

一句话影响人生
一本书改变人生

十位将军推荐的好书

成功先做人

游德远
著

在追求成功的道路上，
当我们越往高处走时，
越来越发现：

生活的目的不在富有，而在充实；
生命的意义不在结果，而在过程；
人生的价值不在获取，而在奉献；
成功的标志不在成败，而在做人。

云南民族出版社

一句话影响人生
一本书改变人生

十位将军推荐的好书

成功 先做人

游德远
著

陕西人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成功先做人 / 游德远著. — 昆明: 云南民族出版社,
2007.8

ISBN 978-7-5367-3768-6

I. 成… II. 游… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 113978 号

责任编辑	李福春
责任校对	岳明芬
装帧设计	贺 涛
插 图	王正乾
出版发行	云南民族出版社 (昆明市环城西路 170 号云南民族大厦 邮编: 650032) http://www.ynbook.com ynbook@vip.163.com
印 制	云南民族印刷厂
开 本	889mm×1194mm 1/32
印 张	10
字 数	200 千
版 次	2007 年 8 月第 1 版
印 次	2007 年 8 月第 1 次
印 数	000 1~3 000 册
定 价	22.00 元
书 号	ISBN 978-7-5367-3768-6/G·856

将军寄语

一个人的成功，固然有很多因素，但做人是最重要的。正如本书所言，一切成功都可以归结为一句话：成功先做人。

杨德福

(杨德福 成都军区原副政委 中将军衔)

选择此书，你就选择了成功。这本书将引领你走上成功之路。

董德元

(董德元 成都军区联勤部部长 少将军衔)

在当今社会，最重要最根本的就是要解决好做人的问题。

郭正新

(郭正新 成都军区联勤部政委 少将军衔)

学习改变命运，素质决定成败，
机会总是垂青于那些有准备的人。

王增钵

(王增钵 西藏军区政委 少将军衔)

绝大多数军人都面临人生的第二次选择。本书列举了许多转业退伍军人回到地方后,大显身手,再创辉煌的成功事例,读之让人为之一振。

周益生

(周益生 成都军区联勤部副政委 少将军衔)

一句话影响人生,一本书改变人生。这是一本值得一读的书,尤其是部队的青年官兵和年轻学子。

杨成熙

(杨成熙 驻滇某集团军副政委 少将军衔)

人人都渴望成功。但怎样才能成功？怎样才算是成功？阅读此书，可以从
中得到一些启迪。

蓝显忠

(蓝显忠 重庆警备区参谋长 少将军衔)

一个人在任何时候，任何情况下，都能保持一种积极乐观的心态，
一种昂扬向上的精神，这本身就是一种难得的成功。

黎明

(黎明 四川省军区政治部主任
少将军衔)

读《成功先做人》这本书,就像品一壶陈年普洱茶,味道越品越浓,越品越香,让人回味无穷,受益匪浅。

李炳军

(李炳军 云南省军区政治部主任 少将军衔)

目标要放远,那是实现成功不可缺少的希冀;脚步要放近,那是实现希冀的必要过程。作者本人的成功,正是他在书中总结的:“目标专一,身心专注,持之以恒。”的真实写照。

曾祥元

(曾祥元 成都军区总医院博士生导师 少将军衔)



自序：

成功先做人

好喜欢这样一个故事：

有一位老师，正在准备第二天要讲的课，但小孩老是跑来干扰他，一会儿要他教唱歌，一会儿要他讲故事，弄得他心烦意乱，难以静下心来备课。于是，便随手翻开一本杂志，将印有世界地图的一页撕成碎片，让小孩拿出去把地图重新拼接好。要拼好这份地图需要很长的时间，这样，他就可以静下心来备好课了。谁知只过了一小会儿，小孩便高高兴兴地跑进来告诉他：“爸爸，图拼好了。”这位老师怎么也不相信。便问他用什么方法，在这么短的时间就拼好了地图？小孩回答说，地图的反面有一个人的相片，他按照人的图像很快就拼好了。小孩拼图的故事给予这位老师很大的启示，无意中道出了一个极其深刻的人生哲理：只要人对了，世界就对了。

