

一 则智慧可以影响一个人的一生
一本好书可以改变千万人的命运



● 品悟成功书系

“品悟成功”书系属于本土成功学精品，
专为所有渴望成功的年轻人量身定制。
轻轻翻开本书，它将带你走进一个全新的世界，
改变你的一生!!!

钻石
珍藏版
高英编著

没有不景气 只有不争气

俗话说：“不怕事业不景气，就怕自己不争气。”世上没有被别人一辈子看不起的人，只有一辈子看不起自己的人。如果你争气，总有一天别人会以“士别三日当刮目相看”的惊奇目光来看待你。

品悟成功书系 ● 钻石珍藏版 ● 高英 编著

没有不景气 只有不争气



中国长安出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

没有不景气 只有不争气 / 高英编著. —北京:
中国长安出版社, 2013. 4
ISBN 978-7-5107-0598-4

I. ①没… II. ①高… 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 (2013) 第 081815 号

没有不景气 只有不争气

高英 编著

出版: 中国长安出版社

社址: 北京市东城区北池子大街 14 号 (100006)

网址: <http://www.ccapress.com>

邮箱: capress@163.com

发行: 中国长安出版社 全国新华书店经销

电话: 010-85099947 85099948

印刷: 北京欣睿虹彩印刷有限公司

开本: 1/16

印张: 16.5

字数: 250 千字

版本: 2013 年 9 月第 1 版 2013 年 9 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5107-0598-4

定价: 32.00 元

|| 前言 ||

生活中，很多人渴望生活得更好，但却找不到幸福之门：很多人渴望人生成功，但却找不到成功的法宝。

生活的状态有很多种，很多人“将就”地活着，这是最低级的一种，因为你要对人生有了一份“将就”，人生就会缺少进取，生活会少几分尊严，更谈不上人生有所成就。所以，没有不景气的生活，只有不争气的人。

一口井里住着三只青蛙，一大两小。井里偶有闯入的飞虫，让它们维持着生命。最可怜的是两只小青蛙，不仅日子穷苦，而且还时常受大青蛙的欺负。

一天，小青蛙 A 对小青蛙 B 商量说：“我们想办法离开这儿，不然，我们永远没有出头之日。”

小青蛙 B 说：“兄弟呀，我也知道这儿的日子不好过，但水还是够用的，至少还可以活命呀。”

“不，我想离开这儿！”小青蛙 A 说。

“别妄想了，知道外面的世界是个什么样子吗？说不定还不如这儿呢！再说，你唯一可以出去的办法，就是跳到人类的打水桶里，可是，人把你捉住，还不知道会对你怎么样呢！”小青蛙 B 说。

小青蛙 A 没有说话。

一天，一位农夫从井里打水浇地，小青蛙 A 毅然跳到放进井里的打水桶里。善良的农夫没有为难这只可爱的小青蛙，将它放到了田野里。

田野里风光无限，小青蛙 A 过着快乐的生活。而留在井里的小青蛙 B，继续过着食不果腹、饱受欺辱的日子。

现实中有些人的境遇就像那两只小青蛙，但当一些人在抱怨时乖运蹇或身处犹豫彷徨之时，另一些人懂得争气，振作精神、放手一搏。于是，前一种人继续过着毫无生气的生活，后一种人却成了最大的赢家。

《没有不景气 只有不争气》告诉我们，人的一生都不可能是风平浪静、一路平坦的，会遇到许多的坎坷和困难，若不去正视与克服这些关隘，就会彻底地堵塞通往成功的大路，而克服这些困难就需要我们自己争气，因为命运掌握在我们自己的手中。

|| 目录 ||

第一章 人生有起有落，不会一直在低谷

运动健将刘翔说：“人不可能一直站在高峰，没有低谷。正是如此，人生有高峰就有低谷。”那我们怎样才能从低谷中走出，到达新的高峰呢？一个人只要懂得争气，那么无论什么样的低谷，在他眼里都算不了什么，都不过是领他走向高峰的起点罢了。

