

成功的经验往往是被扭曲的

失败的经历才是真实可贵的

善待失败

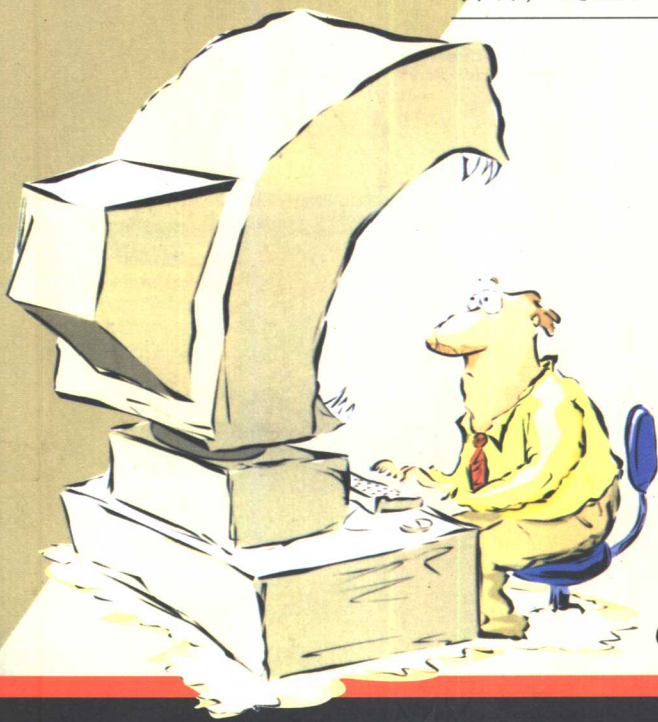
Shan Dai Shi Bai

王文波 张兴继



我

不在意失败，重要的是在失败中能够崛起，在成功以后，回头看看，其实，失败也是很美妙的。



民主与建设出版社



Shandai Shibai

善待失败

王文波 张兴继◎编著



民主与建设出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

善待失败/王文波, 张兴继编著. - 北京: 民主与建设出版社,
2001.7

ISBN 7 - 80112 - 434 - 0

I. 善… II. ①王… ②张… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 039439 号

责任编辑	赵振兰
封面设计	李 栋
出版发行	民主与建设出版社
电 话	(010) 65523123 65523819
社 址	北京朝阳区朝外大街吉祥里 208 号
邮 编	100020
印 刷	北京市金瀑印刷厂
开 本	850×1168 1/32
印 张	14.375
字 数	355 千字
版 次	2001 年 7 月第 1 版 2001 年 7 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 7 - 80112 - 434 - 0/G·178
定 价	23.80 元

序 言

失败，失败，失败……

你在学校考试不及格，在推销公司产品时被人轰了出来。你在单位里被上司炒了鱿鱼，你心爱的人离你而去……

是的，你现在所看到的、碰上的、听见的，其中最多的就是它——失败。纷繁复杂的大千世界里，竞争激烈程度日甚一日的现代生活给每个人提供了无数次成功的机会。但同时，这种激烈的竞争生活又让每一天里都有无数的人失败了，他们一度被抛弃、被冷漠、被践踏。从成功的含义上来说，生活是公平的，但从失败的含义上来说，生活又是不公平的。然而，不管生活是否公平，我们都必须面对这样一个现实——谁，不经历失败？

在汹涌澎湃的经济大潮面前，你无能为力，于是你失败了；在日益巨大的社会压力面前，你无能为力，于是你又失败了；在接踵而来的失败面前，你无能为力，于是你还是失败了。

一句话——你失败了，于是你——无助、胆怯、彷徨，倦怠、沮丧、绝望、轻生……

不过，我要大声告诉你：你——错了。也许你会反问：“我失败怎么办？我破产了怎么办？我除了会修理电器外什么也干不了，那又怎么办？我的回答仍然是：你——错了！”

因为——

有一个无可否认的事实，那就是每一天里，许许多多的人跌倒了，他们又重新爬起来，抖落身上的尘土，精神重新焕发，去迎接又一次的挑战。他们对自己说：“天空还是阳光灿烂！”因为

他们是生活的强者。

但是——

同时也有一个不争的事实，那就是每一天里，同样有许许多多的人跌倒了，他们犹如掉下万丈深渊，生活顿时灰暗一片，他们躲在阴暗的角落里舔着自己还在流血的伤口，他们怨天尤人，自责不已，或者独自啜泣。他们对自己说：“我完了！”因为他们是生活的弱者。

