

<<空杯心态>>

图书基本信息

书名：<<空杯心态>>

13位ISBN编号：9787530967614

10位ISBN编号：7530967614

出版时间：2012-7

出版时间：天津教育出版社

作者：吴甘霖

页数：276

字数：120000

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>

## &lt;&lt;空杯心态&gt;&gt;

## 前言

“空杯精神”胜过百种能力 再版序1 身为作者，与读者分享读书体会是让我感到最快乐的事情之一。

在本书即将重版之际，两位来自广东的读者来北京参加公司的上市答谢会，之后邀请我在咖啡馆讲述他，们因“空杯”而发生转变的心路历程。

两年前，他们所在的单位买了一批《空杯心态》作为员工学习读本，并邀请我做了一场“空杯心态与高绩效团队”的培训。

老总私下特意向我介绍了他们两个人的情况：一个是公司最重要部门的经理，才华逼人，但锋芒毕露，听不进不同意见，与领导和团队的关系闹得很僵；另外一个本来也不错，但因为在一个项目上遭受过挫败，一直走不出失败的阴影，从此信心全无。

当时公司正经历大的发展，他们两人因为不适应正处于矛盾和纠结中，都想离开公司。

所以，领导希望通过这次培训，他们能有实际的改变。

这次培训十分成功。

尤其这两个人，都自觉放下包袱超越自我，下决心在公司更好地发展。

两年过去，公司上市了，前者成了公司的副总经理，后者成了总经理助理，各自还分得了可观的股票。

他们深有感触地对我说：“我们两个人，一个过于在乎自己的能力，一个过于不相信自己，最后导致路越走越窄。

现在，一个‘空’掉了已有的成功，一个‘空’掉了曾经的失败，都获得了新生。

看来，能力固然重要，但空杯的精神胜过100种能力啊！

”上述评价，其实是一种形象的比喻，说明了“空杯”的心态与精神的确具有重塑自我、再创辉煌的价值。

总结《空杯心态》面世4年来读者的反馈，我们欣喜地看到，读者们已越来越认识到“空杯心态”，尤其是其内核——空杯精神对各项工作的重要指导作用和良好借鉴意义：第一，思想解放需要“空杯” 广东省委书记汪洋大声疾呼，要把进一步解放思想、改革创新作为拉动广东发展的重要原则之一。

《广州日报》连载了此书，此书也在相当时期内荣列该报畅销图书排行榜。

当地一些有影响的干部读书活动，也将此书作为主要读本进行学习。

一位干部的读后感很有代表性：“这次提出解放思想的背景，不是在改革开放的初期，而是在全国各地已经取得了很大成绩的新时期，这就格外需要大家主动‘空杯’。

”第二、追求卓越需要“空杯”。

国家电网有个十分重要的企业文化理念——努力超越，追求卓越。

这一理念，被评为“新中国60年最具影响力十大企业精神”。

国家电网及下属单位曾多次邀请我去授课，并有不少单位购买此书以武装团队。

一个经理在读后感中写道：“离开超越，哪来卓越？

空杯心态强调的正是‘不断放下，勇于超越’，是与时俱进、自强不息的民族精神的生动体现。

”第三，加强创新需要“空杯” 中国向来以“历史悠久”而自豪，但在新技术革命的新形势下，胡锦涛总书记明确提出“把中国建设成为创新型国家”。

这对广大干部和全国人民都是一种呼唤和挑战。

当我为中国移动集团宁夏公司、江西公司的总经理进行创新培训时，大家纷纷表示：“没有空杯的心态，创新就是一句空话。

”他们格外认可这样的理念：“昨日之非不可留，今日之是不可执。

”第四、打造核心竞争力需要“空杯” 在为中国中铁股份有限公司进行“学习力决定竞争力”培训时，学员们对下列现象格外重视：联想、海尔等之所以有大发展，与强调“时刻归零”、“我们的产品应该‘零库存’，成功也应该‘零库存’”等公司理念有密不可分的关系。

