

男人 对自己狠一点 离成功近一点

狠是一种品格，一种力量，一种激励。
对自己狠一点，
是男人追求成功的不二法门。

卫强 编著
男人终身
受益篇



中國華僑出版社

男人 对自己狠一点 离成功近一点

卫强◎编著



中國華僑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

男人对自己狠一点，离成功近一点 / 卫强编著. —北京：
中国华侨出版社，2014. 10
ISBN 978-7-5113-4945-3

I. ①男… II. ①卫… III. ①男性—成功心理—通俗读物
IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 232282 号

男人对自己狠一点，离成功近一点

编 著 / 卫 强

策 划 / 周耿茜

责任编辑 / 严晓慧

责任校对 / 王京燕

装帧设计 / 顽瞳书衣

经 销 / 新华书店

开 本 / 710 毫米 × 1000 毫米 1 / 16 印张 / 16 字数 / 180 千字

印 刷 / 北京中印联印务有限公司

版 次 / 2014 年 11 月第 1 版 2014 年 11 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-4945-3

定 价 / 30.00 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成大厦 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：(010) 64439708

网 址：www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

前 言

男人都会渴望成功。什么样的男人才会成功？对此，仁者见仁，智者见智。有人认为，成功的人应该胸怀大志、意志坚定、勤奋努力……

狠，很多时候是个贬义词，如狠毒、凶狠。但是，它也指能控制感情、下定决心，如狠劲、狠着心。

男人对自己狠一点，指的是男人对自己严格一点，要求更高一点。男人对自己狠一点，树立目标大一点，这样才能激励斗志；男人对自己狠一点，吃苦多一点，这样才能磨砺内心；男人对自己狠一点，业务更精一点，这样才能敬业爱岗；男人对自己狠一点，克服那些弱点，这样才能步步向前；男人对自己狠一点，欲望更少一点，这样才能无欲则刚。其实，这里的“狠”和“很”相似，指的是很高、很远、很大；这里的“狠”也和“恨”相似，恨铁不成钢，恨自己不努力。狠，是修炼，是克制，是磨

炼。狠，是不服输的一种力量，是不甘心的一股劲头，是命运遭受考验时的不屈不挠，是生活顺风顺水时的忧患意识。

那么，为了成功，我们应当怎样去面对困难与挫折，才不致迷失方向？

男人们，对自己狠一点，才能像大海一样勇于搏击，像苍鹰一样逆风展翅。

男人们，对自己狠一点，在满面皱纹时内心依然保持葱茏的生机，在生活温饱后依然张开翅膀奋起高飞。

反言之，如果不狠，人生寒冷；如果不狠，地位不稳。男人如果对自己松一点，要求低一点，那么离成功就会远一点。只知道嬉笑玩耍，或是胸无大志，或是好逸恶劳，或是知难而退，或是欲望太多，这样的人是不会成功的。

梦想成功的男人们，如果你不能改变容颜，就露出笑颜；如果你不能改变天气，就改变心情；如果你不能改变世界，就改变自己。狠不是一句口号，而是一门艺术，需要把握好分寸和掌握好方法。

第 1 章 对自己狠一点，目标大一点 / 001

苏轼曾说：“吾观古今之史，古之成大事者，非惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”何塞·黎萨尔亦说道：“如果不献身给一个伟大的理想，生命就是毫无意义的。”古今中外，许多优秀的男儿，正是因为找到了奋斗的目标和梦想，他们的人生才呈现出另一种成功的姿态，并且最终取得了胜利。

只有树立了远大的理想，我们才具有前进的动力和源泉。只要我们不懈追求，只要我们坚定信念，只要我们勇于探索，只要我们敢于行动，我们的理想就一定能够实现。

渴望成功的男人，早日树立远大的梦想吧，因为梦想是人生的翅膀，能帮你飞向成功的彼岸。

树立“狠”目标，方为好男儿 / 002

有抱负才有前途 / 006

梦想是一颗种子，总会长成参天大树 / 012

义无反顾，不再回头 / 017

锁定目标，锲而不舍 / 024

有了狠劲，还要等待：梦想，有时转个弯才来 / 029

生命的意义，就是不断追梦 / 034

第2章 对自己狠一点，吃苦多一点 / 039

在这个世界上，男人们之所以被称为“顶梁柱”，最重要的是因为男人向来都是承担着最重负担的那类人，而作为一个男人，最重要的一种品质，就是“能吃苦，肯奋斗”。要知道，在这个残酷的社会上，一个男人想要成就一番事业，是不可能一帆风顺的，他要时刻准备经受打击，时刻准备迎接挑战，只有这样才能磨炼出过人的才智和能力。

