



每一次竞争都是一场战斗，强大的心态是取胜的关键！

竞争如此激烈 心态就是不钱

龙盛泽 编著

不拼爹，不拼钱，要拼就拼心态；

不争名，不赢利，要赢就赢自己！

竞争有多激烈，我们就要有多勇敢！

要想不死于一事无成，不拼命怎么能行！





每一次竞争都是一场战斗，强大的心态是取胜的关键！

竞争如此激烈 心态就是不钱

龙盛泽 编著

不拼爹，不拼钱，要拼就拼心态；

不争名，不赢利，要赢就赢自己！

竞争有多激烈，我们就要有多勇敢！

要想不死于一事无成，不拼命怎么能行！





竞争如此激烈 心态就是本钱

竞争是残酷的,如果你不想被淘汰,
就必须拼尽全力;

竞争是公平的,在看似不公平的起点
面前,所有人都面对着不可知的终点;

竞争是值得的,当你披荆斩棘,战胜
了所有的对手,那么在前方等待你的,只
会是成功和更加强大的自己。

我们无法延长生命的长度,但可以扩
展它的宽度;我们不能改变天气,但可以
左右自己的心情;我们无法改变世界,却
可以选择改变自己的心态。

上架建议:畅销书/励志

ISBN 978-7-5146-0549-5



9 787514 605495 >

定价: 29.80元



竞争如此激烈 心态就是本钱

每一次竞争都是一场战斗，强大的心态是取胜的关键！

龙盛泽 编著



图书在版编目 (CIP) 数据

竞争如此激烈 心态就是本钱 / 龙盛泽编著. — 北京 : 中国画报出版社, 2012.8

ISBN 978-7-5146-0549-5

I. ①竞… II. ①龙… 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 (2012) 第189537号

竞争如此激烈 心态就是本钱

出 版 人: 田 辉

编 著 者: 龙盛泽

责任编辑: 卓 娜

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路33号, 邮编: 100048)

电 话: 010-88417359 (总编室兼传真) 010-88417409 (版权部)
010-68469781 (发行部) 010-88417417 (发行部传真)

网 址: <http://www.zghbcbs.com>

电子信箱: cpbh1985@126.com

经 销: 新华书店

海外总代理: 中国国际图书贸易集团有限公司

印 刷: 北京中印联印务有限公司

监 印: 傅崇桂

开 本: 16开 (710mm × 1000mm)

印 张: 17

版 次: 2012年10月北京第1版 2012年10月北京第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5146-0549-5

定 价: 29.80元

前 言

今日社会，仍旧是物竞天择，适者生存。这意味着我们不得不与他人拼命竞争方可生存。考试要竞争，万人争过独木桥的情景仍在年年上演；就业要竞争，为了自己喜欢的工作，通常都要跟几十人竞争一个岗位；生活也要竞争，物价飞涨，医疗昂贵，房价更是居高不下，即便已经一再降低对生活的要求，也仍旧难以活得轻松。

面临如此空前繁华也空前艰难的社会，曾经简单的梦想也早在冷冰冰的现实之墙上撞得粉碎。生活中，我们不得不遵循各种不由自主的安排，越来越多的渴望变成失望，曾经无比坚持的无畏一次次被无奈取代，横亘在你我面前的，唯有那条千古不变的定律——“优胜劣汰”，如同我们无法改变这个世界一样，我们也不得不臣服于这条冰冷而坚硬的现实之墙。

当社会日益复杂化，竞争日益残酷化，生活这个大游戏已经从 EASY 模式调整为 HARD 模式，这都迫切地需要我们以更为强大的心态来面对这个世界。

首先要明白，什么是竞争？竞争是一场关乎生存的战斗，是为了自己的未来和幸福不得不为之拼命的战斗。战斗无疑是残酷的，过程必定是艰难的，而赢得这场战斗的关键，就是要拥有一颗足够强大的心，心态，便是你在这场战斗中最大的本钱。

好的心态犹如一块魔法石，它能帮你度过重重围困的坎坷机关，也能为你打开未来的每一扇机遇之门，强大的心态是一切成功的开始。那么，什么样的心态才算足够强大？

首先要有自强之心，懂得自强，你才能在残酷的竞争中站稳脚跟，学会自强，你才能在万千竞争者中脱颖而出；要有坚韧之心，认准一个目标，就不能轻易放弃，即便撞破南墙也要有不达目的誓不罢休的坚持；要有行



动之心，不要一再为自己的拖延症找任何借口，别再为懒惰找任何理由，想要在竞争中生存，就必须用行动说话；还要有自省之心，许多时候再大的困难，再强的对手，也都只是浮云，你需要战胜的唯有自身，时刻自省，让头脑时刻保持清醒，能够战胜自己，你也必将能赢得每一场竞争。

