

“ 狠 ” 方 能 带 来 希 望

“ 狠 ” 才 能 赢 得 人 生



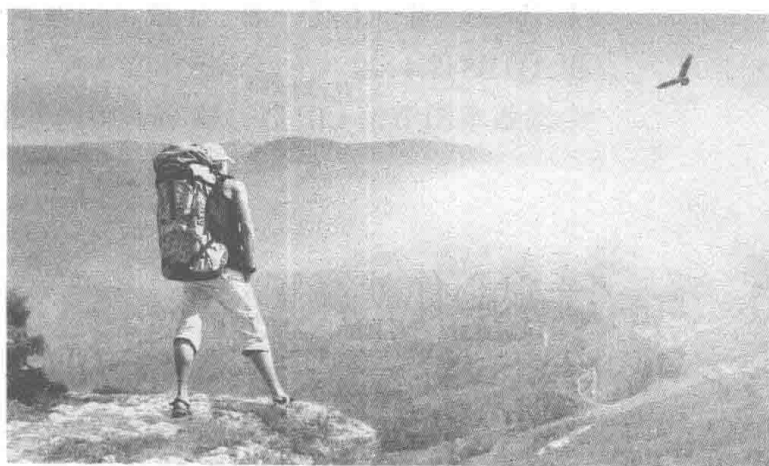
一狠心你就赢了

认准了一个方向，就只管上路，不要犹疑和畏缩

蔡践
编著

“狠”是舍我其谁的
砥砺精神
“狠”是赢得人生的
成功之道

 成都时代出版社
CHENGDU TIMES PRESS



一狠心你就赢了

蔡践
编著



成都时代出版社
CHENGDU TIMES PRESS

图书在版编目 (C I P) 数据

一狠心你就赢了 / 蔡践编著. — 成都: 成都时代出版社, 2016.7

ISBN 978-7-5464-1644-1

I. ①一… II. ①蔡… III. ①成功心理—通俗读物

IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 110068 号

一狠心你就赢了 YIHENXIN NIJIU YINGLE

蔡践 编著

出品人	石碧川
责任编辑	李 佳
责任校对	李卫平
装帧设计	点石坊工作室
责任印制	干燕飞
出版发行	成都时代出版社
电 话	(028) 86621237 (编辑部) (028) 86615250 (发行部)
网 址	www.changdusd.com
印 刷	三河市祥达印刷包装有限公司
规 格	690mm × 980mm 1/16
印 张	15
字 数	210 千字
版 次	2016 年 7 月第 1 版
印 次	2016 年 7 月第 1 次印刷
印 数	1-15000
书 号	ISBN 978-7-5464-1644-1
定 价	29.80 元

著作权所有·违者必究

本书若出现印装质量问题, 请与工厂联系。电话 (0316) 3656589



前言

雄鹰之所以能够傲视苍穹，是因为它有着搏击风雨的狠劲儿；溪流之所以能够奔赴大海，是因为它有着百折不挠的狠劲儿；一个人之所以能够功成名就，是因为他身上有着做事雷霆万钧的狠劲儿。一狠心你就赢了，这里的狠不是冷酷无情，也不是心狠手辣，而是一种非常的手段，一种促使你成为优秀人才、成功人士的人类生存的基本准则。

英国哲学家霍布斯在《利维坦》一书中提出“人对人是狼”的经典论断，在这个弱肉强食的社会大丛林里，一个人如果缺乏狠劲儿就很容易被“狼群”所“吞噬”。残酷的竞争环境下容不得弱者偏居一隅，要想不被“吃掉”就只有一条路可走：让自己变得够狠！

有一则电视广告说：“生活就是一场接一场的战斗，人就要对自己狠一点。”一句简单的广告词，一针见血地道出了做人做事的真理。要想在这个世界上生存下去，就必须时刻做好应对危机的准备，因为在看似波澜不惊的表象下面，是一个接一个的生存挑战。家庭要美满和谐、事业要有所成就、人脉要费心经营，所有的担子都落在了我们的肩膀上，如果没有一股狠劲儿，就很容易被现实的重负压垮。

做人要对自己狠一点，这不是一个哗众取宠的命题，而是在现实生活当中很多人所面临的最真实的挑战。梦想是美丽的，现实却是残酷的，每个人都渴望成功，但成功却总是青睐一小部分人。若问成功者有什么秘诀，那肯定离不开一个“狠”字，有了这股狠劲儿，他们才能从

