

现代青年

素质教育最新成果



百所名校倾力推荐

必备能力训练教程

挑战

失

败

下

肖卫/主编

- ☐ 激发你的成功潜能
- ☐ 在贫困中激励自己
- ☐ 改变你生活的九个字
- ☐ 失败的八大关键因素
- ☐ 怎样从失败走向成功
- ☐ 哈为的十大成功忠告
- ☐ 战胜失败，战胜自我

青年人生
成功的层层方略



内蒙古文化出版社

现代青年必备能力训练教程

挑 战 失 败

肖卫 主编

(下)

内蒙古文化出版社

8. 成功需要坚持

缺乏坚韧和毅力，是失败的主要原因之一。数千人的经验已经证明，缺乏坚韧和毅力是大多数人常见的共同弱点。这种弱点可用努力来克服。

成功需要忍耐，需要坚持。中国有功亏一篑、功败垂成之说，其意之一就是不能坚持，在大功告成之际，却走向了失败。不少人正是这样失败的，许多努力已经作出，许多成绩已经取得，如果再坚持最后五分钟，多年的心血就要浇灌出绚丽的花朵，可是，就是在这个最关键的时候，放弃了努力，或者改弦更张，以前的努力都白费了。有位著名企业家曾提出“99度加1度”的成功公式，就是说烧水烧到了99度，最后再加1度水就烧开了，这最后的1度最为关键。聪明的人，等他人把水烧到99度，自己再加上这最关键的1度，成果就可以共享，可惜的是，许多人已经把成功之水烧到了99度，却放弃了这最后的1度，然后转到别处再烧99度，等到只差1度了，又放弃了。就这样恶性循环，陷入了失败的“怪圈”，离成功越来越远。因此，坚持最后五分钟是走向成功最为关键

的一步。

西汉末年，外戚王莽公然篡位，建立新朝。随之托古改制，致使百姓生活艰难，怨声载道。全国各地义军纷起，天下为之大乱。南阳的富豪刘寅、刘秀两兄弟，本是汉室宗亲，见王莽篡汉建新，又苦苦捕杀刘姓宗亲，便立志推翻王莽新王朝，重兴汉室。在起事时，刘秀兄弟势单力孤，难遂宿愿，就加入当时声势浩大的绿林军中，等待时机。此后不久，绿林军为便于号令天下，推举同是汉室宗亲的刘玄为首领，称为“更始皇帝”。刘寅、刘秀因功绩卓著被封为大司徒和大常偏将军。

公元23年，刘玄派刘寅出兵攻宛城，刘秀出兵昆阳、定陵和鄢县，绿林军声势大震，有西进长安之势。王莽派大将王寻和大司空王邑率军40万围困昆阳。刘秀亲率十三骁骑勇闯敌营，搬来救兵在昆阳城外与新军展开决战，终于以少克多，大胜敌军。这就是历史上著名的战役“昆阳之战”。在刘秀激战昆阳的同时，刘寅也攻克了宛城。由于义军接连获胜，主将刘寅、刘秀兄弟名震一时，却无意中引起了更始皇帝刘玄的猜忌。刘玄本是个懦弱无能、见识短浅的人，被推为首领是因为其贵族身份，现在见刘氏兄弟威信日高，声名远播，极为恐惧，害怕他们将谋取他的皇位，因此，不久刘玄就谋杀了在宛城建功的刘寅，还伺机加害于刘秀。

刘秀得到刘寅被害的消息，立即驰马到宛城面见刘玄，向他谢罪，刘寅的部将向刘秀致哀，他却谈笑自若，丝毫沒有伤悲的样子，在刘玄面前，一点也不提自己在昆阳建立的大功，只是称罪，刘秀不为哥哥服丧，饮食自如，好像对刘寅的死毫

不怀疑的样子。这样刘玄不但不再怀疑刘秀身怀异心，而且对自己加害刘寅感到羞愧，就拜刘秀为破虏大将军、武信侯。刘秀避免了杀身之祸，同时注重搜罗人才，兼并军队。后来同马将领吴汉，收编高湖等地义军，刘秀这时羽翼已丰，实力雄厚，这才同刘玄彻底决裂，为刘寅持丧治丧，兵讨刘玄。公元25年，刘秀称帝，建号“汉”，史称东汉。

