

<<合理的要求是锻炼 不合理的要求是磨练>>

图书基本信息

书名：<<合理的要求是锻炼 不合理的要求是磨练>>

13位ISBN编号：9787501184064

10位ISBN编号：7501184062

出版时间：2008-7

出版时间：新华出版社

作者：吴宏彪

页数：159

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>

前言

学武术那阵，师父真狠。少年的我，也许因为营养不良，也许因为好静少动，因此身材矮小，脸色蜡黄，而且明显瘦弱；受欺辱是自然的，轻则小伙伴们分派结对做游戏，没人收我入队，重则被刺头小伙伴半真半假地揍了，也只有忍气吞声的份。

于是，我发誓要学武术。

第一次拜见师父，一走近师父身边，师父问：“你想学武术？”

“是。”

师父双手一夹，给了我一个侧摔，我仰面朝天，感觉后背骨头像是断了。

我噙住泪花，站了起来。

“你还学吗？”

“是。”

师父又把我仰面摔下去，这次我就觉得内脏裂了似的。

我没法挡住泪水外涌，但仍然站了起来。

“还学？”

“是。”

“那好，收了。”

师父每次的问话，口气都很轻柔，说到这一句，顺手把我拉到他身边坐下来。

## <<合理的要求是锻炼 不合理的要求是磨>>

### 内容概要

锻炼自己独当一面的能力，磨练自己坚强不屈的意志。  
世间没有绝对的公平与合理，能力的锻炼和培养，是在合理的要求中提升的成功的愉悦，是在不合理的要求中磨练出来的。

## 作者简介

吴宏彪，北京大学精细化管理研究中心研究员，北京博士德管理顾问有限公司高级管理顾问、培训师。

《中国大学生就业》、《销售与市场》、《培训》等杂志专栏作者江西财经大学MBA中心名师讲坛特聘学者。

1986年 - 1990年就读于西南财经大学，毕业后任职于成都空军后勤部，任干事、副厂长等职。离开部队后先后任职于香港积高、荷兰飞利浦、美国惠而浦、台湾旺旺等公司，历任商务代表、区域经理、分公司经理等职。

著有《精细化管理》、《向军队学管理》、《核心价值观》、《求职营销》等畅销书。

先后为浙江大学、贵州大学、江西财经大学、国家电网公司华北公司、大唐电力、中国电力投资公司、中国建设银行、中国银行、湖北烟草、沈阳空军等许多学校、大型企业和机构作了上百场专业培训，培训内容主要包括“精细化管理——细节决定成败”、“向军队学管理——打造高绩效团队”、“核心价值观——建设有灵魂的组织”等系列课程。

<<合理的要求是锻炼 不合理的要求是磨>>

书籍目录

第一章 合理的要求是锻炼第一节 压力就是动力第二节 进攻才能让困难退却第三节 火石不经磨擦不会发出火光第四节 直奔目标, 不管路有多难第二章 锻炼提升独当一面的能力第一节 自信&mdash;&mdash;力量的垫脚石第二节 抓住关键&mdash;&mdash;症结就在这里第三节 善于思考&mdash;&mdash;思维是创造奇迹的源泉第四节 观察细节 &mdash;&mdash;缜密是良好的开始第三章 不合理的要求是磨练第一节 从来没有绝对的公平与合理第二节 选择接受而不是抱怨第三节 将不喜欢变为喜欢第四节 承受打击, 磨练百折不挠的意志第四章 精英是从烈火中冶炼出来的第一节 磨练就是决不放弃第二节 利剑锋从磨难出第三节 态度决定成功的高度第四节 背负自己的责任第五章 跨越的前奏是助跑第一节 边干边学, 不断进取第二节 只有功劳, 没有苦劳第三节 只有结果, 没有借口第六章 坚持就会胜利, 努力终有回报第一节 持之以恒, 厚积薄发第二节 不断超越自己第三节 使自己成为一个核心第四节 经过炼狱, 到达天堂

章节摘录

第一章 合理的要求是锻炼 第一节 压力就是动力 工作中我们会接到上级领导布置的各种各样的任务，有合理的，有不合理的。

合理的要求是锻炼，不合理的要求是磨炼。

不论是怎样的要求，工作中遇到困难就会产生压力。

我们不是万能的上帝，在生活、工作、学习中处处都会出现这样那样的困难，困难有很多种，产生困难的原因也有千千万万。

人类有一个有思想会思考的大脑，当我们遇到困难的时候，首先需要承受的就是大脑，当大脑思考得很多却又理不出一个清晰明确的思维时，就会产生出压力。

生活的压力可能更多地来自于经济，学习的压力主要来自于考试，工作的压力往往来自于任务能否按时顺利地完成。

总之，压力是在为完成一个目标或达到一个点的过程中所形成的。

压力不是做任何事情都有的，当你很顺畅地完成一件事情的时候是没有压力的。

压力往往代表着需要逾越障碍，压力越大，需要跨越的障碍越多，对人生磨炼的价值就越大。

从某种角度来说，压力是产生于困难之中的。

面对压力，有些人会俯首称臣，向压力低头；面对压力，有些人会忍辱负重，承受压力之痛；面对压力，有些人会奋力抗争，以进为退。

当人向压力低头的时候，压力会将你踩在脚下；当人忍辱负重承受压力的时候，压力会压得你徘徊不前；当人奋力抗争压力的时候，压力就会显得那么不堪一击。

有个长跑运动员，平时跑步怎么也跑不快。

他们的训练基地是在崇山峻岭中间。

有一天，他在训练的途中，忽然听见身后传来狼的叫声，开始是零星的几声，似乎还很遥远，但很快声音就急促起来，而且就在他的身后。

他知道有一只狼盯上他了，他也不敢回头，只能拼命地跑着。

那天，他的成绩好极了。

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>