内在世界。

你朝目标迈进的每一步都会增加你的快乐、热忱与自信。

每天依据目标工作，你就会逐渐在心中发展出你相信每件事都会成功的绝对信心。

每天的进步能让你去除恐惧，践踏怀疑。

你会从积极的思考进展成为积极的领悟，没有一件事情可以阻挡得了你。

然而可悲的是大多数人都没有目标或不切合实际的目标。

患者从来没有自己的目标，他只知道做别人让他做的事，他不知道为什么要做这些事，做这些事结果是什么，他更不知道自己以后要做什么。

如果你问他：“你为什么而活？”

他就会迷惘地看着你。

威廉姆·玛斯特恩是一位非常优秀的心理学家，他曾经向3000人问过同样的问题：“你为什么而活着？”

”结果表明有94%的人说他们没有明确的生活目标。

94%啊！

正像有句谚语所说：“每个人都会死，但并非每个人都真正地活着。”

”玛斯特恩的调查不幸证实了这一点。

患者过着如梭罗所说的“宁静的绝望生活”。

期望他们的人生目标在某个神灵的激发下瞬间降临。

同时，他们只是在生存着，重复着生活的机械动作，他们从未感受过生命的光亮。

他们看着他们的生命之光迅速地飞逝，人变得越来越恐惧，害怕自己还没有体会到任何真正喜悦和生命的内涵，就走到了人生的尽头。

“不能保持正确目标而奋斗的，就如玩耍得意而消沉的儿童一样，他们不知道自己所要的是什么，总是茫然地噘着嘴。

”卡耐基曾经说过。

确定明确的人生目标，无论是对人生，或是对任何的行动，都是至关重要的。

在生活中，因为没有明确的目标。

患者就像地球仪上的蚂蚁，看起来很努力，总是不断地在爬，然而却永远找不到终点，找不到目的地。

结果只是白费力气，得不到任何成就与满足。

没有目标的活动无异于梦游，没有目标的生活只不过是一种幻象。

许多人把一些没有目标的活动错当成人生的方向，他们花费了九牛二虎之力，最后还是哪里都到不了。

要攀到人生山峰的更高点，当然必须要有实际行动，但是首要的是找到自己的方向和目的地。

如果没有明确的目标，更高处只是空中楼阁，望不见更不可及。

如果我们想要使生活有突破，到达很新且很有价值的目的地，首先一定要确定目的地是什么。

只有设定了目的地，人生之旅才会有方向、有进步、有终点、有满足。

智者都各有一套明确的目标，都已制订出达到目标的计划，并且花费最大的心思和付出最大的努力来实现他们的目标。

社会无疑具有强大的同化作用，使得我们许多人都背离了人生的真谛，丧失了真情和本性。但唯有我们自己真正想要的，才能使我们得到满足。

<<患者与智者的48个差距>>

放弃了自身的愿望和需要，我们就会变得麻木不仁，对任何事都无动于衷。

每个人都做过梦。

都希望“美梦成真”，然而，做梦的年龄过了之后，面对现实，为什么会有惆怅或失落？

那是因为你没有为实现那个梦想而去努力。

人一旦有梦想、有目标，自然就会为了实现它而发挥更大的心力。

这是为什么呢？

在为实现理想而奋斗的过程中，人生的乐趣已在其中，而生活就会更加的精力充沛，此时人类原已潜在的脑力也会得到发挥。

经常有意识地创造出这样的状况，使人生更成功、更丰富且充满乐趣的原则，就是所谓的目标催化作用。

明确的目标让人们有所适从、有了方向感，指导人们的行动，否则我们在生活中就真的像无头苍蝇一样到处乱窜。

当我们有了目标与方向，就有了使自己不断前进，不断成长，开创新天地，发挥创造力的精神动力。

要设立目标需要努力自律。

智者一旦建立好了目标，就会投入更多的努力来逐步实现它，并督促人生的航标不脱离目标以及不断给自己设定新的目标。

设定和实现目标要花费很多的努力和自律，所以患者干脆就不设目标，任由现状，得过且过，或是虽然有目标却懒得去实现。

光有目标并不能使我们不断朝前迈进，还要有行动计划的配合才行。

目标的树立是使我们明确方向，而行动计划则告诉我们该怎么做，做什么才能到达我们想要去的地方，而行动计划确定了我们追求目标时所投入的活动。

在生活中，我们只有树立明确的目标，投入实际的行动，才能收获成就感和满足感。

患者的生活最容易朝没有阻力、潮流所向之处盲目前进；智者拥有明确的目标，大大简化了每天为成功而努力做出上百个决定的过程，知道自己往哪里去，所以很快地决定了自己的行动价值，实现自己的目标。

P115-120

<<患者与智者的48个差距>>

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>