



任戈宪 著

河南人民出版社

ZHANSHENGZIWO

战胜自我



- 玩空手道方显英雄本色
- 假若我一文不名我将从何做起
- 只凭顽强是不够的
- 成功者第一要素是胆量
- 追乌鸦捉住锦鸡
- 看人一规律
- 纪省子养斗鸡，核心是斗
- 最绝望的时候再坚持一下
- 论“治大国如烹小鲜”
- 背叛者的拙劣表演
- 人格是人的第二生命
- 君子的灵魂深处
- 我没有理由自卑
- 好心办坏事
- 从混沌到有序
- 大官和乡邻

ISBN 7-215-03973-0



9 787215 039735 >

ISBN7-215-03973-0/C.79

定价：8.50 元

# 战 胜 自 我

任戈宪 著

河 南 人 民 出 版 社



# 战胜自我

任戈亮 著

责任编辑 牛亚和

\*

河南人民出版社出版发行

河南省科委印刷厂印制

\*

850×1168 32开本 8.125印张 160千字

1996年10月第1版 1996年10月第1次印刷

印数 1—3,000 册

ISBN7-215-03973-0 / C·79

定 价 8.50 元





# 前 言

人人都想使自己象老虎和猫一样强大，不愿象羊和老鼠一样弱小。因为弱小者会被强大者吃掉。虎和猫的强大与羊和鼠的弱小是天生的物种不同造成的，而人的弱小和强大是靠战胜自我来决定的。人要想成为生活的强者就要不断地战胜自我，即战胜自我的自卑情绪，战胜自我的自私心理，战胜自我非理性的冲动和动物性的本能，战胜自我认识上的狭隘性和片面性，战胜自我思维上的混乱性，战胜自我的惰性和守旧性，战胜自我实践上的盲目性和随意性等等，最终使生活和工作实现从混沌到有序状态。

一块原石没有多大价值，但雕刻成精美的艺术品便价值连城。人战胜自我的过程如同雕刻艺术品的过程一样。人的自觉就是认识到自己这块毛石头的不规则，主动地雕刻——战胜自我，从而把自己雕刻成艺术品。人的战胜自我又像把一块铁矿石放进熔炉里炼成铁，再进一步把铁炼成钢，更进一步把这块钢打成刀。由矿石变成刀者，便是战胜自我的成功者。

从深层意义上讲，正确地认识自己是第一步，首先认识到自己是一块黄金，还是一堆土。接着是正确地自我设计，设计的起点必须建立在切实可行的基础上，即

不能过高，也不能过低。是块黄金就应雕刻成皇冠或维纳斯，而不应雕成便具。是一堆土就应加水活成泥制成砖，而不应设计雕成皇冠或维纳斯。这就叫合理的设计。有了合理的设计，接着是自我实现的过程，也即自我雕塑的过程。在这个过程中须战胜自我实现过程中的混沌状态，即如何雕塑，用什么工具雕塑，先从哪里着手雕塑，战胜雕塑过程中的盲目性，随意性，浮躁情绪等。因此，人生的成功之路实际上就是一个不断战胜自我的过程，是一个从混沌到有序的过程。

实践证明，一个人的成功并不取决于他的天赋已有的地位、财力，最关键的还是取决于他是否能不断地多方面战胜自我。谁能战胜自我认识上的混沌、战胜自我设计上的混沌、战胜自我行动中的混沌、战胜自我意志上的薄弱和自信的不足，谁就能成为老虎和猫、成为强者；谁不能全面地，不断地战胜自我，谁就将变成为弱者。是弱者可能被强者吃掉。

人类的认识要不断地扩大和深入，这就需战胜自我认识上的守旧性。比如正统的认识是人中强者总是学识渊博、规范和有教养，有如套路熟练的拳术师一样，这种人最有可能取胜。然而在现实中我们不断发现，那些因循守旧的教师爷却终生没有突破。而那些并不具备熟练套路的所谓冒失者，有不少却取得了惊人的成功。这验证了民间的古话，“教师爷不打冒失”。这种现象就不得不使我们对许多问题重新认识。

