

提供最专业的钢铁供应链服务



# 顺朝资讯

INFORMATION OF SHUNCHAO

主办：顺朝集团

www.shunchao.com

2022年第2期

总第133期

阅读使人充实，会谈  
使人敏捷，写作使人  
精确。——培根

## 不确定中的确定性

### ——2022年3月行情回顾2022年4月行情展望

## 《干法》读书笔记

## 读《管理的实践》有感

## 疫情之下，请自由彪悍成长

### ——多读书、读好书、好读书



顺朝资讯  
INFORMATION OF SHUNCHAO

总第133期

(月刊)

2022年4月15日出版

以诚待人

以信立业

总顾问：虞瑞泰

主编：张红霞

特邀编委：任庆平

执行主编：覃曼黎

编委会成员：滕沪民 焦小京 窦玉刚

主办：顺朝集团

地址：上海市虹口区广灵四路24号(甲)

开隆大厦12楼

电话：86 21 55391988

传真：86 21 65528950

邮编：200083

网址：www.shunchao.com

电子邮箱：shunchao@shunchao.com



# 目录

## Contents

只想长高的向日葵

### SHUNCHAO DISCUSS MARKET 顺朝观市

不确定中的确定性

---2022年3月行情回顾2022年4月行情展望

### STEEL CITY NEWS 钢市动态

期螺短期高位波动加剧全年走势可能呈N型

钢材需求结构性变化凸显行业冷暖，汽车板、电工钢等品种迎良好发展机遇

顺朝可供资源一览表

工业线材可供资源一览表

### SHUNCHAO STYLE 顺朝风采

《干法》读书笔记

读《管理的实践》有感

疫情之下，请自由彪悍成长

——多读书、读好书、好读书

### DAILY STATION 天天加油站

与自卑为伴，

必定与失败为伍

纯洁的自信心

# 只想长高的向日葵

有一天，向日葵妈妈种了许多小向日葵，向日葵一天一天地长大了，其中有一棵小向日葵出土的最晚，长得最小。

它看见长得最高的向日葵姐姐和哥哥们，心里就非常羡慕，心想我要加把劲，它还自言自语地说我要超过所有长得最高的向日葵。

可是别的向日葵不是这样想的。

向日葵向上长的时候，它的根就拼命地向土壤深处扎，这样不仅站稳了脚跟而且能获得营养和水分。

但小向日葵可不是这样想的光把个子长高就完事了，向日葵哥哥和姐姐见了小向日葵都劝它长得太细了，小向日葵不听它们劝告依然我行我素根本不理睬大家的关。

终于，有一天的夜晚刮起了一阵大风，小向日葵直挺挺地倒下了。

这个故事说明了小向日葵不懂得生长的关键，要想长高是扎好根基，才能长高和粗壮，通过这个故事让我明白了做事情要打好基础，才能把事情做好。



# 不确定中的确定性 ----2022年3月行情回顾2022年4月行情展望

3月，市场最大的扰动因素就是俄乌战争。两个资源大国的战争导致大宗商品大幅上涨。原油创10年新高，触及130美元/桶。伦镍涨幅更是惊人，3天涨幅最高达到300%。疫情期间大宗商品本来就居高不下，俄乌战争更是火上浇油，给全球经济增加了更多的不确定性，经济可能更快地从滞胀走向衰退。

美联储议3月份如期加息25个基点，预示美国货币政策的正式转向。市场预计今年美联储总共加息6次，随着加息次数的增加，很可能会引发叠加效应，对美股和大宗商品产生较大的影响。

2月份，中国制造业采购经理指数（PMI）为50.2%，比上月上升0.1个百分点，在构成制造业PMI的5个分类指数中，生产指数和新订单指数均高于临界点，原材料库存指数、从业人员指数和供应商配送时间指数均低于临界点。表明制造业生产活动扩张有所放缓，制造业主要原材料库存量较上月下降。

本月价格继续上涨，截止到21号，杭州中天报4970，涨70；上海三洲报4820，涨70；合肥长江报4920，涨80；南昌方大报4720，平；沈阳抚顺报4830，涨100；河北敬业报4830涨60。上海热卷价格报5080，涨100。



