



历 练 气 度 创 造 完 美 书 系

我拿挫折赌明天

挫折，就是人生的一道小坎，挫折，就是一所
苦难的学校，挫折，就是成功的试金石，挫折，就是一次又一次的失败一次又一次的站起

金 实◎编著

LILIANQIDU
CHUANGZAOWANMEI

大众文艺出版社



历 练 气 度 创 造 完 美 书 系

我拿挫折赌明天

常州大学图书馆
藏书章

挫折，就是人生的一道小坎，挫折，就是一所
苦难的学校，挫折，就是成功的试金石，挫折，就是一次又一次的失败一次又一次的站起

金 实◎编著

LILIANQIDU
CHUANGZAO WANMEI

大众文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

我拿挫折赌明天/金实主编. —北京:大众文艺出版社,2009.6

(历练气度创造完美书系)

ISBN 978 - 7 - 80240 - 325 - 3

I. 我... II. 金... 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 081819 号

书 名 历练气度创造完美书系

主 编 金实

责任编辑 冰宏

装帧设计 新思路

出版发行 大众文艺出版社 发行部电话 64060749

地 址 北京市东城区交道口菊儿胡同7号 邮编 100009

印 刷 北京晨旭印刷厂

开 本 710 毫米 × 1000 毫米 1/16

印 张 170

字 数 1500 千字

版 次 2010 年 4 月第 2 次印刷

定 价 298.00 元 (全 10 册)

2010年,房价续涨,股市漂浮。失业剧增,钞票贬值。

欲望浮现,热度升腾。有人欣喜,有人踌躇,有人叹息。

这是2009年的渡轮,坐在船上的人们,冷暖自知。

人生就是一个大赌场。

赌博一词,妇孺皆知。

其义贬多褒少,骂者有之,恨者有之,法律限之,公开赞扬者几乎没有。然而在现实生活中,其实际影响,却涉及到社会的每一个角落和每一个人。

赌博,是要付出成本和代价的。付出成本和代价的目的,是要以尽量小的代价换取尽量大的回报。但这个目的不是每个参赌者都能达到的,还要有好的机遇,才能达到。

生命来到世上,即已投入赌场!

这不光是人类,从广意上说,一切生物都是如此。

因此,在这个世界上,人人都在赌博,个个都是赌徒。不信吗?请看事实。

让我们撇开通常人们所认识的通俗意义上的赌博——赌场,在这里有人欢笑,有人疯狂,有人跳楼,更多的是倾家荡产。而在正常的、广泛的社会活动中,又何尝不是如此呢?

做小买卖也好,设立大公司也好,都要先投入成本,企望获取利润。但结果呢,有赚也有亏。赚和亏的幅度有大也有小,这取决于各方面的客观条件(运气)和经营决策、经营方法的优劣。投入的成本越多,风险也就越大,一旦成功,获得的回报也就越高。这和赌场上的赌博有什么两样呢……

想以少量的投入,获得较高的利润!

结果当然是千千万万个人亏了,极其个别的人赚了、赢了。

foreword

● 我拿挫折赌明天

与赌场上一样,输的人多,赢的人少。不过,设赌局或开赌场的人是大大的赢家。只不过开彩票这个赌场的人,不是普通的个人,而是国家。

买股票的人,嘴上说是玩玩的,其实不然,内心是想赚钱的。投其所有,甚至举债累累,与赌场上的赌徒毫无二致;

赢了还想再赢,输了要想翻本,以至越陷越深。在股市上,确实有少数人发了财,但也有少数人跳了楼,大多数人没赚到钱;

股市和彩市一样,与赌场的差别,就在于一个是有营业执照的,是合法的。而另一个没有营业执照,是非法的。

其实际的活动性质都差不多,目的只有一个:盈利!

有句歌词叫“我以青春赌明天”,这是对全人类的真实写照,有谁不是在自己的明天而赌而博呢?即使癌症晚期,靠药物拖延时日,在病床上痛苦挣扎的垂危的病人,仍然以极端痛苦和浪费金钱为代价,希望能有明天啊!

