

生活竞争大全



序 言

20 世纪 90 年代席卷中国的大潮中，有一股巨大洪流悄悄地闯入人们的生活，并以极大的力量撞击着人们的传统观念。它引起兴奋和躁动，也激发愤恨和惶恐；它冲垮懒散和懈怠，也招致嫉妒和失望；它以其“魔力”使人不由自主地加快心理的、生活的、工作的节奏，使本来并不属同一智能和抱负层次却不得不站在同一阶梯上的人们对自我价值重新作出判断。它的魔力还加大了中国人生活中的差别：聪明和愚蠢，勤奋和怠惰，自信和自卑，富有和贫困，男人和女人，国营和中外合营，集体与个体，沿海和内地，东部和西部……它，就是竞争。

竞争改变社会，改变着人们的生活，改变着人们的行为方式……

竞争遍及每一个角落，不管你愿意还是不愿意，都要受到它的鞭策，都要沉下心来思考：

为什么而竞争？怎样去竞争？如何在竞争中取胜？如何对待失败？

这就是本书试图解答的问题。当然，我们还要首先指出与“竞争”相依为伴的一个概念——不公平。

作为人，我们一出生就是不公平的。有的出生于富贵人家，有的出生在贫寒小舍；有的天生健康，有的天生残疾；有的天生美貌，有的天生丑陋……这些先天的差异造成了竞争

的不公平，再完美公正的规则也无法弥补这一切的不公，何况在生活之中，还有很多规则是模糊的，不完善的。

如果你已经意识到“不公平”是一个现实的存在，那么，首当其冲要解决如何克服不公平，如何把不公平中于己为劣势的条件转变为自己的优势。

我们将在谈论竞争问题之中贯穿这个内容，为朋友们提供经验，教训。

做成你想做的事，是著者的心愿。

目 录

序言·····	(1)
第一章 竞争与不公平·····	(1)
一、竞争是什么·····	(1)
二、人生处处有竞争·····	(2)
三、竞争是不公平的·····	(4)
四、不公平种种·····	(5)
五、为什么要研究不公平·····	(8)
六、从“看不起我怎的”谈起 ——谈竞争的层次·····	(10)
七、竞争中的道德·····	(13)
八、竞争中的规律·····	(15)
九、国内外竞争思想的不同·····	(16)
十、走向公平 ——谈竞争的历史·····	(19)
第二章 操场竞争·····	(29)
一、“平手、谁胜” ——谈竞争取胜的素质·····	(29)
二、公开目标 ——谈竞争的勇气·····	(33)
三、竞争者的品格·····	(35)
四、“人心齐泰山移” ——谈集体竞争·····	(38)
五、“天生的才智、勇敢，比不上天生的幸运” ···	(40)

六、“逼”出奇迹	(44)
七、不用注入体内的“兴奋剂”	
——谈金钱与动力	(47)
八、远离禁忌	
——从规则谈起	(51)
九、体育竞争的误区	(53)
第三章 商场竞争	(56)
一、创名牌一本万利	
——商品竞争 (一)	(56)
二、名牌不争档次高	
——商品竞争 (二)	(57)
三、质量	
——商品竞争 (三)	(59)
四、物以稀为贵	
——商品竞争 (四)	(60)
五、广告	
——商品竞争 (五)	(63)
六、包装	
——商品竞争 (六)	(66)
七、起个好名字	
——商品竞争 (七)	(68)
八、科技发家	
——商品竞争 (八)	(70)
九、妥善选择发财之路	(72)
十、零头的妙用	(75)
十一、谈判技巧	(77)
十二、运用科学的方法	(79)

十三、世界船王包玉刚如何发迹·····	(81)
十四、霍英东如何发迹·····	(84)
十五、“天之骄子”李嘉诚如何发迹 ·····	(85)
第四章 交际场竞争 ·····	(91)
一、如何赢得众人之心·····	(91)
二、雄辩有术·····	(95)
三、给人一个强烈印象·····	(100)
四、说服他人的技巧·····	(105)
五、心智的力量·····	(109)
六、正题反做法·····	(111)
七、精诚所至·····	(112)
八、胖人在竞争中的优势·····	(114)
第五章 文场竞争 ·····	(118)
一、从倒数第一到顺数第一	
——文场竞争的精神·····	(118)
二、科学领域的竞争与合作·····	(120)
三、舍弃的竞争·····	(123)
四、“望子成龙”的竞争 ·····	(125)
五、求职竞争的技巧·····	(127)
第六章 情场竞争 ·····	(130)
一、爱·竞争·不公平·····	(133)
二、不要使爱的情感成负担	
——情感竞争注意事项·····	(136)
三、出于内心	
——情感竞争的基础·····	(138)
四、“正衬”	
——求爱竞争的策略·····	(140)

