

與其抱怨別人，不好做好自己

有些人在遭遇不快時，雖然不會暴跳如雷，但是總喜歡嘮嘮叨叨、抱怨不斷。抱怨雖然是心理“自衛”的本能，但是，這種抱怨卻會在不自覺中毀掉你的交際圈。

本傑明·佛蘭克林說：“任何愚人都會批評、指責和抱怨——而且大多數愚人正是這麼做的。”通常情況下，一個人在有問題時才會抱怨。如果你抱怨的都是一些很小的事情，而且天天有抱怨情緒，那就會給人一種“無能”的印象。抱怨不僅不會對你的工作有幫助，反而會讓你的情緒變得更加糟糕，在給他人帶來不快的同時，也會引起他人對你的反感。

傑瑞在一家公司打工，每天工作非常辛苦，但是工資並不高。一天，他回到家裡，向父親抱怨工作辛苦、工資低。父親沒有說話，直到嘮叨完，父親才說：“是的，你的工作安排非常辛苦，你的薪水也不高。但是，我覺得你現在離開公司並不妥當。”傑瑞問：“為什麼？”父親說：“如果你現在走，公司損失並不大。你應該趁著在公司的機會，拼命去為自己拉一些客戶，成為公司獨當一面的大人物，然後辭職。”

傑瑞覺得父親說得有道理，從此努力工作，半年多後，傑瑞有了許多忠實客戶。

這時父親對他說：“現在是時機了，要辭職就趕快行動。”傑瑞卻笑著說：“我現在不想辭職了，我和很多同事相處得很好，老闆還跟我長談過，說準備升我做副總經理。”

聽傑瑞這樣說，父親意味深長地笑了。

抱怨是失敗的源頭，與其抱怨，不如做好自己。抱怨就像用煙頭燙破氣球一樣，別人和自己都會洩氣。誰都不願意靠近牢騷滿腹的人。沒有哪個老闆會喜歡這樣的員工，沒有哪個員工會喜歡這樣的同事。

王軍雖然身強力壯，但是工作並不順心，他經常抱怨老天不公。王軍的奶奶開了一個小雜貨店，有一次，鄰居張大爺前來買香煙

。奶奶問他：“今天怎麼樣啊，張大爺？”張大爺長歎一聲說：“唉，今天不怎麼樣啊。老嫂子，你看，天氣這麼熱，氣死人了。這種鬼天氣，真要命啊！”奶奶一邊給他拿香煙，一邊附和著說：“是啊，是啊！”張大爺一直抱怨了十多分鐘，才離開小店。

又有一次，鄰居王大叔一進店門就向奶奶抱怨道：“奶奶，真是氣死我了！我再也不想幹掙地這活兒了！塵土飛揚不說，驢子還不聽使喚。我真是幹夠了！你看看我腿、腳，還有手、眼睛、鼻子，到處都是塵土，我真是幹夠了！”奶奶仍然是老樣子，一邊給他拿東西，一邊附和著說：“是啊，是啊！”張大爺一直抱怨了十多分鐘，才離開小店。

等王大叔發完牢騷離開小店後，奶奶把王軍拉到身邊，問：“孩子，你聽到他們說的話了嗎？”王軍點點頭。奶奶接著說：“孩子，你要記住：不要抱怨，因為抱怨不能解決任何問題。如果你對現狀不滿意，那你就設法去改變它。如果改變不了，那你就改變你的心態去面對它。”

王軍牢記著奶奶的話，進了一家電子廠打工。由於對新工作不熟悉，王軍每天做出來的活和其他工友相比差很多。於是，老闆對他發脾氣，同事們對他不滿意，有的人甚至譏諷他說他不是幹活的料。這次王軍沒有計較、沒有抱怨，相反，他決定用行動證明自己能幹好這份工作。於是，他每天早出晚歸，研究工作要領。

正所謂天道酬勤，漸漸地，王軍的工作越來越出色。到年底時，他竟然被評為“年度最佳員工”，不僅得到了獎金獎勵，而且還贏得了同事們的尊敬。

其實，我們周圍有很多跟王軍相像的人，不同的是會不會像王軍那樣進行改變。沒有人喜歡跟一個消極、嘮叨的人共事，更沒有人願意忍受別人的牢騷和壞脾氣。不滿的情緒，必然會破壞內心的平靜，進而影響工作，所以停止抱怨，微笑地面對工作是你最好的選擇。