产量有所回升，依然低于去年同期。表观需求受疫情影响近期明显疲弱，远低于去年同期。



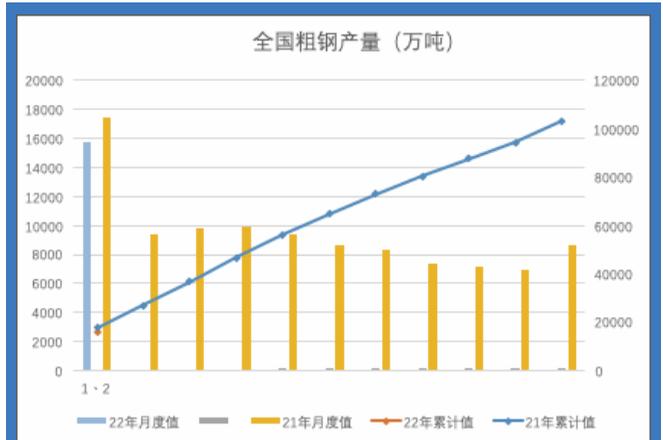
期货升贴水与去年同期基本持平，如果期货价格继续强势，期货升水拉大，将出现期现正套的操作机会。



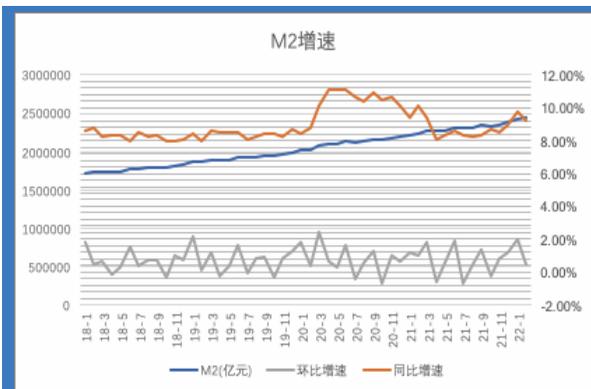
3月3号节后库存达到高峰，比去年库存高峰低510万吨，但今年降库速度明显不及去年同期，厂库出现反复，没有持续性降库。



1—2月份，全国固定资产投资（不含农户）50763亿元，同比增长12.2%。房地产新开工面积14967，同比下滑12.15%，均好于市场与其。



以及今年产量政策是平控，22年1-2月份比去年同期低1700万吨。



2月末，广义货币(M2)余额244.15万亿元，同比增长9.2%，增速分别比上月末和上年同期低0.6个和0.9个百分点。2月社会融资规模增量为1.19万亿元，比上年同期少5315亿元。其中，对实体经济发放的人民币贷款增加9084亿元，同比少增4329亿元。

3月份，俄乌战争对大宗商品造成巨大扰动，国际钢价大幅上涨。国内处于供需两弱的局面，需求迟迟不能启动，疫情又突然爆发，对工地施工造成了很大的影响，供给端虽然在冬奥会结束后有所恢复，但是受制于成本过高影响，钢厂开工意愿并不强烈。弱需求弱供给，强预期高成本，钢价运行逻辑多空交织，走势也是宽幅震荡，暂时没有明确的趋势。但是有一点是可以肯定的，今年5.5的gdp增长目标，基建不发力，地产不企稳是肯定无法完成的，因此需求在经过长时间的压制后，会迎来一个小的峰值，届时正是兑现利润的时候。预计下个月的行情，先抑后扬，总体上涨。



钢厂成本维持高位，高炉成本达到4800附近，钢厂利润被大幅压缩。



## 期螺短期高位波动加剧 全年走势可能呈N型

2月底以来，受到全球大宗商品价格上涨、通货膨胀预期加剧的影响，国内螺纹钢价格大幅冲高，螺纹钢主力合约2205价格最高上冲至5094元/吨，之后则有所回落。短期来看，乌克兰局势呈现胶着状态，原油价格开始高位震荡，所以包括螺纹钢在内的整个大宗商品市场波动均会有所加剧，而中期的螺纹钢期货走势则仍需关注市场需求恢复情况。