芸芸众生中脱颖而出，才能在万人抢过独木桥的竞争中独占鳌头。

一狠心你就赢了，只有具备了这股狠劲儿，你才能让自己在逆境中屹立不倒，才能保持百折不挠的韧劲儿，做起事来才能雷厉风行、敢闯敢拼、不怕风险，即使遭遇了失败从不绝望，而是再接再厉，继续奋战，不达目的誓不罢休。有这股狠劲儿的人常常对自己有很高的要求，他们志向远大，有着苦行僧一样的做事习惯，做起事来霸气逼人，信心十足，纵然面对异常强大的对手，他们也能像狼一样隐忍，蓄积力量，等待放手一搏的时刻。

对自己狠一点，这不是一句空洞的口号，而是一种对胜利的宣誓，是所有成功者对人生的反思与领悟。本书围绕一个“狠”字展开，阐述了其内在的实质。书中运用了大量生动的事例，让读者在阅读时丝毫不觉枯燥，其中还不乏精致典雅的名句妙语和思路严谨的论述解析，为读者呈现了一场精彩纷呈的文字盛宴，相信一定可以让读者从中获益良多。

有时候，不逼自己一把，你永远都不知道自己究竟有多优秀。当我们不能改变世界时，就只有改变自己。活着，就应该对自己狠一点，有了这股狠劲儿，我们才能最大限度地激发体内的潜能，克服所有阻碍我们前进的障碍，创造出绚丽多姿的未来！