成功人士絕不會做的5件事

在工作中，我們往往需要經歷無數次選擇而獲取蛻變，而這當中的選擇，可能會讓你後悔不已，也可能會讓你一夜暴富。但無論如何，有5件事情，成功人士是絕對不會做的。因此，如果你這麼做了，你是否要考慮一下，你這麼做對了嗎？

1, 嘗試讓所有人快樂

說實話，讓所有人都感到100%的快樂是不可能的。如果你總是想著讓所有人都感覺到快樂，那麼或多或少會損害了成功路上該有的利益，因此成功人士往往不會不顧一切地讓所有人都快樂，要知道，職場上讓所有人都快樂並不意味著一件好事，甚至有可能因為一顆老鼠屎而破壞整體。

2, 忽略大局

當你過分注重細節，往往容易使得整體發展的進程緩慢。舉個例子，當你為了一個樹木而放棄整個森林的時候，你會發現你的想法也會愈發狹窄甚至難成大事，與目標偏離。因此，成功人士一般從大局出發，不會過分“挑剔”，影響大局進度。

3, 一直停留在一件徒勞無功的事情上

成功人士不會一直停留在一件徒勞無功的事情上。因為他們知道，如果一件事情，花太多時間和心思最終的成果無跡可尋，那麼就沒必要一直停留在原地繼續專研。如果是這樣，倒不如換個角度思考，換個方法去嘗試。

4, 嘗試去改變對方

千萬次試驗證明，無論我們多努力，想要完全改變一個人是不可能的。因此如果想要改變一個人，倒不如嘗試打從心底理解對方，消除自己心中的誤解，這可能會促進兩者的關係，甚至在成功的道路上起著積極的作用哦！

5, 嘗試去成為某個人

生活中，每個人都可能面臨著挫敗感、失落感，這時候，可能會萌生這樣的想法：如果我是她/他就好了，那麼我就可能成功了！但是要知道了，每個人有每個人的特點性格，為什麼你寧願相信別人（他/她），也不願意相信自己呢？因此，成功人士會對自己有信心，而不是埋怨自己為何不如別人，希望嘗試去成為像某個人。

最好的交往，是保持距離

聽專家說，如果地球和太陽的距離再近1%，地球就是“火焰山”；如果再遠3%，地球就是“廣寒宮”。

而現在地球與太陽的距離不遠不近，恰好處，仰望那些孤寂荒蕪的星球，真是慶倖我們擁有多姿多彩的風景和舒適宜人的氣候，這得益於我們與太陽有著合適的距離。

所謂距離的把控，就像互相取暖的刺蝟，太近會彼此刺傷，太遠又無法相互取暖，而合適的距離產生才是舒服和溫暖的真諦。

把這段感悟放在人際關係中，又何嘗不是呢？

倩倩和桃姐在外人看來兩個人特別的投緣，每天形影不離。無論吃飯，生活還是工作，都要膩在在一起。連週末的休息朋友圈曬的，兩個人不是一起去旅遊，就是一起K歌、吃飯。

可是有一天倩倩跟我說：“你說為什麼我和桃姐剛開始相處的時候就像連體嬰兒一樣，我知她，她懂我。可是隨著越來越長時間的相處，卻覺得兩個人的隔閡越來越多？”

我真的不好評論什麼，就笑了笑。

倩倩又說：“曉木，我看你和桃姐關係也不錯，你的感覺呢？”

我看倩倩一臉的焦慮，就決定聊一聊，說：“我們的關係一直都好，是因為我們保持了適當的距離。”

“保持適當距離？”倩倩不解地問。

“對，好的朋友之間，也一定要有各自獨立的時間，如果彼此經常在各自的生活出現，就無法規避彼此的缺點，慢慢會覺得疲憊。沒有和對方保持一定距離的友誼，大都來得快，走得也快。”

倩倩若有所思地點點頭。

“你是否有這樣‘保持距離’的朋友？你們不一定總是要見面甚至不在朋友圈點贊，但你知道他一直在那裡。你只要沒有困難，你會第一個想到他，他也會義不容辭的

幫助你。”我想很多人都有這樣的朋友。

因為真正的友情，是精神上的相契相合，無論多久不聯繫，友誼也不會改變。如果精神上無法契合，就算天天一起吃飯逛街，最多也只能算是一個“伴兒”。

“有啊，我和我的大學同學海藍，雖然平常不怎麼見面，也很少聊天，但她可以為了我愛吃的粽子而跑遍小城，我會買來她的風格和尺碼的衣服，告訴我我買錯了，不能退……”倩倩和我說起了她和海藍。

