

是人 不别 功败 成击

而 是 改 变 自 己

一 切 ，
从 改 变 开 始 。

一个人幸运的前提，
是他有能力改变自己。

孙郡楷 编著

为 什 么 要 去 改 变 ？

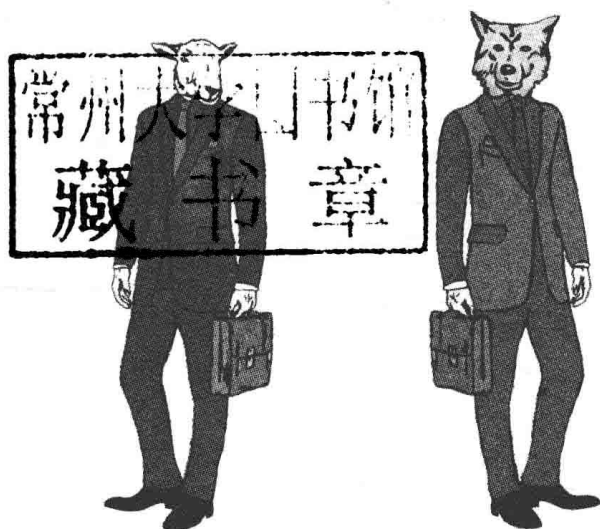
因为不满现状，因为有一颗不甘如此的心，有一个跟现在环境不能吻合的梦想！

中國華僑出版社



是人 不别 功败 成击
己 自 变 改 是 而

孙郡锴 编著



中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

成功不是击败别人,而是改变自己 / 孙郡锴编著. —北京:中国华侨出版社, 2016.9

ISBN 978-7-5113-6069-4

I. ①成… II. ①孙… III. ①成功心理—通俗读物

IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第114625号

●成功不是击败别人,而是改变自己

编 著/孙郡锴

责任编辑/文 喆

封面设计/一个人·设计

经 销/新华书店

开 本/710毫米×1000毫米 1/16 印张/16 字数/223千字

印 刷/北京溢漾印刷有限公司

版 次/2016年9月第1版 2016年9月第1次印刷

书 号/ISBN 978-7-5113-6069-4

定 价/32.00元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里26号通成达大厦3层 邮编100028

法律顾问:陈鹰律师事务所

编辑部:(010) 64443056 64443979

发行部:(010) 64443051 传真:64439708

网 址:www.oveaschin.com

E-mail:oveaschin@sina.com

前言

我们可能常会问别人：你对自己的现状满意吗？多数人的回答是——不满意。然后我们就会问：你想改变现状吗？他们的回答自然是——非常想。那么我们有没有问过自己：你对自己的现状满意吗？你想改变自己的现状吗？事实上，我们的回答会和他们一样。只是，一个很关键的问题——我们并不清楚自己为什么会对现状不满，更令人感慨的是，我们对于现状是怎样形成的都还没有正确的认识。

这个问题的答案，很简单，一言以蔽之，就是有因必有果——每一个行为都有一种结果。我们日复一日地写下自身的命运，因为我们的所为毫不留情地决定我们的命运。这就是人生的最高逻辑和法则。

换言之，过往发生在我们身上的一切错误，造成了今天梦想的贻误。所以，我们必须学着改变自己，因为自己还不完善，还有很多缺点需要去改。

如果你不想改变，这个世界不会给你留下任何情面。现在的世界是一个整合性的环境，是多维度、多变量的整合，要在社会中共存、发展甚至有所贡献，那么就不能闭门自赏。人在社会中如逆水行舟，不进则退，社会在变、时代在变、别人在变，如果你不变，势必会成为这个社会的

弃儿。

届时，任何的抱怨都是无济于事的，只会让自己的情况更加糟糕。如果你不想有那样一个明天，那么就在今天，尝试着去改变自己。你会感觉到，自己的体内被注入了新鲜血液，你会有更多新的发现。

一个人幸运的前提，是他有能力改变自己。一切，从改变开始。

改变，是因为不满现状，因为有一颗不甘如此的心，有一个跟现在环境不能吻合的梦想！

改变自己，就是改变那些令我们困顿难前的过错，改变自己，就是改变自己落后的一面。改变，不是说要放弃自我，放弃做人的原则，不辨利害地乱改一气，而是改掉自己不好的，留下更好的。所以，你对这个世界必须有一个明白无误的分辨，只有知道了什么是不变的，才能找到自己需要改变的。

