

<<成大事要沉得住气>>

图书基本信息

书名：<<成大事要沉得住气>>

13位ISBN编号：9787104034803

10位ISBN编号：7104034803

出版时间：2011-6

出版时间：中国戏剧出版社

作者：夏在伦

页数：195

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>

<<成大事要沉得住气>>

前言

现在的年轻人大都想出人头地有一番作为，但是成大事仅仅有想法是远远不够的，还要沉下心来、脚踏实地地做才行。

然而，在竞争越来越激烈、压力逐渐加大、处处讲求效率的今天，人们或多或少有一种紧迫感、危机感，在这种境况下，很容易变得浮躁、耐不住性子、沉不住气。

有的人因欢喜、得意而沉不住气；有的人因生气、斗争而沉不住气；有的人因委屈、受冤而沉不住气。

危机出现的时候容易沉不住气，事情太顺了，也容易沉不住气……沉不住气不仅一事无成，往往会给工作、事业带来损失：两军对抗，沉不住气，必因此而败战投降；运动场上，沉不住气，必因此而自乱阵脚；政治候选人相互辩论，沉不住气，必因此而自暴其短。

为什么有的人能成功，有的人总是失败？

二者的差异除了其他因素外，主要的区别还在于各自的心理素质。

凡成大事者都有超乎常人的意志力，无论胜败荣辱，他们都能沉住气，顶得住。

“在遭遇患难的时候，内心却居于安乐；在地位贫贱的时候，内心却居于高贵；在受冤屈而不得伸的时候，内心却居于广大宽敞，就会无往而不泰然处之。

”（明代·吕坤《呻吟语》）“史圣”司马迁在《报任安书》中曾列举过一些沉住气而成就大业的典型：“文王拘而演周易，仲尼厄而作春秋，屈原放逐乃赋离骚，左丘失明厥有国语，孙子膑脚兵法修列，不韦迁蜀世传吕览。

”司马迁本人也是在遭遇迫害之后发愤著书，完成《史记》巨著而彪炳史册的。

这启示我们，没有任何一项大业是一蹴而就能完成的。

年轻人要眼光长远，脚踏实地，要在实践中成长，切忌心浮气躁，急于求成。

年轻人要耐得住寂寞，守得住考验，经受住历练，沉得住气，才能成得了大器。

沉住气确实不容易，你不仅要有成大事的目标，还要有顽强的毅力，要忍受辛苦，要耐得住寂寞，要克制欲望，要忍受得了打击，承受得了压力，要戒骄戒躁、韬光养晦、宠辱不惊……一个人如果达到了这种“沉住气”的境界，即便在前进的道路上遇到了麻烦或阻碍，也会坚定不移地走自己的路，成功则是或早或晚的事。

总之，沉住气是现代人做事必须练就的心理素质之一，也是一个人成熟的标志和成大事的基础。

且看曹刘“煮酒论英雄”，刘备沉得住气，方有后来三分天下；项王大设“鸿门宴”，刘邦沉得住气，才有后来垓下之胜。

只有沉得低，才能跳得远；只有沉住气，才能成就一番大业。

<<成大事要沉得住气>>

内容概要

《成大事要沉得住气》由夏在伦编著。

《成大事要沉得住气》内容如下：

面对激烈竞争的压力，很容易变得浮躁、耐不住性子、沉不住气。

有的人因欢喜、得意而沉不住气；有的人因生气、斗争而沉不住气；有的人因委屈、受冤而沉不住气。

危机出现的时候容易沉不住气，事情太顺了，也容易沉不住气。

凡成大事者都有超乎常人的意志力，无论胜败荣辱，都能沉住气，顶得住。

在遭遇患难的时候，内心却居于安乐；在地位贫贱的时候，内心却居于高贵；在受冤屈而不得伸的时候，内心却居于广大宽敞，就会无往而不泰然处之。

年轻人要耐得住寂寞，守得住考验，经受住历练，沉得住气，才能成得了大器。

<<成大事要沉得住气>>

书籍目录

第一章 沉住气，性躁者永难成事

心浮气躁是成事的大敌
做事要有恒心，急功近利不可取
人生需要多走几步慢棋
良久的安逸，需要长久的忍耐
不要幻想天上掉馅饼的美事
急于求成，功亏一篑
小事做不好也难成大事
脚踏实地比天赋更重要
经得起耐烦的考验

第二章 沉住气，输在起点也能赢

人生如长跑，比拼的是耐力
坚信自己是凤凰，何必在乎出身
别人可以轻视你，但你不可以自贱
用将来的眼光看待当前的处境
现在能屈，就是为了将来能伸
所谓的能耐就是能够忍耐
正视歧视，丑小鸭也能变成白天鹅

第三章 沉住气，掌握戒除浮躁的几大利器

定好位：做不了雄鹰，就做蜗牛
认准目标：扎扎实实，稳步前进
长于经营：按部就班，不急于求成
提高素养：内在素养决定外在表现
知己知彼：不拿鸡蛋硬碰石头
相信自己：沉稳源于内心深处的自信
目光长远：看得远才吃得了眼前亏
修炼定力：成大事就要有不服输的韧劲