我这本书也是战胜自我，纠正了自己的人生观和思维方法的产物，是自己从混沌到有序的经验之一，是增加了冒失成份后冒失的结果。

滴水不能测大海。一个人的生活圈子，活动范围，交往层次，知识结构等形成了他对世界和对人生的看法，仅仅能代表一部分人的一部分看法。

这本书中所述问题可能有片面性或同读者观点有相悖之处。不过它毕竟是个人生活体验说出来的心里话。

谬误之处，望读者不吝赐教。

作者

1995年10月

# 目 录

|                           |      |
|---------------------------|------|
| 第一章 如何选择人生的突破口 .....      | (1)  |
| 玩空手道方显英雄本色 .....          | (1)  |
| 干啥够啥与干啥务啥 .....           | (3)  |
| 弹莫虚发 .....                | (5)  |
| 假若我一文不名 我将从何做起 .....      | (6)  |
| 只凭顽强是不够的 .....            | (9)  |
| 端着金饭碗 千万别讨饭 .....         | (12) |
| 该干什么就干什么 不能想干什么就干什么 ..... | (13) |
| 毅力三点论 .....               | (16) |
| 画蛇不必添足 .....              | (20) |
| 抢占人生的制高点 .....            | (22) |
| 本章回顾 .....                | (23) |
| 第二章 如何走向成功 .....          | (25) |
| 人只有豁出去才会有大发展 .....        | (25) |
| 奋斗目标越远大越能开发人的潜能 .....     | (28) |
| 成功者第一要素是胆量 .....          | (29) |
| 认识上的飞跃和事业进步之关系 .....      | (33) |
| 人才要像小鸡一样啄壳才能脱颖而出 .....    | (35) |

|                            |      |
|----------------------------|------|
| 才能和性格之关系 .....             | (37) |
| 锻炼耐心等待的内功 .....            | (40) |
| 追乌鸦捉住锦鸡 .....              | (42) |
| 不是能否享受成功 而是能否取得成功 .....    | (44) |
| 不能超越自我的悲哀 .....            | (47) |
| 不冲破思想牢笼的人 没有大的作为 .....     | (49) |
| 积蓄 爆发 再积蓄 再爆发 是人生的辉煌 ..... | (51) |
| 本章回顾 .....                 | (53) |

|                             |             |
|-----------------------------|-------------|
| <b>第三章 如何克服缺点突破困境 .....</b> | <b>(55)</b> |
| 正确对待自己和别人的成功与失败 .....       | (55)        |
| 胜利的路将充满屈辱 .....             | (56)        |
| 看人一规律 .....                 | (59)        |
| 要经得起绝境打击才能成大器 .....         | (61)        |
| 天性的改变 .....                 | (63)        |
| 世人犯错误后的三种态度 .....           | (65)        |
| 关于失恋的对话 .....               | (67)        |
| 能大变的人必有大作为 .....            | (70)        |
| 缺憾补偿的两种心态 .....             | (71)        |
| 业绩伟瑕不掩玉 人平庸缺点昭彰 .....       | (74)        |
| 浮躁、拖拉、积习是人生三大敌 .....        | (76)        |
| 反思和比较是认识、战胜、提高自我的法宝 .....   | (78)        |
| 本章回顾 .....                  | (81)        |

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| <b>第四章 人生处世秘诀</b> .....  | (83)  |
| 纪省子养斗鸡，核心是斗 .....        | (83)  |
| 提高自身素质是击败竞争对手的关键所在 ..... | (85)  |
| 最绝望的时候再坚持一下 .....        | (87)  |
| 几个朋友的“牵牛术” .....         | (89)  |
| 该忍时忍，该怒时怒 .....          | (94)  |
| 自我解嘲是恢复信心的妙方 .....       | (97)  |
| 石头汤的启示 .....             | (99)  |
| 打石不看纹 累死打石人 .....        | (104) |
| 做事水平三段论 .....            | (108) |
| 小事靠勤奋，中事靠胆量，大事靠谋略 .....  | (110) |
| 本章回顾 .....               | (112) |

