

让我们一起快乐工作 | 做一个快乐的法瑞人



# 快乐工作

赠阅刊



## 《法瑞世界》赠阅刊

公司里有两种人，一种在挑水，一种在挖井。那些认为自己给别人打工的员工是挑水喝的人，而那些将工作当成自己的事业经营的员工则是挖井人。挑水喝的员工总是喜欢和别人比谁领的薪水多，若比别人多就沾沾自喜，若比别人少就满腹牢骚；挖井的员工则总是和别人比谁能在工作中学到更多的东西……

北京法瑞国际文化交流中心

## 让我们一起快乐工作

■ 张正伟

最近跟一些员工在沟通中，发现大家都希望有一个快乐的工作氛围，希望能够快乐的工作。我很高兴，说明大家都很珍惜法瑞这个平台，也很爱护法瑞这个团队。工作没有高低之分，快乐没有穷富之差。员工会因为快乐而成长，团队会因为快乐而强大。那么我们法瑞这个团队如何才能拥有一个快乐的工作氛围呢？

美国洛杉矶大学医学院心理学家加利·斯梅尔研究发现，心情舒畅、开朗的人，如果与一个整天愁眉苦脸、抑郁难解的人相处，不久也会变得情绪沮丧起来。一个人的敏感性和同情心越强，越容易感染上坏情绪，这种传染过程是在不知不觉中完成的。

现实生活中，我们有着同样的体会。在学校，如果一个情绪并不低落的学生，和另一个情绪低落的学生同住一间宿舍，这个学生的情绪往往也会低落起来；在单位，假如今天上班时发现有人一脸愁容一声不吭，那么办公室的其他成员也会跟着面无喜色、沉默抑郁起来；在家庭，某人如果情绪低落，家人最容易出现情绪问题。这种受他人的情绪影响而改变自己的情绪状态，叫做情绪传染，也叫做情绪移人。

其实很多人很多时候在不知不觉中充当了别人话语的“垃圾桶”，工作的烦心、制度的不公、领导的无能、生活的苦恼、感情的不顺常常充斥耳畔，但我们不知道，在被传染上痛苦郁闷烦躁的流行疾病时，我们没有一点警觉，还以为人家是好意。

当然，不单是消极悲观的情绪可以传染人，积极乐观的情绪也同样可以感染人。但大家都知道，下坡容易上坡难，道高一尺魔高一丈。快乐情绪的感染力相对于悲观情绪的感染力要小很多，这就是非典甲流乙肝艾滋鼠疫等传染病盛行，而健康的生活方式推广却很难的原因。但越是这样，我们要想快乐工作快乐生活，就越应该对团队里传染负面情绪的人要警觉，要向对待艾滋病人一样敬而远之，要向对待鼠疫一样谈鼠色变，远离他隔离他封闭他驱逐他，然后每个人都努力去传递快乐分享幸福，快乐才能互相转移，我们才能拥有快乐的工作环境。

我们知道，拥有积极进取、朝气蓬勃、活力四射、昂扬向上的氛围，是全部法瑞成员的期望，而要达到这样的氛围，取决于团队的每一位成员，因为团队是由每个人构成的，氛围就是你，你就是氛围。所以要想自己是给这个团队带来乐观豁达的人，还是烦恼哀愁的人。自己身边的那个人现在是在传递快乐，还是把自己当成垃圾桶，向你吐痰的人。

那么我们每个人自己如何能快乐的工作呢？

首先快乐的情绪始于积极的心态，快乐取决于自我。工作有了目的，才快乐。在这个充满活力的世界里，有一件非常有意义的事，就是为每天确定一个积极的目标，然后为实现这个目标，付出不亚于任何人的努力。“积极”就使人快乐。积极并非抽象的形容词，它是一个动词，是一个立即可以获得的喜悦，甚至是一股势力，以致感染身边的人也学着积极起来。有积极目标的人，自然会检视自己的生活，没事找事的抱怨、传递负面的聊天、贪得无厌的索取都会与有积极目标的人无缘。

积极的心态是快乐的源泉。人只要有了这种心态，脸上就挂着微笑，心中就没有烦恼。因此，我们说，快乐取决于自我。

心空身必寒，心敞屋自宽。是啊！心宽出境界。心外世界的大小并不重要，重要的是我们自己的内心世界。不管外部环境的变化如何，只要我们的内心不为所动，则人生的荣辱、是非、得失都不能左右我们。快乐取决于自我，绝不取决于别人。

内心的世界是非常重要的。正如一首诗所写的那样：“春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪；若无闲事挂心头，便是人间好时节。”

一个胸襟宽阔的人，纵然住在一个小小的牢房里，亦能调整心态，把小牢房变成大世界；一个心量狭小、牢骚满腹的人，即使住在摩天大楼里，也会找到不能称心如意的地方。所以我们每个人，要时刻注意内心的关注点。你把关注点放在了快乐，就会收获快乐，关注点放在了郁闷，就会收获

哀愁。

公司里有两种人，一种在挑水，一种在挖井。

那些认为自己给别人打工的员工是挑水喝的人，而那些将工作当成自己的事业经营的员工则是挖井人。

挑水喝的员工总是喜欢和别人比谁领的薪水多，若比别人多就沾沾自喜，若比别人少就满腹牢骚；挖井的员工则总是和别人比谁能在工作中学到更多的东西，他们看重的是经验的积累，看重的是企业能否为自己提供更广阔的施展才华的平台，以及自己能否在这个平台上将个人的能力发挥到极致。

挑水喝的员工总是以工作清闲为荣，挖井的员工总是以少干工作为耻；挑水喝的员工是看拿了多少工资就只干多少活，哪怕只是多干一点点，也会怨声载道；挖井的员工总是将自己的工作延伸到本职工作之外，只要事关企业的声誉或利益，都会积极主动地付出自己的时间、精力与智慧。

