

成功人士最重视的 9个关键词



韩冰工作室 编著

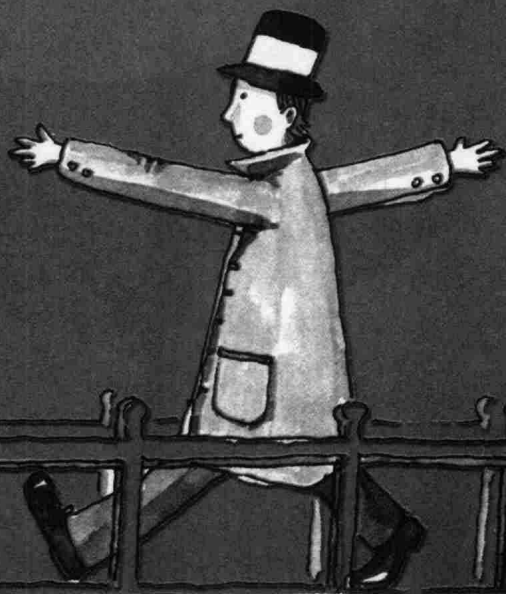


趣味深长的小故事 勾勒你的人生蓝图 趣味盎然的小游戏 探测你的成功指数

中国画报出版社

成功人士最重视的 9个关键词

韩冰工作室 编著



中国画报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成功人士最重视的 9 个关键词/韩冰工作室编著.

—北京: 中国画报出版社, 2005. 1

ISBN 7-80024-863-1

I. 成… II. 韩… III. 成功心理学

IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 141770 号

策划编辑: 冉 颖

责任编辑: 冉 颖

成功人士最重视的 9 个关键词

韩冰工作室 编著

中国画报出版社

全国新华书店经销

发行部电话: 010-68414683

010-88417438

编辑部电话: 010-88417488

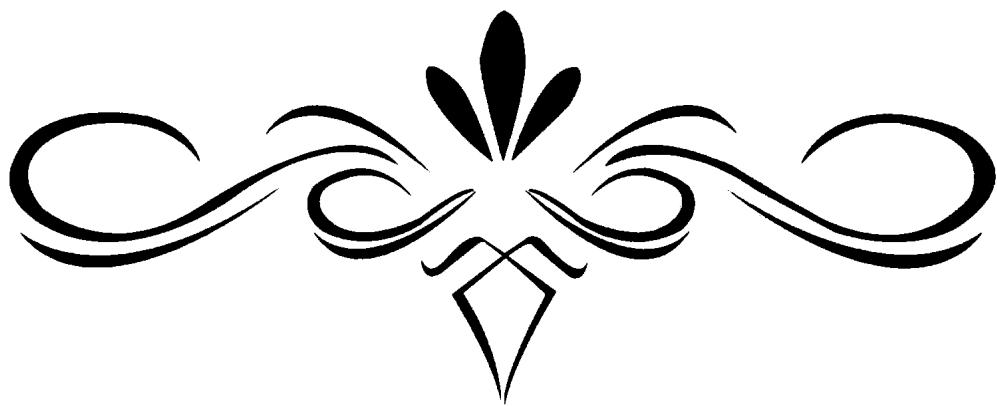
880 × 1240 毫米 32 开 6 印张 120 千字

2005 年 1 月第 1 版

2005 年 1 月第 1 次印刷

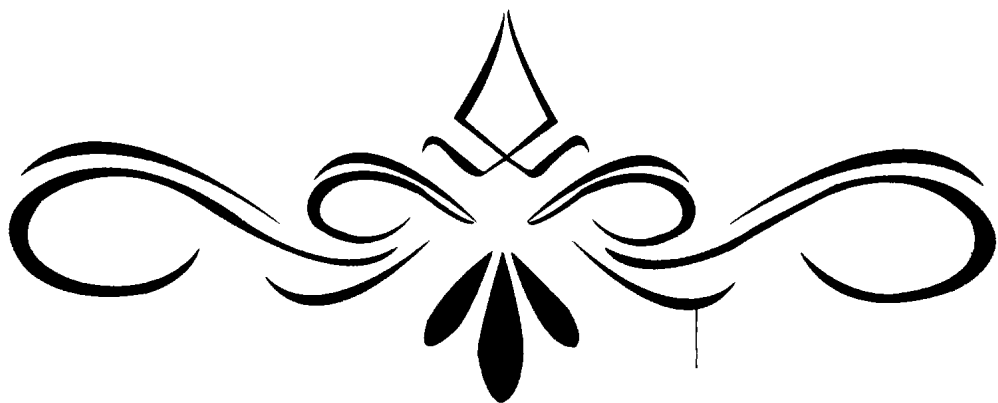
ISBN 7-80024-863-1

定价: 19.80 元



献给

所有追求成功的人



目录

代序：打开心中的成功之门

第一辑 目标 ▶ 006

——成功等于目标

测试游戏链接：探测你的目标达成率

第二辑 态度 ▶ 030

——态度决定一切

测试游戏链接：探测你对人对事的态度

第三辑 行动 ▶ 052

——没有任何借口

测试游戏链接：探测你的行动力

第四辑 潜意识 ▶ 072

——启动神秘的程序

测试游戏链接：探测你潜意识隐藏的秘密

第五辑 习惯 ▶ 092

——敲动生命的大铁球

测试游戏链接：探测你时间管理的习惯





第六辑 信念 ▶ 112

——永不沉没你的船

测试游戏链接：探测你的信念强度

第七辑 毅力 ▶ 134

——永不放弃

测试游戏链接：探测你的毅力强度

第八辑 抗挫折力 ▶ 150

——先雕琢再成佛

测试游戏链接：探测你的压力承受指数

第九辑 学习力 ▶ 172

——倒空你的杯子

测试游戏链接：探测你的学习力





打开心中的成功之门

(代序)