这就是一则忍辱负重的范例。的确，在通往权力的征途中，既有刀光剑影，抛头洒血，也有精神上的蒙受耻辱。有的英雄好汉往往不怕流血牺牲，却受不了半点精神上的耻辱，这对成就大业是极为不利的，中国素有“大丈夫能屈能伸”的警句，这也是总结千万条经验教训的经验之谈，看看刘秀，在当时情形之下，若针锋相对，只有死路一条，他在昏庸的主子面前，只能强装笑颜，以屈求伸，等待时机。据史载，刘秀当时白天强装笑颜夜晚以泪洗面，这是何等的忍耐力。正是因为有了这样超人的忍耐力，他才终于有了超人的事业成功。

在中国历史上，既有“忍成大事”的经验，又有功败垂成的教训，前者当数越王勾践，后者当数“闯王”李自成。

春秋时，越王勾践被吴王夫差打败，退守在会稽山上。越王要求与夫差讲和，夫差的条件是要勾践夫妇到吴国给他当奴仆。勾践答应了这苛刻的条件。

到了吴国，他们住在山洞石屋里。夫差每次外出，勾践就亲自为他牵马。有人指骂他，有人讥讽他，他都不在乎，对吴王夫差一副卑躬屈膝的样子，以让夫差放心，并讨得他的欢心。一次，夫差病了，勾践得知此病不久就会好转，就去探望夫差，并亲口尝了他的粪便，向夫差道喜，说他的病很快就会

好的。夫差问他怎么知道，勾践回答说：“我曾经跟名医学过医术，只要尝一尝病人的粪便，就能知道病情的轻重。刚才我尝了大王的粪便，味酸而稍微有点苦，用医生的话说，是得了‘时气之症’，不久便会好的。大王不必担心。”果然不出几天，夫差的病好了。夫差从此认定勾践比自己的儿子还孝顺，深受感动，就把勾践放回了越国。

勾践回国后，更体现了他坚持忍耐的品格。为了笼络群臣百姓，他坚持苦心劳力，艰苦朴素。每当有较好的食物，自己绝不独占；有了美酒，就倒在江中，以示与百姓同饮。他还靠自己的耕种吃饭，靠妻子亲手织布穿衣。为了坚持锻炼自己的斗志，有意不过舒适的生活，床铺上不用褥子，铺的是柴草，还经常预备一个苦胆，随时尝一尝苦味，以不忘耻辱和失败带来的痛苦。历史上的卧薪尝胆就出自这一典故。

经过数年的卧薪尝胆，勾践认为时机已到，准备与夫差决一死战。越国终于战胜吴国，越军包围了吴王的王宫，攻下城门，活捉了夫差，杀死吴国宰相。灭掉吴国两年后，越王勾践称霸诸侯。

越王勾践从失败到成功，靠的是坚持和忍耐；而李自成的从胜利走向失败，却是没有坚持到底的一个典型。李自成在攻进北京以前，他的起义军队齐心协力，艰苦奋斗，取得了军事上的重大胜利。但是，攻入北京以后，军事的胜利却转向了失败，从李自成开始，许多人没有坚持攻入北京以前的方针和精神，开始骄傲自满，消极腐败，在北京城里，义军的许多将士忘乎所以，军纪败坏，掠夺民财，强占民女。义军首领刘宗敏把明将吴三桂的爱妾陈圆圆抢走，使原来想投降义军并已进京

走到滦县的吴三桂为此打消了投降的念头。这导致了军情的重大突变，加上牛金星、刘宗敏的蜕化变质，内部权力争斗，义军开始走向衰败。李自成仅在北京呆了41天，就匆匆撤离，最后战败身亡。