供应端继续边际改善 但幅度可能不及预期

2月下旬，随着北京冬奥会闭幕，北方地区限产政策开始出现边际宽松，钢材供给也有所改善。据数据统计，全国247家钢厂高炉日均铁水产量到3月份第1周已经回升至219.76万吨，5大品种钢材产量也回升至955.9万吨，较2月份低点分别回升8.2%和9.8%，之后因全国两会和北京冬残奥会的召开，钢材供应略有回落。笔者认为，从一个偏中线的时段来看，钢材供应端改善的大方向不会改变。主要基于以下逻辑：其一，全国两会和北京冬奥会、冬残奥会陆续闭幕，北方地区的限产政策可能会再度放松。其二，去年的中央经济工作会议和今年的《政府工作报告》均明确了立足国情，先立后破，有序推进落实“双碳”目标的原则。据笔者估算，今年第1季度的粗钢产量同比下降2700万吨左右，所以后面几个季度粗钢产量压减的压力相对较小。其三，今年经济工作的重心是稳增长，这利好钢材的中期需求。但在政策端提振需求的同时，螺纹钢供应端的政策也需要适度放松，否则可能会导致供需错配，挤压下游制造业利润。

但短期来看，钢厂的复产力度可能不及市场预期，主要是因为目前电炉钢生产企业一直处于盈亏平衡状态。同时，长流程钢厂利润也明显收窄，且铁矿石、煤炭等原料价格仍有上涨预期，低利润必然会抑制钢厂的复产积极性。3月份第2周，全国85家独立电弧炉企业平均开工率为71.33%，较去年同期低8.7个百分点。所以笔者预计，4月~5月份螺纹钢周度产量可能逐步恢复至310万吨~320万吨水平，高炉日均铁水产量将逐步恢复至220万吨~230万吨水平，均低于去年同期。

需求端即将进入预期兑现阶段

如果把时间周期放得更长的话，开年以来，螺纹钢价格

的这波反弹其实在很大程度上得益于国内稳增长背景下的需求比较乐观。求强预期。从目前情况看，市场情绪对于螺纹钢需求的前景春节之前，央行下调了1年期和5年期的贷款市场报价利率

(LPR)；2月份之后，多个城市相继推出了下调首套房的首付比例和房贷利率政策，特别是河南省郑州市成为了首个放松“认房又认贷”政策以及重启棚改货币化安置政策的城市。而今年《政府工作报告》在继续强调“房住不炒”的基调的同时，也强调了支持合理住房需求、因城施策等。基建方面，从2021年第4季度以来，一些重大项目已经陆续开工，且今年地方政府专项债支出有明显前置的特点。在这种情况下，笔者对于钢材的中期需求还是持相对乐观态度的。[图 房地产、基建投资和螺纹钢均价走势]

但从现实情况来看，房地产行业对钢材的需求比较低迷。1月份，全国100个大中城市土地成交面积同比下降25.59%，而1月份和2月份30个大中城市商品房成交面积均值同比分别下降了29.56%和27.31%。所以，政策的边际宽松传导到房地产行业对钢材需求的恢复是需要一定时间的，至少从上半年来看，房地产行业投资和新开工不会有太大起色。基建投资则在政策刺激下已经出现企稳态势，2021年12月份当月基建投资增速同比增长了3.75%，为2021年4月份之后首次转正，且今年《政府工作报告》强调了要适度超前开展基础设施建设，所以今年上半年基建投资的企稳比较确定。那么，建筑业对钢材的需求在今年上半年就会呈现基建对冲房地产行业的格局。从历史数据看，在这个阶段，螺纹钢价格走势比较弱，而一旦房地产行业开始企稳，螺纹钢价格亦会同步走强。如果排除通货膨胀预期因素，目前的需求状况可能不支持建筑钢材价格进一步走高，未来还是需要关注房地产行业企稳的时点，笔者预计要到第3季度左右，第2季度可能存在需求兑现不及预期的风险。