大家踊跃发言：“对学习的重视，源于对现状的不满。

## <<空杯心态>>

只有对现在‘空杯’，才能主动学习，打造最重要的竞争力。

” 第五、永创一流需要“空杯” 中国鞋王“奥康集团”的管理层曾人手一册学习此书，还多次邀请我为该公司进行培训。

记得在一次培训中，该集团总裁王振滔就明确提出：“奥康过去的二十年，荣誉满身；奥康的未来，还需不断奋斗。

如果我们不断以空杯心态超越自我，其发展速度肯定会超出大家的意料。

” 事实证明的确如此，在本书这次重版前2个月，奥康已经上市，走上了更快的发展道路。

一些年轻管理者在给我的邮件中感慨地说：“放下包袱，才能更快飞跃。

这是空杯心态给我们带来的巨大力量。

” 在当代，我们要有大的发展，就必须以空杯心态武装自己。

时刻空杯才能不断超越，永远空杯才能永久超越。

空杯的精神，实际上是一种与时俱进、挑战自我去获得更大成就的精神。

在本书出版之际，感谢众多读者和朋友作出的许多努力。

尤其是华文天下的刘峰、张淑韦，为本书的出版作了不少具体而细致的工作，深表感谢。

放得下，才能拿得起。

彻底放得下，才能完全拿得起。

让我们时刻以空杯的精神与心态，去勇创更加辉煌的未来！

吴甘霖 2012年7月于北京

## <<空杯心态>>

### 内容概要

为什么很多企业的辉煌如同昙花一现，不能持久？  
为什么有的人能力卓越，取得一定成就后却止步不前，甚至倒退？  
而有的人深陷失败的泥潭中无法挣脱，更不能超越自我？

人，得意时最容易忘形，却最不该忘形；失意时，最应该放下包袱，却最容易困在其中。本书中，著名励志作家吴甘霖结合二十年的培训和管理经验，通过诸多知名企业和名人及普通人的实际案例，再度为您诠释个人修身与团队发展的第一心态——空杯心态。在他看来，每个人的内心就好比一只杯子，里面盛满了荣誉、挫折、偏见等，只有在心态和思想上将这些东西倒空，才会有外在的松手，才能重新出发，获得更大的突破和超越。空杯心态，需要我们永不满足，倒空自己，时刻归零。归零是彻底的空杯，是空杯的极致。

空杯心态，是人才自我超越的关键所在，是企业做大做强的核心密码，也是吴甘霖为企业和个人打造的发展之魂！  
空杯心态比100种能力更有力量！

## <<空杯心态>>

### 作者简介

吴甘霖，享誉海内外的畅销书作家、著名培训师，历任香港中华文化传播集团副总裁等职，现任甘霖智慧国际培训机构理事长、国资委国际商务职业资格认证及考评委员会主任委员。

吴甘霖主讲各种课程，其服务对象包括中国移动、中国航天、长虹集团、王老吉等著名企业、财政部等38个中央国家机关以及北京大学、清华大学高级总裁班等，对此，海内外200多家媒体以“甘霖智慧旋风”为标题纷纷进行报道。

近年来，吴甘霖还主编了“甘霖智慧培训文库”，出版畅销书20多部。其中《方法总比问题多》一书至今已销售70多万册，是全国最畅销的经管团购图书之一。

## &lt;&lt;空杯心态&gt;&gt;

## 书籍目录

## 第一单元 选择“空杯”，就选择了不断超越

## 第一章 松开手，你可以拥有更多

“五分钱硬币与三万元花瓶”的管理寓言

外在的“松手”来自内在的“空杯”

“时刻归零”如何打就联想那样的一流团队

松开的手比紧握的手拥有更多

## 第二章 “空杯心态”的六大价值

找到职场发展的“金钥匙”

剪掉无形的“长辫子”

最大限度激发生命潜能

成为杰出的创新者

提升事业和人生境界

不断超越，永创一流

## 第三章 超越的程度，与“空杯”的程度成正比

要取得最大成功，就得学会“彻底倒空”

将“当头棒喝”转化为最大超越动力

将最大决心落实到最大行动

本来无一物，何处惹尘埃？

## 第四章 “空杯”必经的三大步骤

开放：窗帘拉开，阳光进来

放下：大解脱才有大超越

重生：放下是为了得到更大辉煌

## 第二单元 职场时刻需“空杯”

## 第五章 融入新环境，主动空杯

职场要成功，首先培养“适应力”

从“自然人”到“单位人”

不怕起点低，就怕境界低

越主动付出，越能快速发展

## 第六章 遭遇逆境，勇于空杯

挫折正是“空杯”的最好良机

重新认识你自己

即使摸到一副坏牌，也要学会把它打好

把逆境变为成长的契机

## 第七章 正处顺境，主动空杯

与其被动空杯，不如主动倒空自己

曾国藩给我们的启示

警惕鲜花后面的陷阱

要居安思危，不要“自以为是”