竞争是残酷的，如果你不想被淘汰，就不能什么都不做，随波逐流；竞争是公平的，在看似不公平的起点面前，所有人面前却都铺陈着一段足以改变命运的赛道；竞争是充满希望的，当你被逼着拼尽全力，被逼着无所畏惧，被逼着战胜一个又一个强大的对手，那么在前方等待着你的，只会是成功和更加强大的自己。

生而为人，我们都无法延长生命的长度，但我们可以扩展它的宽度；我们都不能改变天气，但我们可以左右自己的心情；我们无法控制瞬息万变的环境，但幸运的是，我们可以选择改变自己的心态。

“达则兼济天下，穷则独善其身”的时代已经一去不复返了，只要你身处社会之中，竞争就将如影相随，既然如此，不如就让竞争来得更猛烈些吧，毕竟人活一世，不拼命怎么行！

——要么你去驾驭生命，要么就是生命来驾驭你。让你的心态，来决定谁是坐骑，谁是骑师！

目 录

第一章 靠自强以立本

在竞争中生存，自强不息是唯一的出路

自强是做人的一种品质。在人的一生当中，可以没有金钱，也可以没有荣誉，但绝不能没有自强不息的勇气。懂得自强，你才能在残酷的竞争中站稳脚跟；学会自强，你才能在万千竞争者中脱颖而出；自强不息，是你实现自己价值和人生理想的必经之路。

自强不息就是对自己永不满足 // 14

停止做白日梦！梦想不劳而获只会让你颗粒无收 // 17

竞争有多激烈，你就要有多勇敢 // 19

顺境使人沉沦，逆境催人奋进 // 22

有正气，无所畏 // 25

毅力就是比自强再多一份坚持 // 29

锲而不舍，迎难而上 // 31

控制好自己，才能不失控 // 33

意志是我们战胜苦难的有力武器 // 36

今日的苦是为了明日的甜 // 40

生命是孤独的，我们必须独立而坚强地活下去 // 46

第二章 靠坚韧以守恒

认准一个目标，不管遇见什么也决不放弃

在追求成功的道路上，一个人的目标越具体，他离成功就越近，哪怕是每天进步一点点，也会逐步到达成功的彼岸。相反，如果一个人没



有奋斗的目标，不知道自己要做什么，能做什么。那么，他不管做什么都是盲目的，也难以矢志不渝地坚持。最终，可能一事无成。

没有目标，再努力也只会迷失 // 50

时刻保持敏感，把危机当做契机 // 53

把一件事坚持下来就会很了不起 // 56

制定小目标，目光也要放长远 // 58

从经历的挫折中吸取教训 // 60

你永远比你想象得更优秀 // 63

让梦想照进现实 // 66

不要在名利中迷失了自己 // 69

目标再远大，也要从脚下开始 // 73

不要盲目地自信，而要清醒地自知 // 75

梦想是自己的事，与他人无关 // 77

第三章 为机遇作好准备

把握时机，方能一击即中

生活在现实中的人，没有谁不渴望成功。但很多人付出得不少，而得到的回报却不多，原因何在？主要就是不善于谋事，不懂得做事的方法，没有准确把握做事的时机。因为，做事要讲究谋略，也就是说要能分清轻重缓急，既要有长远打算，也要有近期目标。否则你今天做的事就会成为明天的累赘。

机不可失，时不再来 // 82

机会只留给有心之人 // 85

寻求帮助也是一种能力 // 88

灵活为人，弹性处世 // 92

巧干省力又有效，蛮干费劲不讨好 // 94

不但会借力，还要会“借脑” // 97

遭遇强敌，就要出奇制胜 // 100

善于借势者，更容易成事 // 103

能站上巨人的肩膀也不易 // 106

迷茫之时，不妨耐心等待 // 109

第四章 拿行动来证明

面对竞争，立足当下，用行动来说话

行动是一个人走向成功的阶梯，所有的成功都来自行动，只有行动才能改变自己。一个人光有远大的理想是不行的，还要付诸行动，否则理想就是空想。因为，命运常常是奇特的，好的机会往往稍纵即逝，犹如昙花一现。如果当时不善加利用，错过之后就后悔莫及。决断好了的事情拖延着不去做，往往还会对我们的品格产生不良影响。

