



人生物语 图文丛书

让你从挫折中

◆ 王颖 著

RANG NI CONG CUOZHE ZHONG ZHAN QILAI

站起来



人生路上挫折不可避免。
用孩提的眼光看待挫折，跌倒本是寻常事；
用智者的眼光审视挫折，你所能得到的会比失去的更多。

失败乃成功之母，挫折也是一种财富。
和你轻松聊聊，帮你从挫折中站起来。

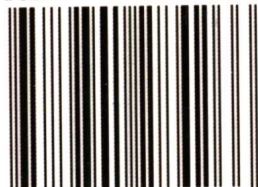
◆ 中国言实出版社



RANG NI CONG CUOZHE ZHONG
ZHAN QILAI

失败乃成功之母
挫折也是一种财富

ISBN 7-80128-426-7



9 787801 284266 >

B848.4-69
69

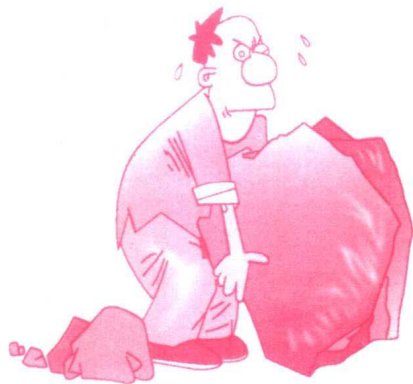


ISBN 7-80128-426-7

B·13 定价: 17

让你从挫折中站起来

王 颖 著



中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

让你从挫折中站起来/王颖著.

- 北京:中国言实出版社,2003.3

ISBN7-80128-426-7

I. 让…

II. 王…

III. 挫折(心理学)-通俗读物

IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 011413 号

中国言实出版社出版发行

(北京市西城区府右街 2 号 邮政编码 100017)

<http://www.zgyscbs.com>

电话:64924716 64924761

新华书店经销

对外经济贸易大学印刷厂印刷

787×1092 毫米 24 开 8.5 印张 150 千字

2003 年 3 月第一版 2003 年 6 月第二次印刷

印数 5001-10000

定价:17.00 元

(如印装质量不合格 请与出版社联系调换)

写在前面

山东诸城市原县园林局局长李常玉,1992年6月18日,因为房屋拆迁,正另盖新屋。他上屋顶的时候,不小心倒栽下来,造成三节颈椎骨粉碎性骨折,致使全身瘫痪。

尽管在继后几年中他慢慢站立了起来,能够拄着拐杖走几步路,但也成了一个残疾人。他的命运从此改变。

如果我们不把这次事故当成“冥冥之中的鬼使神差”,只看做一次偶然,那么,像这种可能碰上又可能碰不上的灾难,是多而又多,防不胜防的。正是这一次灾难,使李常玉从此走上了另一条人生之路。

二战时期的英国首相丘吉尔曾经说过这样一句话:历史是一连串见鬼事件的组合。

这种说法近来被美国的理查德·扎克斯强化了。他认为对历史应当有另类的诠释。他考察到拿破仑兵败滑铁卢,既非前线将士不肯卖命,也非后援部队贻

让你从挫折中 站起来

误了时机，其主因是这位战神正巧痔疮犯了，跨马上前线去指挥战斗时，疼痛难忍，又下了马。

人生和命运，总是经常被微小的因素所扰动，在一次小小的岔岔之后，历史弯弯斜斜走向了另一条岔道。

我国现有六千万残疾人，平均每五个家庭中就有一个家庭有残疾人，这对于中国这个有着十三亿人口的大国看来还不算什么，如果放到世界去看，它就等于英国和法国的人口，可以称得上是一个中等人口的残疾人国家。

这里面，后天残疾的起码占到一半或一半以上，这就是说，起码有三千万以上的人是在一次巨大的挫折(事故)中成了残疾者。而正是有了这一次，他们以后的人生路途中将要受到比正常人多得更多的磨难。

