

★★★★★
Conquer Yourself
and Defeat Others
★★★★★

胜自己 赢别人

战胜自我、完善自我的经典励志故事



盛 浩/编著

当我们需要勇气的时候，先要战胜自己的懦弱；需要洒脱的时候，先要战胜自己的执迷；需要勤奋的时候，先要战胜自己的懒惰；需要宽宏大量的时候，先要战胜自己的浅狭；需要廉洁的时候，先要战胜自己的贪欲；需要公正的时候，先要战胜自己的偏私……

 新世界出版社
NEW WORLD PRESS

★★★★★
Conquer Yourself
and Defeat Others
★★★★★

胜自己 赢别人

战胜自我、完善自我的经典励志故事



盛 浩/编著

 新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目(CIP)数据

胜自己,赢别人/盛浩编著. —北京:新世界出版社, 2009.5

ISBN 978-7-5104-0268-5

I.胜… II.盛… III.成功心理学—通俗读物 IV.B848.4-49

中国版本图书馆 CIP数据核字(2009)第 052429 号

胜自己,赢别人

作 者: 盛 浩

责任编辑: 杜 力

特约编辑: 张宇浩

责任校对: 徐 飞

责任印制: 李一鸣 黄厚清

封面设计: 大象设计

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街24号 (100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版 权 部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 河北固安保利达印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710×1000 1/16

字 数: 310千字 印张: 18

版 次: 2009年6月第1版 2009年6月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-0268-5

定 价: 32.00元

版权所有,侵权必究

凡购本社图书,如有缺页、倒页、脱页等印装错误,可随时退换

客服电话: (010) 6899 8638



胜 自 己

赢 别 人

前 言

前 言

人们常常抱怨,人生中有太多的敌人,包括学习中遇到的沟壑,事业上难爬的高山,生活中隐藏的陷阱。竞争的年代,又平添了众多的对手,时时向你发起挑战 and 进攻,就像电视剧里枪口对枪口,尖刀对尖刀。你稍一麻痹,稍一犹豫,就将前功尽弃或前程断送。可是,真正的敌人不在眼前和背后,而是你自己。你要战胜各种艰难困苦,首先要战胜你自己。如果你连自己都不能战胜,谈何战胜别人和各种险阻?

其实,如把我们日常所经历过的种种痛苦烦恼,仔细分析一下,你会发现,这痛苦的来源有一大部分都是战胜不了自己。

你是否觉得生活是由命运操纵而自己只能受其摆布?

你是否认为自己一无是处而所做的一切都不可能成功?

你是否面对一个强大的对手而感到恐惧或选择逃避?

你是否每每在关键时刻不能保持冷静而被情绪所左右?

你是否在竞争中患得患失而无法发挥自己的真正实力?

你是否在失败后感到绝望而从此沉沦?

你是否在种种诱惑面前不能自律而跌入陷阱?

你是否感到生活一片迷茫而不思进取?

你是否由于生活的种种磨难而不再快乐?

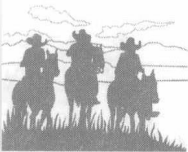
你是否面对你认为的成功之人感到自卑而否定自我?

你是否由于如此多的压力而感到消沉?

你是否经常给自己无数的借口而不去行动?

你是否会产生很多的顾虑而将事情一拖再拖?

.....



胜自己

赢别人

前言

其实,这所有的一切都源自你的心中,当你明白所有的困难和障碍全部是自己制造的时候,你才会真正地去克服它、战胜它。因为,你找到了根源!

当我们需要勇气的时候,先要战胜自己的懦弱;需要洒脱的时候,先要战胜自己的执迷;需要勤奋的时候,先要战胜自己的懒惰;需要宽宏大量的时候,先要战胜自己的浅狭;需要廉洁的时候,先要战胜自己的贪欲;需要公正的时候,先要战胜自己的偏私……

战胜自我是每个人都不能回避的人生课题,在当前竞争激烈的经济社会尤为重要。挑战自我是强者的心理,是成功者的素质。

人性都是有弱点的。在人的一生中想得最多的是战胜别人,超越别人,凡事都要比别人强。因此,战胜别人首先要战胜自己,因为最强大的敌人不是别人而是自己。人与人之间,弱者与强者之间,成功者与失败者之间最大的差异在于意志的差异。一个人有了自信,就有了意志,就具备了挑战自我的素质和内驱力,就能成就一番事业,成为一个佼佼者。

本书以“胜自己,赢别人”为线索,精选了人们日常生活中一则则或长或短的有关战胜自我、完善自我的经典励志故事,旨在让读者认知和了解。每则故事后的“励志箴言”,蕴涵着精辟的哲理,凝聚了宝贵的人生经验,给人以智慧的启示。这对读者战胜自我、完善自我,全面提高素质,实现理想的人生有重要的现实意义。



