

早一天开窍，早一天成功！

男人的强大，是历经沧桑后的淡然。
Nanrenmingbai

是踏平坎坷后的坚定！
Yaochenzao

男人明白 要趁早

真的勇者，敢于打破既定规则，直面人生真相！



有些人很努力，但未必能成功，有些人很聪明，但未必能明白

成功无非就是在众人盲目时，早一点明白；在众人观望时，早一点行动；
在众人盲从时，早一点退出。

薛众 / 编著

男人明白 要趁早

薛 众 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

男人明白要趁早 / 薛众编著. -- 北京 : 企业管理出版社, 2014.6
ISBN 978-7-5164-0831-5

I. ①男… II. ①薛… 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103654号

书 名: 男人明白要趁早

作 者: 薛 众

责任编辑: 姜 锋

书 号: ISBN 978-7-5164-0831-5

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路17号 邮编: 100048

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 总编室 68701719 发行部 68467871 编辑部 68701408

电子信箱: 80147@sina.com zbs@emph.cn

印 刷: 北京时捷印刷有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 170 × 240毫米 16开本 15.75印张 205千字

版 次: 2014年6月第1版 2014年6月第1次印刷

定 价: 35.00元

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换

Chapter
1

男人的心态，价值百万

- 002 去除虚荣心，虚荣的男人最浅薄
- 006 克服自卑心，除了你自己没人敢瞧不起你
- 009 抛开恐惧心，男人岂能做懦夫
- 012 莫存猜疑心，猜疑会让你人脉尽失
- 015 遇到问题不要逃避，逃避解决不了任何问题
- 018 戒掉浮躁，浮躁的男人难成大器
- 021 摆脱空虚，每一天都可以更有价值
- 024 日子再难搞，也要自己找点乐子

Chapter
2

不懂为人处世，累到死也不会出头

- 028 你先尊重自己，别人才会尊重你
- 030 外方内圆，做人滴水不漏
- 033 低调做人，等待机会华丽转身
- 036 大丈夫要洒脱，拿得起放得下
- 038 宁得罪君子，也不得罪小人
- 041 千万别让不会拒绝害了你

Chapter
3

不做有勇无谋的莽夫，混社会必须懂点计谋

- 044 知己知彼，摸清底细才能一击即中
- 047 以静制动，没有九分把握绝不冒进
- 050 欲擒故纵，放长线钓大鱼
- 053 瞒天过海，用假象来迷惑对手
- 057 声东击西，让对方防不胜防
- 060 难题当前，敢于打破思维的墙
- 063 丢掉包袱，别让过去拖你的后腿

Chapter
4

世界有多艰险，男人就要有多勇敢

- 068 男人，要对自己狠一点
- 072 极少数人改变世界，大多数人适应世界
- 075 认清自己的位置，清醒之后才能有方向
- 078 竞争激烈，停止奔跑就意味着死亡
- 082 男人要有拒绝平庸的野心
- 086 男人要有舍我其谁的霸气
- 088 心中要有不容动摇的钢铁信念
- 090 保持激情，才能随时全力以赴
- 093 迷惘之时，只需追随自己的心

Chapter
5

男人可以受伤，但绝不能倒下

- 098 是男人就绝不做懦夫
- 101 就算失败无数次，成功一次你就成功
- 103 失败越多次，就会越接近成功
- 106 吃尽人间七苦，方能苦尽甘来
- 108 把输赢看淡一些，你也就赢了

Chapter

6

竞争如此激烈，你要内心强大

- 112 男人要明白，你不进取就等于在后退
- 114 对敌人仁慈，就是对自己残忍
- 117 你越害怕，恐惧就越大
- 120 顽强的男人要在忍耐中等待时机
- 123 拼搏时要血性，关键时要冷静
- 127 男人当立长志，不要常立志
- 130 男人敢冒险，才能收获不凡
- 134 保持达观心态，男人永不言败

Chapter

7

忍耐不是畏缩，而是在沉默中积蓄力量

- 138 深藏不露方能趋利避害
- 141 忍他人之不能忍，成他人之不能成
- 144 吃点小亏又何妨
- 148 “天下第二”也挺好
- 151 “装傻充愣”也是一种城府
- 154 以退为进，后劲儿更足
- 156 人生不如意十之八九，应常想一二

Chapter
8

学会说话，可能是社会上最有用的技能

- 160 男人好口才，就有好未来
- 163 语言往往比能力更为重要
- 165 控制你的愤怒，小心祸从口出
- 168 幽默感会大大提升男人的魅力
- 170 说话也要讲点计谋
- 173 口才可以后天获得，嘴笨也请不要放弃