她們上大學天天在一起的時候，還沒有什麼感覺，後來都在一個城市，各自工作後，才越走越近，每次聊天都覺得很舒服，各自分享近期生活和工作的感悟，彼此傳達自己的見解和新的認知，感覺怎麼聊也聊不完。

我說：“因為有了適度的距離，獨立的空間，讓你們珍惜每一次見面、聊天，分享不在對方身邊時的故事和成長，新鮮也有驚喜。”

後來倩倩告訴我，她把我的話和桃姐分享了，兩個人都很認同，心照不宣地“保持距離”，關係反而比以前更親密了。

的確，距離是一門非常複雜的生活美學。距離產生的朦朧和模糊總能蘊藏著說不清的新鮮和溫暖，而友情也在這種溫暖的適度距離中產生。

查理士說：朋友間保持一定的距離，才使友誼永存。

人與人之間最要有精彩的往來與有興趣的期待，就是保持適度的距離。

這樣才不會有親近過後陌生的不安，也不會有深交後患得患失的惶恐。

閨蜜和老公也曾走過一段爭爭吵吵的彎路。

兩個人剛結婚時，她老公一回家，閨蜜總是滔滔不絕地向他問個不停，不許他離開自己視線，剛開



始他老公都很配合，婚姻是那樣的愜意、幸福而美好。

可是半年後，老公下班回家她再問什麼，她老公卻像換了一個人，總是愛理不理，最後她老公說，下班後很想自己單獨待一會兒。

閨蜜想盡了辦法，試圖讓他說話，可是情況卻更糟糕。閨蜜實在不清楚，自己做錯了什麼？為什麼老公就不和她說話了呢？她越接近她，他越是疏遠她。

後來閨蜜乾脆在她老公下班回家後的一個小時，獨自散步或在書房看書，即使在同一個屋簷下，也保持了適度的距離讓老公擁有私人的時間和空間。

然而事情卻出現了轉機：他老公每次獨自待了一個小時後，總是主動找她聊天。甜蜜又重新回到了兩個人的生活裡。

閨蜜頗有感悟：夫妻相處，就像橡皮筋那樣，需要獨立的空間，才有反彈的力量。含蓄而又適度距離，更有持久新鮮的韻味。

心理學博士約翰·格雷在他的書《男人來自火星，女人來自金星》中說：即使男人深愛你，他也會週期性地選擇“逃避”，在此之後

他才對女人更為親近。女人也需要尊重彼此的差異。

不管夫妻間的愛有多深都不要忽視“保持適度距離”這條原則，給予雙方一定的自由和尊重，否則再深的愛也會消耗殆盡，懂得這一點，對婚姻至關重要。

“君子之交淡如水”講的就是交往的至高境界，親而有間、疏而有密的適度距離。

在唐貞觀年間，薛仁貴尚未得志之前，與妻子住在一個破窯洞中，衣食無著落，全靠王茂生夫婦經常接濟。後來，薛仁貴參軍，在跟隨唐太宗李世民御駕東征時，因薛仁貴平遼功勞特別大，被封為“平遼王”。前來王府送禮祝賀的文武大臣絡繹不絕，可都被薛仁貴都謝絕了。

他惟一收下的是普通老百姓王茂生送來的“美酒兩壇”。一打開酒罈，負責啟封的執事官嚇得面如土色，因為壇中裝的不是美酒而是清水！豈料薛仁貴不但沒有生氣，而且命令執事官取來大碗，當眾飲下三大碗王茂生送來的清水。

在場的官員不解，薛仁貴喝完三大碗清水之後說：“我過去落魄

時，全靠王兄弟夫婦經常資助，沒有他們就沒有我今天的榮華富貴。如今我美酒不沾，厚禮不收，卻偏偏要收下王兄弟送來的清水，他沒有刻意來攀附我，王兄貧寒，送清水來表達他的祝福。”

此後，薛仁貴與王茂生可謂一生的至交。

“君子之交淡如水”就是指互相不苛求，不強迫，不嫉妒，不黏人，保持適度的距離。所以在常人看來，就像白水一樣的淡。喝的人會知道它是清泉，歷久彌香，愈發甘甜。

“適度距離”的相處是一門藝術。

就像用畫家的眼睛看風景，近看是工筆劃，遠看是潑墨畫，都是好畫好風景。

就像音樂家做音樂，低音區表達了深沉的含蓄，高音區抒發了絢爛的情感，都是好歌好旋律。

無論親情、友情、愛情，親密時是愛的釋放，獨處時是愛的儲積，都是好“愛”好關係。

如此保持適度距離、張弛有度的交往，才愜意。