这正反两方面的经验教训说明，能否坚持到底，对事业的成败是何等重要。大到一个国家，小到一个个人，都概莫能外。

拿破仑·希尔在研究了500个名人成功经验的基础上得出结论：“把欲望变成同等金钱的过程中，坚韧是一个基本因素。……缺乏坚韧和毅力，是失败的主要原因之一。数千人的经验已经证明，缺乏坚韧和毅力是大多数人常见的共同弱点。这种弱点可用努力来克服。”要培养坚持到底的品格和毅力，应当做到：

第一，锲而不舍地追求成功的目标。

第二，具有成功的强烈欲望。

第三，培养自信心，自信坚持到底，必然成功。

第四，具有坚强的意志，把个人的精力集中到所追求的目标上。

第五，培养坚韧不拔的习惯，每天都用坚韧不拔的精神做好当天的事情，这样下去，就养成了坚韧不拔的习惯。

9. 从最熟悉的事做起

去做一件连你自己都不了解的事，你能做好吗？而经受那样一次失败，对一个人来说，要花多少精力和心血才能弥补呢？而很多致富的机会便是在此期间错过的。

164

要想获得成功，我们必须从自己最熟悉的事做起，这样，成功的把握就会大大地增强。

很多人都有这样的毛病，看什么好赚就去做什么，殊不知这正是发展事业过程中的大忌。

也许你会认为，很多企业家跨行经营，还不是大赚其钱！这是事实，不过你要知道，这些企业家是用钱请专业人员来经营，而且在投入该行之前，也做了详细的市场调查和评估，何况能缔造大企业，其本身早就有成熟的观念和商业手法，虽然他不见得是他行的内行人，但在有计划的操作下，他一样可以赚钱。此外，你也要了解，跨行投资失败的企业家也比比皆是！只是我们容易注意到成功者，而没注意到失败者罢了。

其实每一行都有自己的特色和市场利润，买卖股票可以赚钱，卖早点也一样可以赚钱，绝对没有哪一行特别好做，哪一

行特别难做。或许某一行业会受到景气的影响，但有一位企业家就说过：“景气好有人赔钱，景气不好也有人赚钱！”因此你若对某一行业不熟，看人家赚钱像喝白开水一样，你就贸然投入，那么失败的机会就很大。失败了固然可以再起来，但已花了不少心神和时间，而且也有可能一失败就再也没有东山再起的勇气和本钱，如果能避免，多好！

因此要发展事业，第一点要记住的便是：不要做你不懂的事。

例如你从事贸易工作，那么可以贸易作为事业的起点，等站稳脚跟了，触角广了，社会历练足了，经营事业的手法也熟练了，那么当然就可以向别的行业发展。

如果你不相信的话，可以从报章杂志看看一些企业家的奋斗过程，他们中99%的人都是从自己熟悉的行业和专长发展出来的。

当然也有一些例外，但你要衡量一下自己——你有人家的才干和运气吗？如果没有，那就从自己熟悉的本行做起吧，千万别赶热门行！

记住，只有这样做，你才能获得成功。

去做一件连你自己都不了解的事，你能做好吗？而经受那样一次失败，对一个人来说，要花多少精力和心血才能弥补呢？而很多致富的机会便是在此期间错过的。

10. 养成珍惜时间的习惯

认识你的时间，是每个人只要肯做就能做到的，这是一个人走向成功的有效的自由之路。拿破仑·希尔也说过，成功与失败的界限在于怎样分配时间，怎样安排时间。

166

古往今来，中外无数的名人志士大凡谈起成功，无不与时间连在一起，古人说：“子在川上曰：‘逝者如斯夫’”“一寸光阴一寸金”。现代人说：“时间就是金钱，效率就是生命”。外国人中也有不少对时间与成功的真知灼见。美国的本杰名·富兰克林谈到时间与成功的关系时有一段名言：“你热爱生命吗？那么别浪费时间，因为时间是组成生命的材料。”《有效的管理者》一书的作者杜拉克说：“认识你的时间，是每个人只要肯做就能做到的，这是一个人走向成功的有效的自由之路。”拿破仑·希尔也说过，成功与失败的界限在于怎样分配时间，怎样安排时间。