## 第八章 永远“空杯”——一流团队的长青之道

向中国女排学习“倒空”精神

“甲壳虫乐队”与“飞人”乔丹的团队艺术

领导得带头“倒空”自己

归零是一个永远的过程



## &lt;&lt;空杯心态&gt;&gt;

## 章节摘录

外在的“松手”来自内在的“空杯”通过对上面故事的分析，学员们得出了这样一个结论：尽管捍卫自己的权益和有价值的东西是很正常的，但不管获得了什么——金钱、名声、权力——都不要紧抓不放，更不要自我膨胀，得意忘形。

换言之，松手不仅十分必要，也是一种大智慧！

同时，大家也提出：权力、利益、面子……这是很多人争相追逐的东西。

尽管有时候明明意识到了应该松手，但要真正做起来却十分不容易。

说来容易做起来难。

原因在哪里？

因为：外在的放手，来自内心的割舍，而内心的割舍，恰恰又是最不容易做到的。

于是，大家不约而同想起了一个广为人知的禅宗故事。

南隐是日本的一位禅师。

一天，当地一位名人特地来向他问禅，名人喋喋不休，南隐则默默无语，只是以茶相待。

他将茶水注入这位来宾的杯子，满了也不停下来，而是继续往里面倒。

眼睁睁看着茶水不停地溢出杯外，名人着急地说：“已经满了，不要再倒了！”

南隐说：“你的内心就像这只杯子，里面装满了自己的看法。

如果你不先把杯子空掉，叫我如何对你说禅呢？”

这个故事给了我们很大的启示：我们每个人的心，就像这只茶杯，如果装满了自以为重要的东西，不管是利益、权力、知识，还是优秀、经验、骄傲等，便再难装入更多的东西，自然也就谈不上超越和进步了。

通过这个故事，我们得出一个很有价值的概念——空杯心态。

所谓“空杯心态”，就是要将心里的“杯子”倒空，将自己重视、在乎的很多东西一起倒掉。

只有将心倒空了，才会有外在的松手，才能拥有更大的成功。

这是每一个想发展、尤其想在职场发展的人所必须拥有的心态，也是最需要的心态之一。

非常凑巧，就在我讲授这堂课的时候，正好一家著名媒体发表了一则专访，接受采访的对象，是近年来经历大起大落的著名影星刘晓庆。

提起刘晓庆，很多人都不陌生。

这位著名影星不但拍了很多令人记忆深刻的电影，还自己开公司做过老板。

可就是这样一位众人瞩目的明星，几年前却突然由于“偷税风波”锒铛入狱，在秦城监狱中关了整整400多天才被取保候审出来。

从媒体的报道看，刘晓庆在经过400多天的牢狱之灾后，进行了全面的反思，而她的反思以及在人生低谷时期的奋起，对每个职场中的人也很有启示作用。

在接受记者专访时，她感叹说：“你说失去自由400多天，苦不苦？”

苦极了！

一出来就面临1000多万元的补税和罚款，难不难？

更难！

但除了面对困难，重新开始，我别无选择。

之后，她从零开始，她的为人处世方式，也有了脱胎换骨的变化。

为了还税，她努力地拍戏，甚至一年接拍了7部影视剧和2部广告。

只要能挣到钱，哪怕报酬不是很高，角色不是很重要，她也会接，为的就是早一天能够把欠下的钱还上。

整整两年，刘晓庆几乎没有好好休息过，天天泡在剧组里。

她降低了生活标准，每挣到一笔钱，除了留下必要的生活费，剩下的钱她都拿去税务部门补交了税款。

每还掉一笔债，压在她心头的那块大石头就仿佛被卸掉了一块。

有一次，刘晓庆去杭州参加一部电视剧的开机仪式。



## &lt;&lt;空杯心态&gt;&gt;

飞机起飞后十多分钟，驾驶舱的挡风玻璃突然碎裂，一生经历过无数风浪的刘晓庆遭遇了最惊心动魄的一幕，她吓得脸色苍白，浑身瘫软。

回到候机室，刘晓庆还心有余悸。

同行的人劝她明天再去，她却不同意：“我是主演，那边的人都等着我，我怎能缺席？”