- 只要争气，就能走出人生低谷 002
- 挺过低谷的黑暗，辉煌终将到来 004
- 很多成功的人都攀登过失败的梯子 006
- 失败是暂时的，挺住就能转败为胜 008
- 用1%成功的战胜99%的失败 011
- 只有经历低谷才会有成功 012
- 不会一直失败，成功总在最后时刻出现 014
- 只有内心绝望，并没有真正的绝境 016
- 人生有起有落，雨后往往是晴天 018
- 遇到低谷，一切不过是从头再来 019
- 人生有起有落，学会胜不骄败不馁 021
- 拥有自强精神的人才能做到从低点起步 023
- 罗马并不是由一天建成的 024

第二章 一个人不怕起点低，就怕不争气

“不怕不景气，就怕自己没志气！”世上没有被别人一辈子看不起的人，只有一辈子看不起自己的人。一个人，只要自己争气，总有一天别人会以“士别三日当刮目相待”的惊奇目光来看待。

只要争气，就能从低起点走向高位 028

悲观的态度是职场拦路虎 031

没有卑微的工作，只有不争气的人 034

一步一个脚印就是走出底层的捷径 035

不要把周围的环境当成低点定位的借口 037

只要你争气，就会走出低谷 040

争气的人，往往能在困境中选择崛起 044

不怕起点低，自立自强最重要 045

有一种成功叫争气 048

进取心让你离成功更近 051

命运依靠自己改变 052

第三章 失既是得，换一种心态看逆境

面对逆境，我们何不给心态放一条生路，给自己一片蓝天；面对挫折要勇于面对，逃避永远无法解决问题，学会承担和承受，这样才能看得开，悟得透。

我们应该换一种眼光来看待曾经的苦难，换一种心态来对待生活，你会发现，生活依然有美丽的时候，幸福并没有远走，因为只要用心了，一切都会好起来的。

苦难是成长的催化剂 058

不景气的挫折也是机遇 060

不景气不是坏事，它会激发你的潜能 062

吃苦的亏值得一吃 065

- 别把被踢一脚都定位成坏事 067
小事的折磨是你成功的台阶 069
多经历折磨，让你早日“成人” 072
不景气的开始成就幸运的成功 075
争气者的智慧来自苦难之后 077
凡流泪播种，必欢呼收获 080
懂得争气就不会为弯路多而生气 082

第四章 争气不是喊口号，要有行动才能行

美国大科学家本杰明·富兰克林曾说过：“今天可以执行的事不要拖到明天。每一个工作，不论是经营事业、高级推销工作或科学、军事、政府机关工作，都需要脚踏实地的人来执行。”的确如此：争气的人总会立即行动，快速地赢得了一切。

- 不要拖延，先做了再说 086
他们成功，因为他们比你敢做 088
懒惰是成功的天敌 090
你若要喝水，就得用力打水 091
成功将会落在行动者的肩头 093
成功本没有路，路是干出来的 095
争气，就是牢牢抓住每一个今天 097
成功无捷径，别总想着投机取巧 099
领先一步，机遇是属于争气的人 102
唯有争气才能成功，唯有拼搏才能胜利 104
制胜的人总是不断地行动 106
争气就是要大胆地去尝试 108
蛮干不是争气，成功还要巧干 110
敢于行动才能真正抓住机遇 113
每项工作都付出 100%努力 115

第五章 勇于改变，在不景气中找回争气的自己

为什么有人做事费尽心血，结果还是一败涂地？为什么有人做事不费吹灰之力，但他总能马到成功？其中的差别就看能不能走出一条新路来。千军万马挤独木桥，挤破脑袋还不一定能过去，只有勇于改变者，才能在不景气中找回争气的自己。

- 不景气，变被动为主动就能成功 120
- 在失败面前，不妨试着换一条路去走 122
- 不要死守不景气，求新才会有出路 123
- 赶走浮躁，争气就是认真做好每件事 126
- 不妨改变，能闯的路绝不会只有一条 129
- 敢于另辟蹊径，才是真正争气的人 132
- 人的成功在于扬长避短 134
- 蛮干行不通，成功在于变通 136
- 换一种活法，成功会更近 138
- 学会改变自己去适应环境 140