再小的机遇也不要轻易放弃 // 116

关键时刻绝不能掉链子 // 119

抛开纠结，果断处世 // 122

善于发现，慧眼识“钱途” // 125

竞争兵贵神速，主动才能占领先机 // 128

战胜你的“拖延症” // 131

挥霍今天，明天就也将葬送 // 134

成功就是从不放弃任何一次机会 // 137

梦想再远，也要马上行动 // 139

第五章 靠创新以突围

思想有多远，你就能走多远

无论干什么事情，你如果首先在心底里认为这是不可能的事情，那么，你肯定就会失去追求或改变的勇气。久而久之，你便会因永远也达



不到目标而感到烦恼。其实，事情的发展虽不会像你想象得那么好，也不会像你想象得那么糟。只有冲出“自我设限”的藩篱，才能获得全新的自我。

别让老经验束缚了我们的新思想 // 144

一条路走不通就换一条走 // 147

假如你的思维欺骗了你 // 150

想常人之不敢想，才能成常人之不能成 // 152

学习他人不是拾人牙慧 // 155

想要赢，就要敢于打破常规 // 157

绕道而行也是一种变通的智慧 // 159

直线思考很容易碰钉子 // 161

欲速则不达，放长线才能钓大鱼 // 164

跟随时机作出改变 // 168

曲线行动更易拿下目标 // 172

会让自己也吓一跳的逆向思维 // 175

第六章 以合作来竞争

谁说竞争一定要你死我活，双赢多赢才是新王道

在人生的旅途中，没有谁不渴盼成功，也没有谁不希望出类拔萃。可成功不是说来就来，想要就能要到的。它不仅仅需要个人的努力奋斗，更需要他人的帮助与扶持。从古到今，没有哪一个人，也没有谁能仅依靠一己之力获得事业的成功。

求合作，主动伸手有何妨 // 180

在团队面前，一切困难都渺小了很多 // 182

个人的不足，合作可以弥补 // 184

性格互补，合作更加天衣无缝 // 187

谁都有不足，不用吹毛求疵 // 190
各取所长，团队合力将不可限量 // 194
精诚团结，金石为开 // 197
有了凝聚力才更有竞争力 // 201
成功离不开他人的鼓励和支持 // 203
团队精神是每一个成员的心灵支柱 // 206

第七章 靠交际以借势

让宿敌变身你的盟友，擅长交际让你的人生更好走

俗话说：多个朋友多条路，多个冤家多堵墙。世上有很多路，但朋友之路是万万不可断绝的。因为，人是感情动物，需进行感情上的交流，以获得帮助和友谊。在迈向成功的道路上，要想坚持到底，仅仅依靠信念的支持是不够的，还必须有友谊的滋润。良好的人际关系会使你获得一种强大的力量和热情，在成功的道路上得到分享，在挫折的时候得到倾诉和鼓励，这不但有助于心理的平衡，还有助于鼓足勇气迈向新的旅途。

诚恳之人才会得到别人的真心 // 210
不要错过了你命中的“贵人” // 213
先去帮助别人，别人才会帮助你 // 216
善待他人，不计回报 // 219
你怎样对别人，别人也会怎样对你 // 222
对帮助你的人心存感恩 // 225
放下身段，别人才愿意靠近你 // 227
人脉将大大提升你的竞争力 // 231
谁都喜欢通情达理之人 // 233
多个朋友多条路 // 235



第八章 凭口才以近人

会说话让你在竞争中脱颖而出

说话是一门艺术，也是一种技巧。人人都会说话，但不见得人人都能说好，所谓“良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒”。生活中，有许多人在说话的时候，其立足点和出发点本来是不错的，但由于不注意说话的艺术，往往导致无谓的误解和争端，甚至影响团结，这就是因为不懂得说话大有学问的缘故。

把好话说得更好听 // 242

多表扬别人，自己也会加分 // 244

婉言拒绝是一门艺术 // 246

用“花言巧语”来说服对方 // 249

到什么山头唱什么歌 // 254

说错话不要紧，要懂得及时补救 // 257

如何提建议更容易让人接受 // 260

旁敲侧击，巧表心意 // 263

有时候太过直率也不是好事 // 267

第一章 靠自强以立本

在竞争中生存，自强不息是唯一的出路

自强是做人的一种品质。在人的一生当中，可以没有金钱，也可以没有荣誉，但绝不能没有自强不息的勇气。懂得自强，你才能在残酷的竞争中站稳脚跟；学会自强，你才能在万千竞争者中脱颖而出；自强不息，是你实现自己价值和人生理想的必经之路。



自强不息就是对自己永不满足

人生就像一条河，时而平缓，时而湍急，时而有漩涡。每一个漩涡都是一次挑战，每一次挑战都能增加你的自信，每一次挑战都离奔向理想的彼岸又靠近了一步。

对于每一个不甘心平庸生活的人而言，在安逸与冒险之间，你应该选择后者。如果你有足够的勇气，就勇敢地投入到人生的激流中去，积极把握自己的人生。在河流当中，你可以选择较安全的方式，沿着岸边慢慢移动；也可以停止不动，或者在漩涡中不停打转。如果你有足够的勇气，还可以接受挑战，用挑战来检测你的自信心。