五、嫉妒杀人·····	(142)
六、女人眼中的男子汉·····	(145)
七、夫妻“战争”的规则·····	(148)
八、送你一副“降温剂”·····	(150)
九、“丑”如何变“美”·····	(154)
十、自信	
——情场竞争的随身武器·····	(155)
十一、抢·吸引到打动心灵	
——谈爱情竞争的演变·····	(159)
十二、婚外恋·····	(163)
十三、请把眼睛睁大	
——如何预测婚姻的前景·····	(167)
十四、婆媳亲 全家和·····	(173)
第七章 失败的竞争·····	(177)
一、什么是失败·····	(177)
二、失败的途径·····	(179)
三、失败的前兆·····	(180)
四、好战必亡·····	(182)
五、出头的椽子·····	(183)
六、弄险易败·····	(188)
七、小环节 大问题·····	(190)
八、捣鬼与竞争·····	(193)
九、弱者易败·····	(199)
十、竞争中的观念更新·····	(203)
十一、观念与现实·····	(207)
十二、成败之间话“小道”·····	(210)
第八章 如何在竞争中取胜·····	(214)

一、“自信”入门	(214)
二、坚定自信心的行动方式	(215)
三、你认为行你就行	(217)
四、自信测试	(218)
五、不作心理奴隶 (一)	(220)
六、不作心理奴隶 (二)	(224)
七、面向强者	(227)
八、专心致志	(228)
九、赢得声誉	(231)
十、乐观	(232)
十一、适可而止	(235)
十二、对待批评的高姿态	(236)
十三、避免与人结怨	(240)
十四、表现出你的精明强干	(242)
十五、易胜的风格	(245)
十六、竞争成功的规律	(248)
附录 立志修身格言	(251)

第一章 竞争与不公平

一、竞争是什么

生存里有竞争。政治上、经济上、军事上有竞争。文化界、体育界有竞争。官场、情场、银坛有竞争。生活里到处充满了竞争。

那么，竞争到底是什么？让我们翻开字典：“竞争”就是“互相争胜”。

其含意可分解为三层：一是有两个或两个以上的竞争主体；二是为了胜而争；三是一种比较强烈的行动。

这是一种广义的竞争，任何一种相互争胜的行动，都有竞争的成分，包括自然界，人类社会中的一切矛盾和斗争。

这是一个过于庞大的计划！于是，我们还是选择研究日常生活中所言的竞争——狭义竞争。

这种竞争有以下四个特点：

1. 不是因为矛盾双方相互冲突引起的相争，竞争者双方没有内在的矛盾。如：考试、体育比赛，竞争者之间可能是很友好的。

2. 有一定的规则所限。如：体育比赛有赛场规则，评聘职称竞争中有评定标准，在爱情的竞争中还有道德准则，在各种各样的生活竞争中有法律限制。

3. 在某一领域相互争胜。在明确的范围内相互争胜，才

可能称为“竞争”，“竞争”的胜负才有标准。

4. 主张以自己的进步把对方“比”下去，不主张破坏他人的优势，阻止他人优势的发展，如果是以“压低他人”来取胜，则不是竞争，而是“残酷的斗争”。

简而言之，生活中的竞争是一种比赛。只是有的比赛于人于己于社会都有益，有的比赛于人无益，于社会无益，或者在比赛之中有的人遵守文明的规则，有的人不遵守文明的规则。

二、人生处处有竞争

让我们来看看生活，看看竞争如何在有人群的地方开始出现。

举一个极普通的、人人见过的例子。在火车硬座车厢里，每张座椅可以坐2人或3人。当乘客较少，一个人可以占据一张座椅的时候，竞争是不会发生的。这个人可以用很随便的姿势坐着，可以把腿放在座位上，甚至可以躺下睡觉。

