

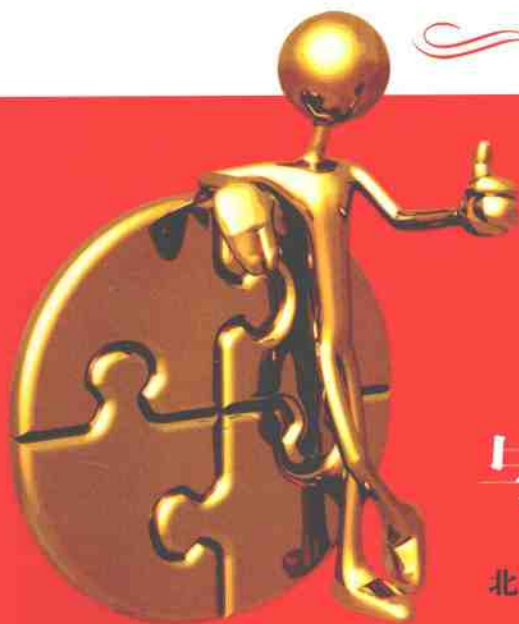
成功只和自己比！“打工皇帝”唐骏说：“论成功，如果与比尔·盖茨和陈天桥比，我可能永远比不上，但我和自己5年前、10年前比，我成功；论打球，我永远比不上姚明，但我今年就觉得比去年进步得多。”

CHENGGONG

成功

只和自己比

张笑恒◎编著



与上比让人**自卑**，
与下比让人**退步**，
与自己比才能**成功**！

北京工业大学出版社

CHENG GONG

成功

只和自己比

张笑恒◎编著

与上比让人**自卑**，与下比让人**退步**，
与自己比才能**成功**！

北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成功只和自己比/张笑恒编著. —北京: 北京工业大学出版社, 2009. 9

ISBN 978 - 7 - 5639 - 2133 - 1

I. 成... II. 张... 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 114796 号

成功只和自己比

编 著: 张笑恒

责任编辑: 齐 欣

封面设计: 尹 帅

出版发行: 北京工业大学出版社

地 址: 北京市朝阳区平乐园 100 号

邮政编码: 100124

电 话: 010 - 67391106 010 - 67392308 (传真)

电子信箱: bgdcbsfxb@163. net

承印单位: 大厂回族自治县正兴印务有限公司

经销单位: 全国各地新华书店

开 本: 700mm × 1 000mm 1/16

印 张: 17

字 数: 220 千字

版 次: 2009 年 9 月第 1 版

印 次: 2009 年 9 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978 - 7 - 5639 - 2133 - 1

定 价: 30.00 元

版权所有 翻印必究

图书如有印装错误, 请寄回本社调换

前言



打工皇帝唐骏说：“论成功，如果与比尔·盖茨和陈天桥比，我可能永远比不上，但我和自己5年前、10年前比，我是成功的；论打球，我永远比不上姚明，但我觉得今年比去年进步得多。”

人的一生是努力追求成功的一生，那么成功的意义究竟是什么？答案就是比昨天的自己优秀。依据自己的实际情况，脚踏实地地努力，每天进步一点，不断地加强自己，不断地优化自己，而不是盲目地要求自己达到某位成功人士的标准。

让自己每天进步一点，日积月累，坚持不懈，必定会积跬步而至千里。每天成功一点，坚持到底，必定会厚积薄发。你只需要有与自己较劲的劲头，只需要比昨天的自己出色，以今天的我超越昨天的我，那么每天都会有全新的收获。

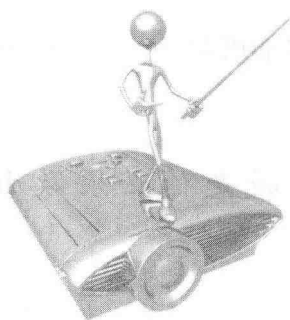
如何和自己比？你可以想象一下，15年后，你将会处在何种环境之下，达到什么样的一种状态。想象过后，就应当着手制定达到这个目标的具体的阶段性目标，然后一步步地向自己的理想迈进。

客观地评估一下距离自己的理想还差些什么，是需要学习一门课、读一本书、做一个更合群的人、控制自己的脾气，还是成为更好的演讲者？当你逐渐弥补上这些差距时，你每天的进步就在帮助你走向成功了。