库存关注焦点将转向去库存化速度

今年螺纹钢库存绝对量的低位对价格形成了强有力的支撑，3月份第一周，螺纹钢库存高点(1320.34万吨)已现，较去年同期下降505.71万吨。据统计，螺纹钢库存一般在春节后4周左右见顶，之后开始去库存。从近5年的数据来看，去库存时长为12周~14周。所以，未来两三个月，市场对于螺纹钢库存的关注点将从总量的偏低转向去库存化速度。前文提到，第2季度之后，钢材供应大概率环比回升，而需求的恢复则可能相对偏慢，去库存化的速度大概率不及预期，这也可能对钢材市场形成阶段性冲击。目前，螺纹钢期货近弱远强的期限结构也暗含了这一预期。

综合来看，因地缘冲突引发的通货膨胀预期是导致2月底到3月初钢材价格强势反弹的原因。从目前情况看，乌克兰局势有陷入胶着的迹象，所以短期内螺纹钢期货价格高位波动可能有所加剧。中期则需要回归基本面进行分析，笔者认为，第2季度螺纹钢期货可能存在供应恢复、需求不及预期的风险，而市场对于螺纹钢库存的关注点也可能会从总量偏低转向去库存化速度，故价格可能存在阶段性下行压力；第3季度后，随着国内稳增长政策的落地见效，螺纹钢需求恢复，价格将重新上涨。全年来看，螺纹钢期货价格走势可能呈N型。

图 房地产、基建投资和螺纹钢均价走势



## 钢材需求结构性变化凸显 行业冷暖，汽车板、电工 钢等品种迎良好发展机遇

新华财经北京3月25日电（张军）机构监测数据显示，3月17日-23日，多个钢材品种出现毛利增长迹象。业内人士认为，2022年粗钢产量将控制在2021年水平以下，而需求侧将发生新的变化。钢材需求总体平稳增长，与新能源汽车、特高压、风光发电等行业密切相关的汽车板、电工钢等品种将迎来较好发展机遇，建筑、集装箱等行业钢材需求将下降。

### 出现毛利增长迹象

机构数据显示，3月17日-3月23日，多个钢材品种毛利趋强。其中，螺纹钢毛利为347.11元/吨，较前一周上涨63.84元/吨；热轧品种毛利为354.63元/吨，较前一周上涨86.85元/吨；冷轧品种毛利为225.87元/吨，较前一周上涨3.66元/吨；线材毛利为438.7元/吨，较前一周上涨23.23元/吨；中厚板毛利为247.55元/吨，较前一周上涨33.75元/吨。

“大宗商品价格高位震荡，原料成本涨幅有所放缓，多个钢材品种出现毛利增长迹象。”中信证券钢铁行业首席分析师唐川林表示，2月国内固定资产投资同比增长12.2%，叠加传统旺季到来，市场对钢材下游需求较为乐观。从房地产行业看，新房销售数据虽仍在下滑，但降幅已放缓。同时，基建投资韧性较强。

### 存量产能继续优化

世界钢铁协会发布的数据显示，2021年中国粗钢产量10.33亿吨，同比下降3%，占全球粗钢产量的53%，较2020年减少4.7个百分点。

2021年上半年，受国内外需求拉动，全国累计粗钢产量5.63亿吨，同比增长11.80%，创同期历史新高。下半年以来，随着调控政策的落实，钢铁产量过快增长势头得到有效遏制。2021年7月以后，国内粗钢产量连续6个月同比下降。全年月均粗钢产量8608.74万吨，较2020年减少214.86万吨。

粗钢产量压缩良好势头延续。中钢协公布的数据显示，3月份（累计到3月中旬），全国粗钢日均产量262.07万吨，同比下降13.59%。

2022年，多家钢铁企业生产目标保持平稳。马钢股份介绍，公司2021年生产生铁1823万吨，粗钢2097万吨；2022年，生铁、粗钢生产目标分别为1853万吨、2097万吨。