毫无疑问，强者将会走向一次令人惊喜的成功，弱者将会走向又一次令人沮丧的失败。鲁迅说过：“伟大的心胸，应该表现这样的气概——用笑脸来迎接悲惨的命运，用百倍的勇气来应付一切的不幸”。那么，我问你：“在强者与弱者之间，在笑脸与沮丧之间，在勇气与颓废之间，你，选择什么？”

不管你如何作答，你内心深处的答案绝对是惊人的一致——你会选择强者、笑脸以及勇气。那么，请你——

善待失败！

编者

写给读者的话

亲爱的读者朋友，先要感谢您在百忙之中翻完了这本书。这本书已经酝酿了几年，历经阅读大量有关人生的许多资料和苦苦思索，现在终于和亲爱的读者朋友见面了。这本书只是我在经历了艰难的生活之后对人生的一些感悟而已，虽然我本人历经诸多失败而且尚未成功，但这么些年来我都一直这么快乐地活着。久而久之，便有了一种想法，把自己的一些想法写出来，所以不管您现在正处于如意或在失败中，不管您是一帆风顺还是屡屡受挫，如果这本书能给您带来一些触动，那我就心满意足了。在书中有大量的例子，但它们并不是简单的排列，因为不管书中的主人公是一个成功者还是一个失败者，是一个伟大的人还是一个普通的人，都是人生中的一个角色而已，正和你、我、大家一样。所以生活中的每一个人，如果成了这本书的读者的话——能和我一起分享书中每一个主人公的失败、汗水、沮丧、不屈，能和我一起分享他们的人生百味，随着他们的心一起跳动，那就够了。

虽然历经两年才写出这部书，而且饱含了我的许多汗水，但并不能说明这部书很有价值，因为除了这部书只代表一家之言以外，还有我的才浅学薄的原因，所以肯定不十分能如您所愿，在这里，我本人特别希望能得到广大读者朋友的谅解，毕竟我的要求也不高。

编者

目 录

游戏规则之一 人生就是一场炼狱

一、富有人生 失败无处不在

在人的天性当中，赢取胜利乃其中的一个重要方面。然而，谁能保证自己一生中事事遂心，谁又能说自己是永远的胜利者呢？大千世界培养和造就了许许多多的伟人和成功者，然而，更多的人却是平庸一生，甚至有的人是一败再败。人生之途本身就是坎坎坷坷、失败累累。但每一个失败了一次、两次、甚至三次或许更多次的人，他的结局都是令人羡慕的，令人骄傲的，因为这便是一个巨大的成功。

1. 别人和你一样 (2)

- △ 故事的开端
- △ 只有一个赢家
- △ 一个怀揣博士文凭的粉刷工人

2. 成功者的家常便饭 (7)

- △ 一部失败的历史
- △ 没有常胜之人
- △ 成功的背后

3. 让你的人生航船撞上暗礁…………… (12)

△ 向终极冲刺

△ 轮椅上的希望

二、历经坎坷 把你炼成金子

生活的成功决不在于你怎样躲避失败的侵扰，而在于你失败后如何选择。只有在不断经受住炼狱般的种种失败的折磨和痛楚，直至最终征服失败后，你的人生才会更加完美。暮年回首自己走过的一生，它是那么的丰富、充实而熠熠生辉。

1. 掌握失败的主宰权…………… (19)

△ 邻家小孩

△ 独腿运动员

2. 不要交出人生主导权…………… (24)

△ 集中营的生还者

△ 乱世英雄

△ 信仰与未来

3. 保留生命选择权…………… (29)

△ 选择有价值的生命

△ 悲极而喜——被动的选择

△ 我做过八个公司的老板

△ 为生命而选择

三、消极人生 在炼狱中消亡

人生就好像一场拳击比赛，你的对手就是失败。对手一旦把你击中，凌厉的拳头会跟踪而至，此时，你需要做的就是——立即站起来，然后还击。否则，一连串的拳头将会逼迫而来，一拳紧于一拳，直至你最终倒下，永远也站不起来。

1. 别成为大象…………… (37)

△ 大象与淤泥

- △ 宁浅勿深
- △ 如何跳出淤泥
- 2. 人生不是下棋 (41)
 - △ 不容悔手
 - △ 着眼下一着棋
 - △ 再来一局
- 3. 命运不相信眼泪 (45)
 - △ 别成为失败的受害者
 - △ 呻吟的海鸥
 - △ 反击失败

游戏规则之二

强者的踏脚石和弱者的深渊

一、梅花香自苦寒来

有志者，事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；
苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。