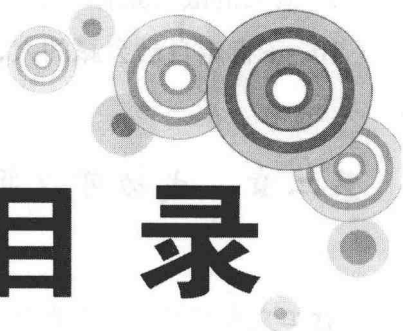
Google 公司全球副总裁、中国区总裁李开复曾经给自己定下一个目标，就是扩大自己在公司里的人际关系网。为了衡量自己是否在进步，他要求自己“每周和一位有影响力的人吃饭，在吃饭的过程中，要这个人再介绍一个有影响的人给我”。他坚持完成这个“指标”，对于他自己来说，也就是在不断地进步，不断地接近成功。

哪怕是每天一小点的进步，你都值得为自己鼓掌。不要走进成功的误区，成功的真正内涵不在于把所谓的“其他人的成功标准”套在自己头上，而在于与以前的自己相比，你的性格更完善，你的阅历更丰富，你学到了更多的有用的东西。

成功并不意味着你要比其他的人都强，而是比从前的自己更出色。你的成绩比从前进步了吗？你的工作比过去更称心吗？你的生活比从前更美好吗？你的身体比过去更健康吗？你的家庭关系比从前更和谐吗？美国作家威廉·福克纳说过：“不要竭尽全力去和你的同僚竞争。你应该在乎的是，你要比现在的你强。”回头看看从前的自己，这会让你相信你有能力让自己过得更好！



目录



第一章 不必赢过别人，但不能输给自己

用你的优势赢过别人的劣势，没有什么了不起。在你的劣势上输给别人的优势，也没有什么关系。例如，在打球上，也许你永远都比不上姚明，但只要你今年比去年进步就好。成功没有可比性，自己才是衡量成功与否的标尺。

1. 成功没有可比性 2
2. 千万不要跟你的偶像去比 4
3. 你得允许有人比你优秀 7
4. 要有与自己较劲的劲头 10
5. 跟别人的今天比，不如跟自己的昨天比 13



6. 掂量一下自己究竟有几斤几两	16
7. 只需比昨天的自己出色	19
8. 输了不可耻，可耻的是就这样一直倒下	21
9. 最大的敌人是你自己	23
10. 不肯定自己会赢的人，永远不可能成功	26

第二章 成功可以复制，前提是你必须做自己

打工皇帝唐骏说：“我的成功可以复制。”没错，但并不是生搬硬套的简单复制，而是在学习别人的成功之处、借鉴别人的成功经验的同时，结合自身的特点加以创造性地运用，是站在巨人肩膀上的明智之举。模仿也可以成功，但前提是必须保持自己的个性和本色。

1. 王老吉的陷阱：切忌盲目模仿	30
2. 成功没有模仿秀：成功不是简单复制得来的	32
3. “山寨”再疯狂，也走不出仿冒的阴影	35
4. 盲目羡慕别人的优越，终会失去自己	39
5. 找到自己的资源和优势	42
6. 找准属于自己的位置	44
7. 保持本色，成功就是做自己	47
8. “跟随”的技巧所在：模仿进去，创新出来	49
9. 别人的不足就是你的突破点	52
10. 树立个人品牌，提高影响力	54

第三章 汲取成功人士的成功经验

看见别人比自己优秀，就产生嫉妒心理，这是人的本性。“与其临渊羡鱼，不如退而结网”。如果你无法心平气和地为别人喝彩，那就把嫉妒转化成前进的动力。比如，当你嫉妒别人的学识渊博时，就应该想办法去充实自己，多方面地加强学习，让自己不断地进步。

1. 别人的优秀会妨碍你的进步吗 60
2. 别陶醉于庸人的羡慕 62
3. 与其临渊羡鱼，不如退而结网 65
4. 你的成功只是比别人来得晚一些 68
5. 借嫉妒激发你的上进心 70
6. 鸟笼里养不出雄鹰，不要总活在自己的小天地里 73
7. 永远要跟比你更成功的人在一起 75
8. 有一个优秀的对手，才能有优秀的自己 78
9. 经验比成功来得重要 80