方大特钢指出，2022年钢铁行业将继续从政策导向、标准体系建设、碳交易研究、技术创新等方面向“双碳”目标迈进，产能产量双控将呈现常态化，存量钢铁产能继续压减和优化，粗钢产量或呈现稳中下降趋势。2021年公司钢材产量424.79万吨，计划2022年钢材产销405万吨。

首钢股份表示，能耗“双控”将向碳排放总量和强度“双控”转变，国内粗钢产量将持续受到约束，预计2022年粗钢产量将控制在2021年水平以下。

同时，钢材需求侧将发生新的变化。首钢股份预计，国内钢材需求总体平稳增长，与新能源汽车、特高压、风光发电等行业密切相关的汽车板、电工钢等品种将迎来较好发展机遇。马钢股份表示，预计能源、机械、汽车、造船、家电等行业钢材需求将保持增长，建筑、集装箱、五金制品、钢木家具等行业钢材需求将下降。

### 持续推进兼并重组

当前，钢铁行业供给侧结构性改革持续推进，区域钢铁企业兼并重组风起云涌，钢铁产业处在优化调整变革期。

日前印发的《山西省钢铁企业改造提升2022年行动计划》指出，推进钢铁企业兼并重组和存量产能整合，按照市场化、法治化原则，重点推进晋南钢铁整合星原钢铁产能，积极推进长治市2022年底前出台5家钢铁企业整合方案（首钢长钢、兴宝钢铁、太行钢铁、长信钢铁、金烨钢铁）。重点推进宝武太钢、晋钢集团、晋南钢铁、晋运钢铁、美锦钢铁等企业对外省内钢铁企业的整合重组。

《关于促进钢铁工业高质量发展的指导意见》提出，推进企业兼并重组。鼓励行业龙头企业实施兼并重组，打造若干世界一流超大型钢铁企业集团。依托行业优势企业，在不锈钢、特殊钢、无缝钢管、铸管等领域分别培育1-2家专业化领航企业。

业内人士表示，在“双控”及产能置换的背景下，未来钢铁行业集中度将进一步提升，主要上市钢铁企业盈利能力有望持续改善。

# 顺朝可供资源一览表

序号	品名	产地	规格	件重	HRB400报价	HRB400E报价	仓库
1	螺纹	中天	14*9	1.83	4900	4930	杭州 升华库 崇贤库 仁和库
2	螺纹	中天	16*9	1.778	4870	4900	
3	螺纹	中天	18*9	1.728	4870	4900	
4	螺纹	中天	20*9	1.89	4870	4900	
5	螺纹	中天	22*9	1.851	4870	4900	
6	螺纹	中天	25*9	1.733	4870	4900	
7	螺纹	中天	28*9	2	4930	4960	
8	螺纹	中天	32*9	1.988	4930	4960	
9	螺纹	中天	14*12	2.251	4900	4930	
10	螺纹	中天	16*12	1.896	4870	4900	
11	螺纹	中天	18*12	1.8	4870	4900	
12	螺纹	中天	20*12	2.668	4870	4900	
13	螺纹	中天	22*12	2.754	4870	4900	
14	螺纹	中天	25*12	2.449	4870	4900	
15	螺纹	中天	28*12	1.913	4930	4960	
16	螺纹	中天	32*12	1.742	4930	4960	
17	螺纹	黄海	12*9	1.998	4840	4860	上海 淞铁库 金山北库
18	螺纹	黄海	14*9	1.993	4760	4780	
19	螺纹	黄海	16*9	1.991	4700	4720	
20	螺纹	黄海	18*9	1.98	4700	4720	
21	螺纹	黄海	20*9	2.001	4700	4720	
22	螺纹	黄海	22*9	1.985	4700	4720	
23	螺纹	黄海	25*9	1.975	4750	4770	
24	螺纹	黄海	28*9	2	4780	4800	
25	螺纹	黄海	32*9	1.998	4800	4820	
26	盘螺	新三洲	8	2	4880	4910	上海
27	盘螺	新三洲	10	2	4880	4910	淞铁库
高线专区							
28	高线	亚新	6	2	HPB300	4950	上海 淞铁库
29	高线	亚新	8	2	HPB300	4800	
30	高线	亚新	10	2	HPB300	4800	