第六章 设定目标，争气就是向自己的目标奋进

只有明确目标才会有前进的方向，才会有为之奋斗的不竭动力。所以争气的人特别重视自己的人生规划，他们会按照自己的情况确定人生的走向；预设从事的某项工作要达到什么标准或层次；计划着要奠定哪些基础、取得哪些业绩，并以此为终生奋斗的目标。

- 明确的目标是前进的明灯 144
- 争气的人往往会确立终极目标 145
- 实现目标要自下而上 148
- 确立人生之旅的航向你就会成功 150
- 认清目标，才能走出不景气 152
- 争气的人会明确定位自己的人生 154
- 野心和欲望是争气的一部分 156

不景气时要尽早规划自己的人生 158

结果是由自己决定的 161

走一条有自己特色的道路 163

为了自己的目标而努力 165

第七章 持之以恒，别因为眼前的挫折而泄气

人生总要面临各种挑战、经历各种挫折与失败，千万不要在这些困境面前浑身发抖。争气的人会把这些困境变为成功的有力跳板，他们明白，只要“挤”过夹缝，就能进入属于自己的“桃花源”。

路是由坚持铺出来的 170

放弃，意味着没有机会 172

耐心会让你在下一站成功 174

坚守自己，你就会获得阳光 176

争气离不开坚持的力量 178

坚持下去，你就是一个有志气的人 180

要争气，不要半途而弃 182

挺住，你就会获得幸运 185

坚持让你比别人更成功 187

第八章 相信自己，只有自己才能给自己争气

自信与自卑，两种不同的心态能决定着完全不同的命运。如果拥有自信而又积极的心态，你的人生成功率就高；如果拥有自卑而又消极的心态，那么你的人生就会败多成少。一个人能否成功就看他到底拥有哪一种的心态。

争气的人，绝不是自卑的人 190

一定要看得起自己 192

信心有多大，舞台就有多大 194

- 自信可以创造奇迹 196
- 活出自己的精彩 198
- 把自己适当看高一点 199
- 做生命的主宰，做一个争气的人 202
- 自信让我们成为争气的人 204
- 别人能做到，你也一定行 208
- 信心，是争气者的力量 209
- 学会欣赏自己的美好 212
- 盯着自己的不完美，就是不争气 214
- 越是不景气，越要点亮心中自信的灯 216
- 争气就是靠自己，不指望谁 218
- 在群体中拿出自己的个性 220

第九章 不断超越，争气的人从不安于现状

一个人要是因为害怕碰到困难和危险，就不愿走出舒适的安全地带，那这种舒适也只是暂时的，而且它还会让我们故步自封，限制自己的成长和发展。所以，要想成功，就要善于打破原有的束缚，不断超越自己。

- 不断提升自己，更好面对挑战 224
- 不为不景气找借口，自动自发才能赢 226
- 挖掘自己的潜力，你就不会不景气 229
- 争气就是做最好的自己 232
- 寻找榜样的力量，你就能成功 234
- 争气就要保持进取精神 236
- 不满足是实现自我的动力 239
- 越是不景气，越要敢于挑战自己 241
- 有时候，争气就是同自己较量 242

第一章

人生有起有落，不会一直在低谷

运动健将刘翔说：“人不可能一直站在高峰，没有低谷。正是如此，人生有高峰就有低谷。”那我们怎样才能从低谷中走出，到达新的高峰呢？一个人只要懂得争气，那么无论什么样的低谷，在他眼里都算不了什么，都不过是领他走向高峰的起点罢了。

只要争气，就能走出人生低谷

我们常常会因为某一件微不足道的小事情而使自己情绪落入低谷，对自己失去原有的那一份自信心，在自己的心里充满着自卑。这样的人不懂得什么叫争气，这往往影响一个人的成功。争气就该学会自我的肯定，这样才可以拥有对生活无比的信心，才会不被有起有落的人生击倒。