改变，需要一个持之以恒的心态。如果今天改变一点点，明天就又倒回去，这个月进步一点点，下个月又开始松散，那么，你永远也成不了自己想要的自己，你的生活还会和以前一样，停滞不前，甚至是穷困潦倒。

目 录

辑一 换一种思想 人生的高度，取决于你对人生的思考

人与人之间根本没有多大区别，只是因为思想不同，看问题的角度不同，解决问题的方法不同，所以导致了思路的天壤之别。你现在人生上的落后，很可能是因为你思想上的落伍，只有改变你的思想，你才能改变自己的命运——命运与思想息息相关，一损俱损，一荣俱荣。

Part 1 多变的世界，不允许我们有太多的固执

我们必须调整生活状态，才不辜负这么聪明的自己 / 2

与时俱进，才不会落于人后 / 6

认真对待生活，生活才会认真对待你 / 8

Part2 破除观念的锁，开放的人生不应承受任何形式的禁锢

不改变观念，就无法改变自己 / 11

受到观念的禁锢，常让我们与成功无缘 / 14

这一辈子，一定要找一次出彩的机会 / 16

Part3 拆除思维的墙，人生就有无限可能

变化无穷的世界，需要变化无穷的思维 / 19

在其他人都投资的地方投资，你不会成功 / 22

就算胡思乱想，也胜过什么都不想 / 24

Part 4 提升自我，你先要认清你自己

做事之前，先清楚自己适合什么 / 27

梦想若与实际不符，到头来只能是空忙一场 / 29

如果在错的地方努力，永远得不到对的结果 / 31

辑二 换一种心态

生活的面貌，取决于你凝视它的目光

人与人的智商本无太大区别，真正的区别在于心态，心态决定谁是坐骑，谁是骑师。改变你的心态，也就改变了你看世界的角度，而当你改变看问题的角度时，即使遇到世界上最倒霉、最不幸的事，也不会成为世界上最倒霉、最不幸的人。

Part 1 任何一种处境，都受到我们对待处境的态度影响

心态好才能幸福，聪明人未必只做聪明事 / 34

心态上的偏离，常会导致行为上的出轨 / 36

拥有好心态，才能无惧困难和挑战 / 38

Part 2 默认自己无能，无疑是给失败制造机会

有尊严地活着，成就生命的价值 / 40

没有脱离困厄的愿望，就不会有飞黄腾达的景象 / 43

如果内心不阳刚，生命怎么能坚强 / 45

Part3 比危机更可怕的，是人的心态危机

能让你萎靡不振的，只有你的心 / 49

闭上眼睛是危险，抬起头来是契机 / 51

置之死地能后生，投之亡地可后存 / 53

Part4 换个角度看困难，人生没有过不去的坎儿

一眼之别，就是两个不同的世界 / 56

如果不能流泪，那就选择微笑 / 59

折磨你的人，又何尝不是成就你的人 / 61

辑三 换一个形象

在形象上干干净净，在内心中清清白白

如果你一直无法得到别人的认可，那可能是你的形象出了错，不是外表，而是内在。那么，你必须改变自己的形象，不是为了迎合，而是为了“人和”。改变形象，是一种充满意义的事情。然而，改变的前提条件是，我们必须不停地给自己的人生充电。一个人自然可以不必频频“变脸”，但必须在暗中默默地积蓄可以随时“变脸”的勇气和力量。如此，才能把人生的主动权牢牢地操控在自己的手中。