Chapter
9

当你还在忧虑时，行动派已经把你远远甩在身后

- 178 用行动代替忧虑，男人当做行动派
- 181 每一次机遇都不要轻易放过
- 184 穷人属羊，富人属狼
- 187 决定之前三思，行动之后专注
- 190 当你行动起来，困难往往没有想象中的大
- 192 越简单的行动往往越有效
- 196 像唐僧一样一生只做一件事

Chapter
10

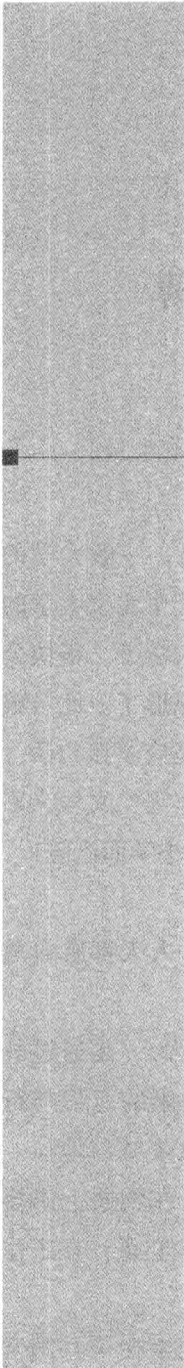
男人绝不抱怨，命运靠自己改变

- 200 真的男人，敢于直面生活中的苦难
- 203 经常抱怨会让你浑身充满负能量
- 206 抱怨生活，不如改变生活
- 209 成大事者从不抱怨

Chapter
11

如何打造硬汉一般的领袖气质

- 214 有威望的男人才能一呼百应
- 217 领袖范儿还要有实力派，让人口服又心服
- 220 你若没有威严，别人都会以为你好欺负
- 223 自己做不到的事，就别去要求别人
- 226 遇见难事自己先去搞定，让下属无话可说
- 229 想做宰相就要有海的气量
- 232 恩威并施，奖罚有道
- 235 知人善任，不会用人就只能自己干到死



Chapter 1

男人的心态，价值百万

男人要趁早明白：好的心态，价值百万，男人想要成功，必须有一颗足够强大的心。心态是做事的态度，是成败的关键。一种好的心态可以让男人百折不挠，绝处逢生；一种不好的心态也足以让男人跌入谷底，一蹶不振。每个人都有双腿，为什么有的人走得远，有的人却总是原地踏步？一切都在于你是否有远行的心态。男人要狠，狠的不是外在，而是要狠下一颗心，一颗坚持自我，不达目的决不罢休的心。

去除虚荣心，虚荣的男人最浅薄

一位职场人士，有一定工作能力，但他虚荣心极强，一般大学的本科学历让他觉得没面子，于是在校园附近花几百块买了个北京大学的假文凭，并凭此混进了一家大公司，还四处吹嘘他是北大学子。很快公司的同学聚会就让该君像白娘子喝了“雄黄酒”一样现原形了。此君狼狈不堪，被迫在大家鄙夷的眼光中离开了公司。看来还是应了那句话：“要想人不知，除非己莫为。”其实一般本科又何必自卑呢？文凭又不等于水平，可能他还不知道，这家大公司的老板仅仅读完小学而已呢！

那么，人为什么会有虚荣心呢？

虚荣心是一种常见的心态，因为虚荣与自尊有关。人人都有自尊心，当自尊心受到损害或威胁时，就可能产生虚荣心。

虚荣心不同于上进心。上进心是一种竞争意识与行为，是通过扎实的工作与劳动取得成绩的心态，是现代社会提倡的健康的意识与行为。而虚荣心则是通过炫耀、显示、卖弄等手段来获取荣誉与地位。虚荣心很强的人往往是华而不实的浮躁之人。这种人在物质上讲排场、搞攀比，在社交上好出风头，在人格上很自负、嫉妒心重，在工作上不踏实。

虚荣就是“打肿脸充胖子”。50多年前，林语堂先生在《吾国吾

民》中写道，统治中国的三女神是“面子、命运和恩典”。“讲面子”是中国社会普遍存在的一种民族心理，面子观念的驱动，反映了中国人尊重与自尊的情感和需要，丢面子就意味着否定自己的才能，这是万万不能接受的，于是有些人为了不丢面子，通过“打肿脸充胖子”的方式来显示自我。

爱虚荣的人具有浓厚、强烈的情感反应，装腔作势，缺乏真实的情感，待人处事突出自我、浮躁不安。虚荣心的背后掩盖着的是自卑与心虚等深层心理缺陷。作为一种补偿，往往竭力追慕浮华以掩饰心理上的缺陷。

荀子说过：“人生而有欲。”因为人是一种生命，生命自然有欲望。有欲无欲是生命与非生命的分界。欲望是生命之所以成为生命的本原。所以说，人的欲望是天生的。但凡是生命，都是一种群体。有群体便有差异与不同，便有攀比和嫉妒的欲望，于是便产生虚荣心了。所以说，虚荣心总是与攀比、嫉妒、追求等相伴而生的。