第四章 不怕起点低，超越自己就是成功

你一辈子追求的东西，有些人在出生的时候就已经有了。世界是不公平的，你要学会适应它。但同时，世界又是公平的，就算你一无所有，仍然可以通过自己的智慧、头脑、努力等去争取相对的公平。

1. 没有富爸爸也没有关系 86
2. 长得不漂亮也没关系 88



目录

3. 学历不够高也没关系	91
4. 过去不等于未来	93
5. 不拿自己的短处与别人的长处比	96
6. 越努力的人越有运气	98
7. 不怕平庸，怕的是不去找平庸的原因	101
8. 一切困难都是为了让我们的更强大	103
9. 必要的时候，适当自抬身价	106
10. 想成功，就先把自己想象成一个成功人物	109
11. 给自己创造一个改变命运的机会	111

第五章 方向比速度更重要

一个人即使跑得再快，百米成绩在10秒以内，但是如果在比赛中跑错了方向，结果也不过是个大笑话。巴西的世界“球王”贝利曾经说：“我是天生踢球的，就像贝多芬是天生的音乐家一样。”因此，选择比努力重要，方向比速度重要。

1. 勤奋努力不一定会成功	116
2. 英雄就是做他能做的事	118
3. 每个人都有自己的成功方式	121
4. 你的增长点在哪里	123
5. 成功，重在发挥自己的优势	126
6. 尊重自己的个性，做自己最擅长的事	129
7. 摆错位置，永远是庸才	132
8. 职业规划比努力更重要	134
9. 明天的人生就是今天选择的结果	137
10. 找准起点，还要点燃热情	140

第六章 警惕你的致命劣势

美国硅谷企业之间的竞争十分激烈，以至于各公司都积极寻找自己的致命弱点，所有公司共同的生存之道是：拿出更好的产品来击败自己的原有产品。有人将这种行为戏称为“自吃幼崽”。在这个优胜劣汰的社会里，只有不断地使自己强大，才能避免被“吃”掉！

1. 找出可能导致失败的根源 144
2. 自己不逼自己，别人迟早会逼你 147
3. 为什么世界上到处是有才华的穷人 150
4. 有才华更要有务实精神 153
5. 立即行动，借口拖延等于慢性自杀 156
6. 抱怨没有机会，不如“把握”机会 159
7. 无论什么时候，都不要狂妄自大 161
8. 不仅要靠学历，更要靠能力 164
9. 优柔寡断只会让你两手空空 167
10. 妄自菲薄等于自降身价 170
11. 把自己的弱点转化成优点 172
12. 在成功的路上，一刻也不要怀疑自己 175

第七章 让目标催着你向前

今天的生活是由三年前我们的选择决定的，而我们今天的选择将决定我们三年后的生活。想想三年后的自己想要得到什么？职业上要达到一个什么高度？家庭中要实现一个什么目标？如果你明确



地知道自己要去哪里，并付诸行动，那么全世界都会为你让路！

1. 如果你知道要去哪里，全世界都会为你让路 180
2. 跳起来能够得着的目标才叫目标 182
3. 不管梦想有多远，总有今天可以做的事 186
4. 逆向分割你的梦想 189
5. 给自己找个竞争对手 191
6. 不要自我打击，也不要自我设限 194
7. 当沉迷于一个目标时，要衡量自己的实力 197
8. 不要因为困难而降低目标 199
9. 对目标有多专注，你成功的可能性就有多高 201
10. 想想三年后的自己 204

第八章 罗马不是一天建成的，成功是磨出来的

万丈高楼始于一砖一瓦，成功之巅也不是一天就能抵达的。每天进步一点，哪怕只是1%，一年后也会成长3.65倍。只要你不断地进取，不断地努力，不断地发挥自己的潜能，就一定会取得成功！

1. 不要轻视每天1%的进步 208
2. 不进步本身就是倒退 210
3. 宁肯多停三秒也不急功近利 212
4. 硬的不行就来软的，直的不行就来弯的 215
5. 财富往往都是被逼出来的 218
6. 不抱一日成功的想法 220
7. 忍耐是成功的必经之路 222
8. 不要害怕失败，在成功的路上犯错并不可怕 225
9. 要有再试一次的勇气 228

