

可以输给别人， 不能输给自己

一个人只要不输给自己，就永远不会输给别人

一个强者的心态，是一种面对困难时的坚强，
是一种面对困境时的临危不乱，
更是一种不达目的誓不罢休的坚韧。
拥有强者心态的人，是真正的强者。

Conquer yourself

李 黛 / 著

海潮出版社



0319874

可以输给别人， 不能输给自己

李黛／著



海潮出版社

图书在版编目(CIP)数据

可以输给别人,不能输给自己/李黛著. —北京:海潮出版社,2004

ISBN 7-80151-871-3

I. 可... II. 李... 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(2004)第 033187 号

可以输给别人,不能输给自己

★

李黛 著

海潮出版社出版发行

邮编:100841 电话:(010)66969738

各地新华书店经销

中国文联印刷厂印刷

★

2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 次印刷

880mm × 1230mm 大 32 开本 印张 8 字数 124 千字

印数:1~5000 册

ISBN 7-80151-871-3/C·165

定价:22.00 元

前 言

莎士比亚曾说：假使我们自己将自己比做泥土，那就真要成为别人践踏的东西了。其实，别人认为你是哪一种人并不重要，重要的是你是否肯定自己；别人如何打败你，并不是重点，重点是你是否在别人打败你之前，就先输给了自己。很多人失败，通常是输给自己，而不是输给别人。因为自己如果不做自己的敌人，世界上就没有敌人。

这是一个真实的故事：

美国从事个性分析的专家罗伯特·菲利浦有一次在办公室接待了一个因企业倒闭而负债累累的流浪者。

罗伯特从头到脚打量眼前的人：茫然的眼神、沮丧的皱纹、十来天未刮的胡须以及紧张的神态。专家罗伯特想了想，说：“虽然我没有办法帮助你，但如果你愿意的话，我可以介绍你去见本大楼的一个人，他可以帮

助你赚回你所损失的钱，并且协助你东山再起。”

罗伯特刚说完，他立刻跳了起来，抓住罗伯特的
手，说道：“看在老天爷的份上，请带我去见这个人。”

罗伯特带他站在一块看来像是挂在门口的窗帘布之前。然后把窗帘布拉开，露出一面高大的镜子，他可以从镜子里看到他的全身。罗伯特指着镜子说：“就是这个人。在这世界上，只有这个人能够使你东山再起，你觉得你失败了，是因为输给了外部环境或者别人了吗？不，你只是输给了自己。”

他朝着镜子走了几步，用手摸摸他长满胡须的脸孔，对着镜子里的人从头到脚打量了几分钟，然后后退几步，低下头，哭泣起来。

几天后，罗伯特在街上碰到了这个人，而他不再是一个流浪汉形象，他西装革履，步伐轻快有力，头抬得高高的，原来那种衰老、不安、紧张的姿态已经消失不见。

后来，那个人真的东山再起，成为芝加哥的富翁。

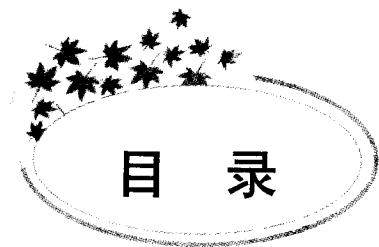
人生操之在我，强者把每一天都当作生命的最后一天来过！

一个不输给自己的强者，他是不忘自己人生权利，

在困境时也能选择积极心态的人；他是能正确对待失败，永不放弃的人；他是有傲骨而没有傲气的，看重自己做人的尊严胜过自己生命的人；他是能尊重、宽容、善待朋友，知道怎样对待别人，别人就怎样对待自己的人；他是能驾驭时间，高质量利用时间和能跟时间赛跑的人；他是对财富有正确的理解，君子爱财，取之有道的人；他是理解爱情真谛，拥有强大情感支撑的人。

