

人的一生其实是在打一副牌，这副牌有54张，握在每个人的手里。  
没有人能把这54张牌都打成赢牌，或都打成输牌，如果你会打，赢牌就多，否则，输牌就多，重要的是你的牌技。

钱诗金 编著

成功人生54张赢牌密码

打好你的

牌

54  
张密码  
赢牌

 金城出版社  
GOLD WALL PRESS

# 打好你的牌

成功人生 54 张赢牌密码

钱诗金 编著

金城出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

打好你的牌：成功人生 54 张赢牌密码 / 钱诗金编著. 北京：  
金城出版社，2005.5

ISBN 7-80084-704-7

I.打… II.钱… 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(2005)第 038156 号

### 金城出版社出版发行

(北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 100013)

电话：(发行部)8425 4364 (总编室)6422 8516

北京金瀑印刷有限责任公司印刷

880×1230 毫米 1/32 11.125 印张 160 千字

2005 年 5 月第 1 版 2005 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 7-80084-704-7/B·118

定价：22.00 元

# 前 言

人的一生其实是在打一副牌，这副牌有 54 张，握在每个人的手里。

没有人能把这 54 张牌都打成赢牌，或都打成输牌，如果你会打，赢牌就多，否则，输牌就多，重要的是看你的牌技。

当然，每个人在出生的时候不可能站在同一个起跑线上。很少很少的人天生就得到一副好牌：不同一般的家庭背景，超常的智力，充沛的精力，以及偶然的幸运。

而多数人却不是这样！

当我们出生在一个普通人家，容貌平平，记忆不佳，缺乏眼界和财力，甚至还有更糟的时候，比如父母离婚了，童年的阴郁，伤残的器官，面对这一切，我们无法不去怀疑自己成功的可能性。

但请记住：

一、如果你打出的是一场不算太差的牌局，你一定要争取去赢。

二、如果你不幸摊上了一场不能再糟的牌局，你也要尽最大努力挽救或走出这种局面，使结局变得相对好些。

三、记住两个实例：荷马是个瞎子，海伦·凯勒聋哑瞎三位一体，他们遇到的牌局比谁的都糟，但他们没有输，而是在自己人生路上，打出了一张张令人称赞的赢牌。

事实上，每个人手中的牌，有现成的条件可以利用；有即时的需抓紧把握；有表面上不是赢牌甚至是坏牌可变坏为好打成赢牌。总之，赢牌得靠自己去打，而不要疑虑牌本身，牌的本身对谁都是一样的。

你的牌赢的越多，你的成功就越多；你的财富也就越多。

要想取得你的成功，获得你的财富，你就打好你的人生这副牌。

作者

2005年3月于北京

## 赢牌法则

1. 首先要爱牌（“爱” Love，打牌计分“零”的意思），一切从爱开始。
2. 不管你多棒，一定有人比你更棒，因此，别骄傲。
3. 不管你多差，一定有人比你更差，因此，别泄气。
4. 别相信任何说他打牌的目的不是想赢的人。
5. 早打牌者早开局。
6. 会用力气没有会控制重要，但面对不能控制的牌局，要处之泰然。
7. 风吹翻你的牌，也吹翻对手的牌，别找借口。
8. 抱怨、发火、不能改变既有的事实和输赢。
9. 别失信，要靠得住，热心点。输牌后不管你感觉多窝囊，都别忘了对自己微笑一下。
10. 别气馁，打好下一局牌。
11. 运气当然重要，但运气只能帮你赢一局，不能赢所有局。
12. 要赢牌，你就得多找对手来打，要知道，一个人不好玩。
13. 有时尽了最大的努力还是不够。

♣  
♣  
♥  
♦  
♣  
♣  
♥  
♦  
♣  
♣  
♥  
♦  
♣  
♣  
♥  
♦  
♣  
♣  
♥  
♦  
♣  
♣  
♥  
♦