1、以上价格为当日报价，上次报价自动失效，如当日价格大幅变化，以通知为准。其它定制产品价格另议。

2、供应规格、数量以实际发生为准。

3、联系方式：15821973993 蒋、13917248714 赵、13524133427 叶、15901786966 张、1579789927

# 工业线材可供资源一览表

## 一、产品价格表 (含税出厂价: 元/吨)

### 1、冷镦钢线材

类别细分			钢种	规格/价格					
				φ5.5	φ6.5-8	φ10-28			
日标A系列	普通用途	普通等级	SWRCH18A、SWRCH22A	5390	5190	5360			
				φ5.5	φ6.5-22	φ24-28	φ30-34	φ36-38	φ40-42
		普通等级	SWRCH6A、SWRCH8A	5390	5190	5190			
		普通等级	SWRCH10A	5440	5240	5240			
		普通等级	SWRCH15A	5360	5160	5160			
		普通等级	XGSWRCH6A、XGSWRCH8A	5620	5420	5420	5470	5470	5560
		普通等级	GSWRCH10A-1	5750	5550	5550	5600	5600	5690
		普通等级	XGSWRCH15A	5580	5380	5380	5430	5430	5520
日标K系列	普通用途	普通等级	SWRCH10K、SWRCH15K、SWRCH20K、	5490	5290	5290			
		普通等级	SWRCH35K	5320	5170	5170			
		普通等级	SWRCH40K、SWRCH45K	5390	5190	5190			
		普通等级	SWRCH50K	5440	5240	5240			
		普通等级	35ACR	5510	5310	5360	5460	5460	
	XG系列	普通等级	XGSWRCH10K、XGSWRCH15K、XGSWRCH20K、	5720	5520	5520	5570	5570	5660
		普通等级	XGSWRCH25K	5600	5400	5400	5450	5450	5540
		普通等级	XGSWRCH40K、XGSWRCH45K	5620	5420	5420	5470	5470	5560
普通等级		XGSWRCH50K、GS45C-1、GS35C-1	5820	5620	5620	5670	5670	5760	
日标ML系列	普通用途	普通等级	ML08A1	5360	5170	5170	5220	5220	
	XG系列	普通等级	XGML08A1	5600	5400	5400	5450	5450	5540
	普通用途	普通等级	ML35	5390	5190	5190			
	XG系列	普通等级	XGML35	5620	5420	5420	5470	5470	5560
类别细分			钢种	规格/价格					
				φ5.5	φ6.5-14	φ16-22	φ24-28	φ30-38	φ40-42
日标CrMo	XG系列	普通等级	SCM420、SCM435、SCM440	6310	6110	6110	6160	6210	6310
日标ML系列	普通用途	普通等级	ML20Cr	5590	5390	5390			
	XG系列	普通等级	XGML20Cr	5800	5610	5610	5610	5660	5750
	普通用途	普通等级	ML40Cr	5660	5460	5460	5460		
	XG系列	普通等级	XGML40Cr	5800	5600	5600	5600	5650	5650
		普通等级	XG35ACR	5670	5470	5470	5470	5520	5620
	普通等级	XG40ACR	5720	5520	5520	5520	5570	5670	
美标合金钢系列	普通用途	普通等级	10B21	5410	5210	5210	5360		
		普通等级	10B18、10B28、10B30、10B33、10B38	5460	5260	5260			
	XG系列	普通等级	XG10B21	5640	5440	5440	5590	5700	5750
		普通等级	XG10B18、XG10B28、XG10B30、XG10B33、XG10B38	5690	5490	5490	5640	5750	5800
ML20MnTiB			5470	5270	5270	5370	5370	5370	
XGML20MnTiB			5730	5530	5530	5630	5630	5630	
B7			6160	6110	6110	6160	6260	6350	
50BV30			6090	5940	5940	5940	5990	6040	
Q215			5510	5310	5310				