- 1. 不要空手站起来 (54)
 - △ 别趴下
 - △ 失败的启发
 - △ 吃一堑，长一智
- 2. 碰了鼻子转个弯吧 (60)
 - △ 切莫跟风
 - △ 傻瓜
 - △ 失败是一个转折点

3. 新尝试的开端 (64)

- △ 你能成为你想成为的任何一种人
- △ 消除阻挡你去路的自我意识
- △ 重新贴上一张标签
- △ 门关上了……又怎么样呢？

4. 失败是一所最好的大学 (73)

- △ 失败乃人生良师
- △ 学校给你最伟大的“礼物”
- △ 在这所学校里你学到了什么

二、阿 Q、闰土、祥林嫂

失败犹如沼泽，你越是不能很快地从中脱身，它就越可能把你陷住，你越陷越深，直至不能自拔。这种人生是沉重不堪而且毫无趣味可言的人生。

1. 精神胜利法 (79)

- △ 自视甚高
- △ 小尼姑的头
- △ 文饰作用

2. 一串跳不出的怪圈 (83)

- △ 再看闰土和祥林嫂
- △ 卢刚事件

3. 逆境不会长久 (87)

- △ 伟人们的缺陷
- △ 强者必胜

游戏规则之三

只要不放弃人生你就不算是失败

一、失败未必非英雄

“胜者为王败者为寇”似乎是个千古不变的真理，但从来没有永恒的成功和永恒的失败，成功与失败从来都是一对孪生兄弟。所以说：“没有永恒的王侯，更没有永恒的寇贼”。

1. 倒下的英雄 (93)

△ 跌倒了还要说“不”

△ 勇敢出才干

△ 不要轻言放弃

2. 失败不等于失败者 (98)

△ 解雇——解雇——

△ 失败二十次的人是可以信任的

△ 跛腿少年的大学梦

3. 成功与失败 (105)

△ 偷窃自己的人

△ 两个人两个故事

△ 失败的“成功者”和成功的成功者

二、何不以失败为荣

如果这一次失败注定会导致下一次的失败，你也许会为这一次失败而激动不已，然而，事实往往不是这样，也许还要再经历一次或者更多次的失败才能带来成功。如果我们把目光盯在最后一次成功的结局上，我们就会心满意足——有这一次成功对我们来说已经够了。

1. 击倒了再爬起来，就是胜利 (115)
 - △ 有志者事竟成
 - △ 别把“不”当作最后的答案
 - △ 99度加1度水就沸腾了
2. 迎接失败 拥抱失败 (120)
 - △ 你别再伤神
 - △ 王祥林绝不放弃
 - △ 是太阳总会升起来
3. 踏石而过 (127)
 - △ 东南亚的“汽车大王”
 - △ 盲人开的诊所
 - △ 你喜欢的成龙

三、走出沼泽天地宽

当你不幸陷入沼泽，立即走出来。也许走出这一片沼泽之后，接下来还是一片沼泽，也许走出这一片沼泽之后，接下来便是一条平坦大道。不管走出沼泽之后，迎接你的是又一片的沼泽还是平坦大道，起码你已向你的光辉人生又迈出了坚定的一步。

我们面对失败，何不抱着这样一个念头：只要让一缕阳光射进你幽暗的心灵深处，就把它看作是一次巨大的胜利。因为天无绝人之路，往前再走一步，你会发现失败也是美妙的。

1. 塞翁失马 (135)
 - △ 从负数开始的妇女时装店
 - △ 失败引导成功——一个农夫的故事引发的思考
 - △ 困难是我们的恩人
2. 让死亡开启另一扇门 (143)
 - △ 不要放弃希望
 - △ “琵琶湖”的自杀生还者

- △ 为亚当创办一所学校
- 3. 黑暗的尽头就是光明 (148)
 - △ 选择自由
 - △ 放一线光明进来
 - △ 尝试 47 次之后

游戏规则之四

把不幸遭遇说出来

一、让渲泄挣脱心灵的枷锁

不要否定愤怒、悲伤、埋怨或其它任何的情绪表达，因为积累起来的不良情绪如洪水上涨，一旦危及堤坝，就必须开渠泄洪。

1. 情绪疏导方法 (155)
 - △ 渲泄疏导法
 - △ 矛盾意向法
 - △ 代偿转移法
 - △ 合理认知法
2. 消除一些念头 (162)
 - △ 向它们说“不”
 - △ 放下枷锁，阔步前进
 - △ 一个聋子音乐家
3. 放下情感包袱 (167)
 - △ 放松一下自己
 - △ 对自己说“OK”