挑水喝的员工因为从不愿在工作上“吃亏”，所以他们通常看上去都很“精明”；挖井的员工因为从不肯在工作上偷懒，所以他们通常看上去好像有点儿“傻”。

但我们必须正视的一个事实是，挑水喝的“精明”员工鲜有成就大业的范例，而挖井的“傻”员工成就大业者不胜枚举。

乔吉拉德在从事汽车销售工作后，吸取以前失败的教训，一心一意始终聚焦在销售出单上，心无杂念，连和自己在同一个4s店从事销售的同事都不认识，每天经常加班加点到晚上12点，每年均自掏腰包给自己所有的顾客邮寄贺年明信片，终于成为世界销售冠军。在成为冠军后，仍然没有去胡思乱想去办自己的销售公司，而是继续聚焦销售工作直到退休，连续十三年保持世界销售冠军，创下了世界纪录，到现在为止没有人能够打破。他看上去很傻，没有要求加班费，没有要求报销他的邮寄费，没有要求股东身份或者炒老板鱿鱼自己当老板，但他在销售行业的声望地位至今令全世界销售人敬仰。

我们法瑞华制分公司的吕海勇总经理，三年前在上海华制公司，从最普通的电销人员做起，没有底薪，没有补助，没有节假日，但他不知抱怨为何物，一直拼命工作，把工作当做学习，把困难当成历练。终于一步一步当到助理销售经理、销售经理，在销售经理任上就培养出八个销售经理来，培养出一个销售经理，就会带走自己团队一部分人员，减少自己的业绩，增加竞争对手，但吕总一切以公司发展作为出发点，从无怨言。在团队管理中，自己掏钱给员工装电话，付电话费，公司因为有规定不予报销，但他从销售业绩出发，无怨无悔。过年放假，只要有一个员工不回家过年，他就陪着员工，自费操办年夜饭，最后他在全公司三十个经理中竞选总监，以最高票当选，成为华制的佳话。

其实他们都是在工作和奉献中享受快乐，这种对快乐的感悟，是把艰苦变成愉悦，而这也正是快乐工作法的真谛之所在。我们所从事的工作，困难、压力、烦恼都是客观存在的，问题就在于怎样看待它。快乐是一种心境，源于真心诚意的喜欢，喜欢所从事的工作，忙碌也好，繁杂也罢，不以为苦，甘之如饴，这是快乐的源泉。快乐地工作更是爱岗敬业的一种具体体现，因为这种体现是发自内心的主动状态，而不是强制性的“贯彻”，被动式的接受，所以更显现出巨大的能量和张力。顺从心意，感悟工作中快乐的点点滴滴，拥有一份好心情，兴致盎然，喜欢并热爱它，你会发现，你所喜欢的正是手头正在从事的工作。那样，快乐便如约而至。

快乐还源于自己在工作中的真诚投入，没有哪一份工作，是可以轻易做好的。“台上一分钟，台下十年功。”工作需要用心，需要思考，需要投入汗水。这种投入不仅仅是一种热情，更是一种实实在在的行动，在投入中贡献着力量，实现了一个个阶段性目标，就会体会到快乐。

快乐其实只是一念之间，他完全取决于我们的态度。顺利完工的一个微笑，忙里偷闲的一杯热茶，同事投来的一个鼓励的眼神，领导的一句表扬，都足以让我们快乐久久。其实，快乐近在眼前，触手可及。法瑞公司的名字起源于英文“faery”的音译，直译过来就是仙境的意思，我们的目标就是创造一个人间仙境，让团队里的每个人都能够幸福快乐。所以我呼吁我们大家每个人都行动起来，远离小人，隔绝烦恼，分享快乐，传递幸福，让我们一起快乐的工作吧！



我们知道，拥有积极进取、朝气蓬勃、活力四射、昂扬向上的氛围，是全部法瑞成员的期望，而要达到这样的氛围，取决于团队的每一位成员，因为团队是由每个人构成的，氛围就是你，你就是氛围。所以要想想自己是给这个团队带来乐观豁达的人，还是烦恼哀愁的人。

### 往期重温

#### 02 让我们一起快乐工作

“顺利完工的一个微笑，忙里偷闲的一杯热茶，同事投来的一个鼓励的眼神，领导的一句表扬，都足以让我们快乐久久。其实，快乐近在眼前，触手可及……”

### 华制分享

- |              |     |
|--------------|-----|
| 05 我要传递快乐    | 叶阳阳 |
| 06 快乐是一种心态   | 冯雪  |
| 07 我之快乐工作    | 王岭  |
| 08 怎样才能够快乐工作 | 夏桂芹 |
| 09 快乐源于自身    | 吴海丹 |

### 新浪分享

- |                   |     |
|-------------------|-----|
| 10 从“疑邻盗斧”到“快乐工作” | 李宗旗 |
| 11 拥抱快乐           | 杨晓宁 |
| 12 快乐地工作          | 白中玲 |
| 13 让我们做到快乐工作      | 代贤文 |
| 15 用自己的方式快乐工作     | 孙志阳 |

### 快乐词典

#### 16 刘瑞霞/王传平/马健/许海利

“如果有一天你发现自己正朝着自己的目标，在一步一步的靠近，你就会非常的充实——而这个过程，更是快乐的……”