本书就是通过许多富有哲理的故事和一些人生感悟，展示了面对失败的态度、在强者面前的态度、对待朋友的态度、把握时间的态度、获取财富的态度和拥有坚实情感后盾的态度，相信读者会从中受到一些启发，全面审视自己的人生态度，从而做一个不输给别人，更不输给自己的真正强者！





第1辑 最后一种自由

谁能打败自己 /003

最后的自由 /006

自己救自己 /009

面对灾难你选择了什么 /013

每秒摆一下 /015

你怎样看它，它就是怎样 /018

沉重是生活的一部分 /021

无法改变命运，就改变对命运的态度 /023

断弦之曲 /026

独木桥的走法 /029



可以输给别人，不能输给自己

- 寻找光明 /032
- 反省自己 /034
- 该低头时就低头 /037
- 充分认识自己的价值 /039

第2辑 不要输给失败

- 不输给失败 /045
- 坚持不懈 /048
- 坚韧不拔的求职者 /052
- 永不放弃 /055
- 不因倦怠而放弃 /058
- 钢玻璃杯的故事 /060
- 面对挫折不低头 /063
- 成功需要克制 /067
- 失败是另一种成功 /070
- 成功的法则 /073
- 成功需要坚强的意志 /075

第3辑 面对强者也不能失去自我

- 不要被权威左右 /079
- 合格的助手 /081

- 苹果的香味 /083
不要让困难阻挡你 /085
恪守自己的原则 /088
唯一的担保 /091
不要丢失自己的风度和尊严 /093
人不要生活在庇护下 /95
做人的尊严 /97

第4辑 怎样对待别人， 别人就怎样对待你

- 你怎样对待别人，别人就怎样对待你 /101
生命的回声 /104
交友贵在用心 /106
宽容是友谊的桥梁 /109
助人为乐之本 /112
倾囊相赠 /115
爱心是空气 /118
画地为牢 /121
真诚唤醒冷漠 /123
储蓄爱心 /125





可以输给别人，不能输给自己

第5辑 不做时间竞赛的弱者

- 算算人生这笔帐 /129
- 一美元五十分 /131
- 与时间赛跑 /134
- 一生只有三天 /137
- 运用时间的高手 /139
- 双面神像 /142
- 善用零星时间 /144
- 时间的借口 /147
- 创造时间 /149
- 把时间用对 /152
- 最重要的事首先做 /155
- 不做时间面前的弱者 /159