因此可以说,一切人类的活动,都是在赌博,世界是一个大赌场,个个都是赌徒,人人都在赌博。

经过百年激荡,三十年变革,这是一个越来越融入世界大潮、却又相伴着许多难题的中国。

我们不得不问自己,是否因为恐惧和冷漠,而不敢对自己的未来发一声呐喊。

这套丛书将是2010年的渡船,载着梦想和期待,将要重新上路。

当经济危机带来的一丝隐忧弥漫在心头,当寒风吹动落叶和雪的消息从北方传来,我们开始新一轮的赌局。

《我拿挫折赌明天》让你不再惧怕清晨路上乌云密布,傍晚的江河日下。

目 录

方法篇

- 人生应当矢志不渝,不断进取 /2
- 进攻是最好的防守 /4
- 破釜沉舟,勇往直前 /6
- 以攻为守·以弱胜强 /8
- 狭路相逢勇者胜 /10
- 逆水行舟,不进则退 /12
- 进攻是克服恐惧最有效的方法 /14
- 针锋相对才能战胜敌手 /16
- 不放弃任何进取的机会 /18
- 提高自己的竞争力 /20
- 依靠第一印象占据先机 /23
- 努力做到最好 /25
- 梦想成真:对前途不设限 /27
- 方法比努力更重要 /29
- 进退前先选好目标 /31
- 把进退伪装起来 /33
- 冷处理带来热效果 /35
- 进退中学会休息 /38

想像为进退插上翅膀 /40
没有规矩不成方圆 /43
进退中找到自己的“贵人” /45
在自省中找到进退之路 /47
进退之道识人在先 /49

励志篇

起手无悔 /52
挫折是个认识自我的好机会 /55
自信是拯救自己的原动力 /58
相信自己是最棒的 /62
做独一无二的自己 /65
拯救自己就要了解自己 /67
天生我才必有用 /69
人生需要一个主方向 /76
成功从一个小小的目标开始 /82
咬定一个目标易成功 /85
要做境遇的主人 /89
视苦难为财富 /92

心态篇

若无闲事挂心头，便是人间好时节 /96
真正的痛苦源于对痛苦的恐惧 /97
常存感恩之心 /98
停止抱怨，马上快乐 /100
心晴的时候，雨也是晴 /102
傲慢与偏见是人生的炼狱 /103



收获是美丽的,过程也一样的快乐 /104
在最后的时刻,你什么也带不走 /106
身轻者远行 /107
幸福只是一种感觉 /108
人能无著便无愁,万境相侵一笑休 /109
逆境中依旧心存喜乐 /110
心无挂碍,即无处不是快乐 /111
淡泊得失之心,即无烦恼 /113
简单生活,红尘但是福地,潇洒就在自得 /114
拥有坦然的心境,你将获取了一份不可多得的空灵 /115
随遇而安 /117
没有人能够因仿效他人而成功 /118
放下即是快乐 /119
不预支明天的烦恼 /120
没有人能从怨恨中得到快乐 /121
享受生活 /122
心中有快乐,则处处是极乐世界 /123
安然一份放弃,固守一份超脱 /124
活在当下 /126
放自己心情一条平和的路 /127
不要为小事忧愁 /128

谋略篇

形势有利时大胆前进 /132
形势不利就要学会妥协 /134
不妨采用以退为进的策略 /136
打得赢就打,打不赢就走 /138
大丈夫能屈能伸 /141



切忌争一步,而要让一步 /144
学会隐忍 /146
不要为虚名所累 /148
功成身退才能保全自己 /149
识时务者为俊杰 /153
知足者方可以常乐 /156
遇事要沉着冷静 /158
把危机当作时机 /160
学会在压力下生活 /161
控制住即将失控的情绪 /164
用微笑轻松应付对手的挑衅 /165
坦然接受不可避免的事 /167
不要被小事影响心情 /169
让自己心平气和起来 /171
让自己冷静下来 /173
生命中最顽强的律动 /174
失去,焉知非福 /176
抛名利于脑后 /178
不做随波逐流的人 /180

超越篇

别为了一棵树而浪费生命 /184
上帝给谁的都一样多 /186
别摔倒在熟悉的路上 /187
思路决定出路 /190
设身处地,换位思考 /192
战胜内心的恐惧 /194
改变不了环境,就改变自己 /197