在中国，马云不是最有钱的人，但在很多人的心中，他却是个最优秀的人。

据说，马云在小时候打架无数。曾经在一次“战斗”中他身上缝过13针。因为打架，他受过学校好几次处分，也曾多次被迫转学。在家长、老师以及邻居的眼里，谁要说这个顽皮孩子的前途有希望，那么他们宁愿相信太阳从西边出来。所以，在很多人的眼里，从小到大，马云是最差的学生，上的是三四流的中小学，读的是当地最差的大学。马云读书的过程也是具有传奇色彩。他初中考高中考了两次，高中考大学考了三次，其中第一次高考，数学只考了1分。但他并没有放弃对大学生活的追求，可在他第三次参加高考前，他的老师却这样对他说：“你要是考上的话，我的名字倒过来写。”

但马云暗暗发誓：一定要争口气，不让人低估了自己。

或许是上天的眷顾，马云很快走过了人生的低谷。

马云经过坚持不懈地参加高考，终于在1984年进入杭州师范大学外语系本科。

在杭州师范大学毕业后，在学校500多名毕业生中，他是唯一一位分在大学教书的人。就这样，马云在杭州电子工业学院教英语。

但是，很快马云又迎来了人生的又一个低谷。

1991年，马云根据自己的特长，和几个朋友一起成立了海博翻译社。结果是第一个月收入700元，而他却要付2000元的房租，这档赔本的买卖遭到了很多人的讥讽。

朋友对这个项目都动摇了，但马云却坚信：只要坚持做下去，一定会有前景。为了填补翻译社的亏空，他贩卖小商品来维持翻译社的正常运转。

两年后，马云不仅养活了翻译社，而且还打造了杭州第一个知名度很高的英语角。如今，正如马云当年所愿，海博翻译社已经成为浙江省最大的翻译社。

就这样，马云人生的这个低谷很快就过去了，接下来似乎都是幸运的事了。

1995年，马云意识到：互联网必将改变世界！他更萌生了一个想法：要做一个网站，把国内的企业资料收集起来放到网上向全世界发布。于是，他放弃在学校的一切地位、身份和待遇，全身心投入到互联网上来。

后来的事，众所周知，马云成为了“全球50最具影响力商界人士”，成为一个受人尊敬的成功企业家。

纵观马云的成长历程，从爱打架屡受处分的学生，到屡次落榜又终入大学之门的骄子；再从教书匠到商界大侠，在这期间，无论是求学还是为后来的事业，他都历经多次失败，而最终又成为一个受人尊敬的成功企业家……这一切都让人觉得不可思议。

从马云的经历看，最恰当的概括那就是“争气！”决心和勇气来源于争气，激情、创新是从争气中滋生。其实，一个人只要能争气，他一定会走出人生的每一个低谷，最终获得成功。

你要是一个争气的人，你就不惧怕任何困难与挫折，因为你知道你能够战胜它们。自信自己有能力，你就有能力；相信自己成功，你就会成功。

挺过低谷的黑暗，辉煌终将到来

生活就像浩渺的大海，不仅有涨潮的欣慰，更有落潮的无奈；生活也像一碗百味汤，酸甜苦辣溶于其中，各种滋味，品后才知分晓。人生更是一道坎坷的旅途，不如意之事常有八九，有喜更有悲，有起也有落；既有成功后的喜悦，也有失败后的痛苦。成功的喜悦给人积极向上的启迪，使人走出人生的低谷。

面对短暂的人生，要学会面对磨难，不要错过人生的失意时刻，也许当生命之神把你抛入谷底时，也是你人生腾飞的最佳时节。调整自己的心情，学会走出人生的低谷，也许在你面前的，就是一片湛蓝的天！

大家都知道，三井公司和三菱集团都是日本名列前茅而又竞争十分激烈的两大财团。在一次国际竞争中，三菱凭借着自己的“餐馆生产方式”使三井公司遭受到了毁灭性的打击，三井公司产品全部积压，资金不能周转，要想扩大再生产几乎是不可能。

这对于三井人来说简直是生命的谷底，天似乎就要塌下来了。但三井公司还有一项革新为外人所不知，在三井公司讨论解救危机对策的高级会议上，不少人主张要以新技术的转让来和三菱集团做最后的较量，并把现有产品以低于三菱集团的价格贱卖，以筹得一部分资金，获得喘息的机会。但是三井董事长益田寿没有采纳大家的这种意见，而是选择了坚持，选择了挺住，因为他相信，最终的辉煌是属于自己的。