#### 主管单位：

中国文化交流协会

#### 主办单位：

北京法瑞国际文化交流中心

#### 制作团队：

CSO/主编：张正伟

执行编辑：李宗旗

#### 北京法瑞国际文化交流中心

免费咨询热线：400-6616-500

办公地址：北京市海淀区知春路51号慎昌大厦5660室

活动部：北京市朝阳区东四环华侨城A2-7-2-1401室

#### 新浪分公司

联系地址：郑东新区CBD商务内环西二街财智伟业广场

联系电话：0371-60909201/2

图文传真：0371-60909203

#### 华制分公司

联系地址：郑州市北环路陈砦北晨公寓A座9楼906室

联系电话：0371-60901245

图文传真：0371-60901245

## □ 华制

其实想一想，我们每个人都可以很轻松地达到这种境界，因为它就在一念之间。我很庆幸我拥有了这样一种心态，当然我也希望所有的人都能够长期拥有快乐的思想。来到法瑞的这段时间里，我很兴奋，因为我意识到我让我感到庆幸的远远胜过这些。

# 我要传递快乐

文/叶阳阳

记得在给新员工培训华制文化与战略的课程中，有一张 ppt 上，上海华制人力资源总监王蓉分享过这样一句话：一个人进入一家公司，最大的悲哀莫过于遇到的老板不是走正道的老板，遇到的企业不是赚大钱的企业。当我看了张总的这篇关于快乐的分享之后，这句话突然浮现在我的脑海中，我特别感动，选择华制我是正确的。尽管我工作过的公司寥寥无几，但是没有一家企业像华制这样注重员工的工作感受，更没有一家企业的老总会为繁忙的工作中为员工的情绪花费心思。这让我非常感激张总。

我是一个很乐观的人，这跟我有一个理性的头脑是分不开的。因为我的理性思维，所以我清楚地认识到，人活在世上，这一辈子的时间里，分分秒秒，秒秒分分，所做的一切，目的只有一个，那就是以后可以开开心心无忧无虑的生活。但是请问，有谁规定过，快乐的生活只属于以后，任何时候我们都拥有快乐的权利，并且它又不影响我们去解决难题，甚至还能协助我们解决困难，我们为什么就不能充分的去利用这种权利呢。如果能够天天使用，这样我们一生中是不是都在幸福快乐的生活里度过呢？在我们看来，生活的最高境界也不过如此。其实想一

想，我们每个人都可以很轻松地达到这种境界，因为它就在一念之间。我很庆幸我拥有了这样一种心态，当然我也希望所有的人都能够长期拥有快乐的思想。

来到法瑞的这段时间里，我很兴奋，因为我意识到我让我感到庆幸的远远胜过这些。进入公司，我看到冯老师脸上带着的永远是微笑，无论任何情况下，她那发自内心的快乐的表情都在感染着公司的每一位员工，这个时候我才明白原来我的乐观并没有得到一个很好的体现，也许我并不是真正的拥有这种心态，所以我才开始用微笑来打动身边的每一个人，我相信这不仅是工作的需要，而且是我发自内心的开心，我比以前更快乐了。这是公司带给我的，我要学会感恩，我要把自己的快乐分享给身边的每一位同事，我要华制永远处在快乐的工作氛围中。

我作为被华制服务过的员工，我也要把华制这种理念传给任何一个愿意接受这样的服务的新员工。在介绍公司的时候，我会很自信的对他们说，来到华制你不仅能收获知识、金钱和能力的提升，同时还能让你成为一个快乐的人。

## 快乐工作是一种心态

文/冯雪



看了张总写的《让我们一起快乐工作》就联想到了自己，自己也是因为公司快乐的氛围留下的。

记得刚来面试时，就被公司快乐的氛围所感染，然后就告诉自己，一定要进入法瑞！后来接受培训，这种想法也就越强烈，我喜欢这里的氛围，每个同事脸上都挂着笑容，都是那么亲近，没有去其他公司的生疏感！后来加入了法瑞也切身感受到这一点，在法瑞就是开心的生活，快乐的工作！这种快乐是发自内心的，是不自觉就流露出来的，只有这样的快乐才是让自己喜悦的！

记得不止一位新学员问我：冯老师，为什么你总是那么开心，一直微笑呢？然后我就会问他们一个问题，有没有过这种感觉，你一直都是微笑着，脸部的肌肉也因为你的微笑慢慢变的有些累，但是，你还是停止不了你的微笑？我就是这样，并且是经常的，这种微笑是发自内心的，是自然流露的，所以，我感谢法瑞，在法瑞是开心的生活，快乐的成长。快乐并不是单一的，他需要一种源泉，有人说源泉就是一双灵活的双手，源泉就是健康的体魄，但我认为快乐的源泉是自己的心态。事情就像一枚硬币一样，有人看到的是正面，积极的一面；有人看到的是反面消极的一面。正面和反面的区别是什么呢，就是你对待这件事情的观点，欢喜或者烦恼，这一念即是心态！很多时候，当我们做不出结果时，没有达到要求时，首先是分析外在的原因。

一个迟到，最后可能把罪魁祸首定在猫身上，为什么呢！让我来看一下答案：

问：你为什么会迟到

答：因为公交堵车，

问：人家就不堵车吗？

答：我家离公司远，路上红绿灯比较多

问：如果你早起一会就不会迟到了吧

答：昨天睡的太晚了，没有起来

问：你昨天可是一下班就回家了

答：昨天晚上邻居家的猫老是叫，没睡着！

呵呵，当我们一直在分析外界的原因时，我们是不是在埋怨，埋怨交通，埋怨红绿灯，你整天都在埋怨中开可能快乐吗？不会的，只有我们摆好了心态，快乐才会离我们越来越近！

## 我之快乐工作

要学会在工作中寻找乐趣，创造条件把快乐融入到工作中，不要让自己成为工作的奴隶，而是成为工作的主人。

文/王岭

工作早已成为我们生活不可分割的一部分，而是否能够得快乐的工作直接关系到我们的工作效率、工作态度、工作积极性以及工作的优质性。

请先允许我谈下我来到华制的感受，华制带给我的快乐。

走进华制，我的第一感觉就是亲切、轻松、使我感觉身心愉快，当我第一次迈进这间办公室，我看到每位员工都会面带微笑，看到墙上的小纸条，同事之间的关心、问候、游戏及嬉戏，每天听到的分享，中午的激励舞蹈，经理与员工们的那种亲切关系……让我从内心里想快些加入这个团队，融入其中。华制的文化，华制的管理模式，同事们积极地工作态度，良好的心态，感染着我的每一根神经，虽然我也刚刚毕业，但我清楚的知道，华制就是能让我快乐工作、快乐成长的地方。所以我真想说：感谢华制，能够接纳我，并满足了我的这份热情。能让我在以后的生活中为之努力，为之奋斗！