第四章 沉住气，有些东西是你必须忍耐的

忍贫：嚼得菜根，百事可做
忍苦：梅花香自苦寒来
忍痛：成功就是由蛹化蝶的过程
耐挫：不经历风雨怎能见彩虹
等待：没有谁能随随便便成功
看开：淡定从容，处变不惊
耐住考验：所有沉浮都是路
善于取舍：舍弃小聪明，保持大智慧
耐得平淡：在平凡中孕育伟大
忍住诱惑：不为各种名利所驱使
耐住寂寞：先蛰伏自己才能折服他人

第五章 沉住气，以大智看大势。

用执著迎希望

羽翼未丰时，要懂得让步
忍耐住每个人都会有的雄心
少安毋躁，以静制动
能大能小，能伸能曲

<<成大事要沉得住气>>

善战者不败，善败者不亡
狠下心委屈自己才发得了力
能忍大辱者有大成
时来运转，终会翻身得势
韬光养晦，乐观待变
见好就收，来日方长

第六章 沉住气，深藏不露才能巧避锋芒

不显山不露水，在夹缝中生存
气显于外，不如内敛于胸
不要卖弄你的聪明和学问
人在屋檐下，一定要低头
善于伏藏是制胜的关键
要想出头，先要埋没自己
放下“身段”才能提高“身价”
守柔不争，更易保身远祸
任何时候都别把软肋露出来
沉住气才不会被利用
遇喜不亢，恭谨谦卑保平安
戒骄戒躁方能长胜不衰

第七章 沉住气，不温不火，从容交际

不卑不亢，机智应答
沉着应对，化尴尬于无形
从容交际，后发制人
切莫抬杠争风，最好笑脸相迎
理直气壮，不如理直气“和”
安心吃亏，就是积累你的福气
不争一时长短，不计眼前得失
给别人留面子就是给自己留后路
不妨把自己的舌头打个弯
把说话的机会让给别人
把上司的过错揽到自己身上

第八章 沉住气，控制情绪，大度为怀

率性而为不可取
禁得激，抑得怒
先控制自己才能控制别人
理性妥协也是一种涵养
唯大鹏能容忍寒蝉的讥笑
大度为怀方可化敌为友
忍受冤屈是一生的修行
宽容别人就是成就自己
“逆来顺受”犯而不校是恕道
看清小人，能忍祸消
眼睛里揉得进沙子方能成事

<<成大事要沉得住气>>

章节摘录

小事做不好也难成大事 心浮气躁之人一心总想着要做大事，但他连小事都做不好，结果肯定是“心比天高，命比纸薄”的命运，等待他们的可能是职场堂吉诃德的下场。

东汉时期，有一个名叫陈藩的15岁少年，自以为了不起，一心只想干大事业。

一天，他父亲同城的朋友薛勤来拜访他，见其独居的庭院和屋舍杂乱不堪，便问他：“孺子何不整理打扫房间来迎接宾客？”

”他答道：“大丈夫处理世间事物，应当以扫除天下的坏事为己任，岂能在乎一间屋子的小事情？”

”薛勤当及反问道：“一屋不扫，何以扫天下？”

”陈藩无言以对。

“一屋不扫，何以扫天下？”

”说的就是要想成就一番大的事业，要从实际出发，从平凡的小事做起，看不到小事或者不把小事当回事的人，干大事情也将会成为空中楼阁。

春秋时期宋国的一位富人，一次，到另一个富人家做客，非常羡慕别人家的第三层楼房，高大威风，看上去很是阔气。

回到家，马上请来泥瓦匠给他盖第三层楼房。

于是泥瓦匠开始打地基、和泥、垒砖头，开始修建楼房的第一层。

这样几天过去了，富冬发现他的楼房还没影子，便火冒三丈地问：“我要的是第三层，而不是第一层。”

”泥瓦匠答道：“不是照您的吩咐在建楼房吗？”

这就是第一层了。

”富人暴跳如雷道：“蠢东西，我看中的是第三层！”

”泥瓦匠哭笑不得的答道：“如果没有第一、第二层楼房，哪能有第三层？”

”现在的许多年轻人浮躁得很，觉得自己受过大学教育，都自命清高、好高骛远，总想做大事，但总是大事做不好、小事不愿做，总以为自己在学校里如卧龙一样久居山中，终于走向社会了，曾试想过登高临远，高谈阔论，指点江山；也曾试想过精通世道，明察秋毫；也曾试想过登峰探险，为国旗增辉；也曾试想过商海一游，荣归故里；也曾试想过壮志凌云，金戈铁马，希冀自己或者小有所成，成为某个行业的精英；渴望干一番轰轰烈烈的大事业，做出令人瞩目的壮举，但又不愿意从小事、杂事做起，连一个周密细致的市场调研都搞不好，连一个抱怨的客户都伺候不住，连一壶开水都不想提，甚至连按时上班都做不到，又接受不了微薄的收入，于是开始抱怨没有一个平台和机遇，无处施展、不受重视的苦楚只能压抑，无法宣泄。