益田寿宣布三井公司停业，大量裁减人员，只留下了原来的1/10，同时还故意告知新闻界：三井公司将要改变经营方向，甚至还透露一些消息说三菱集团将成为这个行业的龙头老大。

三菱集团不知是计，误以为三井公司已经垮台，自己已经在竞争中获得了全胜，从而放心地以独家垄断经营为基础，大大提高产品的价格。然而就在三菱集团得意忘形之际。三井公司新产品投产试验成功。大批新产品铺天盖地一般地压来，迅速成为市场上的抢手货，而且价格还略低于三菱集团的产品价格，几乎是在一周之内，三菱集团产品全部滞销，只好承认在这项产品竞争中失败。

三井公司在总结自己公司东山再起、反败为胜的经验时，上下一致普遍认为：这次反败为胜的成功不仅仅是董事长益田寿运用了攻其无备、麻痹对手的决策，更是整个三井公司的人挺住了低谷的黑暗，坚信总有一天成功的辉煌是属于自己的。

在经济竞争中，能够像三井公司董事长益田寿那样挺住生命之低谷黑暗的人并不是很多，但是这一点对于任何一个人来说都非常重要。那么，在生命低谷来临之时，我们该如何才能做到挺住这一点呢？

有句话说得好，改变就是最好的出路。在对付低潮情绪的良方中，改变是最为久经考验的一种了。如果用一样东西来形容低潮期的特点到底是什么，那无疑是觉得自己不可能再有任何进展了，一辈子或许就会在默默无闻中度过了。这种消极的情绪会让人彻底放弃努力。在这个时候，最重要的一点就是让自己行动起来，做出积极的改变，即便是出去和朋友聊聊天都是一个积极的改变。

因此，遇到低谷期，你就得努力克服，而且还得一路走过来。在一路走来的时候，我们经常会这样问自己：低谷期是否含有某些发人深省的东西？低谷期实际上意味着什么？它传达了什么样的信息，我们是否要尽量去理解和尝试呢？这些问题的答案就是一个：把脚步放慢点！干任何事情，实际上都不可能做到一帆风顺，因此冷静，决策会一个比一个英明，措施一个比一个得力。

低谷时期是每个人人生中都会遇到的，正是有了低谷，所以才有了巅峰。遭遇低谷是为了能攀登下一个高峰，人关键是要挺住低谷的黑暗，那么高峰的辉煌才是属于你的。

很多成功的人都攀登过失败的梯子

在生命的藏宝室里，成功是黄金，失败是白银。它们同样散发着美丽的光彩，它们同为生命中一道亮丽的风景线。在很多成功的背后，都有无数次的失败和教训。而这些失败和教训，正是供给成功的营养，这些失败的教训为成功指明了前进的方向，避免你再犯同一种错误。

请看下面一串失败的菜单，这些都是成功者背后的故事：

A. 超级球星迈克尔·乔丹曾被所在的中学篮球队除名。

B. 赛拉·霍兹沃斯 10 岁时双目失明。但她却成为世界上著名的登山运动员。1981 年她登上了瑞纳雪峰。

C. 瑞弗·约翰逊，十项全能的冠军。有一只脚先天畸形。

D. 赛乌斯博士的处女作《想想我在桑树街看到的》，曾被 27 个出版商拒绝。第 28 家出版社——文戈出版社，出版了该书并售出了 600 万册。

E. 里查德·贝奇只上了一年大学就接受喷气式战斗机飞行员的培训。20 个月后他羽翼初丰，却辞了职。后来他在一份航空杂志社任编辑。杂志社旋即破产，失败接踵而至。当他写出《美国佬生活中的海鸥》一书时，他仍然觉得前途未卜。书稿搁置 8 年之久，其间被 18 家出版社拒之门外。然而出版之后却被译成多国文字，销量达 700 万册。里查德·贝奇也因此成为享有世界声誉的受人尊敬的作家。