编者

2016.2.3

目 录

第1章 逆境不算什么： 不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香

经历了破蛹之痛，才能舞动整个天空 / 2

大石拦路，却是强者前进的垫脚石 / 5

面对困难，你的选择是什么 / 7

把挫折的压力变为前进的动力 / 10

不惧命运的考验，接受苦难的洗礼 / 13

第2章 保持十足韧劲： 千磨万击还坚劲，任尔东西南北风

狠下心来，永不放弃 / 18

保持一股韧劲儿，才能攀上巅峰 / 20

在锲而不舍中彰显做事的狠劲儿 / 22

成功的秘诀无非“坚持”二字 / 25

像狼一样紧盯目标，志在必得 / 28

第3章 一迟疑就输了： 莫因徘徊错机遇，该出手时就出手

越是危急时刻，越是要当机立断 / 32



狠下心来，果断出手才能成功 / 34

一旦机会来临，就要猛然出击 / 37

犹豫不决是做事的大忌 / 39

机遇一旦错过，就不再回来 / 42

第4章

拿出你的闯劲： 叱咤风云闯天下，纵横捭阖定乾坤

想知道世界的精彩，只有亲自去走一走 / 46

怀着一腔热血，拼出一个未来 / 48

敢闯敢拼，才能有酣畅的人生 / 50

不甘平庸，就出去闯荡一番 / 53

用闯荡精神敲开成功大门 / 55

第5章

何不冒险一试： 不畏征程多坎坷，绝妙风光险处求

敢于冒险才能摆脱平庸 / 60

谨慎要有个度，富贵在险中求 / 62

与其患得患失，不如孤注一掷 / 65

一旦看准，就大胆行动 / 67

冒险不等于冒进，要保持理性 / 70

第6章

失败了又何妨： 看成败人生豪迈，大不了从头再来

站起来，这是“狠角色”的人生态度 / 74

不要把一时的失败看成是世界末日 / 76

经历了失败的洗礼，才能在烈火中重生 / 79

少了失败的插曲，成功就会暗淡无光 / 81

不经历风吹雨打，又怎能拥抱彩虹 / 83



第7章 保持冲天霸气： 黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还

带着必胜的信念，挖掘自身的潜能 / 88

在真理面前，要有力排众议的魄力 / 91

有强大的气势支撑，就能以弱胜强 / 93

即使厄运缠身，也要漂亮地活下去 / 96

保持从容淡定才是强者风范 / 99

第8章 做事一定要狠： 狮子搏兔用全力，所向披靡狠当先

高标准要求自己，尽力做到最好 / 104

天下事不做则已，做就要尽善尽美 / 107

完美的艺术，由细节来成就 / 110

只有重视小事，才能成就伟业 / 112

有时候，你要对自己狠一点 / 115

第9章 有志者事竟成： 有志始知蓬莱近，无为总觉咫尺远

只有执着的追梦人才能实现梦想 / 120

既然选择了远方，便只顾风雨兼程 / 123

心有多大，你的世界就有多大 / 126

有了志向，还要有切实可行的计划 / 129

只有目标专一，才有可能成功 / 132

第10章 为爆发而隐忍： 韬光养晦忍一时，厚积薄发浪滔天

锋芒毕露不如韬光养晦 / 136

忍一时之气，消无妄之灾 / 139



吃了眼前亏，未必不是好汉 / 142

深藏不露的，都是狠角色 / 144

聪明人不会过早暴露实力 / 147

第 11 章

扬起希望风帆： 莫道浮云能蔽日，严冬过尽绽春蕾

只要希望还在，生命就会愈发美丽 / 152

即使遭逢大难，也可以从头再来 / 155

即使看不到希望，也不要轻易绝望 / 158

只要心存希望，就能创造奇迹 / 160

在追梦的路上，不要轻易说放弃 / 163

第 12 章

拼搏扭转命运： 人生能有几回搏，莫错年华空长叹

努力拼一把，绝不向困难妥协 / 168

三分天注定，七分靠打拼 / 170

放手一搏，挑战自己的极限 / 173

不要给自己的人生留下遗憾 / 176

带着一股狠劲儿，才能一拼到底 / 179

第 13 章

谁能与我争锋： 战胜对手是王道，竞技场上显英豪

只有比对手更快，才能生存下去 / 184

机会总是留给有准备的人 / 187

以其人之道，还治其人之身 / 190

战胜对手要讲究技巧 / 193

不要给竞争对手留下任何机会 / 196

第 14 章 习惯决定未来： 业精于勤荒于嬉，行成于思毁于随

拿出狠劲儿，克服拖延的毛病 / 200

守住心灵的防线，拒绝诱惑的招引 / 203

分秒必争，做一流的时间掌控者 / 205

狠下心来，与懒惰说拜拜 / 208

做自己的主人，养成自律的习惯 / 210

第 15 章 信心决定成败： 建奇功成竹在胸，成大业舍我其谁

想要成功，首先要战胜自己 / 214

记住，你比自己想象的更优秀 / 216

自信是成功的第一秘诀 / 219

摆脱消极的情绪，才能走出困境 / 222

只有相信自己，才能拯救自己 / 224

参考文献 / 227

第 1 章



逆境不算什么： 不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香

经过风雨的树木，才能更显苍翠；摔过跤后再爬起，步伐才更稳健。逆境是我们人生路上的一道不可缺少的风景，弱小的人抱怨逆境，而强大的人却感谢逆境，因为逆境锻炼了他们的意志，激发了他们无所畏惧的狠劲儿。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，古往今来的成功人士，无不是经过逆境洗礼的强者，是逆境成就了他们辉煌的一生。



经历了破蛹之痛，才能舞动整个天空



蝴蝶的成长必须经历一个在蛹中痛苦挣扎的过程，在这个过程中，它体内的血液会不断涌向翅膀，直到翅膀变得足够强壮才能破蛹而出，在空中翩翩起舞。蝴蝶破蛹的过程是痛苦的，但正是这份痛苦成就了它的美丽，让它成为天空中最耀眼的舞者。

苦难如沙，人生如蚌，只有经历了沙的磨炼，蚌才能养育出光芒夺目的珍珠；苦难如火，人生如铁，只有经历过火的淬炼，才能将我们铸成锋利的宝剑。平坦的道路，脚步固然轻巧，但却无法留下前行者的足迹，只有经历了泥泞和崎岖，才能真正领悟成功的真谛。

霍兰德曾说：“在最黑的土地上生长着最娇艳的花朵，那些最伟岸挺拔的树木总是在最陡峭的岩石中扎根，昂首向天。”磨难是人生的一笔重要财富，它能锻炼我们的意志，让我们变得更加强大，就像真正的大鱼都生存于波涛汹涌的江河之中，而平静无波的湖面之下，却只能生长一些小鱼小虾。

在一座山上有两块石头，它们的质地形状本来都差不多，但三年之后，两块石头的处境却发生了截然不同的变化。一块石头已经变成了佛像，受到无数人敬仰和膜拜；另一块石头却铺成了台阶，被无数人踩踏和碾压。