这时候，只要有另一个人走过来分享这张座位，竞争就开始了。

在这种情况下，十之八九的人会产生一种失去自由的感觉，用略带不快的态度对待后来者，要么用“这里有人”的假话把人支走，要么以各种程度的不情愿态度让他坐下，自己仍占据座位的一大半。

抢占座位和想独占座位的竞争只是火车上竞争的一种形式。当所有的座位都坐满人以后，新的竞争又开始了。为喝到一杯开水而竞争，为买一盒饭竞争，早晨为用洗脸池竞争，为登记一个卧铺竞争，甚至几个人混熟了开始交谈也还为表现自己的口才、地位、知识而开始竞争，其结果往往是，一

群人当中，有那么一两位终于取胜，他们成了大家谈话的核心人物，成为受人钦佩的健谈者或博学者。

其实，火车上的竞争只是人际竞争的一个缩影。在当今，类似的竞争在一切公共场所和人群中发生着，街道上，各种车辆为抢行而竞争；商店里，顾客们为购买紧俏商品而竞争；动物园里，人们为一睹动物的风姿而竞争；天真的孩子们为挤进一家好幼儿园而竞争；莘莘学子们为考上一所好学校而竞争；走出学校为谋职业而竞争；有了职业又要加入无尽的提职提级竞争……

除非你离开人群，独自生活在深山老林才可能减少这些竞争！

我们不妨再从个人角度来观察，一定会发现——人生处处有竞争乃是现实。只要你：

1. 有所忧。怕碌碌无为一世、怕亲朋好友的歧视、怕失去已有的财富、名誉、地位……竞争产生。

2. 有所求。为了金钱、为了权力、为了地位、为了理想、为了爱情、为了表现自我、为了……于是竞争产生。

3. 有体验胜利的需要。竞争有时不仅仅是因为担忧和有所求，比如：一个赌徒可能赢钱，于是便有人想象他为了赢钱才赌博，实际上并非如此。赌徒之所以下注，是为了享受等候冒险结果的那种期待所包含的兴奋。赢钱反倒多少有点无关紧要——这时，没有钱的输赢反倒令赌徒感到索然无味。

说到这里，我们可以总结一下，欲避免竞争，只有清心、寡欲、无为。

但多数人都做不到也不愿做到这一点。所以，生活之中，免不了竞争。

三、竞争是不公平的

人生处处有竞争。如果我们深入观察就会发现，各种竞争都是不公平的。

就拿被称为最公平的体育竞争来说，人们通常认为它是最明显的竞争，同时它又促进人们的团结合作；它有无情的胜负，提倡个人英雄主义和进攻精神，却又用规则把无情的争斗放在道德允许的范围内。因此，在赛场上一切偏见、歧视、贫富差异、等级门第都统统失效，只有速度、力量和智慧、技巧的法则在起作用，因而它是竞争的典范、是公平的竞争。其实公平的竞争是不公平的，比如比赛场所、赛场气候、赛场气氛、裁判执法都很难说是公平的，这就给竞争造成巨大的影响，产生体育运动中的不公。在1988年汉城奥运会期间，奥委会和主办国为了让美国的电视观众在他国黄金时间看到他们爱看的田径比赛，把比赛时时间定在多数运动员不适应的时候，影响了大多数运动员的成绩。再比如，运动员用的比赛器械，由于各国科技水平不同，性能各不相同，这也影响了运动员水平的发挥，这就不是速度、力量的竞争，而是各国科技水平的竞争；各国经济发展不同，运动员的训练、经费、条件也各不相同，造成了运动员成绩的不同，这样的竞争也不再是体育竞争，而是在运动员身上投资的竞争。

再比如升学考试的竞争，它本是按分数录取选拔人才的，按理说考取的机会是均等的。但它也在多方面存在着不公平。以高考来说，由于各中学师资水平、管理水平不同，学生的家庭条件不同，各地区文化发展也不同，有些偏远山区交通不便，招生消息不灵通，甚至连高等学校哪些专业招生、招生人数都不清楚，但全国考试的题目却一样，这样的竞争怎