成功先做人，做人的成功是最大的成功，这是所有成功学家共同一致的结论。做人是成功的前提和基石，离开了这个前提和基石，任何成功都不可能维持久远，迟早都会坍塌。老老实实做人，踏踏实实做事，这是通向成功的唯一途径。

孔子在《论语》中有两段话。

一段是：“入则孝，出则悌，谨而信，泛众爱，而亲仁。行有余力，则可学文。”意思是，一个人做到孝顺父母，敬重兄长，谨慎守信，博爱大众而亲近有德行的人，这样践行之后，如果还有余力，才可以去学习各种文化知识。

另一段是：“贤贤易色；事父母，能竭其力；事君，能致其身；与朋友交，言而有信。虽曰未学，吾必谓之学矣。”其意是，对待妻子，看她的品德而不是容貌；侍奉父母，竭尽全力；对待君王，尽职尽责；朋友交往，信守承诺。这样的人，即便他自己说没有学问，我也一定说他很有学问。

2 这两段话，论述了知与行、德与才、做人与做学问的关系。从中可以看出，孔子把做人看得比什么都重要，做人是一切的根本。正如爱因斯坦所说：“个人智力上的成就很大程度上取决于人格的伟大。”

人生贵在有目标。离开了目标，一切都无从谈起。追求成功，首先对自己要有一个正确的认识和估价，找准人生的坐标和位置。一个人，知道自己想干什么，会干什么，能干成什么，从而确定明确的奋斗目标，在人生的道路上树起一面旗帜，这一点，对于一个想要成功的人来讲，是至关重要的。

有梦想，才有希望；有目标，才有追求。一个人一生的成就，超不过他一生的所想。纵观历史，古今中外，能够有所作为，成就一番事业的人，都是胸怀远大目标，立志做大事的人。

每个人成功的道路尽管各不相同，但有一点是一致的，那就是：学习改变命运。查阅古今中外的历史，在成功人士的名册



中，找不到一个不学无术而走向成功的先例。在决定成功的诸多要素中，我始终坚信，学习是最重要的、起决定性作用的因素，学习是通向成功的阶梯。成功永远属于那些热爱学习、勤奋学习和善于学习的人。古今中外，概莫能外。

学习虽然不能带来巨大的财富，但它却可以使我们的内心保持一份安宁。面对浮华，学习让我们变得充实；面对浅薄，学习使我们变得深刻；面对虚假，学习使我们变得真诚；面对喧嚣，学习让我们变得平静；面对诱惑，学习使我们变得清醒；面对平庸，学习让我们变得高尚。

一个人确立终身学习的思想，养成终身学习的习惯，这本身就是一种难得的成功。

成功来自奋斗，这是所有成功人士共同一致的经验总结。即使是一个很有天资的人，离开了自身的勤奋努力，都是不可能取得任何成功的。而即便是一个极其普通平凡的人，如果能够终身围绕一个明确具体的目标，坚持不懈，努力奋斗，都能够成就一番事业。一个想要成功而又不愿付出辛勤劳动的人，永远与成功无缘。

在追求成功的众多人群中，我们不难看出，成功属于那些爱学习，有知识，有能力素质的人们；在众多有知识有能力素质的人中，成功又垂青于那些勤奋努力，勇于开拓创新的人们；而能够最终站在成功的金字塔顶的，则永远属于那些品格高尚的人。