看了张总的快乐工作，让我更加坚定了自己选择。人们常说大公司看团队，小公司看老板。走进华制的这三天，团队之间的快



乐工作，积极的工作态度，每天脸上会心的微笑都让在张总的这篇快乐工作中找到了答案。张总的挑水、挖井者，快乐的工作者使我感受到快乐的工作要做到：

首先，要有正确积极地工作态度。态度决定一切。同样，一个人对待工作的态度不同，也决定了工作的结果也不同。一个人对待工作是尽心尽力还是敷衍了事，是安于现状还是积极进取，会得到一个截然不同的结果。

其次，点燃对工作的热情，满怀激情的全力以赴，激发自己的活力因子，热爱自己所从事的一切。

再次，要学会在工作中寻找乐趣，创造条件把快乐融入到工作中，不要让自己成为工作的奴隶，而是成为工作的主人。

最后，不要计较个人岗位及名利上的得失，不要被钱牵着鼻子走，淡薄名利会让人更加快乐。

工作是物质的基础，快乐是精神的享受，愿我们都有快乐的心态，都能快乐的工作，打造华制美好的明天！

## 怎样才能快乐工作

文/夏桂芹



张总参加了稻盛和夫论坛之后，对快乐工作深有感触，一连发来了三篇关于快乐工作的文章，想要大家一起分享。其实我认为快乐工作很简单，只要我们喜欢快乐，那么身边所有的一切都是快乐的。

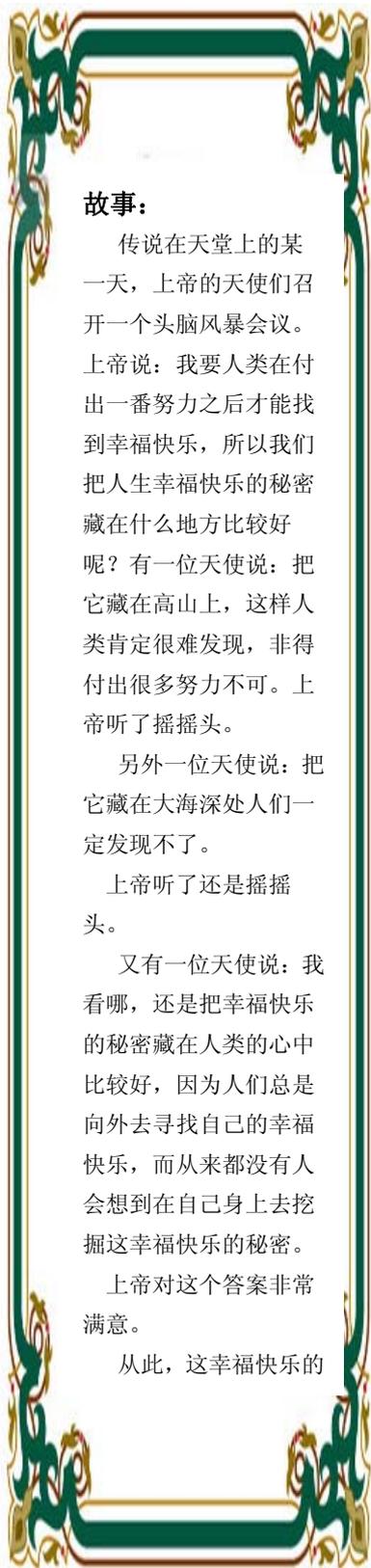
我一直认为，快乐与不快乐是自己的事情。如果自己愿意快乐那么快乐就会萦绕着你，如果你自己想与痛苦和无奈打交道，那么快乐

就会与你失之交臂。一个依靠环境生活的人终究是一个弱者，强者不会被外界消极的情绪感染，更不会成为身边朋友话语的垃圾桶。

易老师说：“我是一切的根源”。这句话讲述了：“目前自己所有的生活都是自己所创造出来的，如果不满意现状，我们第一时间要考虑自己做了什么导致出现这样的结果，如果不想要这样的现状怎样才能够改善？不是怨天尤人，不是埋怨事态的不公，而是开心的告诉自己我终于找到了问题的所在。你会发现接下来的生活每一天都在向成功靠近这是吸引力所致。吸引力法则告诉我们：你吸引了一切你脑海里想象的画面。当你想到一个画面时，你的脑海在向宇宙下订单，宇宙的能量会让你的生活中实现你脑海中所产生的画面。无论是好还是坏的。”所以我们的生活中常会出现你快乐时，你看周围的一切都是阳光明媚的，而这时快乐则源源不断向你走来，你发现所有的人都因为你的存在很开心，所有的人都很漂亮、都很友好、都能够给你创造你想要的生活。你不快乐时你将认为身边所有的人对你都不再友善，一切都是那么糟糕，这样恶性循环你就真的对你的生活和工作失去自信，从而你将失去更多美好的东西。这一切都是因为你是否开心所导致，安东尼罗宾说：“人性有两点：1是最求快乐 2是逃避痛苦。但是人性逃避痛苦的欲望是追求快乐的3倍之多”。我们每个人都渴望成为一个优秀的人，成为一个能够实现梦想的人。在成功之前我们或多或少的会遇到一些障碍，如果我们想要实现梦想，那么我们第一个要做的事情就是让自己学会快乐，开心的对待每一个事物。