Part 1 衡量一个人，要看他具有什么样的品格

静下心，寻找高贵的灵魂 / 64

没有优秀做条件，成功也只是徒有其表 / 67

如果生命有了污点，只能用灵魂去清洗 / 69

Part 2 失足，你可能马上站起；失信，你也许永难挽回

当信用消失的时候，灵魂也就堕入了地狱 / 72

糟蹋自己的名誉，无异是在拿人格做典当 / 76

以诚待人，非为益人 / 78

Part 3 心量狭小，则多烦恼；心量广大，则无烦恼

有大心量的人，才能铸造大格局 / 81

成大事者不恤耻，成大功者不小苛 / 83

宽容大度，以德报怨 / 85

Part 4 吝啬鬼永远处在不快乐中，真心给予方得快乐

人在被别人需要时，才能体现生命最大的价值 / 87

给予不为回报，可以得到幸福 / 89

举手之劳暖人心，助人为乐获幸福 / 91

辑四 换一副精神

只要心志不泯，每个人都是奇迹的创造者

人们遇到挫折时，会采取各种各样的态度。综合起来，无非是两种态度，一种是对挫折采取积极进取的态度，即理智的态度，这时的挫折激励人追求成功；另一种是采取消极防范的

态度，即非理智的态度，这时的挫折使人放弃目标，甚至造成伤害。如果你属于后者，那么势必要改变。人，想立于社会，就必须把自己塑造成器，必须要有那么点精神。

Part 1 过于爽快地承认失败，就不会发现自己已经接近成功

熬过失败的苦难，才能品尝成功的甘甜 / 94

如果内心认定自己败了，那就永远地败了 / 97

屡败屡战，老天都不好意思再为难你 / 99

Part 2 保持澎湃的激情

谁能坚持到最后，谁就是最大的赢家 / 102

哪怕是把想象坚持到底，也会获得成功 / 104

当专注成为一种习惯，就能成功 / 106

Part 3 拿出胆量来！谁胆怯，谁就要受折磨

——如果我们不敢去冒风险，那就只能看着机会溜走 / 109

人生如果不大胆地冒险，便会错过机遇 / 111

了不起的，常是那些愿意冒险的人 / 113

Part 4 伟大的代价就是责任，责任感与机遇成正比

过错是暂时的遗憾，错过却是永远的遗憾 / 116

把过错承担起来，坏事也许亦会是好事 / 118

一个人越敢于担当大任，他的意气越是风发 / 120

辑五 换一种姿态

抬高自己别人会低看你，放低自己别人会高看你

只有自以为是的人才会习惯于高高在上，真正聪明的人都懂得要谦逊，只有这样的人，才能真正融入社会中去。你能把自己放在最低处，实际上你就在最高处；如果你把自己放在最高处，实际上你就在最低处。

Part 1 傲慢倨傲，去之者多；劳谦虚己，附之者众

一个傲慢的人，总是在傲慢中尴尬 / 124

放下心理上的“架子”，才能迎来成功 / 126

谦，尊而光，卑而不可逾 / 128

Part 2 闪电总是击打最高处的物体，所以，做人要谦虚

不炫耀自己，谦虚待人 / 131

卖弄小聪明，不如收敛锋芒 / 133

放低姿态做人，放开手脚做事 / 136

Part 3 忍下一时之气，方能实现凌云壮志

无论实力强弱，忍耐一点又何妨 / 138

能够包羞忍耻，才能走得更远 / 140

笑到最后的人，才是笑得最美的 / 142

Part 4 雾里看花，也不失为一种幸福

所谓糊涂，是表面糊涂内心清明 / 145

糊涂一些，才是真聪明 / 148

能够看破是你的本事，难得糊涂才是真高明 / 150

辑六 换一种性格

一个人的失败，很大程度上因为性格的缺陷

从学生到社会人，从初生牛犊到社会精英，大多数人的起点是没有本质差别的。同样的起跑线，不同的性格，决定不同的发展速度。很多人都知道这样一句话“性格决定命运”，个人习惯是性格的体现，习惯决定着行为，行为影响人生成就。

Part 1 性格导向成功也导向失败

拥有较多的良好性格，就等于抓住了成功入场券 / 154

那些性格好的人，往往能够在事业上春风得意 / 156

培养优良性格，让自己备受欢迎 / 158

Part 2 不成熟的性格，无法促成成熟的人生

理性是前途的罗盘，它引导生命于迷途 / 160

那些愚蠢的行为，大多是因为手比脑袋动得快 / 163

管理不好情绪的人，不可能管理好自己的人生 / 165

Part 3 性格中的依赖，是对生命最大的束缚

习惯于依赖的人，他的生命力趋向于零 / 167

若你自己不肯努力，别人又如何救得了你 / 169

依靠自己，才能获得真正的成功 / 172

Part 4 性格中的软弱，是生命最大的羁绊

向别人要同情的人，是极其卑微的可怜人 / 174

一味逆来顺受，就会成为别人刀板上的肉 / 177

坚持你的原则，不要任凭别人去摆布 / 180

辑七 换一种习惯

甩掉一个坏习惯，就等于迎来一个好伴侣

习惯是一种顽强而巨大的力量，它可以主宰人生。好习惯是人在神经系统中存放的资本，这个资本会不断地增长，毕生就可以享用它的利息。而坏习惯是无法偿清的债务，这种债务能以不断增长的利息折磨人，使人失败，并把人引到破产的地步。