14. 善用心思比看起来漂亮重要。

15. 要么赢，要么输，没有平手这一说。

16. 紧要关头，先吸口气，慢下来，再决定下一张牌怎么打。

17. 多集中注意力，少开口，牌会打得比较好。

18. 准备动作很重要。

19. 攻击是最好的防守。洞察先机比全凭反应要好。

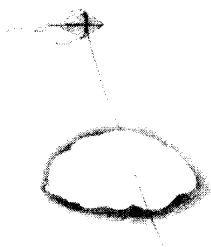
20. 在赢的时候别改变打法。

21. 在落后的时候要有耐性、别犯没必要的错误。

22. 不可能每张牌都能被你打成赢牌，也不可能每张牌都打成输牌。

23. 今天赢的牌是今天的，今天输的牌也只是今天的，不管怎样，明天太阳照样从东方升起来。

24. 一个人不能玩，为了赢牌而失掉朋友很不值得。



# 目 录

## CONTENT

前 言	1
赢牌法则	3
牌 1：活 着 / 1	
牌 2：梦 想 / 11	
牌 3：目 标 / 13	
牌 4：信 念 / 19	
牌 5：观 念 / 28	
牌 6：自 立 / 32	
牌 7：健 康 / 36	
牌 8：本 领 / 42	
牌 9：勇 气 / 49	
牌 10：奋 斗 / 55	
牌 11：思 考 / 63	
牌 12：眼 光 / 72	
牌 13：心 态 / 77	
牌 14：素 质 / 85	
牌 15：自 尊 / 89	
牌 16：挫 折 / 93	
牌 17：细 节 / 102	
牌 18：少 欲 / 109	
牌 19：毅 力 / 116	
牌 20：认 真 / 122	
牌 21：做 到 / 128	
牌 22：智 慧 / 134	
牌 23：优 势 / 139	
牌 24：敬 业 / 144	
牌 25：冒 险 / 147	
牌 26：服 输 / 151	





- 牌 27: 诚 信 / 159
- 牌 28: 机 会 / 165
- 牌 29: 对 手 / 175
- 牌 30: 人 缘 / 184
- 牌 31: 精 明 / 192
- 牌 32: 宽 容 / 198
- 牌 33: 协 作 / 206
- 牌 34: 品 格 / 210
- 牌 35: 创 新 / 218
- 牌 36: 好 习 惯 / 225
- 牌 37: 学 习 / 233
- 牌 38: 爱 心 / 240
- 牌 39: 快 乐 / 250
- 牌 40: 爱 情 / 256

- 牌 41: 家 庭 / 262
- 牌 42: 朋 友 / 269
- 牌 43: 从 简 / 273
- 牌 44: 俭 朴 / 278
- 牌 45: 年 轻 / 282
- 牌 46: 时 间 / 290
- 牌 47: 财 富 / 299
- 牌 48: 享 受 / 306
- 牌 49: 孝 敬 / 310
- 牌 50: 守 法 / 315
- 牌 51: 成 功 / 320
- 牌 52: 经 验 / 329
- 牌 53: 名 字 / 335
- 牌 54: 形 象 / 342

牌 1:

# 活 着

重要指数：★★★★★

赢牌能力：自测

有一只受伤的鸟落到地上 (A. 心疼地把小鸟带回家养伤, 伤愈后又放飞了小鸟; B. 把受伤的小鸟提起来玩; C. 看了一眼受伤的小鸟走开了。)

评 定：如果你回答 A 你最能打赢此牌。

赢牌玩法：

活着就是赢牌，因为只有活着，一切才能谈起，人生才有一切。

## 1. 活着的理由有一万零一条

活着的理由也许只有一条，也许有一万条，这要看每个



人对活着的理解程度。

这是一个感人至深的故事。有一个小孙子常常听到他的外祖母说：“活着的理由有一万零一条。”他的外祖母因病一直住在医院。当这个稚嫩的小孩子每每追问究竟那一万零一条理由是什么时，外祖母总是笑而不答，并让他自个去寻找答案。他果真准备了个本子，到处找人攀谈，请大家说出活着的理由。很快，那些理由铺天盖地而来：有个常来送信的邮差说，他活着是为亲人，他爱他们，要与他们厮守，共度一生；邻居有个大学生，他说活着是为了荣誉和生命的尊严；小孙子还问过一位陌生的过路人，他说为了不白白来人世一趟，他要到处走走看看跋山涉水，去领略生命中许多潜藏的景观，这就是他活着的理由。

最难忘的是一个身患绝症的少女，她起初并不知晓自己的病情，后来有人说话不慎露出了口风，少女却没有为此哭泣，而是更长久地坐在树下，抱住她爱的树。很久很久以后，人们才发现她在树干上刻下3个字：我要活。