同样，乐观是一种强者的心态。常言道：“强者永远不会主动出击，他总是笑着面对一切。”强者之所以是强者，是因为强者认为所有的难题都将会成为过去。人生本来就是一个不断成长的过程。如果我们学会了享受过程，那么满意的结果就会如期的到来。这就是有付出必有回报。

有人曾经问我说：“夏老师，法瑞到底给了你什么，让你能够每天向上发了发条一样的工作。”我想法瑞给了我快乐的源泉，正因为这样我才能够美丽的年龄绽放了生命的绚烂。



### 故事：

传说在天堂上的某一天，上帝的天使们召开一个头脑风暴会议。上帝说：我要人类在付出一番努力之后才能找到幸福快乐，所以我们要把人生幸福快乐的秘密藏在什么地方比较好呢？有一位天使说：把它藏在高山上，这样人类肯定很难发现，非得付出很多努力不可。上帝听了摇摇头。

另外一位天使说：把它藏在大海深处人们一定发现不了。

上帝听了还是摇摇头。

又有一位天使说：我看哪，还是把幸福快乐的秘密藏在人类的心中比较好，因为人们总是向外去寻找自己的幸福快乐，而从来都没有人会想到在自己身上去挖掘这幸福快乐的秘密。

上帝对这个答案非常满意。

从此，这幸福快乐的

## 快乐源于自身

文/吴海丹

快乐，是人与人相处中的点点滴滴；快乐，是我们生活中每件小事。快乐是一种心理感受，要不要快乐由你自己决定。懂得快乐、善于快乐是一种智慧、一种气度、一种气魄。

快乐是人精神上的一种愉悦，是一种心灵上的满足，它会使一个人变得开心。它是抽象的，亦是具象的；它是无形的，亦是具有形的。快乐我们触摸不到，但它却能够表现在我们的脸上。那就是我们的笑脸，淡淡的、羞涩的、灿烂的……那些都在诠释着我们的快乐。快乐其实很简单，只需我们时刻保持一个积极乐观的心态，每天都笑笑，每时都快乐，那么快乐就在我们身边。

快乐源于自身，也很容易被别人感染，这点我在工作中有很深的体会。

说实话，我很喜欢我现在的工作环境，也很喜欢公司的每一个人，因为大家都是快乐的、积极地，这一点很吸引我。当你身边的人都是快乐的时候，你自己本身也是会感觉到快乐的，那种气氛会围绕着你，影响到你。当然，如果你身边的人很郁闷的时候，你自己也会无缘由的不开心起来，感染力真的很强大。

从我们懂事以后，我们就感受到“成长”的压力，这种压力随着年龄的增长愈来愈强烈。因此年轻人处处想表现优异，以为自己非得十全十美，别人才会接纳自己、喜欢自己。一旦发觉自己不如人时，就开始伤心、自卑，结果当然毫无快乐可言。所以你应该把自己当衡量的标准，想想当初起步错在那里？如今有无改观？如果你真的已经尽了力，相信一定会今天比昨天好，明天比今天更好。假如你对某些人、事、物很关心的话，你对生命的看法一定会大大的改观。如果你只为自己活，相信你的生命就会变得很狭隘，处处受到局限。以自我中心的人也许会不断地进步，但是却永远不易感到满足。过分乐观的人总以为自己一定能达成所有的目标，因此忽略了沿途的险恶；极端悲观的人老是认为成功的希望非常渺茫，不敢迈步向前。这两种人都因此失去了许多机会。选定目标时，态度要客观，判断要实际，不要夜郎自大、掉以轻心，也不可缺少信心、畏首畏尾。

坚守信念，保持心境开朗，快乐是很难舍弃你的哦！

## 从“疑邻盗斧”到“快乐工作”

文/李宗旗

6月22日的夕会上，张总给大家分享了一个疑邻盗斧的故事。故事出自《列子·说符》，或许，我们每个人都曾经听说过：很久以前，一个樵夫丢了斧子，他左思右想事情的经过，于是就想到了邻居的小孩，因为那小孩是唯一一个经过他家的人。他就观察那个小孩的言谈举止，真是越看越像，甚至完全认为那小孩就是偷斧子的人。可是几天后却在自家的房间内找到了那把斧子，这时再仔细看邻居小孩的一举一动，一言一行，就连笑的神态，一点儿也不像是偷斧头的样子了。

故事很简单，但寓意深刻。不同人有不同的解释，我有我的看法。

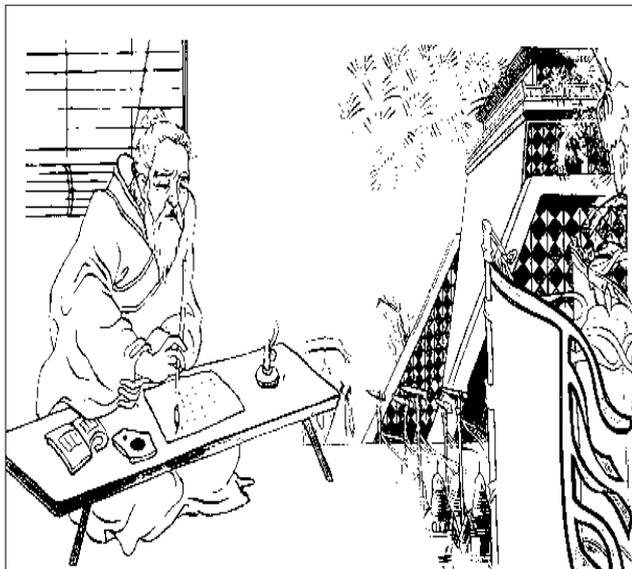
在故事中，有两个元素，一个一直在变，而另一个始终不变。故事的曲折与寓意，来自于“变”对“不变”的不同态度与看法。在樵夫认为是小孩偷了他的斧头的时候，他的心态已经发生了变化，把主观的臆断变成了客观的分析。而在确定不是小孩偷的之后，他再次改变态度，这时候以结果为导向的判断让樵夫回到了正确轨道。试想，如果樵夫没有找到斧子呢，那么这个故事该如何收场？