变成台阶的石头心里非常不平衡，它对变成佛像的石头说：“老兄呀，三年前我们曾经是同一座山上的石头，今天却发生了这么大的差



距，这让我心里很难过啊。”

变成佛像的石头回答：“老弟，你还记得吗？三年前我们遇到了一个雕塑家，你因为害怕砍在身上那一刀刀的痛，所以央求他只要把你简单雕刻一下就可以了，所以他把你雕成了台阶。而我却经历了锤子砸、钢锯锯、刻刀刻、砂布磨等无数的磨难，最后才变成了佛像，我经受的痛苦是你的百倍，所以才有了今天的境遇啊！”

何必抱怨命运的不公呢？那些光芒万丈的成功人士，都是经历过无数磨难才苦尽甘来的。年轻如你，与其顾影自怜，怨天尤人，不如狠下心来，好好磨炼自己。要知道，你今天承受的所有痛苦，都会成为未来成功的缘由。

漫漫人生路，难免会遇到很多崎岖坎坷，但只要披荆斩棘地走下去，就一定会“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”，就像风雨过后的天空，总会出现美丽的彩虹一样。

传说，鹰的寿命可达70年，但要活那么长的寿命，它必须突破40岁那个关卡。到了40岁时，鹰的爪子开始老化，无法有效地捕捉猎物；它的喙变得又长又弯，无法顺利地啄食猎物；它的羽毛长得又浓又厚，无法再像从前一样一飞冲天。此时的鹰将面临两种选择：一种是默默等待死神的降临，另一种就是经过一个十分痛苦的蜕变过程后重获新生。如果选择后者，它就必须努力地爬到山顶，在悬崖上筑一个新巢。首先，要用它的喙击打岩石，直到喙完全脱落，然后静静地等待新的喙长出来。接着，鹰会用新长出的喙把爪子上老化的趾甲一根根拔掉，任凭鲜血一滴滴从悬崖上洒落。当新的趾甲长出来后，鹰再用新的趾甲把身上的羽毛一根根拔掉，经历风吹雨打之苦。等新的羽毛长出来后，鹰就完成了蜕变的过程，它就可以再次振翅翱翔，重新迎来30年的光辉岁月。



古往今来，多少仁人志士都是从逆境中涅槃重生从而取得成功的。春秋时期的孔子周游列国宣扬仁政，遭遇了无数冷遇却毫不退缩，晚年削笔而做《春秋》，成为中华第一圣人；战国时的孙臆遭受了刖刑，受尽苦难才得以活命，后来他指挥齐军取得了“桂陵之战”和“马陵之战”的胜利，成为我国历史上首屈一指的军事家；唐代诗人刘禹锡，遭革职贬谪，却不为压力所阻，仍以顽强的精神与政敌相抗争，坚守“二十三年弃置身”的高洁人格，最后终于迎来了仕途上的春天；宋朝词人苏东坡被贬黄州，但他没有自暴自弃，而是成熟于灭寂后的再生，将一腔悲愤化作了文学创作的动力，写出了前后《赤壁赋》那样的伟大作品。对于这些才华横溢的杰出人物来说，没有逆境就没有他们的成功和辉煌。

奥斯特洛夫斯基说过：“人的生命，似洪水奔流，不遇着岛屿和暗礁，难以激起美丽的浪花。”现实中，有人在逆境中跌倒，有人在逆境中成长，这其中的差别就在于你是否拥有那份异于常人的坚毅。身处逆境并不可怕，可怕的是没有挑战逆境的勇气和意志，只要我们坚定信念，拿出一股狠劲儿，就一定能乘风破浪，渡过难关，迈向成功的彼岸。



大石拦路，却是强者前进的垫脚石



有人问鹰：“你为什么到高空去教育你的孩子？”鹰回答说：“如果我贴着地面去教育它们，那等它们长大了，哪有勇气去接近太阳呢？”一个有所作为的人，不会担心把自己置身险境。大石拦路，弱者视为不可逾越的障碍，强者却视为成功路上的垫脚石。

在人的生命中，难免会遇到困难或者是低谷期，这时候如果你的意志力不够坚强，无法拿出愚公移山的那种狠劲儿来，是很容易被困难击倒的。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”只有经得住艰难困苦考验，才能谱写出绚丽的人生篇章。