胜 自 己



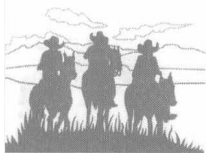
目 录

目 录

第一章 只有战胜自己,才能战胜别人

人生最大的敌人是自己

打倒你的真正敌人	002
可以输给别人,不能输给自己	003
成功的秘诀就是“战胜自己”四个字	004
失败往往是从自己心中长出来的	005
成功者总是选择自己拯救自己	008
只有你自己才是左右成败的关键	009
一个人的自我思想决定他的为人	010
不要浪费“头等舱”船舱	011
世纪大赛跑	012
别总给自己留退路	013
无字秘方	014
三只猎狗和土拨鼠	016
地震中爱的力量	016
一条消息与一千万美元	018
独木桥的走法	019
一位盲人带来光明	021



胜 自 己

赢 别 人

目 录

第二章 伟大者可以管理好自己

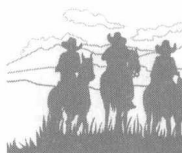
用自律战胜迷茫

有主见,才与众不同	024
自制可击败诱惑	025
管好自己才能更优秀	026
自我管理的另类方式:“头悬梁,锥刺股”	028
两句问话与上涨的书价	029
比尔·盖茨的建议:放手	030
分外工作与一个速记员的升职	031
最重要的事最先做	032
决定成败的“半小时”习惯	032
一个主意成就“飞宇”网吧	033
天道酬勤与守株待兔的差别	035
当断不断的后果	036
让你的效率最大化	037
冯玉祥的原则	038
自律是守住饭碗的前提	039
不要随意释出“廉价的善心”	040

第三章 在沧海横流中树起自己的旗帜

用自信战胜自卑

一个值得深思的实验	044
凌驾于自己的短处之上	045
如此产生的纽约州长	046
何谓射箭高手?	047
不知道“有什么不能做”	049
积极与消极,全在一心	050
菩萨也求己	052



胜自己

赢别人

目录

“皮鞋”如此产生	053
源于挑战权威的成功	054
小钟与旧钟的对话	054
大叫的助手才合格	055
从众的“苹果味”	056
人生是自己的反射	057
勇气的意外收获	058
丑恶的也是美好的	058
一位国会议员的独白	059
缺陷从何而来?	062

第四章 人生路上永点希望之灯

用积极战胜退缩

命运之门为乐观者而开	064
“精卫鸟”的精神	065
希望诞生于绝望之后	067
自我囚禁的长发公主	068
大山与松鼠的对话	069
“失败了也要昂首挺胸!”	070
僧人与俗人的“围城”	071
心态影响命运	072
外国版的“塞翁失马”	073
对蜘蛛的三种看法	074
让人迷失的火把	074
一封感恩信	075
理想的住所	076
被自己捆住的人	076
一粒花生的精神	077

第五章 靠自己成功

用独立战胜依赖

10 秒钟惊险镜头	080
独立自主的个性	081
勇敢的小老鼠	082
哀莫大于心死	083
不靠天地,所以有壳	084
别人帮不了的三件事	085
他找到了回头的勇气	086
有谁比他惨?	087
10 美分对人生的改变	088
和尚还在,我哪去了?	089
自助者天助	090
为何工作二十年也得不到提升?	091
爱,需要空间和自由	092
霍金的奇迹	093
一个凛然的黑奴女孩	094
要人命的依赖感	095

第六章 幸运之神永远不会光临懒汉

用勤奋战胜懒惰

幸运不会去敲懒汉的门	098
为自己的决定负责	100
穷人为什么穷?	101
林语堂的“天梯”	102
明日何其多	103
绝望中诞生希望	104
班长都害怕,自己何必羞愧	105



胜自己

赢

别

人

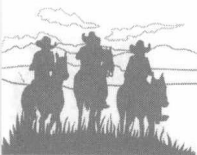
目
录

磨 60 年镜片的意志	106
一天记住一点点	107
腊梅不放弃严冬,才能傲立雪中	108
练字的诀窍在于十八口大缸	109
在人人皆见过的地图上发现了问题	111
立即行动,不要让梦想萎缩	112
站起来去争取	113
按部就班等待条件的结果	114

第七章 在关键时刻做境遇的主人

用冷静战胜恐惧

“要封就封真齐王”	116
化黑石子为白石子	117
以静制动的智慧	118
在亲情与原则之间	119
只见别人不见自己的猪	120
气盛不可凌人	121
阶下囚皇帝以诗解愁	122
拿破仑的第一场大战	123
一个跳伞者的“生死劫”	124
列车长的“歪点子”	125
挨打后又请客的华盛顿	127
莫扎特的“忠告”	127
高考前 23 天自毁前程	128
以色列“王牌”装甲旅的覆灭	129
杰克逊总统的灰色历史	131
沙皇伊凡四世的 5 星期屠杀	132
伍子胥三句话获释	133



胜 自 己

赢 别 人

目 录

第八章 蠢人不是无才，而是无德

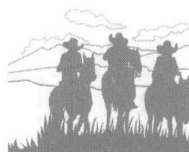
用品质充实人生

马谡失街亭的启示	136
空,才可以容人	137
低头是为了把头抬得更高更有力	138
一代英雄吕布之死	139
使富兰克林蜕变的一席话	140
拼出正确的世界地图	141
“上帝帮我照相”	141
一位司机死前做的最后三件事	142
害人就是害己	143
自满者的命运	143
就是这么一点点水银.....	144
有欲望就有希望	144
“难得糊涂”的由来	145
把你的心从杆上撑过去	146
这些人都知足	146
从小到大,绕着自己的房子跑三圈	147