这让我想起著名哲学家叔本华的一句话：事物的本身并不影响人，人们只受对事物看法的影响！怎样理解呢？其实他在告诉我们，生活当中，我们会遇到这样或者那样的问题、挫折、欢乐、喜悦等等。但事实上，这

些事情的本身并不会影响我们，能够影响到我们的恰恰是\*\*有权对该事物做出不同评价与解析的我们自己。

公司一直在倡导“快乐工作”，其实快乐，正如张总在文章中所言：“快乐取决于自我”“积极的心态是快乐的源泉”。公司能提供的，是一种环境，而最终决定你能否快乐，决定权还在我们自己。“公司里有两种人，一种在挑水，一种在挖井。”这句话给了我深刻的印象与感触！挑水的人和挖井的人的心态肯定是不同的，而不同的心态会指向不同的结果。而不同的结果又会造就不同的人生。

自认为来到法瑞这个大家庭，我是一个来挖井的人。不是不渴求于能够饮到更多的水。而是告诉自己，我只要挖出了甘泉涌动的水井，才能真正喝到琼脂玉浆般的取之不尽的水——而这些，才是我真正需要的！



## 拥抱快乐

文/杨晓宁

有个旅客在沙漠里走着，忽然后面出现了一群饿狼，追着他来要群起而噬。他大吃一惊，拼命狂奔，为生命而拼命。当饿狼就要追上他时，他见到前面有口不知有多深的井，不顾一切地跳了下去。谁料那口井不但没有水，还有很多毒蛇，见到有食物送上门来，昂首吐舌，热切引项以待。他大惊失神下，胡乱伸手想去抓到点什么可以救命的东西，想不到竟天从人愿，给他抓到了一棵在井中间横伸出来的小树，把他稳在半空处。于是乎上有饿狼，下有毒蛇，不过那人虽陷身在进退两难的绝境，但暂时还是安全的。就在他松了一口气的时刻，奇怪的异响传入他的耳内。他骇然循声望去，魂飞魄散地发觉有一群大老鼠正以尖利的牙齿咬着树根，这救命的树已是时日无多了。就在这生死一瞬的时刻，他看到了眼前树叶上有一滴蜜糖，于是他忘记了上面的饿狼，下面的毒蛇，也忘掉了快要给老鼠咬断的小树，闭上眼睛，伸出舌头，全心全意去品尝那滴蜜糖。

初看这个故事，觉得这个故事的意义在于让大家领悟“享受生活每一刻”。然而仔细想来，从另一层更为积极的意义上来讲，在生活中，我们会遇到很多的困难，有些困难属于过去，有些困难属于未来，我们当下的任务就是解决每一个现在可以解决的问题，争取获得每一个我们现在可以获得的机会。当我们在获得成功的时刻，我们的心是快乐的。

是的，快乐和悲哀是同时存在的，只是在看个人的区分啦，快乐的心情是基于积极地心态，而积极地心态又取决与自我，我们每个人身处的环境不一样，所感受的事物也不一样，积极的一群人在一起的话，会很积极、快乐，而消极的人在一起的话，会是一场悲剧的开始，因为人的情绪是会被周围的事物所感染的，可是大家是更希望快乐的工作，还是愁眉苦脸的工作呢？

我想都是想要快乐的工作吧，然而怎样才能做到呢，很简单，找到自己喜欢的工作，定出一个明确的目标，然后付出不亚于任何人的努力，这样你就会成功。而这小小的成功，也许并不会让你快乐，因为成功永远是未来的，只要活着就是成功，那么快乐就是过程，这样说，我们并没有任何的遗憾，因为我们一直在与快乐并肩而行。只有拥抱快乐，才能放手一搏。

这里还有这样一个故事：一个年纪很大的木匠就要退休了，他告诉他的老板：他想要离开建筑业，然后跟妻子及家人享受一下轻松自在的生活。虽然他也会惦记这段时间里，还算不错的薪水，不过他还是觉得需要退休了，生活上没有这笔钱，也是过得去的，老板实在有点舍不得这样好的木匠离去，所以希望他能在离开前，再盖一栋具有个人风格的房子来。

木匠虽然答应了，不过可以发现这一次他并没有很用心地盖房子。他草草地用了劣质的材料，就把这间屋子盖好了。落成时，老板来了，顺便也检查了一下房子，然后把大门的钥匙交给这个木匠说：“这间就是你的房子了，这是我送给你的一个礼物！”木匠实在是太惊讶了！也有点丢脸！因为如果他知道这间房子是他自己的，他一定会用最好的建材，用最精致的技术来把它盖好。然而，现在他却为自己造成了一个无法弥补的遗憾。

我想真个木匠在工作时并没有感到快乐，只是在完成一份任务，然而，还没有用心，所以说她不快乐，聪明人任何时候都会把他所服务的公司当作自己的公司一般。这当然不是自欺欺人，而是聪明人知道，只有具备这样一种主人翁精神，他才能够最大限度地从工作中学习，才能够最大限度地受益，才能够最大限度地做到快乐工作。