从历史上的经验教训看，成功与失败的界限，有时就是时间的差异。军事上的事例举不胜举，而更鲜明的例子是关于电话机的发明。贝尔在研制电话机的时候，另一个叫格雷的人也

在进行同样的研究。两个人几乎同时取得了发明的成功，但贝尔到专利局的注册比格雷早了两个小时，就是这短短的两个小时之差，贝尔获得了成功，格雷仅因为晚注册了120分钟，而功亏一篑。

不同的人对时间有不同的态度。有人总结出26种不同的人对时间的26种态度。

- 勤奋者——抓紧时间；
- 懒惰者——消磨时间；
- 积极者——赶超时间；
- 消极者——放弃时间；
- 有志者——珍惜时间；
- 庸碌者——虚度时间；
- 忠诚者——遵守时间；
- 投机者——等待时间；
- 有为者——争取时间；
- 无为者——浪费时间；
- 聪明者——积累时间；
- 愚昧者——忽略时间；
- 求知者——利用时间；
- 无知者——荒费时间；
- 耐劳者——创造时间；
- 浪荡者——践踏时间；
- 好学者——挤出时间；
- 怕苦者——讨厌时间；
- 实干者——重视时间；

取巧者——藐视时间；

上进者——抓紧时间；

平庸者——废弃时间；

谦虚者——赢得时间；

骄傲者——丧失时间；

乐观者——赞美时间；

悲观者——叹息时间；

上述以反义对比的方法指出 26 种人对时间的 26 种不同态度。可以说，前一种说的是成功者；后一种说的则是失败者。前一种是成功者对时间的态度；后一种则是失败者对时间的态度。愿那些有志于成功，不愿做失败者的人，能从中受到启示。

168

在对待时间的问题上，最常见的误区就是拖延。不少人也想付诸行动，也想朝着目标迈进，但往往以种种原因将行动向后拖延。我们可以对照每个人的行为，是不是存在着拖延倾向；我们每个人也可以回忆一下因为拖延耽误了多少宝贵的时间，因为拖延是不是使成功离我们更远了。因此，从常见的误区来看，要做到惜时如金，首要的一点是改掉拖延的毛病。

美国著名的精神病学家 W·戴埃博士曾经从心理的角度分析了拖延的表现和原因以及改变拖延习惯的心理疗法。戴埃博士首先列举了经常发生的拖延习惯的表现：

——目前的工作没有任何发展与提高的机会，而不愿调换自己目前的工作。

——夫妻感情已经完全破裂，却要勉强保持这种破裂的婚姻关系，总是幻想情况会好起来的。

——不愿努力解决与他人交往中遇到的种种问题，只是消极地等待或是期望问题会自行解决。

——不戒除自己的不良嗜好，如酗酒、抽烟或吸毒，总是对自己发誓：“如果我愿意，我是会戒除这些嗜好的！”

——打算干些家务，如打扫房间、修修补补等，但总是迟迟不愿动手。

——决定从明天或下周开始节食，然而到了预定的时间却又“狮子大张口”，节食计划又推到了明天或下周。

——采取“我没时间”的策略，这样你就可以天经地义地不去做某事。而实际上，你如果不拖延的话，你总会挤出时间做这件事的。

——爱当评论员，总是评论他人如何如何，并且通过评论他人来掩饰自己的拖延行为。

——总是在制定锻炼身体的计划，却又从不付诸行动，总是在说：“马上就开始跑步……从下周开始。”

为什么出现这种拖延行为呢？戴埃博士从心理学的角度分析说，人们之所以拖延时间，有三分之一的原因是自我欺骗，另外三分之二的原因是逃避现实。要改变拖延的习惯，必须从以下方面做起：

——要生活在眼前的五分钟里。不必总是考虑什么远景规划，而应当充分利用眼前的五分钟来做计划中的事，不要一再推迟自己愿意做的事情。

——现在就去做被你一再推迟的某些事情。在采取实际行动之后，你会发现拖延时间毫无必要，因为你很可能会喜欢做那些被你一再拖延的事情。

——问问自己：“如果我做了一些自己一直拖延的事情，最坏的结果将是什么样？”结果往往不会有什么不良的结果，即使有，也是微不足道的。这样考虑问题，可以打消你的畏惧心理。