能公平呢？

美国人常以总统选举公平、公正自诩，但其实也不公平，且不说各候选人在资金、声望、权势上不平等，就是每个候选人的模样不同也会造成他们竞争的不公平。美国人不喜欢秃顶的人，认为这样的人形象差，不足以代表美国形象，因此他们从来不投秃顶候选人的票，使许多有才华的“秃头明星”对总统竞选望而却步。这可以说是非常不公平的，因为选总统并不是选美，而主要看他组织和管理能力，但美国选民并不理这套，它完全扎根于人们的心理并不能用经济和法律手段解决，这样的不公平也许还要在很长时期内存在。

不仅体育比赛、考试、选举，所有的竞争都是不公平的，只是在一定的时间、地点、条件下，如比赛的几十分钟、几分钟、甚至几秒钟内才有较多的公平，而其他情况下没有多少公平的竞争可言。所谓“公平竞争”其实就是不公平的竞争。

四、不公平种种

1. 赛场上，竞争双方本来势均力敌，不分上下，可裁判有意偏袒一方使比赛出现“一边倒”的局面，于是观众席上嘘声四起、大骂裁判不公……

法庭上，法官执法不公，甚至包庇坏人，公然践踏法律的公正，使好人蒙冤、坏人……

这些出于私利人为造成的不公，必然引起人们的反感和愤怒，最终也会消除。

2. 妻子抱怨丈夫冷落自己，不像恋爱时那样对自己体贴入微，关怀倍至，对家务不闻不问，甚至说三道四。而丈夫则抱怨妻子不理解自己，不像恋爱时通情达理……

双方都认为付出了全部的爱，而得到的回报却很少，因此都认为自已受了不公平对待。这种不公平大概很难站在一个公正的立场上划清。妻子总希望丈夫对自己温柔体贴，丈夫希望妻子通情达理，理解自己的事业。如果站在妻子的立场上，就会觉得妻子受到了不公平的待遇；如果站在丈夫的立场，就觉得丈夫受到了不公平。这就是“公说公有理，婆说婆有理”，“公道不会道，只有天知道”。如果你非要刨根问底，其实妻子只不过抱怨一下，她暗示丈夫能在语言和行动中多表示一下对自己的关注，因此这类不公平的抱怨其实并不涉及公平与不公平的问题，而只是夫妻双方、家庭成员表示某种情况和情感的方式，这类“不公平”我们将在其他章节专门论述。

3. 有的知识分子看到，个体商贩转眼间就可以赚大钱，而自己辛辛苦苦却挣钱不多，于是发出“拿手术刀的不如拿剃头刀的，卖茶鸡蛋的不如搞原子弹的”的感叹；有的个体户看知识分子拿工资又不出汗，自己出力出汗挣钱不很多也感到不公平。

双方都觉得不公平，不妨让双方调换一下位置，知识分子怕很难答应，个体户呢？恐怕也不愿意。

这其实是双方感觉公平的标准不同造成的。1965年，美国亚当斯曾提出“公平标准方程式”，研究感觉公平的标准。方程左边是一个人对自己所得奖酬的感觉和自己所投入的感觉的比值，方程右边是同一个人对作为比较对象的人的同样两个因素的比值。如果方程两边相等或相差不大，那就应该感到公平或基本公平，如果方程的两边相差较大或特别悬殊，那他就感觉不公平或太不公正了！

个体户没有把知识分子在求学中、研究中的投入计算进

去，而知识分子也没有把个体户风里来雨里去的辛苦，甚至冒着破产风险的投入计算进去，这样双方难免都会产生不公平之感。

4. 大企业资金雄厚、设备先进，国家实行优惠政策，因此大企业很容易在采矿、机械制造等行业取胜。但大有大的难处——人数众多、机构庞杂、人浮于事的现象严重，在竞争性强、需求变化快、市场变化大的行业，如商业、服务业竞争中缺乏竞争力。而中、小企业资金少，设备落后，在采矿、机器制造业的竞争中就很难打败大企业，但在商业、服务业中却能发挥效率高、船小好掉头的优势，打败效率低、经营方式单一的大企业。因此，大企业往往在占着资金雄厚的优势羡慕小企业效率高、经营多样的优势，觉得市场竞争对自己不公平，而中小企业却抱怨自己的资金少，设备落后，市场竞争对自己不公平。