10. 挖掘挑战挫折的潜能	231
11. 每天淘汰你自己	233

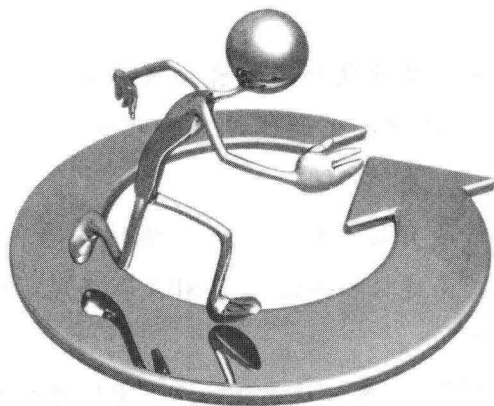
第九章 找到自己真正想要的成功

我们常常把成功等同于财富，其实，成功就是过自己喜欢的、想要的生活，包括你喜欢生活在什么样的城市，是宁愿一天工作12个小时多赚点钱，还是宁愿少赚点钱也要保证足够的私人时间。别人的成功对你来说也许是一种痛苦，找到自己喜欢的才是最重要的。

1. 俞敏洪：后悔把新东方做大	238
2. 成功没有恒定的标准	241
3. 弄清楚 house 和 home 的概念	244
4. 如果喜欢挑战，就不要报考公务员	246
5. 如果向往舒适的生活，就别去人群密集的大城市	249
6. 当你真的不喜欢一份工作时，就勇敢地选择放弃	252
7. 除了财富，你还追求什么	254
8. 问问自己究竟想要什么样的生活	257

第一章

不必赢过别人，但不能输给自己



用你的优势赢过别人的劣势，没有什么了不起。在你的劣势上输给别人的优势，也没有什么关系。例如，在打球上，也许你永远都比不上姚明，但只要你今年比去年进步就好。因为成功没有可比性，自己才是衡量成功与否的标尺。



1. 成功没有可比性

如果要比财富，也许你永远也比不上比尔·盖茨；如果要比篮球，也许你永远也比不上姚明。可是如果你发现今天和昨天的自己，和5年前、10年前的自己相比，已经进步了，你就是成功的。成功没有可比性，自己才是衡量成功与否的标尺。

如今大家都爱把易建联和几年前的姚明放在一起作比较。无论是球场上的表现还是学英文的速度，大家都把姚明当成易建联的标杆。

易建联的潜质是有目共睹的，也许他的手感和姚明不相上下，但在综合素质上，易建联和早已习惯NBA赛场风雨的姚明相比，确实还存在一定的差距。

姚明的身高有2.26米，这是他立足NBA的关键因素之一，但易建联的身高只有2.12米，这样的身高在NBA联盟没有任何优势；从赛场上的角色来看，姚明打中锋，抢篮板是他的主攻方向，易建联是大前锋，主要靠中投；最后一点就是，如今很难找到一支球队，能像火箭当初对姚明那样有耐心和信心来对待易建联。

但没有人会说姚明是成功的，易建联是失败的。因为时间、机遇造成了两人的差距，现在的姚明已经成为NBA的全明星球员，易建联却仍然未成为球队的主力。

易建联在成长、在进步，但确实没法与姚明相提并论。现在的易建联不过是站在了二万五千里长征的起点上，在拥有了NBA这片

肥沃的土地之后，易建联必须靠自己的力量去争取充足的阳光和水分，找到适合自己的位置，而不是以他人的标准为榜样。只有摆脱姚明无形的压力，易建联才有希望在NBA“易”飞冲天。

每个人都有自己的道路，与其做“姚明第二”，不如开创一个“易建联第一”。

就像宇宙中无数运行的天体一样，每个人都在按照自己的轨迹不停地运动。然而，许多人并没有找到自己生活的坐标系，而总是参照别人的标准来生活。别人追求什么他也追求什么，别人制订一个目标，他也用这个目标来要求自己，到最后，即便是自己已经取得了很大的进步，仍然看不到，仍然备受打击。