对虚荣心这种东西，要正确把握、合理引导和适当应用，千万不能任其发展，殃及他人。对于男人来说，更加要让自己的虚荣心适可而止，做到宠辱不惊。

虚荣的人被智者所轻视，愚者所倾服，阿谀者所崇拜，而为自己的虚荣所奴役。

从近处看，虚荣仿佛是一种聪明；从长远看，虚荣实际是一种愚蠢。虚荣者常有小聪明，却缺乏大智慧。虚荣的人不一定少机敏，却一定缺远见。虚荣的女人是金钱的俘虏，虚荣的男人是权力的俘虏。太强的虚荣心，使男人变得虚伪，使女人变得堕落。

古语云：“上士忘名，中士立名，下士窃名。”虚荣，也是一种“窃”。虚荣者，容易轻浮；轻浮者，容易受骗；受骗者，容易受伤；受伤者，容易沉沦。许多沉沦，始于虚荣。虚荣，很像是一个绮丽的梦。当你在梦中的时候，仿佛拥有了许多，当梦醒来的时候，你会发现原来什么也没有。既然如此，与其去拥抱一个空空的梦，还不如去把握

一点实实在在的东西。

虚荣心重的人，所欲求的东西，莫过于名不副实的荣誉，所畏惧的东西，莫过于突如其来的羞辱。

虚荣心最大的后遗症之一是促使一个人失去免于恐惧、免于匮乏的自由；因为害怕羞辱，所以始终活在恐惧中，经常没有安全感，不满足；而虚荣心强的人，与其说是为了脱颖而出，鹤立鸡群，不如说是自以为出类拔萃，所以不惜玩弄欺骗、诡诈的手段，使虚荣心得到最大的满足。问题是——虚荣心是一股强烈的欲望，欲望是不会满足的。

真正的成功，是不会因某些成就而沾沾自喜的。若为所成就的人和事物感到骄傲，也应该是心存感恩、健康的骄傲，而非不当得而得的“虚荣”！虚荣心一旦形成后，它所结合的诸多不良的心态、习惯和行为，会让你只看得到眼前利益，离成功却愈来愈远。

虚荣心，在物质上主要表现为一种攀比行为，其信条是“你有我也有，你没有我也要有”，以求得周围人的赞赏与羡慕；在精神上，主要表现为一种自夸炫耀行为，通过吹牛、掩饰等欺骗手段来过分表现自己。例如有的人吹嘘自己是某要人的亲戚、朋友，有的人将自己的某些短处掩饰起来，偷梁换柱，欺世盗名。这些情况已蔓延到生活的各个方面。总之，在真实面上制造一处眩目的“光环”，使你真假难辨，而虚荣者从中得到极大的心理满足。

虚荣心是一种为了满足自己荣誉、社会地位的欲望，生活中每个人都或多或少的会产生这种欲望。然而，如果你表现出来的虚荣超过了范围，那也许就成为一种不正常的心理状态。有虚荣心的人为了夸大自己的实际能力水平，往往采取夸张、隐匿、欺骗、攀比、嫉妒甚至犯罪等反社会的手段来满足自己的虚荣心，其危害于人于己于社会都很大。

要克服虚荣心，必须要树立正确的荣辱观，即对荣誉、地位、得失、面子要持有一种正确的认识和态度。人生在世要有一定的荣誉与地位，这是心理的需要，每个人都应十分珍惜和爱护自己及他人的荣誉与地位，但是这种追求必须与个人的社会角色及才能一致。面子“不可没

有，也不能强求”，如果“打肿脸充胖子”，过分追求荣誉，显示自己，就会使自己的人格受到歪曲。同时也应正确看待失败与挫折，“失败乃成功之母”，必须从失败中总结经验，从挫折中悟出真谛，才能自信、自爱、自立、自强，从而消除虚荣心。

比较是人们常有的社会心理，但在社会生活中要把握好攀比的尺度、方向、范围与程度。从方向上讲，要多立足于社会价值而不是个人价值的比较，如比一比个人作用与贡献，而不是只看到个人工资收入、待遇的高低。从范围上讲，要立足于健康的而不是病态的比较，如比成绩，比干劲，比投入，而不是贪图虚名，嫉妒他人表现自己。从程度上讲，要从个人的实力上把握好比较的分寸，能力一般的就不要与能力强的相比。

如果你已经出现了自夸、说谎、嫉妒等行为，可以采用心理训练的方法，对不良的虚荣行为进行自我心理纠偏，即当病态行为即将或已出现时，个体给自己施以一定的自我惩罚，以求警示与干预作用。久而久之，虚荣行为就会逐渐消退，但这无疑是需要超人的毅力与坚定的信念的。