上面的例子，只是工伤事故一个原因，人生的挫折远不止于此。天灾与人祸的降临、考试成绩的不理想、事业的受挫、爱情的失恋、家庭的不幸、疾病的染身和并发症、后遗症的拖累，以及大环境中经济不景气给人带来的下岗、失业、裁员、亏本、倒闭，等等，等等，似乎有很多原因令我们不可避免地要遭到挫折和失败。

几乎可以这样说，我们生活在地球上的每一个人，每一个人的一辈子，没有谁没有经历过挫折与失败。

科学家告诉我们，人体的基因每十秒种就会遇到一次外来的袭击。这包括

天体的变异如太阳黑子的爆发、气候的骤冷骤热及异常、吸食毒素(食物中毒、吸毒)、营养的过剩与不良、情绪的不快(发火、生气)、各种疾病的衍生,以及多种多样外来撞击形成的硬伤,等等,这使得基因永远处于危险的环境之中。在通常的情况下,基因有着自我修复的功能,就像在胳膊上划一道伤痕会立即结疤一样,但是如果这种袭击过于严重了,基因无法修复自己,那就会产生畸变。因此基因的“残疾”现象也是经常发生的。

也许,这就是人生。人生就是由顺利与成功、挫折与失败共同构成的,没有挫折与失败的人生几乎不存在,也不完整。故而,我们要说,作为一个活着的人,必须正视挫折,直面失败,同时,也应该学会如何应对挫折、失败,把挫折与失败转化成宝贵的财富。

有鉴于此,当我们在不断地因成功而喜悦,因挫折而懊恼的时候,一定要学通弄懂如何应对挫折与失败这门学问,这或许就是人生最重要的一门功课。

C 目 录

CONTENTS



1 没有人能避开挫折的袭击

1. 挫折面前人人平等 3
2. 有一千个因素能导致挫折与失败 ... 7
3. “人为财死, 鸟为食亡”是问题本质 ... 14
4. 如何面对挫折是人生一大课题 18
5. 我们赞扬不屈不挠的斗士 22
6. 你会选择走哪一条道路 25

2 感谢挫折 感谢对手

- 7. 挫折与对手是进化的动力 35
- 8. 压力铸造坚强 38
- 9. 挫折促进成功 42
- 10. 挫折与失败引起的生理反应 48
- 11. 没有过不去的火焰山 53



3 要有更强的挫折耐受力

- 12. 小草与大树的比喻 59
- 13. 折断自己是生命脆弱的表现 62
- 14. 在屡受挫折中获益 68
- 15. 挫折下的自我完善 73
- 16. 小有所屈而大有所伸 78

4 最成功的性格是刚柔相济

- 17. 不适合当外交部长的“外交部长” … 85
- 18. 聪明反被聪明误 …………… 90
- 19. 性格刚烈,容易吃亏 …………… 94
- 20. 刚柔相济是值得称道的性格 …… 100
- 21. 敢于针锋相对的得与失 …………… 104



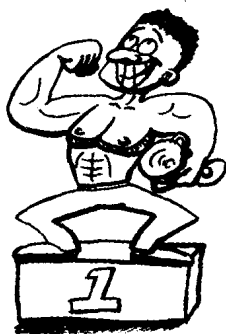
5 在挫折中站起来的诀窍

- 22. 从压力较小的地方突破 …………… 111
- 23. 尽量减少人际关系的摩擦系数 … 115
- 24. 在不利于发展的时候要懂得龟缩 … 123
- 25. 选择最佳发展轨道 …………… 129



6 少年时的教育影响一生

26. 年龄十四岁,成长一道坎 139
27. 人的行为模式在少年时形成 142
28. 少年形成的性情影响人的一生 ... 148
29. 性格在人生起关键作用 155