### 2、合金结构钢线材

钢种			规格/价格					
			φ5.5	φ6.5-15.5	φ16-23	φ24-29	φ30-38	φ40-42
20CrMo、ML20CrMo、35CrMo			6310	6110	6110	6160	6210	6310
20CrMnTi			5770	5570	5670	5720	5760	5810
30CrMnTi			5550	5350	5400	5450	5450	5600

注: 具体订购请与区域业务员联系

上海区域: 13585787566 叶先生

江苏区域: 18717872389 李先生

浙江区域: 13003234961 潘小姐

## 《干法》读书笔记

财务部：吴青青

《干法》：这本书并不是告诉我们怎么干好具体的工作，而是讲解稻和盛夫先生毕生积累的工作心法和经营哲学。通读完本书，更深刻理解了工作的意义和价值，要全身心的投入工作，要坚持“愚直地、认真地、诚实地”工作，每天自我反省，追求完美而不是最佳，拥有对工作的高敏感度，持续付出不亚于任何人的努力，最终克服工作的种种难题，获得成就感和价值感。

本书中还讲述了稻盛先生的人生观方程式：人生\*工作的结果=思维方式×热情×能力，给我的启发是我们需要有积极的思维方式，对工作的充满着热情和迷恋，在其中不断提高自身的能力。此外，我们常常过于强调能力和思维，但热情的力量也不容小觑，在遇到挫折困难时能坚持初心和信心，精耕细作，在漫长的工作生涯中不断完善自己的人格。



## 读《管理的实践》有感



《管理的实践》：阅读了第一章管理的本质，从管理层的角色、职责和面临的挑战三方面进行了阐述。管理是一种实践而不是一种科学或专业，我们需要在实践中总结经验，而不能停留在书本或课程中的学习，要去解决实际的问题，它具有很强的实用性，同时管理又是一种博雅艺术，通过管理让人自由地发挥才智创造价值。管理层的职责包括管理企业、管理管理者、管理员工和工作，通过创造经济绩效来衡量管理的水平。在今天，管理需要面临很多挑战，例如技术变革、自动化、人工智能等等，社会需要更有更高水平和创造性的人才，这对管理也提出了更高的要求。通过浅读第一章，让我对管理有了更多的思考和兴趣，究竟什么是管理，如何做好管理，相信读完本书后会有更全面和深刻的认识。

# 疫情之下，请自由彪悍成长

## ——多读书、读好书、好读书

企划部：覃曼黎

疫情凶猛，来如山倒，去如抽丝，让我们一直宅在家里，这次宅在家里，也让很多朋友开启了自省模式，让我们重新构建一种新的生活方式。

除了做好日常的呵护，怎样才能让我们的生命拥有足够的后劲与动力，构筑自己美好的幸福生活呢？

《稻盛和夫写给年轻人一生的忠告》中说到：“年轻时碰到好事也绝不能骄傲，遭遇灾难和重大挫折也不可消沉。这些都是神灵给予的考验。”古语有云：天降大任于斯人，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空泛其身。我们要把困境当机遇，把苦难当成磨练。

### ● 通过读书构建自己的小宇宙

人们对知识的需求，就像人呼吸离不开氧气，而读书，是可以让你掌握知识的一种方法。读书，在某程度上，可以让你获得优越感，在读书的过程，也是一个静心的过程。因为你需要静下心来，才能领悟到书中的真谛。人生的目标在于追求美好心灵，外在的际遇都是磨练。

或许“活在当下，珍惜当下”才是我们最应该珍视的，过好每一天，才能找到真正属于自己的力量，发现通往幸福之路的大门。稻盛先生在事业遇到挫折的时候始终坚信，只要以正确的态度对待考验，成功就只有寸

步之遥。要拥有开阔的心胸、时时不忘实现自己的目标。一个持有正面的思维方式就会有幸福的人生。正面思维是负面思维的天敌，克制负面思维，用正面思维来置换负面思维，是事业成功和自我实现的唯一途径。

### ● 构建正确的积极向上的思维方式

人工作的目的是为了提升自己的心志——这是我的观点。只有通过长时间不懈的工作，磨砺了心志，才会具备厚重的人格，在生活中沉稳而不摇摆。工作就是一场提升心志、磨炼人格的“修行”。