年轻人志向高远，立志做一番大事，精神固然可贵，然而对于这些理想的实现，完全就取决于每天对每一件小事的不断努力。

我们一旦忽视了眼前的努力，将来事业的大厦，有朝一日就会坍塌。

当年苏联的载人航天飞机在太空中爆炸，不就是因为将一程序里的一个小数点错写成逗号而造成的吗？

常言道：千里之行，始于足下；百尺高台，起于垒土。

古人云：“古之欲明德天下者，先治其国；欲治其国者，先齐其家；欲齐其家者，先修其身；欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先诚其意；欲诚其意者，先致其知；致知在格物。

物格而后知至，知至而后意诚，意诚而后心正，心正而后身修，身修而后家齐，家齐而后国治，国治而后平天下。

”欲成大事者必先起于小事。

大量的工作都是一些琐碎的、繁杂的、细小的事务的重复，成功就是简单的事情重复做，成功就是在平凡中做出不平凡的坚持，只在持之以恒地坚持下去，成功就会走向你。

“海不择细流，故能成其大；山不拒细壤，方能就其高。

”敬爱的周恩来总理日理万机，他多次强调“关照小事，成就大事。”

”对于他来说，做任何大事都是从注意小事入手，他正是以这样一种一丝不苟的精神赢得全中国人民

<<成大事要沉得住气>>

的爱戴和全世界人民的尊敬。

对于刚入职的新职员，常常要从最底层的小事干起，这是再正常不过的事了。

美国前国务卿鲍威尔是一个牙买加黑人，年轻时胸怀大志，为帮补家计，凭借自己壮硕的身体，从事各种繁重的工作。

有一年夏天，他在一家汽水厂当杂工，除了洗瓶子外，老板还要他拖地板、搞清洁等，他总是毫无怨言地认真去干。

有付出才有回报的箴言不管在任何时代都不会褪色，不管是做大事也好，做小事也罢，不管是以巧取胜还是以力求成，也不管是脑力劳动者，还是体力劳动者，每个人收获的回报，都需要在付出的过程中加入忍耐的力量。

记得海尔总裁张瑞敏说过这么一句话：“什么是不简单？

能够把简单的事千百遍都做对，就是不简单；什么是不容易？

能把大家公认的非常容易的事认真地做好，就是不容易。

”有一个刚刚毕业的大学生，来到了一家国内非常著名的集团公司工作。

但是，没想到的公司只是给他安排了做杂务的工作，甚至有一度只是给上司开车门、拎皮箱，端茶倒水，类似于秘书的事情。

谁也没有想到，就是这么一个重点院校的毕业生，而且还获得MBA管理学位的人中骄子，居然肯委身于为人开车门的工作。

由于他做事勤勉，热心而负责，聪明而好学，跟着上司出去见世面的机会多了，他也接触到了许多企业内部的管理事情，慢慢地领导开始分配他一些事情独立处理，最后一步步爬到公司副总裁的位置上。

如果他以天之骄子自居，最初就不切实际作大老板、大亨、董事长的梦想，恐怕也将一事无成，徒想一场。

其实对于我们每一个人来说，工作并不需要什么豪言壮语，而是检验一个人能力、价值、作用的最好场所，与其在家抱怨，做无谓的挣扎，不如放下自己的架子，用专注和坚韧的常态之心兢兢业业地把所在岗位的每一件事做好、做到位。

通过做小事的磨炼逐渐长才干、增智慧，为谋求更大的发展际遇增添筹码。

同时，把身边的每一件小事做得出色，就会赢得人们的信任，上司或老板才能给你干大事的机会。

如果只想着一步登天的好事，即便到了那个位置，由于根基不稳，也会从半空种跌落下来。

P15-18

<<成大事要沉得住气>>

媒体关注与评论

一个人知道了自己的短处，能够改过自新，就是有福的。

——莎士比亚 人生的价值，并不是用时间，而是用深度去衡量的。

——列夫·托尔斯泰 把每一件简单的事做好就是不简单，把每一件平凡的事做好就是不平凡。

——张瑞敏 没有伟大的心态，就没有伟大的人，甚至也没有伟大的艺术家，伟大的行动者。

——罗曼·罗兰 天下人的才智心思相差都不太大，居高位的人应该经常称量自己。

——曾国藩

<<成大事要沉得住气>>

编辑推荐

在通往成功的路上，大多数人只想着走捷径，却忘国沉住气，才能成大器的为人处事哲学，其实这一点才是成功者与失败者的本质区别。

懂得为人之道、处世之方的人更善于抓住机遇，与别人相比，他们有更多的机会走向成功。

夏在伦编著的这本《成大事要沉得住气》以解决奋斗者们心中的疑惑为出发点，对人们为人处事的方法和心态做了大量的调查分析，对失败者错失机遇的原因、成功者走向巅峰的技巧进行了求实和考证。

<<成大事要沉得住气>>

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>