不是别人有法拉利跑车，你也必须拥有才叫成功；不是别人坐拥上亿身价，你也必须拥有才叫成功；不是别人开了一家世界连锁企业，你也拥有才叫成功。沃伦·巴菲特、比尔·盖茨有数百亿美元的财产是成功，我们有几万元人民币的存款也是成功；克林顿、奥巴马当总统是成功，我们找到一份适合自己的工作，并取得一些成绩也是另一种意义上的成功。

曾经有一个年轻人闯入了美国汽车工业巨头福特的视线，福特很欣赏这个年轻人的才能，想帮助他实现梦想。问过年轻人的梦想之后，福特吓了一跳，因为这个年轻人居然想要拥有1000亿美元。要知道，这个数字是福特现有财产的100倍！

“你为什么要这么多钱？”福特问。年轻人想了一会儿说道：“说实话，其实我也不知道要那么多钱干什么，只是我觉得只有那样才算是成功。”

福特说：“拥有那么多钱未必是好事，你应该再考虑考虑你的想法。”



5年后，福特再一次见到了那个年轻人。年轻人对福特说他想创办一所大学，现在已经有了10万美元，还少一半。于是福特帮助了年轻人，而年轻人再没提那1000亿美元的事。

8年后，年轻人经过努力创建了著名的伊利诺伊大学。他就是本·伊利诺伊。

成功没有固定的标准，但许多人却被别人的标准所束缚。大多数人或许都会发现：自己前面有一个导师，他给我们指引道路，告诉我们什么是幸福，并帮助我们定义成功。这个导师其实并不只是一个人，而是一类人，他们往往都是那些身份高贵、坐拥财富的人。

成功跟财富没有必然的联系，跟所要达到的别人的标准也没有联系，成功是一种自我进步和自我实现的状态和过程。只要你用自己的标准来衡量自己，不断地实现既定目标，那么你就是成功者。

2. 千万不要跟你的偶像去比

也许每个人心中都曾羡慕过这样的人：他们年薪百万，拥有亿万家财，住在霓虹闪烁的高档别墅群，开着宝马奔驰，吃着燕窝鲍鱼……但是，这些拥有巨额财富、住豪宅开名车的人终究只是少数人，如果每个人都以此为奋斗的目标，只会让自己筋疲力尽。

每个人的能力、资质都不一样，追求的东西也不一样。作为大多数普通人，如果你拥有一份适合自己的工作，并且能在工作中找到价值和乐趣，生活得快乐，谁能说这不是另一种意义上的成功？

一个富翁在海滩游玩的时候，看见一个渔夫正躺在一艘破船上晒太阳，富翁走过去问道：“你为什么不去打鱼呢？”那人不解地问：“我为什么要去打鱼？”富翁说：“打了鱼好卖钱呀。”“那么卖了钱又有什么用呢？”渔夫问。“有了钱你就可以像我一样在海滩上晒太阳享受生活了呀。”渔夫笑了：“我现在不就是在享受生活吗？”富翁无语，他以为所有的人都羡慕自己，可这位渔夫却羡慕他自己。

每个人的内心都有一个衡量自我的价值观，大多数人错误地认为自我价值需要得到别人的肯定和认可，所以总是把别人当成偶像，按照偶像的标准来修正自己。当他们时时以别人的标准来审视自己时，却忽略了心中真正的渴求。

成功没有高低贵贱之分，偶像的大成就是成功，你的小自豪同样也是成功。问问自己：究竟是赢所有优秀的人让自己高兴，还是不断地超越自己让人高兴？不计较多少，只要有所收获，你就值得为自己喝彩。

“宜家”是全球知名家居品牌。在上海“宜家”商场旁边，有一家经营家居装饰用品的小店，那里的生意红红火火，令人眼馋。小店老板高雅琳也曾是“宜家”的常客，她曾经非常羡慕宜家如此火爆的生意。但凭自己的实力，是怎么也无法开一家像“宜家”这样的大型商场的。

高雅琳开始思考，与其达到自己“偶像”那样的高度，不如从“宜家”的人流中分一杯羹。保守地估算，宜家每天拥有一万到两万的人流量，如果自己能让其中很少的一部分人停住匆匆的脚步，就是一个相当可观的数目。

经过分析，高雅琳决定开一家经营家居装饰用品的小店。到“宜家”去的人大多数是为了添置家具和家居用品，他们也正是小店