学会信任,停止猜忌 /199
做人要耐得住寂寞 /201
去别处寻找肥肉 /203
别让说谎成为习惯 /205
拖延让你一事无成 /207
学会争取他人的帮助 /209
困境,有时候反而是机遇 /211
打开人生的另一扇门 /213
发现你人生中的“兔子” /215
缺憾也许就是幸运 /217
别做无谓的坚持,要学会转弯 /219
没有绝对的好事,也没有绝对的坏事 /221
观察力是机会的探测器 /222
发现机会就能改变人生 /224

磨励篇

你的未来是否渺茫得如同前方的雾气 /228
掌控自己的好胜心,懂得忍让 /233
谋势待发,相机而动 /237
今日的低是为了明日的高,现在的小是为了将来的大 /242
稳中求胜方成大仁 /248
困境只是暂时的,学会化解 /252
换个角度看待,窗外将是另一番风景 /258

方法篇

FANGFAPIAN

赌

此为试

需要完整版请下载

此为试



✧ 人生应当矢志不渝，不断进取 ✧

不断挑战、不断进取才能攀登人生的高峰。

人的一生是一个漫长的旅途，只有矢志不渝、积极进取才能达到目标。如果目光短浅，只看到眼前的利益，注定不会走远。让我们来看看董建华是如何让自己成为新一代的船王的。

董建华是船王董浩云的大儿子。董浩云从小就教育他：看到大海，需要思考的是如何利用海洋来成就自己的大事业。董建华 1937 年 5 月出生于上海，后随父母移居香港，这时的董建华年仅 11 岁。年少的董建华并没有因为显赫的家族而过上舒适安逸的少爷生活。相反，董浩云把他送进了寄宿学校。

学校的教学全部是粤语，而一直在上海长大的董建华一句粤语也不会，学校的同学们又听不懂他的上海话，便常常取笑他。董建华没有逃避，他主动与同学交谈，一字一句地用心学习粤语，没过多久，好强的他很快就克服了语言障碍。

16 岁的董建华在香港念完了中学。刚刚习惯香港生活没有多久的董建华又面对新的挑战。董浩云决定把他送去英国读书，并且有点无情地规定：上大学之前不能回香港。

当时他的英语基础几乎是零，连简单的日常用语都不会说，去英国连生存都成问题。但董建华没有丝毫犹豫，在别人眼里是天大的苦难，在他眼里却只不过是语言游戏。就跟当初学习粤语一样，董建华硬着头皮与英国同学多接触、多交谈。

一年时间，经过不懈的努力，他就完全适应了新的环境，之间他没有回过香港一次，为了他上大学的目标在一步步地努力。后来董建华考入了



英国著名的利物浦大学。

董建华儿时良好的教育养成了他不断进取的坚强意志。在接受记者采访时回忆说：“父亲的做法很厉害。没有当时的那段经历，我不可能为了一个目标坚定不移地走下去。”董建华并没有任何夸张，而后开始的职业生涯董建华一直在为自己的目标而努力，不断进取最后成就了一番事业。

在父亲董浩云的教导下，那时的董建华已经立志要成功把父亲的事业发扬光大。他把全部心思都用在在学习上。他知道除了学习优秀以外，他更需要的是生活的历练。

在大学期间，董建华没有和其他留学欧洲的富家公子比吃比穿，他生活简朴，到了暑期，还要到餐厅服务、去煤气公司铲煤。他这么做并不是为了钱，而是为了从多方面接受现实生活的磨炼。

大学毕业后，董建华没有继续深造，也没有来到父亲的公司担当重要职位。董建华做出了一个让很多香港人都出乎意料的决定：到美国通用汽车公司打工，而且是一名最普通的基层职员。

他在美圈勤奋苦干，一干就是四年。即使后来加入父亲创立的航运事业，董建华也不是一开始就身居要职，而是主动要求去驻纽约的分公司工作，为的是锻炼其独立的处事能力并与国外客户建立业务关系，这一干又是四年。

1969年，董建华在经历了多年的风雨磨砺后，踌躇满志地回到香港，正式进入了董氏家族的核心领导层。董建华引入通用公司先进的管理方式和管理思想，对公司进行改革，将原来庞杂的公司业务逐渐纳入规范化轨道。董建华又运用在国外拓展的业务关系，帮助父亲打开了欧美货运航线的局面。同时拓展了董氏集团在金融等其他行业的业务，使其真正成为一个横跨多个行业的巨型集团。