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| <b>第五章 如何当好领导者</b> ..... | (114) |
| 一把手三大忌 .....             | (114) |
| 浅谈“宰相肚里能行船” .....        | (118) |
| 多才缺德和无才有德 .....          | (120) |
| 失败的原因大多来自内部 .....        | (121) |
| 烂沿桶和漏底桶 .....            | (123) |
| 赠领导者几句话 .....            | (124) |
| 反思中的宽容与尖刻 .....          | (125) |
| 关于王熙凤的教训 .....           | (127) |
| 论“治大国如烹小鲜” .....         | (128) |
| 这样一群人合作必然散伙儿 .....       | (131) |

|                    |       |
|--------------------|-------|
| 死抓别人小节必成自己大错 ..... | (133) |
| 本章回顾 .....         | (135) |

|                         |       |
|-------------------------|-------|
| <b>第六章 如何对待亲友</b> ..... | (137) |
| 人生的圈子 and 一瓢鱼原理 .....   | (137) |
| 孝敬父母 帮助朋友不应讲条件 .....    | (140) |
| 朋友可交财 交财还往来 .....       | (142) |
| 当您被误解之后 .....           | (144) |
| 小小的不忠诚所带来的后果 .....      | (146) |
| 丧失灵魂是最可怕的 .....         | (147) |
| 背叛者的拙劣表演 .....          | (149) |
| 从“苏州打刀”看仇恨亦可化解 .....    | (151) |
| 跟人的五种境界 .....           | (154) |
| 如何对待坑我的六种人 .....        | (156) |
| 从蛇咬人看人的智慧 .....         | (158) |
| 不孝者的忏悔 .....            | (160) |
| 本章回顾 .....              | (162) |

|                       |       |
|-----------------------|-------|
| <b>第七章 关于读书</b> ..... | (164) |
| 读书的妙用 .....           | (164) |
| 中国人的基本话题就是那几本好书 ..... | (166) |
| 都说好的书一定要读 .....       | (168) |
| 关于我常读的书 .....         | (170) |
| 本章回顾 .....            | (173) |

|                                |                  |
|--------------------------------|------------------|
| <b>第八章 净化灵魂使人格高大才能立世 .....</b> | <b>(174)</b>     |
| 人格是人的第二生命 .....                | (174)            |
| 高尚的人时时努力克制着自己 .....            | (177)            |
| 清官的内心世界 .....                  | (178)            |
| 你所崇拜的英雄仅比你强一点点 .....           | (181)            |
| 君子的灵魂深处 .....                  | (185)            |
| 价值观念的不同是人与人之间最本质的分歧 .....      | (189)            |
| 本章回顾 .....                     | (190)            |
| <br><b>第九章 人生杂议 .....</b>      | <br><b>(191)</b> |
| 也谈算命 .....                     | (191)            |
| 我没有理由自卑 .....                  | (193)            |
| 优势平衡论 .....                    | (194)            |
| 从阿 Q 临刑前画的圆看他心中天地之狭小 .....     | (196)            |
| 井底之蛙的启示 .....                  | (197)            |
| 好心办坏事 .....                    | (199)            |
| 一个心动过速病人的痊愈过程 .....            | (202)            |
| 纵然明天天塌地陷你也要把今天该做的做好 .....      | (203)            |
| 奋斗者认为不奋斗不见得好受 .....            | (205)            |
| 一个忧郁症患者的解脱 .....               | (206)            |
| 早熟的果子必被虫蛀 .....                | (209)            |
| 如果我是王伦我将如何做 .....              | (211)            |
| 失恋的三种态度 .....                  | (213)            |

|                                  |       |
|----------------------------------|-------|
| 不要用言语来表白自己而要用行动来证明自己 …           | (215) |
| 怕吃亏者最吃亏 .....                    | (217) |
| 痼疾难医 .....                       | (218) |
| 青年人相信说 中年人相信做 老年人不相信<br>解释 ..... | (220) |
| 目标认准之后 耐力是第一要素 .....             | (222) |
| 鼓励和打击的效果天差地别 .....               | (224) |
| 失败时向下比 成功时向上比 .....              | (226) |
| 剖析一天 知其一生 .....                  | (228) |
| 老王跑不到金山的根本原因 .....               | (230) |
| 蚂蚁和大象谁厉害 .....                   | (231) |
| 论翻墙头需要伙伴 .....                   | (233) |
| 单凭聪明是不够的 .....                   | (235) |
| 见微知著 落叶知秋 .....                  | (237) |
| 失败为胜 变废为宝 .....                  | (238) |
| 从混沌到有序 .....                     | (240) |
| 大官和乡邻 .....                      | (243) |
| 本章回顾 .....                       | (245) |