- △ 自信人生 200 年
- △ 奖励给自己一个吻

二、让别人帮助你

有时解决问题的办法，可能需要外界的帮助。不要自尊心过强，该求人的时候，也不肯求助于人。

1. 坏消息吗？说出来听听…………… (175)

- △ 找一个陌生人谈谈
- △ 把话说出来，问题就解决了一半
- △ 让别人告诉你你有多么优秀

2. 和盘托出，寻求帮助…………… (178)

- △ 知心老友
- △ 你需要往外打个电话
- △ 文学抛弃了他——直到他学会了寻求帮助
- △ 贵人就在你身边

游戏规则之五

停一来 想一想

一、欲速则不达

人生奋斗之旅途，它的方向始终是向着前方的。但是，在这条伸向远方的旅途中，一路充满艰辛、曲折。失败了，就走点弯路吧。停一停，想一想，试一试，暂时放慢你前进的步伐吧！

你倒在地下，也许能立即站起来，也许不能立即站起来，但你却不能立即大步向前走。也许需要整理一下你的伤口，让你精神抖擞；你也需要拍拍身上的尘灰，让你一身轻松；你也许需要

看看你的周围，让你下一步别走错了路！那就停一停吧！

1. 关于史玉柱我们该想些什么？ (187)

- △ 机遇只垂青于重新站起来后会再想一想的人
- △ 机遇只垂青于重新站起来后有果断头脑的人
- △ 机遇只垂青于有反思头脑的人

二、失败不是命运

真正的成功决不是侥幸可以得到的。也就是这个缘故，我们可以相信，失败也决不是命运。坚强的人在不利的环境面前斗志昂然，所以他们成功了；优柔寡断的人在失败的阻挠面前裹足不前，所以他们失败了。这全都是因为命运掌握在你自己手中。

1. 给你自己画张相 (193)

- △ 毛毛虫的故事
- △ 项羽其人
- △ “螳螂挡车”
- △ 自狂自大
- △ 没有免费的午餐

2. 自我剖析 (200)

- △ 要是……
- △ 处世无方
- △ 懒惰行为
- △ 自我嫌恶

3. 解剖周围 (207)

- △ 踢猫的人
- △ 没有帮助很难成业
- △ 目标分散
- △ 生活在幻觉中
- △ 般配失当

游戏规则之六

重新焕发青春活力

一、重建信心 行阳光之路

在你重新开始的时候，你必须牢记一句箴言。如果你把它时常放在心里，你所遇到的一切障碍都会迎刃而解，你将无往而不胜。这句箴言就是：如果你有成功的决心，你就永远不会失败。

1. 让过去的成为过去 (215)

△ 在逆境中依然微笑

△ 矮不是错，即使是，也不是你的错

2. 把自己想象的更强一些 (221)

△ 将自己推到激流中

△ 她相信自己，而不相信专家

△ 我想赢，结果我赢了

3. 对自己说“我能” (229)

△ 知难而进

△ 人贵自助，才有他助

△ 自信可以创造奇迹

二、不断学习 获智力支持

知识既是构建素质大厦的基石，又是其重要组成部分。没有知识支撑的素质必定是没有底气的素质。知识主宰经济的局面已经形成，你将如何面对？

知识这种东西，无论你学了多少，它都将在你的脑中积累，成为你自己的东西，永远也不会消失。

1. 知识的力量无比——你该培养的志向 (236)

- △ 活到老 学到老
 - △ 学校之外还有知识
 - △ 一生投资 一生红利
 - 2. 如何获取知识 (243)
 - △ 实践出真知
 - △ 大浪淘沙——有选择地获取知识
 - △ 又博又专——你应具备的知识特点
 - △ 合理自由的四大原则
 - 3. 你应该加强的训练 (248)
 - △ 灵活运用知识
 - △ 加强思维训练
 - △ 加强实践
 - △ 巧妙地获取信息
- ### 三、壮志凌云 走健康人生
- 登上世界最高峰的人，必然是体格强健的人；
 经得起失败打击的人，必定是意志坚定的人。
 强健的体格和坚定的意志相结合，就产生一个完美、健康的人。那是你吗？
- 1. 野蛮之体魄 (254)
 - △ 失去健康你就失去了一切
 - △ 你需要健康，而不是乞求
 - △ 能理解生命内涵的人太少
 - 2. 健康之精神 (262)
 - △ 心灵的高度升华
 - △ 让缺陷唤醒潜力
 - △ 补救心灵的缺陷
 - 3. 能力之再塑造 (268)