可以说，在董建华回港期间，董氏集团的发展最为迅速。因为这么多年的历练，再加上本来就雄厚的资本，董氏家族的事业走上了一个前所未有的巅峰。就是在那个时候，董建华跻身世界七大船王，董氏家族雄踞全亚洲市场。

因为拥有了不断进取的心态，董建华可以在任何挑战面前发挥刻苦精神，而在艰苦的环境中不断磨炼自己的意志。他勇于接受生活的挑战，一



一次又一次地为难自己，使得自己能够得到更好的锻炼。这为他将来开创自己的事业打下坚实的基础。如果他没有不断进取的志向就不可能拥有坚强的意志，更不可能克服成长路上的艰难，也就不能使自己强大。

人生就是不断超越自我的旅途。只有志存高远的人才能不断进取，不畏艰难，创造一个又一个生命奇迹。以攻为守的人生是不断进取的人生，也应该是人生的主旋律。

✧ 进攻是最好的防守 ✧

兵行险招，以攻为守让对手疲于应付，这让弱者有了胜出的机会。

很多人都喜欢观看对抗性强的体育比赛，散打比赛就是最好的例子。在讲解员分析散打动作和防守技术的时候，我们经常听到一句非常经典的话：“进攻是最好的防守，若要对方打不到你，你就要积极主动地进攻。”因为在散打实战时，一方积极主动地进攻，不停地出招，必然会降低对方的进攻频率，迫使对方保持防守或撤退的态势，而自己受对方进攻威胁的可能性就会降至最低。

人生奋斗，与散打实战同理。奋斗的过程中，必然会遇到重重困厄，人与困厄互为对手，互为攻守。当你与命运中的困厄互相对峙的时候，请记住：进攻是最好的防守。在不断进攻中，增强自己的实力。

美国著名芯片制造商英特尔公司一位副总裁曾经说过，要想占领市场就需要不断向对手发起挑战，甚至以淘汰自己为代价也在所不惜。谁要想在激烈的市场竞争中占据主导地位，就必须先于对手否定自己，率先开发出新一代产品。

1995 年，正当 486 芯片主导微处理器市场之际，英特尔公司却放弃了



486 市场，转而全力研制开发奔腾芯片。在外部乃至内部的诸多不解和怀疑中，英特尔公司又一次先于对手成功抢占了芯片市场的“制高点”。以这样的战略思想为指导，英特尔公司总比竞争对手们抢先一步生产出速度更快、体积更小的微处理器，这也让英特尔成了电脑芯片的绝对领袖。

美国吉列公司的产品能独霸市场几十年，凭借的不是别的，正是不断先于对手推出高科技的剃须刀，每一个新产品的推出，都是对前期产品的突破。吉列以对手不能超越的速度更新自己原有的产品，它永远引领着行业的风潮，成为对手模仿和追赶的对象。

企业的竞争需要不断向对手发起进攻，而在我们生活和工作中，以攻为守就可以占据主动。面对问题的时候，如果条件允许不如早一步发起攻击，这样就占据了胜利的先机。

有一家公司，A 部门业务量大，涉及面广，部门经理亦雄心勃勃，试图吞并弱小的 B 部门，为壮大本部门人员力量和扩充势力范围打下基础，并准备在一次高层会议上抛出吞并 B 部门的方案。但此计划被 B 部门经理获知，B 部门经理想到的不是如何防守，而是以攻为守。

结果在高层会议上，B 部门经理抢先发言，说如果把 A 部门并入自己的部门，对公司将大有帮助等，当然公司领导层认为 B 部门较为弱小，此建议不值采纳。但轮到 A 部门经理发言时，A 部门领导不敢再提吞并 B 部门的事，否则将被认为有意报复、无理取闹。B 部门经理达到目的。

我们处在追求“快速”的时代，做任何事都讲究效率，慢吞吞的人很难适应竞争。所以先于对手发起进攻才能占据先机。行事有效率当然很好，这是一种“进”的策略。但在追求效率和速度之时，也要能静下心来，仔细规划、考虑，才能避免受“马虎”之害。选择主动，选择进攻。惟有进攻，才能占领有利地势，才能形成气势，才能爆发力量。与其被动防守，不如主动攻击。