无论现实多么不如人意，我们也可以慢慢积累。当我们积累更多知识的时候，我们就拥有了很多的财富，只有这样我们才能肆无忌惮的欢笑，因为我们不会被打败，很多时候，决定一切的是态度，有了正确、积极的态度，就可以将压力转化为动力，只要拥抱快乐，便会踏上成功的舞台，而我们的舞台永远都是五彩缤纷的。

春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪，若是无事挂心头，便是人间好时节。

## 快乐地工作

文/白中玲

工作是生活的重要组成部分，快乐的生活的最高境界，快乐的工作很大程度上决定了生活的快乐。

曾和同学一起谈论，如果一份工作不能让你成长，不能让你快乐，就干脆把老板给炒掉。这或许就是我们追求的一种工作状态。我们不怕繁重的工作，只因我们想学到知识；我们不怕繁琐的细节，因为我们可以从中品味快乐。良好的心态，决定了工作的效果。

怎样才能做到快乐的工作呢，我认为首先要从心里喜欢自己所做的工作，把做新闻当做一种实现人生价值的方式，这样就会决定自己每天都很幸福，因为自己每天的工作都是在实现梦想，有什么比实现梦想更让人觉得快乐呢。

快乐源于自身的一种感受，每个人对快乐的定义也不同，对工作的认识决定了你的工作是否快乐。每个人都有自己的理想，也就是有了这个理想，人生才有意义，追求理想的过程也让生活绽放多姿的色彩。工作恰巧是你实现理想的一个途径，工作的同时也是实现梦想的过程。结果固然很重要，可是沿途的风景也一样诱人。

如果你喜欢一份工作，那么工作是就会很快乐，因为喜欢，会认为所有的“不合理”都是应该的，会要求自己做到完美，最起码是自己认为的满意，会尽自己最大的努力完成任务，只因为你喜欢。

## 让我们做到快乐工作

文/代贤文

要想快乐的工作，首先我们就要有一个好的工作理念，那就是“单位是我快乐的家”。另一方面如何快乐的工作就是将把工作当作一种职业追求来完成，就如同建筑师把建成最好、最美的大厦当作毕生的追求，医生把最好的医技、医治更多的病人当作追求，教师把最精彩的课堂、销售把最高的销量、最大的利润当作必生追求一样。

既然把单位当成自己快乐的家，那我们应在这里快乐的生活着，怎样算是快乐的生活呢？应该在这里工作时觉得快乐。如何快乐工作着呢？

我们应正确对待自己的工作。我们工作不是为了某个人，也不是为了某个领导，应

该是为了自己，工作时要对得起自己，对的住自己的良心，不管是工作中的任何一件事情，我们都要用我们的心去做，那样才能做好，那样才能不感到辛苦，才能感到快乐。

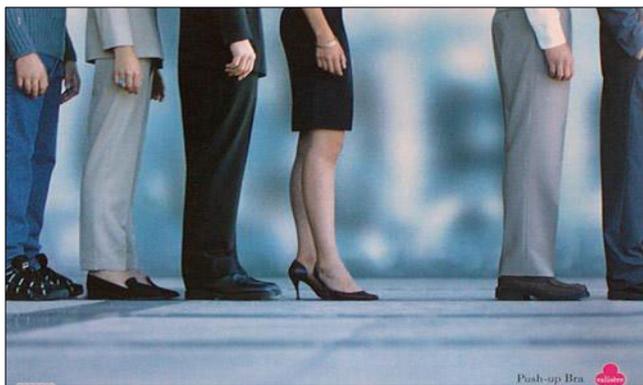
我们不管从事什么样的工作，其实都是在为自己工作。只有不断努力的工作，才能满足我们生活的各种需要；只有在工作里，才能让我们有充分发挥自己能力，展示自己的机会。我们所做的一切，都是为我们自己实现目标而做的，那么我们为什么不选择愉快的工作态度呢。

勤奋工作能让我们不断的去思考、去学习、去总结经验，这是一笔宝贵的精神财富。人生本来就是反复学习，反复积累的过程，经验积累得越多，才能离实现目标越近。那么快乐的工作就像催化剂一样，能促使我们向更高、更远的目标迈进，去实现我们的理想和梦想。

如果我们对工作充满热情，把工作当成人生的使命来完成。那么我们对待工作就会像对待自己的生命一样，做到尽心尽职。在工作中，积极主动，有创造性的工作，尽力做好每一件事情，在工作中体会工作带来的快乐！在工作中体会乐趣。不管我们做什么工作，不管我们的环境如何，我们都应该恪守



职责, 忠诚于自己的工作, 忠诚于自己的企业, 不去浪费宝贵的时间去抨击他人的得与失, 也不去指责别人的对与错, 重要的是我们自己如何才能尽善尽美的干好本职工作, 并从中获得工作的乐趣, 这才是我们如何快乐的工作最重要的东西。



学会寻找工作的乐趣。再刺激, 再新鲜的工作随着时间的推移慢慢会变得有些格式化, 如何在工作中注入新的活力, 找到更多的乐趣? 这是一门学问, 不如试试打破常规, 用一些新鲜事物把重复感冲淡, 在工作中要寻找新方法, 也许会有困难, 也许会摔跟头, 但是总比一成不变要丰富的多, 如果学会了这种创新之后, 工作也就不再乏味了, 工作之余千万别忘了自己的方式放松自己, 张弛有度, 会让心情与未来的工作更快乐。

还有要正确对待自己的工作时间, 所有的工作上的事情, 都要在单位完成, 能在上班时间内完成的工作, 就不要拖到下班, 要提高我们在单位里的工作效率, 只有这样, 我们才能更好的来享受我们八个小时之外的时间, 这样才能既不耽误工作, 也不耽误我们生活中应有的快乐。

在单位中应处理好与同事的关系。我们在生活中, 不可能单独行事, 肯定与各种各样的人打交道。而在工作中, 与同事相处的时间较多, 所以一定与同事处理好各种各样的关系, 把同事当成自己的兄弟、朋友。心