断断续续好几年，这个小孙子都认真地搜集着一条条“理由”，终于有一天，他不再热衷于这方面的抄录，而且，他估计，也许那儿的理由已达到了一万条。

就在这时，他的外祖母病危，他赶到医院去看她。当时，外祖母慢慢地睁着眼，侧着耳朵，专注而又陶醉地聆听着什么，他悄声问她在听什么美妙的声音。

外祖母轻轻地说：“我在听心跳的声音。”外祖母的这一举动，忽然使他明白了外祖母说的“活着的理由有一万零

一条”这句话的真谛。

这何尝不是世上最动听的声音呢？生命多么辉煌灿烂，多么值得去珍惜。

小孙子流着泪，庄重地将这第一万零一条活着的理由镌刻在心中。

## 2. 为自己的理想而生活

大多数人从生到老，多在活给别人看的圈子里——

有一个晚期癌症患者，拒绝治疗的念头刚一生出，就被家人苦苦哀求：为了我们，你也要活下去。

此人在最后的岁月里饱受3次手术痛苦。出生不由己，善终也同样。

有一女孩硕士毕业考取博士，同时又被一家公司录用。其姐苦口婆心劝告，一定要继续读博。原因仅仅在于她本人年轻时没有机会升学。

女孩只好硬着头皮读着一个自己不喜欢的专业。她以此回报姐姐曾作出的牺牲。

还有一姑娘婚礼前突然发现男友品行不端，她告诉母亲不想结婚。母亲软语相逼：证明都开了，可不敢让人看笑话……

姑娘婚后一个月怀孕，两个月闹离婚，半年后走出围城，10个月后成为单身母亲。人们宁愿接受一个悲剧合情合理地发生，却不能明智地选择不让它发生。



是的，所有这一切，源于我们的身不由己，源于我们在人生舞台上的多重角色，源于我们很少琢磨过“活给谁看”。

人群中有很少一些智者，当他们发现做不到“活给自己看”时，他们尊贵地选择了“不活”，比如海明威，比如川端康成，比如三毛。

人群中更多的是庸庸碌碌，但也活得殷实。

父母姐妹，至爱亲朋，左邻右舍，因为瞧着我们活的“看客”众多，我们需要活得殷实，我们殷切地活在了大家的期望和认同里。

反过来，我们的“活”因为有了“看客”而变得殷实。

没有观众喝彩的戏，即便再好，也不会有上演的必要。同理，一味讨好观众的戏，捧场再多，也会有谢幕后的冷落。

天下很少有人能真正活出自己。皇帝老子也有不称心的时候。

人生会有许多责任，生活会有尽不完的义务。而要提醒您的是，生命真的太短暂，生活可以变简单。在所有的责任和义务里，在生命拥挤的时空中，不要忘了给自己一点权利，更别忘了给自己一点闲暇：如果有件事情让您受困，做出抉择前，一定先想想，我更愿意活给谁看？

### 3. 活着就是赢者

在亚特兰大奥运会上，男子马拉松竞赛中跑最后一名的



是来自阿富汗的高中生，他明显不是那些同场竞技者的对手，远远地落下了一大截，可他还是一步一步地跟上，成了赛场上受人关注的人物，引起了大家的兴趣，他对大家递过来的话筒说：“我的目的不是在于拿第一或第二，而只是为了能在亚特兰大参赛。我在途中从没想过放弃，我只是想让世人知道，即使在阿富汗，我们也在努力地活着！”

谁都知道，在阿富汗，极度的贫穷与无休止的战乱折磨着人们，以至让外人怀疑他们生活下去还有什么奔头？可就在这样的环境里，这个中学生在富得流油的美国亚特兰大，向所有人宣布：“我们也在努力活着”！虽说他无缘登上冠军的宝座，但他却把自己所能拥有的那份生活演绎到了极致，赢得人们的敬意。

#### 4. 让自己活得精彩

查尔斯·加菲德是美国的一位举重运动员，同时，他对心理学研究也颇有造诣。在一次医学会议上，他得到了一份资料，资料上载有如何从心理上激发运动员提高运动水准的办法，于是，他决定试验这种办法的可靠性。

他仍是按照以前的方法进行举重，但是，在举重之前，他按照资料上的办法进行了先期的想像，设想自己能举起135公斤的重物，这是自己历年最好的成绩。

他让自己完全进入一种成功的状态中，结果他十分轻松地把135公斤的重物举起来了。



这让他大吃一惊，因为，按照惯例，这样的重量，必须是在精神状态最好的情况下才能完成。研究出这项成果的教授告诉他，如果他按照这套办法训练，还可以举更大的重量。

第二天，加菲德再一次对这种方法进行试验。在教授的指导下，他再次进行假想，设想自己已经在奥运会上得到了金牌，体育场内欢声雷动，他完全进入了一种极其兴奋的状态……这一次，他举起了165公斤的重量，已经超出了他的历史最高记录。