摩洛·路易士是个善于挑战自我的人。他的非凡成就来自两次成功的拼搏，一次在 20 岁，另一次在 32 岁。

摩洛在 9 岁时随家人一起搬到纽约。在此之前，他的生活已是多姿多彩，比一般人丰富许多。由于家人皆爱好音乐、喜剧，所以在这种环境的熏陶之下，几乎所有的乐器摩洛都能演奏。他是一般人眼里的天才儿童——不到 10 岁，他便指挥过交响乐团；12 岁时，他从事鸡蛋专卖，做得有声有色，雇了 16 名少年为他工作；到了 14 岁，他独立组织了一个舞蹈团；高中毕业之后，他又投身新闻界担任一名采访记者，与许多新闻界的老前辈如班·希特、查尔斯、马卡沙等人一起工作；19 岁时，他曾获音乐奖学金，但由于举家搬迁，所以只好放弃此次进修的机会。

在纽约，摩洛在一家广告公司找到一份每周 14 美元的差事。对当时的情景，摩洛是这样回忆的：“那时候我经常跑外勤，工作非常忙碌，成天像发疯似的，时间也过得特别快。六点下班以后，我还到哥伦比亚大学上夜校部，主修广告。有时候，由于工作尚未做完，所以下课后，我还会从学

校赶回办公室继续工作，常常是从夜里十一点一直工作到第二天凌晨两点。”摩洛哥非常喜欢充满创意的设计工作，而他确实做得有声有色。

20岁时，摩洛哥放弃在广告公司内很有发展的工作与旁人梦寐以求的职位，决心自己创业。这便是他人生中的第一次拼搏。他放弃收入稳定、前途似锦的工作，完全投身于未知的世界，从事创意开发行业。结果，成绩令人满意。

摩洛哥的创意主要是说服各大百货公司，通过 CBS 电视公司成为纽约交响乐节目的共同赞助人。摩洛哥本人认为此法十分可行：一方面，当时的百货公司业绩都不好，都希望能借助广告媒体提高形象与销售成绩；另一方面，在纽约，交响乐节目的听众多达 100 万人，十分值得投资。于是，摩洛哥便立于其间帮两边牵线。

在当时，这种性质的工作对人们来说相当陌生，所以做起来困难重重。而且，要同时说服许多家独立的百货公司，在之后要分别采纳各公司的意见加以整合，这种事过去从未有人完成过，更别说要他们拿出几百万美元的经费来。所以，一般人预测他不可能成功。

尽管如此，摩洛哥仍然十分卖力地在各地进行说服工作。结果相当成功。一方面，因他的创意大受欢迎，与许多家百货公司签成了合约。另外，他向 CBS 电台提出的策划方案也顺利被接受。此后的十个星期，他干劲十足地与电视台经理一同展开一连串的一系列广告活动。值得一提的是，这期间他没有任何收入。

计划眼看着就要步入最后的成功阶段，然而没有料到的事发生了，由于合约内某些细节执行不利而终告流产，他的梦想也随之破灭。但“塞翁失马，焉知非福”。此事结束之后，CBS 公司马上来挖角，聘请他为纽约办事处新设的销售业务部门负责人，并支付高出以往三倍的薪水给他。摩洛哥重又活跃在销售界，他的潜力得以继续发挥。

在 CBS 服务几年之后，摩洛哥再度回到广告业界工作，但这次不是从基层做起，而是直跃龙门——他担任了承包华纳影片公司业务的汤普生智囊公司的副总经理。



那个时代，电视尚未普及，与今日相比，仍处于摇篮期。但摩洛非常看好它的远景，认为电视必将快速发展、大有可为，便专心致力于这种传播媒体的推广。由公司所提供的多样化综艺节目，为 CBS 公司带来空前的成功。

这便是摩洛人生中的第二次拼搏。为了它，他再次放弃原来可以平步青云的机会，走入另一个未知的世界。但这次冒险并不完全是孤注一掷，他是看准后才推上自己的“赌注”。最初两年，他仅是纯义务性地在“街上干杯”的节目中帮忙，没想到竟使该节目大受欢迎，以后连续多年被评为美国最受欢迎的综艺节目之一。从 1948 年开始到 1988 年，整整 40 余年的时间，它的播映从未间断，这是在竞争激烈的美国电视界内非常难能可贵的现象。除了节目成功之外，他被 CBS 公司任命为所有喜剧、戏剧、综艺节目的制作主任。

就这样，摩洛的两次冒险，两次游向激流中央，最后都获得了成功。有志之士应该以他为榜样，勇敢地接受人生中的每一次挑战，积极把握自己的人生。

心态炼金术

人生要学会有效地面对挑战，才能捷足先登，到达成功的彼岸。只有懂得如何挑战人生的人，才是最有自信心与实力的人。挑战人生的时候，你会有许多峰回路转的机会，你会有许多绝境逢生的喜悦，你还会有累累的硕果。因此，挑战人生，是你别无选择拼搏的唯一方式，唯有这种方式才是你走出自我、走向康庄大道的有力武器。