有位哲人说过：“没有磨难的人生是空白的人生”。的确，没有倒下就没有崛起，没有失败就难言成功，不管你愿不愿意，人生都没有直达目标的坦途，挫折总是像影子一样伴随着你。乌云有时会遮住太阳，但只要你保持奋斗，终有一天会拨云见日。大凡成功的人都是经历了无数挫折，才淬炼出了坚强不屈的意志，从而一步步迈向事业的巅峰。

贝多芬早在27岁时就有听力障碍了，开始是左耳，后来右耳也患疾。随后，他的听力逐步衰退，52岁时已被断定无法从事演奏和指挥的职业，那时他全聋了。

耳聋对这位天才的音乐家是个致命的打击，因此，他曾经产生过自杀的念头。然而，他那钢铁般的意志终于改变了他的人生观，他说：

“我要扼住命运的咽喉，绝不许它毁灭我！”所以，在听力衰退的22年里，他曾使用了各式各样的工具来帮助自己增强听力，包括一些喇叭形的助听器。然而，这类助听器辨别声音的能力并不强，因此，他就自己设计了一个可以固定在头部的喇叭形助听器。有时他还使用一支木质的鼓槌，一端咬在上下牙之间，另一端则附在钢琴上，这样声音的振动可以沿着鼓槌传到牙齿再传经头骨进入耳内。

贝多芬耳聋以后，学习和创作更加勤奋，他对时间更加珍惜。为了让艺术的火花永不熄灭，他每天都要长时间地练习弹琴，弹得多了，手指发热，他就在琴旁的凉水盆里泡一泡接着再弹，水滴在地板上积少成多，最后竟从地板缝漏到了楼下的房间里……

贝多芬懂得勤奋者既要珍视时间，同时也要在事业上舍得花费时间。他对创作的态度非常认真，他的作品都是经过反复思考、不断修改而成的。著名的《莱昂诺拉》序曲，写了不下三四稿；歌剧《费德里奥》第二幕开始的一个引子，竟改写了18次之多。

正是在与命运的顽强搏斗中，贝多芬成功地创作了一曲曲不朽的世界名作。当耳聋逐渐加重时，却正是他重要作品的产生时期：1801年的《月光奏鸣曲》，1804年的《第三（英雄）交响曲》，1806年的《第四交响曲》《热情奏鸣曲》，1808年的《第五（命运）交响曲》《第六（田园）交响曲》。而这些重要的作品，几乎都是完成在他那与世俗噪声隔绝的世界里。

贝多芬留给我们的，不仅是将永远流传下去的不朽乐章，更有那永远鼓舞后来的人们与失败和命运坚持斗争下去的宝贵精神。

拿破仑说过：“最困难的时候，也就是离成功不远的时候。”我们一定要记住，无论在人生中遇到什么困难，都不要惧怕和逃避，须知“困

难像弹簧，你弱它就强”，只要你勇敢地迎上去，与之做“殊死一搏”，就一定可以征服困难，挺过这一关。

无数的事例证明，人一旦拥有那股自强不息的狠劲儿，就可以战胜一切艰难险阻，任何困难和挫折都不能阻止他前进的脚步。忍受压力而不气馁，勇于知难而进，这是一个人立足于世间的基本条件，是打开人生新局面的终极武器。所以我们应记住，面对困难也要勇往直前，这样就能更好地适应社会的发展，从而在充满竞争的社会中立于不败之地。

面对困难，你的选择是什么

鸵鸟遇到危险时，会把头埋入沙子里，以为自己眼睛看不见就是安全，心理学家将这种消极的心态称之为“鸵鸟心态”。其实人也是如此，面对困难，有人选择逃避退缩，有人选择迎难而上，前者意志消沉，萎靡不振；后者却取得了成功，收获了幸福。

传说，鸵鸟被逼得走投无路时会把头埋入沙土中，用这种自欺欺人的方式来逃避困难，这是非常可笑的。事实上鸵鸟的两条腿很长，遇到危险的时候，其奔跑速度足以摆脱敌人的攻击，如果不是把头埋藏在草堆里坐以待毙的话，是足以躲避猛兽攻击的。“鸵鸟心态”是一种逃避现实的心理，是不敢面对问题的懦弱行为。

人之一生，有顺境也有逆境，顺境固然有利于事业的成功，但逆境却能磨砺人的意志，激发人们战胜困难的斗志。俗话说：“吃得苦中苦，方为人上人”，温室里成长的花朵，常常经不起风雨的袭击；而在风浪