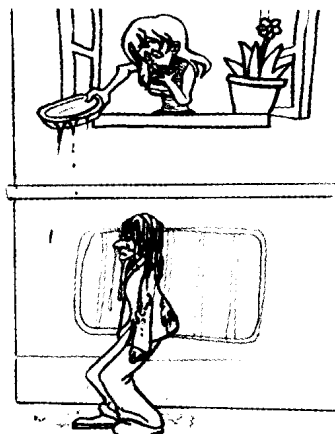


7 决不、决不、决不放弃

30. 负方的例证 165
31. 正方的例证 171
32. 保持心理上的永远健康 176
33. 成功的秘诀就是“决不放弃” 180
34. 我说能做到就能做到 185
35. 成功人士在磨砺中脱颖而出 191

1

没有人能避开挫折的袭击



世界上几乎找不到没有受过挫折的人。

从蹒跚学步的孩童到拄杖徐行的老人,几十年风雨人生,数不清的挫折与失败撞肩而过。重要的不是设法避免挫折,而是如何面对挫折。由于各人应对行为各不相同,也就有了不同的人生轨迹和人生命运。

① 挫折面前人人平等



谁都可能“走麦城”



没有人能避开挫折的袭击



让你从挫折中 站起来

高官显贵也好，富甲天下也罢，在挫折（包括失败、不幸……）面前人人平等。

可以这样说，一些大人物，他们的挫折要比普通百姓来得更加严重。大人物的挫折与不幸，是因为他们身在高层，从那上面跌落下来时，会比底层的民众伤得更甚。

在美国华尔街股票分析师中，杰克·格鲁布曼无疑是最杰出的一位，在电信业如日中天的时候，心醉神迷的企业主们和阿谀奉承的记者们把他称为华尔街分析师中的“迈克尔·乔丹”和“让地球旋转的”的“半仙”。

然而，在电信业崩溃后的残酷时期，他就被人们叫做“托儿”，因为就在世通公司和全球有线通信公司股价暴跌、上千亿美元的金融资产化为乌有、上百万普通投资者积蓄减少时，他仍然鼓吹这些公司。格鲁布曼描述了一些公司无限的潜力，说这些公司能修建传送全球高速数据的全球光纤网络，他相信对这些网络的需求是无限的。结果，他的预言不仅没有出现，这些公司还背上了沉重的债务负担，从而使全球有线通信公司和其他运营商陷入了困境，而世通公司还因为作



了三十九亿假账被众议院金融委员会彻底盘查。在这种时候还充当这些公司吹鼓手的格鲁布曼,当然会被人看成一个股票的“大托儿”了。

他因此只能走上众议院的听证席,听凭众议员盘查、质询。

英雄末路,他开始了“走麦城”。

2002年的香港,有两位女人都曾引起媒体大篇幅的报道,一位是华懋集团主席、香港第一富婆龚如心与家翁王廷歆的争产案,一位是女明星刘嘉玲被英皇集团的《东周刊》杂志上了裸照。

龚如心现年六十五岁。1955年,当时只有十八岁的她便与王德辉在香港结婚。1990年,龚如心向法院递交了一个神秘信封,信封内收藏着王德辉在1990年立的最后遗嘱,王德辉在立下这个遗嘱不久就失踪了。

七年后,其父王廷歆入秉法院,要求宣布王德辉死亡。同时,他还向法院递交了一份1968年王德辉所立的遗嘱,列明了他是王德辉遗产的惟一合法继承人,而当时龚如心却坚称王德辉未死,至今仍在人世,希望以此来阻止家翁争夺财产。这样,引发了两遗嘱真伪之争。

长达数年的诉讼已有了初步的结论,目前法院一审判定龚如心所执的遗嘱是“伪造”的。现在龚如心已准备上诉。如果维持原判,龚如心除了要将估价高达四百亿的遗产交出外,还将接受警方商业罪案调查科调查是否涉及伪造遗嘱等文件。