这套办法后来被称为“心中造像锻炼法”，广泛应用于体育运动训练中。

加菲德因为首先试验了这种办法，并取得了显著的效果，曾被许多运动协会聘为心理学教练，培养了许多优秀运动员。

这就是心境的魔力，一个人拥有什么样的心境，是十分重要的。在人生旅途中，失败多于成功，苦恼多于快乐，我们总会在困难、挫折面前精神倦怠，为达到目标艰苦奋斗。那么，何不换一种思维，设想自己已经成功，然后以成功者的心态面对眼前的工作和困难，那不是就会有另外一番天地了？

在二战期间，有位名叫维克多·弗兰克的德国精神病博士曾经成功地利用这样的思维，保全了自己。他被关押在纳粹集中营中，这里充满了屠杀和血腥。纳粹分子已经完全丧失了人性，他们可以不眨眼地屠杀一位母亲、儿童或者老





人。集中营里每天都有人因为对死亡的恐怖而发疯。

弗兰克也时刻生活在巨大的恐惧中，他感到一种排山倒海般的精神压力。弗兰克知道如果自己不控制好自己的精神，他也难以逃脱精神失常的厄运。有一次，弗兰克随着长长的队伍到集中营的工地上去劳动。一路上，他产生了一种幻觉，晚上能不能活着回来？是否能吃上晚餐？他的鞋带断了，能不能找到一根新的？这些幻觉让他感到厌倦和不安。于是，他强迫自己不再想那些倒霉的事，而是刻意幻想自己已经自由了，走出纳粹集中营，现在是在去一个地方参加演讲的路上，然后是在去一间宽敞明亮的教室，他精神饱满地站在台上，下面是脸色和善而亲切的人们……

多年后，弗兰克没有在集中营中死去。当他从集中营中释放出来时，显得精神很好。他的朋友不相信，一个人竟然可以在魔窟保持年轻。

人生究竟是为了什么要活下去？是的，当然是要活下去的。但要活下去并不只是消磨时间。我们到底是会变成一个随波逐流的人，还是一个掌舵人，这全看我们如何生活，目标如何，信心如何，宗旨如何，勇气如何。

一个动物只需要食物、饮料和一个蔽身的住所，就可以活下去。人固然需要这些，可是人更重要的是要有生活的目的，那是比肉体生存更伟大的目标。

人不是活在物质里，而是活在自己的精神里。因为对于人的生命而言，要存活，只要一箪食，一钵水足矣。但要活得精彩，就需要有宽广的心胸，百折不挠的意志和化解痛苦







的智慧。如果精神垮了，没有人救得了你，更无法奢谈什么成功了。

### 5. 只要活着，命运就掌握在自己手中

人如果有命运的话，其实命运是由自己安排的。

鲍尔士是 19 世纪俄国最著名的探险家，1893 年在斯堪的纳维亚半岛探险旅游时，与瑞典探险家欧文·姆斯相遇。由于两人都对极地风光具有浓厚的兴趣，于是决定沿北极圈做一次考察和探险。

1895 年春，他们从瑞典北部城市约克莫克出发，只带着狗、雪橇和一张古地图，一路向东，1.5 万多公里的路程，本来在冬季到来之前就能走完，可他们却走了 1 年零 3 个月，原因是在翻越楚可奇山脉时，欧文·姆斯摔断了腿。

欧文·姆斯认为，能完成这次旅行，没有鲍尔士的帮助简直不可想像。在约克莫克分手时，他把一块怀表送给鲍尔士作纪念，并再三感激他的关怀。

鲍尔士是位大旅行家，整整比欧文·姆斯年长 20 岁。他回答说，是你用一条腿走过最薄的冰，是你用一条腿翻过最狭窄的山道，总之，绝境中真正帮助你的是你自己，我没给你提供过一次真正意义上的支持，谈何感激呢？后来，在致欧文·姆斯的一封信中，他又说，记住，在探险的道路上，你就是你自己的神，你就是你自己的命运，没有人能对你具有最终的支配权。