第6辑 财富全由自己把握

- 财富是一种思想 /165
- 热爱和真情是致富机遇 /167
- 财起别人需要 /171
- 重视身边的价值 /173
- 真正的富人 /175

财富是知道你要什么 /178

让同行发小财 /181

赢薪秘诀 /184

钱要动起来 /186

找喜欢的事做 /189

精打细算 /192

小气生财 /195

第7辑 幸福人生来自内心

幸福的婚姻 /201

珍惜所有 /204

爱要在对的地方找 /207

向爱人多说好话 /211

“金婚”纪念日 /213

美丽的爱情丝带 /216

爱的力量是无穷的 /219

爱情重责任 /224

真爱在于适合 /226

真爱即最好 /229

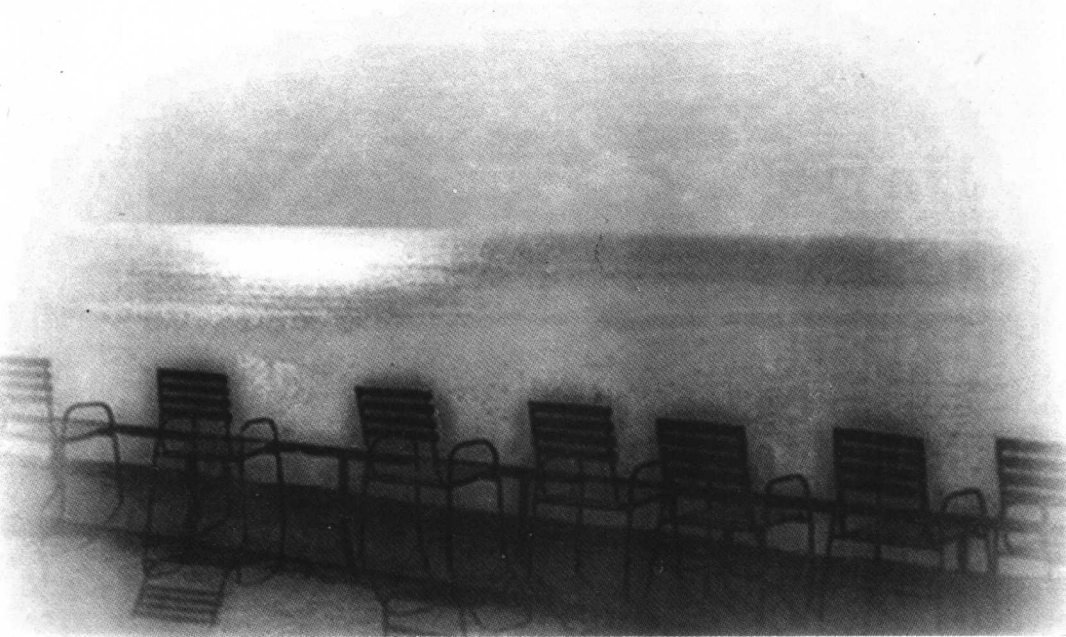
评比恩爱夫妻 /232

生死俩相依 /236

第 1 辑

最后一种自由

我们无法阻止鸟飞越我们的头顶，
但可以阻止它们在我们的头上筑巢。同
样的，坏的思想有时会出现我们心灵
上，但我们可以选择是否要让鸟在那里
居住、筑巢与滋生恶行。



在生活的艰难跋涉中
我们要坚守一个信念：可
以输给别人，但不能输给
自己。因为打败你的不是
外部环境，而是自己。



谁能打败自己

这世界谁能真正打败你？唯有你自己。

一支小分队在一次行军中，突然遭到敌人的袭击，
混战中，有两位战士冲出了敌人的包围圈，结果却发现



可以输给别人，不能输给自己

进入了沙漠中。走至半途，水喝完了，受伤的战士体力不支，需要休息。于是，同伴把枪递给中暑者，再三吩咐：“枪里还有五颗子弹，我走后，每隔一小时你就对空中鸣放一枪。枪声会指引我前来与你会合。”说完，同伴满怀信心找水去了。躺在沙漠中的战士却满腹狐疑：同伴能找到水吗？能听到枪声吗？会不会丢下自己这个“包袱”独自离去？

日暮降临的时候，枪里只剩下一颗子弹，而同伴还没有回来。受伤的战士确信同伴早已离去，自己只能等待死亡。想像中，沙漠里秃鹰飞来，狠狠地啄瞎了他的眼睛、啄食他的身体……结果，他彻底崩溃了，把最后一颗子弹送进了自己的太阳穴。枪声响过不久，同伴提着满壶清水，领着一队骆驼商旅赶来，找到了一具尚有余温的尸体……

那位战士冲出了敌人的枪林弹雨，却死在了自己的枪口下，让人扼腕叹息之余不免警醒：我们奋斗在人生的旅程中，与天斗、与人斗，我们不轻易服输，相信只要自己努力就没有什么战胜不了的。然而很多时候，面对恶劣的环境，面对天灾人祸，面对尔虞我诈，是我们在心理上先否定了自己，是我们自己选择了放弃，选择了失败。

在生活的艰难跋涉中我们要坚守一个信念：可以输给别人，但不能输给自己。因为打败你的不是外部环境，而是你自己。

我发觉我总是有
所选择，而且有的就
是选择我的态度。



最后的自由

英国著名文豪狄更斯曾经说过：一个健全的心态，
比一百种智慧都更有力量。

常常，面对困境灾难，我们选择的是顺其自然，听