Part 1 抛弃时间的人，时间也会抛弃他

浪费时间，就是在浪费本就有限的生命 / 184

对零碎时间的掌握，是促成成功的一大因素 / 186

充分利用时间，才不辜负这极珍贵的资源 / 188

Part 2 很多本来可以优秀的人，却被拖延给绊倒了

人生走到什么地步，往往是能否决断的结果 / 190

行动不一定决定成功，但没有行动肯定没有成功 / 192

在竞争时代，快一步就意味着可以胜人一筹 / 194

Part 3 前途不属于犹豫不决的人，因为犹豫的结果是错过

凡事都要犹豫，老天也不会把机会再给你 / 198

一个左顾右盼的人，永远找不到最好的答案 / 201

即使不成熟的尝试，也胜过“胎死腹中”的计划 / 204

Part 4 天赋若是被懒惰所左右，事业也就没有指望了

没有一件有价值的东西，可以不经付出而得到 / 207

运气并非命中注定，因为勤奋可以促成运气的产生 / 209

谁在平时多做一点，机会就会眷顾谁更多一点 / 211

辑八 换一种行为

你今天所做的事，决定你十年后的生活是否舒适

如果过去的日子曾经教过我们一些什么的话，那便是有因必有果——每一个行为都有一种结果。我们日复一日地写下自身的命运，因为我们的所为毫不留情地决定我们的命运。这就是人生的最高逻辑和法则。

Part 1 我们无法预订成功的次数，但可以减少失败的概率

善于思考的人步步为营，不会思考的人晕头转向 / 214

百分之一的错误，也许就会变成百分之百的失败 / 216

冒险不是冲动决定，而是深思熟虑的决定 / 218

Part 2 方向错了就回航，不要在错误的地方浪费力气

如果把宝物放错了地方，宝物也会变成废物 / 220

朝着错误的方向奔跑，跑得越快离目标就越远 / 222

直路不通的时候，绕过去便可以找到一条新路 / 224

Part3 换一种方式与人相处，你的世界不会有敌手

如果你总以自我为中心，别人就会让你成为边缘人 / 227

表现为人生增光添彩，但卖弄则会使之黯然失色 / 229

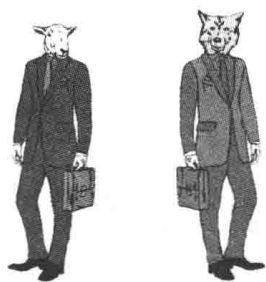
随时随地保持你的随和，这是与人相处的首要原则 / 231

Part 4 有理性的人的生活，必须永远在进取中度过

知足固然常乐，但过分知足注定平庸 / 234

我们不再超越，就面临着被人超越的危险 / 238

无论什么时候，都不要让自己落在别人的后面 / 240



辑一 换一种思想

人生的高度，取决于你对人生的思考

人与人之间根本没有多大区别，只是因为思想不同，看问题的角度不同，解决问题的方法不同，所以导致了思路的天壤之别。你现在人生上的落后，很可能是因为你思想上的落伍，只有改变你的思想，你才能改变自己的命运——命运与思想息息相关，一损俱损，一荣俱荣。

Part 1

多变的世界，不允许我们有太多的固执

这个世界，不会因为你不愿意改变而停止改变。如果你竟那般固执地不肯跟随它的步伐，它势必会毫不留情地将你抛弃。每一个上进的人，都是在生命的过程中不断改造自己。在成功的道路上，有一只凶猛的拦路虎就是你自己，你必须敢于同它挑战，并战胜它。

我们必须调整生活状态，才不辜负这么聪明的自己

人们的生存结构就像是一个金字塔，只有相对少数的一些人生存在金字塔的顶端，蒸蒸日上，繁荣兴旺，而大部分人则一直处在金字塔的底部，每天只能收支相抵，量入为出，勉强活着而已。但事实上，那些处于金字塔顶端的人每天并不比谁多拥有一分钟时间，那为什么他们就能在同样的时间内，创造出大多数人只能仰视的成就呢？问题的根本就在于思想上的差别。