## 第一章 如何选择人生的突破口

### 玩空手道方显英雄本色

天生下来肚脐就放一张百万元存款单的人是极少数。玩空手道是绝大多数人必须面对的现实。

生活中我们常常听到有的人怨天尤人，抱怨祖先没有给他留下一大笔遗产。强调不是自己没本事，主要是因为穷，没本钱，不然的话早就发迹了。也有的人哀叹朝里没人，凭自己的本事，如有人提拔，当个市长，省长绰绰有余。乍一听，这些说法似乎有些道理，但实质上是懒汉懦夫的浅薄之见。

古今中外的历史上白手起家的人真是数不胜数。如我国汉朝的刘邦，最初仅一亭长而已，白手起家建立了西汉王朝；西方的许多老牌资本家都是白手起家，经过一番苦斗，而成为亿万富翁。

空手道能迫使人从无知到有知，从知之不多到知之较多，从无能到有能，从意志薄弱到意志坚强。因为白手起家玩空手道的人，为了弥补资金上的不足，就注重

锻炼自己的才能，从不懂经营到懂经营，从不善管理到善于管理，将才能转化为有形的资产。失败——奋斗——再失败——再奋斗，直至胜利，这就是玩空手道者的奋斗历程。失败使玩空手道者吸取了教训，磨难使空手道者增强了意志。经过几次失败，几次成功的起伏曲折，积累了经验，增强了才干，锻炼了意志，具备了驾驭大局面所必需的能力。正如一个举重运动员一样，只有经过无数次锻炼，才能把几百公斤重的东西抓举起来；如果未经锻炼。一开始就让其举起很重的东西，即使力量很大的人也举不起来。

一个没有能力和经验的人，即使手里有巨额资产，也会在市场竞争中成为奉送给精明人的礼物，而且得不到对方的感谢。拥有巨额资产的富家子弟因条件优越，躺在巨额资产或前辈的权力上睡大觉，无才守业无能创业，必然坐吃山空。

而玩空手道的人，穷则思变，积极进取，经过千辛万苦创造事业，就会珍惜用血汗换来的劳动成果，能保持艰苦朴素的作风和清醒的头脑。这叫做创业者伟，守业者平，开国者荣，亡国者耻。

因此，玩空手道的人不必因为自己出身下层而自卑，也不必因为自己一穷二白而自暴自弃；相反，应该感到自豪。因为自己不是守业而是创业，自己没有啃父母留下的老本而是立新功。在富家豪门中也有一些有远见卓识者，他们严格要求子女学得本领以继承遗产。也

有富家豪门子弟中的凤毛麟角者，他们不愿继承祖业而要玩空手道另创自己的事业。绝大多数人要干一番事业，都面临不玩空手道就不行的现实。你不会玩空手道，就等于说你自己没有成功的可能。

任何人都知道玩空手道艰难，但现实要求我们要知难而进，努力拼搏。人类历史正是靠玩空手道的人创造出来的。如果祖先不玩空手道，那么至今恐怕还蹲在树上不敢下来。正是他们凭着空空的双手磨出石器以抵御狼豺虎豹的袭击，继而用两块石头碰撞出火种，开始用篝火驱寒，然后由火种到发明火药，进而制造枪炮，原子弹。如果上帝一开始就把原子弹交给老祖先，那么他们肯定不会使用。不但炸不死老虎，反而毁灭了自己。

## 干啥够啥与干啥务啥

如果你想当木工，就别讨厌拉锯声音刺耳，想当铁匠就别怕烈火烧烤，想当经理就别怕事情麻烦。

社会上总有这样一些人，他们在确定志向时犹豫不决，在选择职业时徘徊彷徨，当走上工作岗位时这山望着那山高，干啥够啥，经常跳槽，半途而废，其结果到老一事无成。如我有个同学杜某，高中毕业后，他待业