百炼成钢，千砺为材。对于想要成功的男人来说，苦难是警醒和一针强心剂，是智慧的源泉，是思考和坚定。“艰难困苦，玉汝于成”。砥砺自己，坚定信念，相信成功，便会抵达。

吃得苦中苦，方为好男儿！

嚼得菜根，百事可成 / 040

钢铁意志，锤炼而来 / 045

用勇气来修炼自己 / 048

挫折助人进步，困境让人成长：屡败屡战，爱拼才会赢 / 052

求人不如求己：学会拒绝帮助 / 056

野蛮体魄，文明精神 / 062

第3章 对自己狠一点，克服那些弱点 / 067

有人说，人心里有一黑一白两只天鹅。黑天鹅善于利用人性的弱点，诱导我们自私、堕落。而白天鹅则提醒我们，需要积极、向上。每个人都有弱点，每个人心中都有一只黑天鹅。好男人不会掩饰自我的缺点，他们会克制自己，一一改正自己的缺点。

古往今来，多少英雄豪杰，并不是倒在敌人的脚下，而是输在了自己的手里。所以，人生最大的敌人，并不是艰难险阻，也不是挫折威胁，甚至不是恨不得置你于死地的敌人，而是你自己。

男人，应该对自己狠一点，克服懦弱、多疑、自卑、拖延等弱点，不让心中的黑天鹅冒头！

战胜自我，克服恐惧症 / 068

不做自卑的男人 / 074

克服多疑性格 / 082

克服拖延症 / 089

克制自己的不良情绪 / 093

培养阳刚之气，甩掉“娘娘腔” / 098

第4章 对自己狠一点，对别人松一点 / 105

教育家黄炎培先生曾说过四句话：“和若春风，肃若秋霜；取象于钱，外圆内方。”这里的“圆”，是指“圆融、圆通”，说的是要对别人宽容；“方”的意思是方正、规矩，指的是做人要有原则性。换言之，对待别人要宽容，对待自己要严格。

一个渴望成功的男人，在为人处世上，要如同铜钱一样，外圆内方，对自己狠一点，对别人松一点。只有苛刻地对待自己，才能磨炼自己的意志。只有宽容地对待他人，才能获得他人的支持和帮助。

严于律己：对自己更苛刻一点 / 106

诚字当先：不自欺，不欺人 / 111

该出手时就出手 / 121

独狼之舞：具有独立思考精神，做独一无二的自己 / 130

对自己狠一点，原则性更强一点 / 137

不迷失自我，不做随波逐流的浮萍 / 143

不是宰相，肚里也能撑船 / 147

第5章 对自己狠一点，对业务精一点 / 153

事业是男人的第一张名片。男人在事业上要对自己狠一点，然而做到这点却并不容易。俗话说：“只说不练假把式。”业务的熟练是事业成功的基础。而成功的男人，应该对自己狠一点，对业务精一点。因此，除了要有精益求精的精神，还要博采广纳。为了让自己满意，同时也让别人满意，男人在专业上要精通一点，在角色上要全面一点，在细节上要完美一点。概言之，能做到100分，就不考99分。

精益求精：对专业更精通一点 / 154

艺多不压身：尝试多种角色，做个全能选手 / 158

细节决定成败 / 163

心态狠一点，不让平庸麻木你的斗志 / 170

追求完美：能做一百分，不考九十九 / 175

第6章 对自己狠一点，欲望少一点 / 181

我们之所以被欲望左右，源于人体固有的惰性与自私。如果无法正确管理、控制自己的言行，欲望便会利用惰性与自私侵占我们的头脑，使大脑中毒。每个人都与欲望打过拉锯战，其中的艰苦、辛酸不言自明，而只要学会了如何自控，培养自己的自制力，便能战胜自己的惰性，从而拥有坚固的堡垒来拒绝各种诱惑。对立志在事业上有所成就的男人而言，必须学会控制自己的欲望，只要将欲望装进笼子，始终坚持自己的初衷，那么离成功也就不远了。