情不好时, 找他们谈天, 把自己不快的事说出来, 大家相互帮忙、解决, 排解自己不好的心情。如有什么高兴的事, 好事也说出来与大家分享。或者主动去分享他们的好事、快乐的事。与他们交往中, 应讲诚信。对对方的优缺点当面提出, 而不能在背后说三道四。总之, 要想在工作中保持快乐的心情, 一定要与同事处理好关系。我们将傻子的的心态应用在我们的生活中, 那么, 我们一定会很快乐。你对他人友好, 他人就会对你友好; 你对同事友善, 同事就会对你友善; 你对客户热情, 客户就会回敬你相同的热情。别人快乐, 你才能更快乐。情感是互动的, 只有让别人快乐, 你自己才能快乐, 所以, 如果你想快乐的工作和生活, 就应该学会首先让他人快乐。

当激发了自己的活力后, 潜能就开始释放, 工作成绩也会随着工作态度的转变而转变。做快乐人, 才会使工作延续辉煌, 自己更快乐, 所以, 快乐的工作法宝之一, 做好工作前, 先让自己快乐起来吧。

我想只要我们处理好以上几个问题, 我们在工作中肯定是快乐的。

## 用自己的方式快乐工作

文/孙志阳



良好的生活态度是快乐，美好的生活方式是以快乐的态度对待生活。读了张总的《让我们一起快乐的工作》让我深有感触。让我想起了上学的时候自己是个“偏科生”，因为喜欢学习数学所以数学就比较好，但是因为不喜欢英语，导致自己的英语水平几乎为零。其实喜欢数学不过是在学习数学的过程中让我产生了兴趣；找到了快乐，而对待英语就因为不喜欢一个英语老师，从此英语成绩一落千丈，同时也失去了兴趣，丢掉了快乐，从此和每个英语老师关系都不好，形成了恶性循环。有同学说数学怎么难学，数学老师多么不好的时候，我只是笑笑，或者和他们进行一些争论，说数学多么的有趣、数学老师多么的好；同样的有同学说英语老师怎么不好的时候我就好像找到了知己一样，感慨自己没有遇到好的英语老师。现在

想想当时真的是不应该，如果不是那样，自己也许就可以考上一个好一些的大学。

工作有了目的才快乐，同样生活有了目的才有意思，才会快乐！

每天都给自己一个目标，并为它付出不亚于任何人的努力，这样的生活是多么充实，多么有意义，这样的生活才是享受、才是快乐。这样的生活体验的是过程、享受的成就。

情绪是会传染的，在工作团队中如果大多数人都是快乐的，自然就会把不快乐的人传染成为快乐的，那么这个团队就是快乐的团队，这个团队的工作效率就会很高，业绩就会很好，就能创造无数的奇迹。在生活中如果你能保持快乐的心态，就会交很多的朋友，有句话叫做朋友多了路好走，所以朋友多了，自然就离成功不远了。快乐的心态是可以让我们心胸广阔的，让我们的心像大海一样，波澜壮阔、包容万物。有了这样的心态就自然对工作、生活有无限的乐趣，有了了乐趣自然就更加主动，主动的工作就会感到轻松、惬意，同时工作效率自然也就提高了，形成良性循环。

是否快乐只是对待生活时的一念之差，凡是都是有两面的，一面是快乐的，一面是黑暗的，就看你去看那一面了。快乐的心态不是一句高调的话，而是用心体会生活时的一句感悟。自己喜欢的工作、生活中总有自己不喜欢的环节，难道为了这一个环节而放弃整个喜好吗？要想得到自己喜欢的，就首先要学会面对自己不喜欢的，并以正确的心态去做好它，把不喜欢的事情做好得到的快乐是无法形容的，之后你会发现所有的事情都是积极的、快乐的。自己都是可以做好的。快乐的光辉是永远存在的！

“工作，是一个过程，却有两种心情：快乐和沉闷。工作是必须的，那么快乐还是沉闷，关键的就在于怎么选择。就像要吃蔬菜，你可以生着吃，或者也可以经过精心烹饪后再享受。一样的吃，却有百样的风味。所以，快乐工作和沉闷的应付工作，就在于心态的调整。我相信大部分的人，都是喜欢笑着的人的。那么，学会微笑，随时随地的甜美微笑，就是快乐工作的第一步。”

——刘瑞静

“快乐是一种幸福，是每个人想要的。快乐工作是一种境界，是每个职业人的追求。在工作中当我们的追求可以突破；梦想可以实现时我们是快乐的。当我们为了这个目的迫切地为之而努力时我们是快乐的。所以快乐也是种追求。”

——王传平



“我的父母告诉我只要自己喜欢的事情就努力去追求，即使它是一种错误的，只要不会伤害自己和伤害别人，正如你在工作或学习的时候，明明知道这种方法可能是错误的，但我还是会去做，为何呢？因为我不知道这样做我能得到什么教训，我能在这个过程中学到什么，我不知道。我只是借鉴了前人用血和累换来的经验来做自己的事情，没有创新，没有改变，这样我做起来毫无自己的想法，也不会有快乐。这就是我的追求。”

——马 健

“工作有了目标，才会快乐。如果有一天你发现自己正朝着自己的目标，在一步一步的靠近，你就会非常的充实——而这个过程，更是快乐的！”

——许海利

快乐能把我们从郁闷、伤心、颓废中拉出来，从而能更好的工作。叫我们在业绩上更快的突破我们以前的成绩，所以我们要快乐的工作。

——田增辉

心态  
↓  
信念  
↓  
目标  
↓  
行动  
↓

不限速

Happy work  
快乐工作  
享受人生  
Enjoy life

北京法瑞国际文化交流中心