这样的不公平，实际上产生于双方都以自己的劣势衡量对方的优势，即以己之短量彼之长，而双方又都不愿意说出自己的长处。

这是双方在知己知彼条件下以短量长，这种条件下双方竞争各有长短，公平不公平就很难说清了。而如果双方知道自己的短处却偏要以己之短击彼之长，那么不公平就出现了。

5. 今年5月，美国职业篮球队来中国进行友谊比赛，实则是为了适应国际比赛规则以备战奥运会。我们知道，美国的职业篮球比赛与国际篮球比赛规则有很大不同，美国篮球运动在本国独特的规则下形成了个人技术好、体力充沛、配合默契、战术多变的特点，战胜中国队根本不成问题。但在和中国队比赛中，他们由于对国际规则不熟悉，屡次犯规被罚球失分很多，而且有些技术战术在国际规则中根本不能使

用，因此以很大比分败在中国队手下。这就给人以不公正的感觉，因为美国队员的水平的确比中国队员水平高，他们不是因为技术而是因为规则败给了中国队。

在这种规则下，造成了竞争一方优势难以发挥甚至转化劣势，以己之短击彼之长产生不公。这就是另一种形式的不公平。

以上是几种竞争中常见的不公平，对于第一类不公平，我们要为失败者鸣不平，采取措施改变这种不公平。而夫妻间的不公平并非真的不公平，而是双方感情不能沟通的“抗议”，必要时应用一定的技巧才能使双方的感情得以沟通。至于第四、第五种的不公平则属缺乏正确的公平观产生的，只能通过建立符合现代社会的竞争观才能消除。第五种不公平是最常见的、客观的不公平，它根本无法消除，人们只能在这种不公平中顽强奋斗，尽力消除由这类不公平竞争产生的不公平结果的差距。

五、为什么要研究不公平

在围棋比赛中有一个规定：执黑的一方要在比赛结束时减去 $1\frac{3}{4}$ 目；在举重、拳击比赛中，按体重分级比赛；在正式的对抗赛中，除了混合赛以外，男女都要分开比赛；在足球、篮球赛中，对抗双方要在上下半场交换场地……

如此这些细则数不胜数，其目的就是为了更公平。这种寻求更公平的方法是通过修改和制定新规则来实现的，但是，这只能减少不公平的成分，不能把所有的不公平消除。有人曾说“法律不是万能的”，我们不禁感叹：规则不是万能的！

比如，在罗马世界杯足球赛以后，许多球队抱怨以罚点

球定胜负不公平，也有大量球迷认为这种方式使许多强队过早遭淘汰，使以后的比赛不够精彩。于是世界足联考虑废除互罚点球定胜负的规则，以保持比赛更公平。但是，在考虑改而未改之时，人们会问：新规则是否就公平了？修改规则的每一个环节是否都公平？世界足联修改规则的成员是否都公平无私地对待此一问题？

这是在体育界，人们无法用制定规则解决所有不公平。

在教育界也是如此。针对考试中的不公平，我国教委采取城市、农村两套课本，两种考试题，扩大农村地区招生名额，降低农村地区分数线的办法解决城乡考试不公平的问题。但这样一来就减少了城市招生的人数，增加城市考生的压力，又使城市学生觉得不公平。那么是否再定一个规则，取消考试制度呢？此问题还在争论研究之中。

我们认为，用取消竞争的办法取消不公平将得不偿失。目前，我们只能承认竞争中的不公平是不可能彻底取消的！

不公平现象永远都存在，难道我们就束手无策了吗？不是的！因为不公平是可以改变的。

我们所说的不公平是不可能彻底取消，指的是竞争中不公平现象不能消灭，并不是说某一个具体的不公平，不可能通过人为的手段来减少和消除，而是说，我们可以用各种方法消除不公平，但随着旧不公平的消除，新规则的产生，新的不公平还会产生！

这毕竟是一种进步！

就像封建制度和奴隶制度，其本质上都是剥削制度，人与人的关系都是不平等的，但是封建制代替奴隶制，人与人的关系中不公平的成分有很大的减少，相比之下，封建制要更先进，而同样是剥削制度的资本主义制度代替封建制，又