把欲望关进笼子里 / 182

不做金钱的奴隶 / 187

克制“名声”与“荣誉”的欲望 / 193

远离诱惑，不染恶习 / 197

舍得才能赢得 / 201

第7章 狠心告别，狠心拒绝，才能拥抱成功 / 207

人有悲欢离合，月有阴晴圆缺。分别之苦，如鱼饮水，旁人难以揣度，唯有自己知其冷暖。有时候，为了告别，我们不得不跟自己的内心鏖战。告别过去，才能收获明日的快乐与微笑；告别过去，才会拥有明天的成熟与稳重。

行走于世间，放弃或执着，接纳与拒绝，这些都是避免不了的。每个人都应有接纳与宽容之心，但也要学会拒绝。

如果你想要有一个新的开始，不妨先学会告别和拒绝吧。当你真

正懂得告别，懂得拒绝，那么新的机会才能来临。

告别，才有新的开始 / 208

做减法，轻装上阵 / 218

说“不”是门学问 / 223

近贤者，远损友 / 228

拒绝无用知识 / 234

第1章

对自己狠一点，目标大一点

苏轼曾说：“吾观古今之史，古之成大事者，非惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”何塞·黎萨尔亦说道：“如果不献身给一个伟大的理想，生命就是毫无意义的。”古今中外，许多优秀的男儿，正是因为找到了奋斗的目标和梦想，他们的人生才呈现出另一种成功的姿态，并且最终取得了胜利。

只有树立了远大的理想，我们才具有前进的动力和源泉。只要我们不懈追求，只要我们坚定信念，只要我们勇于探索，只要我们敢于行动，我们的理想就一定能够实现。

渴望成功的男人，早日树立远大的梦想吧，因为梦想是人生的翅膀，能帮你飞向成功的彼岸。

树立“狠”目标，方为好男儿

从远古时期开始，人类就一直在不停地追逐梦想，正是在这种树立目标、实现理想的过程中，人类才一步步走到今天。在漫长的历史长河中，往往都是那些敢于去拥抱自己理想的人才会取得最后的胜利。君不见，无数的奇男子、伟丈夫，无不是树立了远大的理想，并付出常人难以想象的努力，最后才到达成功的彼岸。换言之，一个男人只有树立了“狠”目标，才有可能成功。

少年时期的周恩来便是这样一个人。一次，班上召开了讨论会，主题是“你为什么要读书？”校长问道：“你们究竟是为了什么而读书呢？”

有人站起来回答道：“为了明理而读书。”

“为了自己的父母、家人而读书。”

“为了能赚大钱而读书。”

“为了能做官而读书。”

校长微笑着听完了大家的发言，又点了周恩来的名字。

周恩来站起身来，大声地说道：“我为中华之崛起而读书！”

在之后的岁月里，周恩来确实如他早年读书所树立的志向那样，将“为中华之崛起”作为他一生的追求。

正是因为树立了远大的目标，在艰苦卓绝的革命岁月中，周

恩来都丝毫没有退却，并实现了当初的理想。

伟大的目标，是引导男人走向成功的灯塔。男人的梦想既可以从小就开始培养，然后一步一步达成所愿，也可以在人生的经历中，根据生存环境的变化而确立将来的发展目标。

秦朝末年，朝廷的苛捐杂税和赋税徭役让老百姓苦不堪言，农民出身的陈胜顺应时势，大声吼道：“王侯将相，宁有种乎？”正是由于树立了鸿鹄之志，陈胜走上了反抗秦朝暴政的道路。这场浩浩荡荡的农民起义运动成功动摇了秦朝的统治根基，为后世千百年来的农民起义树立了光辉的榜样。

有人可能会说，历史上的英雄是时势造成的。和平年代，梦想还有作用吗？其实，在现代社会，更要树立梦想。有梦想才有明天，梦想是成功的开始。一个连梦想都不曾有过的人，眼中所能见到的只会是些蝇头小利，他们看不到明天，也不期待未来。这样的人很难有出头之日。而一个只会做梦的人也是如此。他们虽然仰望着远方，但是脚步停滞，只会躺在原地做自己的春秋大梦，这样的人，他们的梦想就如同天边的地平线，虽然看得到，但是永远到达不了。还有那些有梦想却没有毅力的人，他们虽然也想拥抱成功，但是懒惰最终会把他们拉回平庸。有梦想才有明天，但是这个美好的明天，需要依靠目标的指引才能到达。