第九章 不同的角度有不同的解读

用客观战胜偏见

疑人偷斧:关于猜疑心的寓言	150
疑心生暗鬼	151
发生矛盾后先找自己的问题	152
误会使我们后悔不迭	154
害死自己弟弟的人	154
天下最好的与最差的菜	156
一个和天气生气的人	157



胜 自 己

赢 别 人

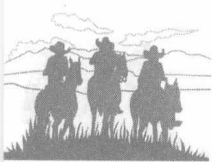
目 录

弱智的狮子	158
朋友没有错	158
狐狸与乌鸦的对话	159
兀鹰的不幸	160
让乌龟伸头的办法	160
害人与防人	161
乌龟喝可乐	162
烤鸭何时可有两条腿?	163
记住有人不喜欢你	163

第十章 敞开胸怀,天地才能宽阔

用宽容战胜狭隘

“杀死”了儿子的父母	166
替士兵站岗的统帅	167
喝掉洗手盘里的水	168
化解矛盾的妙招	168
把一元钱利润留给客户	170
为皇帝指路的少校	171
为节约而羞愧	172
用微笑来融化冰冷	173
可无限膨胀的仇恨袋	174
掩小恶以顾全大局	175
赞赏反对者的萧伯纳	176
30年的宽容,30年的朋友	177
世界的美与丑,全在于你自己	178
擦拭自己的心窗	179
豁达能赢得拥戴	180



胜 自 己

赢 别 人

目 录

第十一章 大人物总有大气量

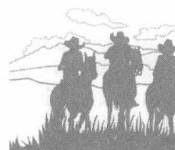
用大度战胜欲望

放低你的杯子	182
天堂和地狱只隔一墙	183
气量是什么?	184
七公主的九十九个发夹	185
赚的全是快乐	186
郁闷的国王与没鞋的农夫	186
狗为何追自己的尾巴?	187
放下财物,立地快乐	188
佛家的三苦与三乐	188
功利的有色眼镜	189
不知足的樵夫	189
一句涵盖所有智慧的话	190
一张完美的弓	191
在王子的花园里	191
捕猎原理	192
学会享受每一刻的鸟	193
远方有什么?	194
绝望中的乐观	194

第十二章 人生必修的挫折课

用微笑面对逆境

蝴蝶必经的破蛹之痛	198
生活给予他一只老鼠	199
放弃努力的狗	200
到“隔壁”的屋子里看一看	201
成功的全部秘诀	202



不被困难吓倒	203
彩虹应风雨而生,成功应苦难而成	204
饿不死的乌龟	204
录取后的解聘	206
自由源于人的“四种天赋”	206
一个老瓜农的话	207
在生死交界的时刻	209
一个被微笑“放生”的军官	211
失去,意味着新收获的来临	212

第十三章 别做情绪的奴隶

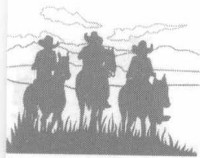
用理智驾驭情感

种兰花的目的	216
不生气的几个层面	217
天生骆驼必有用	218
情绪会把鱼吓跑	218
佛塔上的老鼠	219
马粪堆里的孩子	220
完美的叶子	220
有鲜花的地方就有希望	221

第十四章 不懂忍耐就成不了大事

用忍耐迎来机遇

祖坟被挖的奇耻大辱	224
能受侮辱,方成丈夫	225
代表吉兆的一捧土	226
两棵树的相反命运	227
与富有只隔一个冬天	228
成功是最后一分钟来访的客人	228



胜自己

赢别人

目录

美国零售业“不可思议的奇迹”	230
成功的门是虚掩的	232
命运本非天定,成败自在人为	232
两个瞎子	233
上帝关了一扇门,会重开一扇窗	235
透露“小秘密”,赢得好工作	236

第十五章 世上没有解不开的结

用沟通化解隔膜

唱式沟通	240
故事中加了糖	241
如果我是你..... ..	242
因为相互接近而蔑视	244
从人性的贪婪面下手	245
“太爷二千石,独公.....”	246
开口之前,让舌头转十圈	247
一言获赏二十锭银	248
泥巴对艾森豪威尔进言	249
明君出直言	249
苏东坡的牛粪	251
激将信	252
罗斯福的忍耐	253

第十六章 不抛弃,不放弃

用坚持赢得胜利

悬崖上的自救	256
他这辈子完了?	257
与死神朝夕相伴的诺贝尔	259
锲而不舍,金石可镂	260



胜 自 己

赢 别 人

目 录

阳刚气度,强者风范	261
用一生的耐心去面对失败	262
一艘永不沉没的船	264
试五次	265
无止境的失败让他永远不会失业	265
松下的一次求职经历	266
买书的孩子	267
丘吉尔的三句话演讲	269
执著于 100 美元的小孩	270
一片树叶注入的勇气	271
一百米的失败	272

第一章 只有战胜自己,才能战胜别人

——人生最大的敌人是自己