✧ 破釜沉舟，勇往直前 ✧

破釜沉舟才能战胜心中的恐惧，才能义无反顾，才能勇往直前。

当事情没有退路的时候，反而可能激发出强大的斗志，全力以赴冲出困境。没有退路就像是到了悬崖边，只可以选择一个方向前进，就像一支没有退路的军队，除了全力以赴投入战斗，别无选择。

狭路相逢勇者胜。没有人能够随随便便成功，只有那些充满勇气，付出巨大努力的人才能赢得胜利。但是人的本性中都有趋利避害的成分，面对困难总会有逃避的幻想，这样就会患得患失，最后成了人生的失败者。当我们面对一悬崖的时候，逃避和幻想就不再存在，因为环境逼迫你一往无前。

一个乡下老人在山里打柴，捡到了一只模样奇怪的小鸟。老人也不知道这叫什么鸟，那只怪鸟和出生刚满月的小鸡一样大小，也许是因为它实在太小，它还不会飞。老人把这只鸟带回了家，让它陪孙子玩。

顽皮的孙子还把怪鸟放在鸡窝里饲养，母鸡竟然没有发现这个异类，成为怪鸟的母亲。怪鸟一天天长大了，有人说它是一只应该翱翔在天空的雄鹰，会吃掉鸡窝里所有的鸡。然而鹰和小鸡们一直相安无事。

但是村子里的人对它还是越来越担心，如果哪家的鸡不见了，总怀疑这只鹰，要知道鹰生来就是会吃小鸡的。于是老人决定把这只鹰放回大自然。然而老人不知道用了多少方法，这只鹰还是没能飞向天空。这只鹰已经忘记了如何飞翔，它习惯了这个从小到大的环境，不知道如何去面对空气中的气流，不知道如何控制自己的平衡。

村里的另外一个老人找到养鹰的老农：“把鹰交给我，我能让它重返



蓝天，永远不再回来。”老人将鹰带到了一个悬崖边，毫不犹豫地将它狠狠地砸向悬崖，如同扔一块石头。那只鹰快速下坠，快要坠到谷底的时候，它闭上眼睛，张开了健硕的翅膀，扑打着自由舒展地飞向蓝天。它越飞越高，渐渐地变成了一个黑点，飞出了老人的视野。鹰这次真的沿着悬崖飞走了，飞回了属于自己的天空。

面对悬崖才能战胜心中的恐惧，义无反顾。面对悬崖，惟有展开自己的翅膀搏击长空才是生路。在我们面对命运的磨难和挫折的时候，就应该断了犹豫后退的思想。这样才能战胜困难，渡过难关。

美国著名的主持人爱德华·穆罗先生曾经向记者说过，他在播音之前，面对麦克风总是紧张得满头大汗。对于一名新闻播音员来说过度的紧张肯定会影响自己的表现，战胜紧张成了他首要克服的困难。

可是不管他怎么熟练地练习也无法克服恐惧和紧张，即使是无数次的排练他还是一样紧张。他电视台的朋友只能给他安排一些事先录制的节目，但是他还是会因为紧张犯一些错误。他几乎考虑自己是不是真的适合这个职业。

但是这样的情况因为一次意外而改变了，因为当时的新闻主播出了意外的车祸，而新闻播报的时间马上就要到了。情急之下制片人就找到了在隔壁录节目的爱德华，把他拉到了新闻播报室。

爱德华脑子一片空白，在导播倒数的时候，他几乎都崩溃了，没有人能想像他的紧张。爱德华明白他面对的是美国电视机前的观众，自己的错误会成为大家的笑谈。一切都不能改变，只有硬着头皮好好表现。

播音开始，爱德华没有想太多，只是认真地播报每一条新闻。他之前的所有恐惧都烟消云散。大家没有想到爱德华立刻进入状态，并解除了所有的紧张、恐怖与不安。虽然有了克服困难的经验，爱德华还是一样会紧张，但是他却可以在直播开始的时候完全克服恐惧和紧张。

给自己一片悬崖，就是给自己画了一条出路，这是一条只进无退的出路。一个人想要成功，就得在适当的时候给自己一个悬崖。悬崖一端是死路，别忘记另一端就是宽广而蔚蓝的天空。破釜沉舟就是让自己站在悬崖边上，我们能爆发出自己都不曾见识的潜能。