目标是人生的翅膀，有了它们，我们才能飞向更好的明天。目标是成功路上的明灯，有了它们的指引，我们才不会迷失方向，最终到达自己的目的地。目标也是我们前行过程中的警钟，在它们的警醒下，我们才可以克服惰性，磨砺意志。

梦想是成功的基础，如果想要成功，那么首先要给自己确立一个梦想。大胆地将心中最想实现的确立为梦想吧，不管它看上去多么荒诞和可笑。只要你深信并且不断努力朝它靠近，那么总有一天，你能够实现那些一度被旁人嘲笑为“痴心妄想”的梦想。在确立梦想时，你唯一需要考虑进去的，便是社会与自然因素，如果你的梦想会触犯社会的禁忌和自然的底线，那么在你实现它的过程极有可能遭到来自社会和自然的严惩。

有了梦想之后，可以以梦想为终点来设置目标。目标就像是成功路上的路标，实现一个，你就离你的梦想更近了一步。那么该怎样设置目标呢？首先要明确的一点是，目标是为实现梦想所服务的，因此在实现目标时，那些会阻挠你成功，与你的梦想相悖的事情不宜设定为目标。其次，在设立目标时，不宜难度过大，或者难度过小。

如果难度过大，那就失去了循序渐进的意义，一口气是吃不成胖子的，实现梦想是一个漫长的过程，往往需要十几年甚至几十年的苦心经营。如果妄想一蹴而就，那么你要做的也许是换一个容易实现的梦想。如果将目标设置得难度过大，比如想减肥的人将目标定为一个星期瘦十斤，那么即便你真的实现了这个目标，你的健康也会受损，这样不利于你去完成之后的目标。

如果目标的难度设置得过低，那么你将没有任何进步，这样不利于个人素质和能力的提升。如果目标设置的过多，那么在完成的时候会变得非常烦琐，用不了多久便会耗尽你的耐心；而目标设置得过少，又会让人在不知不觉中将目标抛到脑后，起不到

激励作用。因此，在设置目标时，一定要注意，既不能过多，也不宜太少，难度适中，不能太难，也不宜太过简单，只有这样，目标才能成为你人生中的翅膀，带你飞到梦想的彼岸。

在人生的旅途中，不可能总是一帆风顺，当我们实现梦想的希望渺茫时，我们应该把眼光放得更加长远，因为时代是会变化的，当梦想受到了重挫时，能够坚持不懈固然好，但也要适时观察当下的情况，自己的梦想是否已经成为不切实际的幻想？梦想应当是现实的阳光，是激励我们前行的加油站。在人生的道路上，有一个正确的梦想，既是我们努力的前提，也是坚持下去的意义。

概言之，好男儿，当有狠目标。当我们不再为衣食发愁时，当我们有一份稳定而清闲的工作时，当我们渐渐忘记了少年时的梦想时，我们要在心里告诉自己：是一直这样毫无风浪地过下去，还是为了达到更远大的目标去拼搏一下？无数成功人士用他们的事例证明，只有不安于现状的男人才是好男人，只有对自己“狠”一些的男人才会是笑到最后的男人。

有抱负才有前途

七堇年曾在《被窝是青春的坟墓》一书中这样说过：“我们要有最朴素的生活，与最遥远的梦想。即使明日天寒地冻，路远马亡。”然而对于多数人来说，他们的青春已经埋葬在了被窝里，而他们的志向和抱负，也已经湮没在了日复一日的日常俗事中。

谁不曾梦想着仗剑走天涯，去探访世界的繁华。谁不曾梦想着站在世界之巅，感受万众瞩目的荣耀。然而，年龄在增大，梦想却在变小。我们曾经有过最远大的抱负，希望自己可以成长成为胸怀四海、兼济天下之人，之后，我们将“远大”抹去，只剩下“志向”，到最后，我们连“志向”也抛弃了，只能两手空空盲目前行。过完今天，不想明天，也不考虑未来，生活终究击垮了我们与生俱来的激情。

不想做将军的士兵不是好士兵，我们都是逃兵。从梦想的战场上四处逃散，曾经的热血，可以为梦想拼搏到底的勇气，一泄到底。我们不愿再提曾经的抱负，我们只是相互安慰着，商量着如何继续苟活下去。梦想能做什么？抱负可以当饭吃吗？醒醒吧，别做那么孩子气的事了，人生在世及时行乐就好。天塌下来自然有高个子顶着，轮不到你我。

我们就这样相互安慰着，达成共识。然而当更加年轻的生命