在追求成功的道路上，当我们越往高处走时，越来越发现：
生活的目的不在富有，而在充实；
生命的意义不在结果，而在过程；

自序

人生的价值不在获取，而在奉献；
成功的标志不在成败，而在做人。



目 录

自序：成功先做人	(1)
----------------	-----

第一篇 树立全面的成功观	(1)
--------------------	-----

渴望成功是生命的本能	(3)
------------------	-----

中国传统文化中的成功学	(5)
-------------------	-----

西方成功学的创立	(8)
----------------	-----

成功学的主要特征	(11)
----------------	------

成功指既定目标的实现	(13)
------------------	------

成功是一种心态	(15)
---------------	------

成功是一个过程	(17)
---------------	------

全面的成功才是真正的成功	(19)
--------------------	------

高尚的人格是最大的成功	(21)
-------------------	------

树立全面的成功观	(23)
----------------	------

第二篇 健康是成功的第一要素	(27)
----------------------	------

生命的意义在于活着	(29)
-----------------	------

生命的本质在于运动	(32)
-----------------	------

时间就是生命	(35)
--------------	------

拓展生命的空间	(37)
---------------	------

寻找生命的幸福	(39)
---------------	------

目 录

走出年龄的误区	(43)
和谐环境有利于身心健康	(47)
人生不要活得太累	(50)
健康是成功的资本	(54)

第三篇 通向成功的阶梯

(57)

学习改变命运	(59)
知识就是力量	(63)
播下成功的种子	(66)
遵循学习的规律	(70)
讲究学习的方法	(74)
掌握读书的要领	(77)
走出学习的误区	(81)
提高学习的境界	(84)
确立终身学习的思想	(87)

第四篇 让思维之树常青

(89)

思考决定成败	(91)
人脑是思维的机能	(93)
知识是思维的载体	(95)
思维是客观存在的反映	(96)
思维具有目的性	(98)
思维具有结构性	(99)
思维具有层次性	(100)
思维具有创新性	(103)
思维具有无限性	(106)



思维具有习惯性	(109)
了解思维的类型和方式	(111)
认识思维的过程	(115)
影响思维的主要因素	(120)
哲学是思维的最高形式	(124)
实践是思维的动力和源泉	(126)
养成遇事往好处想的思维习惯	(128)

第五篇 唤醒沉睡的巨人

(133)

20 世纪最伟大的发现	(135)
潜意识的主要特征	(137)
影响潜意识发挥的主要因素	(140)
激发潜意识方法之一：心的影像法	(142)
激发潜意识方法之二：活用祈祷法	(145)
激发潜意识方法之三：表露愿望法	(146)
激发潜意识方法之四：静坐意念法	(147)
激发潜意识方法之五：改变常规法	(148)
激发潜意识方法之六：自我施压法	(149)
激发潜意识方法之七：行为改变法	(151)
激发潜意识方法之八：心理暗示法	(153)
开发潜意识要注意的几个问题	(155)

第六篇 发挥语言文字的力量

(161)

汉字是智慧的结晶	(163)
汉语词汇丰富多彩可供选用	(166)

目 录

语言文字具有巨大的力量	(169)
负面语言造成负面影响	(172)
不同表达产生不同效果	(175)
语言文字具有暗示功能	(178)
美的语言带来美的享受	(181)
养成运用正面语言表达是你一生的财富	(187)

第七篇 建立良好的人际关系

(191)

交往是人类永恒的课题	(193)
良好的人际关系是成功的必备条件	(198)
交往原则之一：自重自爱，互相尊重	(202)
交往原则之二：严于律己，宽于待人	(204)
交往原则之三：交际要广，交友要慎	(206)
交往原则之四：礼尚往来，重在经常	(211)
交往原则之五：亲疏远近，区别对待	(212)
交往原则之六：乐于助人，不图回报	(216)

第八篇 培养成功的品质

(219)

成功的品质之一：自信	(221)
成功的品质之二：勇气	(225)
成功的品质之三：宽容	(228)
成功的品质之四：心态	(232)
成功的品质之五：兴趣	(236)
成功的品质之六：习惯	(239)



第九篇 探索成功的秘诀	(243)
成功的秘诀之一：目标专一	(245)
成功的秘诀之二：身心专注	(254)
成功的秘诀之三：持之以恒	(258)
成功的秘诀之四：方法正确	(264)
成功的秘诀之五：勇于创新	(270)
成功的秘诀之六：勤奋努力	(272)
第十篇 著名的成功大学	(279)
人民军队是最好的成功大学	(281)
艰苦是最好的磨炼	(284)
勇敢面对人生的挑战	(287)
附一：	
做人乃立世之本（评论）	张锦堂 (292)
附二：	
开启成功之门的钥匙（评论）	余 青 (295)
附三：	
山峪的回声（后记）	游德远 (299)