正如稻盛和夫所讲：“工作最重要的目的在于通过工作来磨炼自己的心志、提升自己的人格。”生命不息，精进不止。只有通过工作，才能保证精神的健康，在工作中进行思考，工作才是件快乐的事。专注于工作，一心不乱，如同“田地里的劳作”，我们就可以锻炼心性、磨砺灵魂、塑造人格，从而实现自己的职业理想。

### ● 勤健身，管住嘴

我想这世上恐怕没有人不在乎自己的身体健康吧。在家隔离期间，是不是很多人可能过着这种“pig”般的生活。事实上，我们需要让自己重新运动起来。运动是我们的生命，运动更是帮助我们提高免疫力最好的方法。

我们需要明白，没有运动，就不会有我们健康的体魄，更不会让我们的生活变得越来越好。运动是生命的再造细胞，科学家曾发现，运动能让我们延迟衰老，提高机体的活力，更能让机体有更强的再造能力。

我们要用感恩的心态对待自己的工作，在疫情面前，我们需要感谢那些还在给我们发工资的老板，和老板共进退，少一些意气用事，你会更好获得成长，也会在疫情中有担当，有责任，变得更为成熟起来。

疫情的到来，对有心人来说，都是一场洗礼，更是人生成长的最重要阶段，在疫情之下，请你学会储蓄，让自己自由彪悍的成长，让我们有更强应对风险的能力。



## 与自卑为伴， 必定与失败为伍

白马没受伤以前，是草原上的骏马中跑得最快的马，它喜欢尽情奔跑时的那种风驰电掣般的感觉。

可白马受伤后，它再也没有夺得过一次赛马大会的冠军，更不用说去体会那种奔跑时闪电般的快感了。

虽然白马在受伤期间去看过最好的医生，用过最好的药材，做过最好的康复，伤愈后，还比别的马花更多的时间，练更多次的奔跑。但在做过所有的努力之后，它仍然无法恢复以前的速度。在经过许多次打击之后，白马变得消沉了，许多次比赛它都放弃了。它渐渐地淡出了人们的视线。

但一年后，白马再一次亮相，并最终获得草原上最能负重之马的荣誉，这着实让大家大吃一惊。

大家惊诧于白马的转型，惊诧于以前的快乐与自信又回到它的身上。“当我丧失了速度快的特点后，我发现了自己能负重的特长。经过一年时间的不懈努力，我把我的这个特点也发挥到了极致。”白马说。

白马的一席话解开了它转型的疑团。

“可你怎么又变得自信与快乐了呢？”一个声音问。

“在我经受过多次打击后，我明白了一个道理，”白马说，“那就是，与自卑为伴，必定与失败为伍；与自强联姻，必定与成功结亲！”

## 纯洁的自信心

我们应该鼓励员工们去追求成功的热情。但是，有一点必须注意：只有纯洁的自信心才能生发出健康的热情。

我们知道，自信心常能帮助人们达到成功。然而，如果一位员工的自信心只是为了个人的贪婪，那么他将对同事和公司构成潜在的危害。在不健康的热情的驱使下，很可能会不计后果地胡作非为。有一则寓言是这样说的：

一个牧羊人为了扩张自己的事业，决定培养一只狼作帮手。于是，他每天训练狼如何捕捉小羊。他希望通过狼把邻近羊群中的小羊据为己有。

这只狼事先并没有经过野生训练，是人工抚养大的，所以胆子很小。为了鼓励它，牧羊人说：“你是一只狼呀，既然如此，那么你要相信自己能够变成一只最杰出的狼！”

这只狼果然变得很杰出，因为它把主人的羊也捕捉到了自己的肚子里。

最后的结局是这样的，一位猎人出于义愤击杀了这只狼，而牧羊人也从此沦为穷光蛋。

**【心得】**这个教训是深刻的，牧羊人成了害人害己的罪魁祸首。不要以为这则寓言与我们无关，事实上，很多企业在人力资源的开发和管理中，常常犯牧羊人的毛病。