要是这次不讲信用，以后还有谁请我拍戏？

这债怎么还得清？

”她坚持改乘下一趟航班去了杭州。

在这样的努力下，刘晓庆终于还完了所有的款项。

当还完最后一笔钱时，她和朋友到一家最普通的饭店吃了顿饭，算是庆祝。

在人生的最低谷，刘晓庆没有抱怨，没有逃避，而是坦坦荡荡，该工作就去工作，该还债就去还债。

今天出现在我们面前的，再也不是曾经那个张狂的影星刘晓庆，而是一个经历了凤凰涅槃的新人。

在一篇《重获自由才知道天有多蓝》的文章中，刘晓庆这样写道：“我曾对朋友说，出来这一年多，我最大的感受就是，过去我飘在空中，生活好像很灿烂，但没留下任何痕迹。

而现在我是踏实地站在地上了，这两年的生活就像铁制版画，色彩单调却很深刻。

“我非常感激这次‘税务风波’，它让我有机会重新正视自己，不仅心态变平和了，而且学会了感恩，尤其是多了很多彼此理解的好朋友。

我感觉刺骨的严寒已渐渐过去，前方正是春暖花开的美景。

”不知道你看了这段话是什么感觉？

当我把这段文字念给清华总裁班的学员们听的时候，大家沉吟了很久，然后进行了讨论。

讨论的前部分，是谈论人在身处顺境的时候，不要太自满，更不要太自大。

其中，大家提出了两个重要的观点：（1）得意之时最易忘形，但最不能忘形。

得意时容易自大和骄傲，觉得自己很了不起，甚至会以自我为中心。

但这样的结果轻则让人厌恶，重则会成为被打击的对象，怎么能够不警惕？

（2）得意之时，更要遵守法律的准绳。

在法制越来越完善的时代，谁也无法凌驾于法律之上。

故意漠视也罢，不小心疏忽也罢，都不应该成为违法的理由。

否则一旦触犯了法律，即使有再迷人的光环也无法逃脱，甚至因为迷人的光环成为“杀一儆百”的对象。

在讨论的后半段，大家对刘晓庆“从零开始”的奋斗进行了积极的评价。

总结起来有这样几条：（1）人人都有可能经历失败和犯错。

失败和犯错都不要紧，关键是能吸取教训，又能从头再来。

正如著名的巴顿将军所说的那样：“成功的考验并不是你在山顶时会做什么，而是你在谷底时能向上跳多高。

”衡量一个人是否成功，不仅仅看他在高峰时如何进取，更要看他在低谷时如何腾飞。

毫无疑问，刘晓庆这种“从零开始”的勇气和精神，很值得大家学习。

（2）遭遇惨败不是坏事，它往往能够让我们看清真实的自我，并“从天上回到地上来”。

（3）要超越逆境，前提是一定要在心灵上学会“归零”。

对于刘晓庆来说，如果永远抱着昔日的辉煌不放手，怕被别人说三道四，或时时抱怨命运对自己的不公，非但于事无补，只能使自己永远沉在谷底。

只有坦然接受和勇敢面对，才有“凤凰涅槃”的可能。

在职场中，如刘晓庆般遭遇大起大落的人有很多，只是程度不同而已。

这时候，不妨多向她学习。

## <<空杯心态>>

### 媒体关注与评论

人生如茶，空杯以对，才有喝不完的好茶。

——华旗资讯集团总裁冯军 我们产品应该零库存，成功也应该是“零库存”。

——海尔首席执行官张瑞敏 有时想想，人活得累是因为放不下架子，撇不开面子，掏不出心窝子

。放弃是值得一提 一门必修课。

——华远地产股份有限公司董事长任志强 锻造一流人才是联想发展的核心之一。

而锻造人才的关键关于，时刻归零。

——联想集团人力资源部

## <<空杯心态>>

### 编辑推荐

《空杯心态》编辑推荐：阻碍我们前进的，有时不是未知的东西，而是已知的东西；不是没有得到的东西，而是已经拥有的东西；不是我们经受的错误和失败，而是我们已经收获的成功和优秀……每个人的内心，就像一只杯子，只有将杯子倒空，倒空我们的优秀、失败和偏见，才会有外在的松手，重新出发，收获更大的超越。

这就是《空杯心态》所要传达的信息。

国内超级励志畅销书《方法总比问题多》、《做最好的党员》作者吴甘霖2012重磅推出全新升级版，为您揭示个人修身和团队发展的第一心态。

联想、移动、加多宝、格力、奥康、IBM等国内外企业纷纷引进学习，中央电视台、新加坡《联合早报》、《中华工商时报》等著名媒体主题推荐。

<<空杯心态>>

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>