——给自己安排出固定的时间专门做曾被自己拖延的事情。

——认真审视你的现实状况，找出你拖延的各种事情，并且从现在起逐步消除对生活的畏惧心理。拖延时间就意味着在现实生活中为将来的事情而忧虑。如果你把将来的事情转变为现实，这种忧虑心理自然就消除了。

——养成从现在开始的习惯。假如你要戒烟，就从现在开始；假如你要节食，就从现在开始；假如你要戒酒，就从现在开始；假如你要锻炼身体，现在就可以放下手中的这本书，马上做几个俯卧撑，以此开始自己的锻炼计划。你解决问题的方法就是从现在开始，立即采取行动，妨碍你采取行动的因素完全来自你自己，因为你总是不相信自己的力量。现在采取了行动，你就会发现，原来事情并不复杂，只要去做就行了。

——认真审视一下自己的生活。不妨设想一下你的生命只剩6个月的时间，如果这样，你还会像做你正在做的事情吗？如果不会，你最好尽快调节目前的生活，马上去做你认为最紧迫、最重要的事情。这是因为你的时间是很有有限的，在时间的长河中，30年和6个月没有太大的区别，你的全部生命只不过是短暂的一瞬，因而对时间的任何拖延都是对生命的践踏，这是毫无道理的。

——鼓足勇气，马上去干一两件你因为恐惧而拖延的事

情，一个勇敢的行动会有效克服恐惧心理。不要再迫使自己非干好不可，去干才是问题的关键所在。

总之，消除拖延行为的办法很多，集中到一点，就是要干，要行动。为人要像一名实干家，而不是希望家、幻想家或评论家。

要做到惜时如金，还要注意方法、技巧和动用时间的艺术。人们在长期的社会实践中，总结出各种具体的方法和艺术。

11. 学会控制时间的艺术

人们拥有的时间是有限的。我们不能增加时间，但却能节省时间。

1. 目标原则。要选好目标，用目标来限制时间的使用，用 ABC 法筛选目标，动用目标管理法管理时间。

2. 计划原则。时间要订在计划中，时间要用计划管理，管理时间要制定计划，进行检查、调节。

3. 整体原则。整体运用，全面规划，终生奋进，不误人时。

4. 优化原则。对时间管理的总体安排、时间预测、工作程序、使用价值诸方面实行优化。

5. 效率原则。向效率要时间，时间是效率的分母，速度是效率之本，科学是“效率的专家”，拖延扯皮是“效率低下的奴仆”。

6. 集中原则。抓住重点，排除干扰，专心致志，集中使用，分散与集中结合，才能坚持集中的原则。

7. 容量原则。要有钉子精神，学会挤时间，要在百忙中挤，用网络法挤，用压缩法挤，要不间断地挤。

8. 形态原则。要把握住动态的今天，反思过去，预测未来。

9. 最佳原则。要抓住最佳年龄，利用最佳时间，把握最佳时机，保持最佳精神。

10. 辩证原则。掌握进与退、快与慢、动与静、成与败、拖与进的辩证法。

11. 有序原则。工作秩序条理化，工作目的明确化，工作方法科学化，工作流程有序化，工作内容简明化。

12. 弹性原则。保持生活整体平衡，文武之道，一弛一张。

学会节约时间

人们拥有的时间是有限的。我们不能增加时间，但却能节省时间。下面是可以节约时间的十个方面：

(1) 乱买东西。殊不知东西买多了，还要人料理，付出的不仅仅是金钱，还要赔上时间。

(2) 随意许愿。明知办不到的事却随意许愿徒劳奔波必然浪费时间，不如干脆丢下为妥。

(3) 解决难题。集中精力和时间去解决可以解决的难题；明知一时解决不了的，干脆丢下为安。

(4) 长谈误时，当别人同你喋喋不休地长谈时，你得善于做到既能打断对方而又不致失礼。

(5) 贪看电视。事先查阅电视预告，仔细地选择你所希望看的节目，不要没有目的地“漫”看。

(6) 缺乏计划。攻一个学位、完成一个项目需要多少时