克服自卑心，除了你自己没人敢瞧不起你

自卑，就是自己轻视自己，看不起自己。自卑心理严重的人，并不一定就是他本人具有某种缺陷或短处，而是不能相信自己，自惭形秽，常把自己放在一个低人一等的地位，觉得别人看不起自己，进而陷入不可自拔的境地。

自卑的人心情低沉，郁郁寡欢，常因害怕别人瞧不起自己而不愿与别人来往，只想与人疏远，甚至为一点小事就自疚、自责、自罪。他们做事缺乏信心，没有自信，优柔寡断，毫无竞争意识，享受不到成功的喜悦和欢乐，因而经常感到心灰意懒。

审视一下自己，如果你经常出现下面这些想法，那么你就该注意自己，不要被自卑心理悄悄攻陷了：

（1）看待问题很消极，凡事总爱往坏处想

自卑者最难忘怀的便是失望和厄运。他们整天想着消极的事情，经常唉声叹气，对过去的失败总是耿耿于怀。

（2）多疑，总是不肯相信别人，对自己也总是信心不足

自卑者常会把这类的话挂在嘴边：“这件事恐怕我干不了。”“我如果做了这样的选择恐怕还不如现在呢。”

（3）经常没什么事也高兴不起来

如果你对于生活前景的看法是消极的，你就不可能快乐。对于情绪消极的自卑者来说，几乎根本没有过欢笑愉快的经历。他们把现在能享受的欢乐也失去了，因为他们还在回味昨日不愉快的记忆，或沉溺于昨日的痛苦之中。

自卑的人老是想扫兴的事，他们把前途看得一片黯淡，自卑者不管要做什么事情，总是处处碰上他们自己设下的障碍。

那么，究竟怎样才能从自卑的束缚下解脱出来呢？

（1）认清自己的想法

有时候，问题的关键是我们的想法，而不是我们想什么事情。人的自卑心理来源于心理上的一种消极的自我暗示，即“我不行”。正如哲学家斯宾诺莎所说：“由于痛苦而将自己看得太低就是自卑。”这也就是我们平常说的自己看不起自己。悲观者往往会有抑郁的表现，他们的思维方式也是一样的。所以先要改变消极看问题的习惯，这样才能看到事情光明的一面。

（2）放松心情

努力地去放松心情，不要想不愉快的事情。或许你会发现事情真的没有原来想的那么严重。会有一种豁然开朗的感觉。

（3）多笑笑

学会用幽默的眼光看事情，轻松一笑，遇见了不顺心的事就不妨自嘲一下。

（4）与乐观的人交往

与乐观的人交往，他们看问题的角度和方式，会在不知不觉中感染你。

（5）尝试一点改变

先做一点小的尝试。比如换个发型，买件以前不敢尝试的比较时髦的衣服……看着镜子中的自己，你会觉得心情大不一样。

（6）寻求他人的帮助

寻求他人的帮助并不是无能的表现，有时候当局者迷，当我们在悲观的泥潭中拔不出来的时候，可以让别人帮忙分析一下，换一种思考方

式，有时看到的東西就大不一样。

(7) 要增强信心

因为只有自己相信自己，乐观向上，对前途充满信心，并积极进取，才是消除自卑、促进成功的最有效的补偿方法。

(8) 正确认识自己

对过去的成績要作分析。自我评价不宜过高，要认识自己的缺点和弱点。充分认识自己的能力、素质和心理特点，要有实事求是的态度，不夸大自己的缺点，也不抹杀自己的长处，这样才能确立恰当的追求目标。

(9) 积极与人交往

不要总认为别人看不起你而离群索居。你自己瞧得起自己，别人也不会轻易小看你。能不能从良好的人际关系中得到激励，关键还在自己。要有意识地在与周围人的交往中学习别人的长处，发挥自己的优点，多从群体活动中培养自己的能力，这样可预防因孤陋寡闻而产生的畏缩躲闪的自卑感。

(10) 在积极进取中弥补自身的不足

有自卑心理的人大都比较敏感，容易接受外界的消极暗示，从而愈发陷入自卑中不能自拔。而如果能正确对待自身缺点，把压力变动力，奋发向上，就会取得一定的成绩，从而增强自信，摆脱自卑。

当在现实中陷入困境后，不要从一个极端跳到另一个极端。切不可为了面子羞于求教，而要向别人虚心学习。

俗话说“尺有所短，寸有所长”，“金无足赤，人无完人”。每个人都有长处与短处，因此，正确的比较应该全面。既比上，又比下；既比优点，也比缺点。跟下比，看到自身的价值；跟上比，鞭策自己求进步。这样，就会得出“比上不足，比下有余”的结论。世上任何人都逃脱不了这个公式，明白了这一点，心理也就取得了平衡点。其实，最重要的比较，是自己跟自己比。走自己的路，奋发努力，不断进步，放出自己的光和热，这才是光荣的、有意义的人生。