成功是什么？打开成功之门的钥匙在哪里？

这恐怕是每一个在成功旅途上执著追求和努力奋斗的人最关注的了。

传说有位智慧的国王想要选拔重要官员，他把文武百官领到一座谁也没有见过的巨大的门前——这扇门不但是最大的，也是最重的。如果谁能把它打开，国王就会委以重任。

许多大臣见到大门后摆手摇头，有的走近看看，有的则无动于衷。只有一位大臣走到大门边仔细检查，尝试着各种方法。最后，他抓住一条沉重的铁链一拉，这扇巨大的门被轰然打开了。

于是，此人得到了国王的重用。

原来，这扇巨大的门并没有被完全关死，那一条细小的缝隙就隐藏在严密的假象中，任何人，只要仔细观察，然后有胆量去试一下，都能将它打开。

每位渴望成功的人，都希望拥有一把可以随意打开成功之门的万能钥匙。想一想，打开成功之门的钥匙究竟在哪里？

世界上根本没有这把钥匙。如果有，那钥匙就在我心中——要想打开成功之门，就要先打开你心中的那扇门。

威廉·詹姆斯说：

播下一种思想，收获一种行为；



播下一种行为，收获一种习惯；

播下一种习惯，收获一种性格；

播下一种性格，收获一种命运。

威廉·詹姆斯无疑是在交出一把开启成功之门的钥匙，就像书中所列出的成功人士最重视的9个关键词一样——通过它，先打开自己心中的那扇门，然后再去打开成功殿堂的那扇门。

它永远为追求卓越的你摇旗呐喊，引领阳光智慧的你一路高歌——走进满是鲜花和掌声的成功殿堂。

2004年岁末，北京



第一辑 目标

成功等于目标。



主题导入

美国成功学大师安东尼·罗宾说：“成功等于目标，其他全是这句话的注解。”

高尔基说：“一个人追求的目标越高，他的才能就发展得越快，对社会就越有益。我确信这是个真理。”

列夫·托尔斯泰说：“要有生活目标：一辈子的目标，一年的目标，一个月的目标，一个星期的目标，一天的目标，一个小时的目标，一分钟的目标，并且要为大目标牺牲小目标。”

胸怀目标，无论到达与否，都能使生活有意义。对准一个目标，毫不动摇，全力以赴，只有这样才能逐渐扩大自己成功的可能性，甚至成就一番意想不到的事业。

没有目标而盲目去奋斗拼搏，恰如没有罗盘的航行。

没有目标，等于哪里都是目标，等于哪里都没有目标。

罗斯福总统夫人在本宁顿学院念书时，要在电讯业找一份兼职工作。父亲为她引见了自己的一位朋友——当时美国无线电公司的董事长萨尔洛夫将军。

萨尔洛夫将军问她想做哪类工作。

她说：“随便吧。”

萨尔洛夫将军对罗斯福夫人说：“没有一类工作叫做‘随便’，因为成功的路是目标铺出来的。”

将军的话是对的。人生的目标尽管有大有小，但成功的道路总是由目标的石子连接而成。

人被上帝创造为有意识的动物，就是要按自己的意图生活的。每个人在生活中都必须要有自己的目标，并且要为目标实现终其一生的努力。

01

马拉松比赛正在进行着，进行到5000米以后，有两个人逐渐地甩开了后面的人，跑到了前面。长时间的奔跑已经使他们的体力消耗了许多，但他们依然坚持着向前跑。

这时的天气状况极其不好，雾很浓，几十米内几乎看不清东西，后来天空又渐渐飘起了小雨，这给比赛又增加了难度。

跑在最前面的那个人，依然在拼命地跑着。不论雾有多大，他都不去理会，他最担心的是被脚下的雨水滑倒，始终注视着脚下不远的地方。跟在他后边的另外一个人却把头昂得高高的，他在注视着他的目标，他在心里不停地默念着：“终点，终点，我就要到终点了。”

两个人的体力都支撑不住了，他们仅相差几米。

后来跑在最前面的人终于累倒在地上起不来了。

第二个人此时也感觉体力不支了，猛一抬头，透过迷雾他隐约看见了摆动的旗帜——终点就在前面的几十米处。他使出最后的气力，顽强地最先跑到了终点。

大部分人没有成功，不是因为他们不够努力，而是因为他们根本就没有看见目标。这就是目标对于成功的重要。

02

有人做过一个实验：组织三组人，让他们分别步行到十公里以外的三个村子。

第一组的人不知道村庄的名字，也不知道路程有多远，只告诉

他们跟着向导走就行了。这些人刚走了两三公里就有人叫苦，走了一半时就有人几乎愤怒了——他们抱怨为什么要走这么远，何时才能到达。有人甚至坐在路边不想走了，越往后走这组人的情绪就越低落。

第二组的人知道村庄的名字和路段，但路边没有标记，他们只能凭直觉行走。走到一半的时候，大多数人特别想知道他们已经走了多远，几个有经验的人鼓励说：“大概走了一半吧。”于是这些人又簇拥着向前走。当走到路程的 $3/4$ 时，他们都已情绪低落，疲惫不堪。但当有人说“快到了！”时，大家又振作起来加快了步伐。

第三组的人不仅知道村庄的名字、路段，而且在公路上每一公里都有一块标记牌。他们边走边看标记，每缩短一公里大家便有一小阵的快乐。行程中他们用歌声和笑声来消除疲劳，情绪一直很高涨，很快就到达了目的地。

这不难理解，目标设计的越具体越细化就越容易实现，人们如果清晰地了解自己的行动目标和行进速度，就会自觉地克服一切困难，努力达到终点。

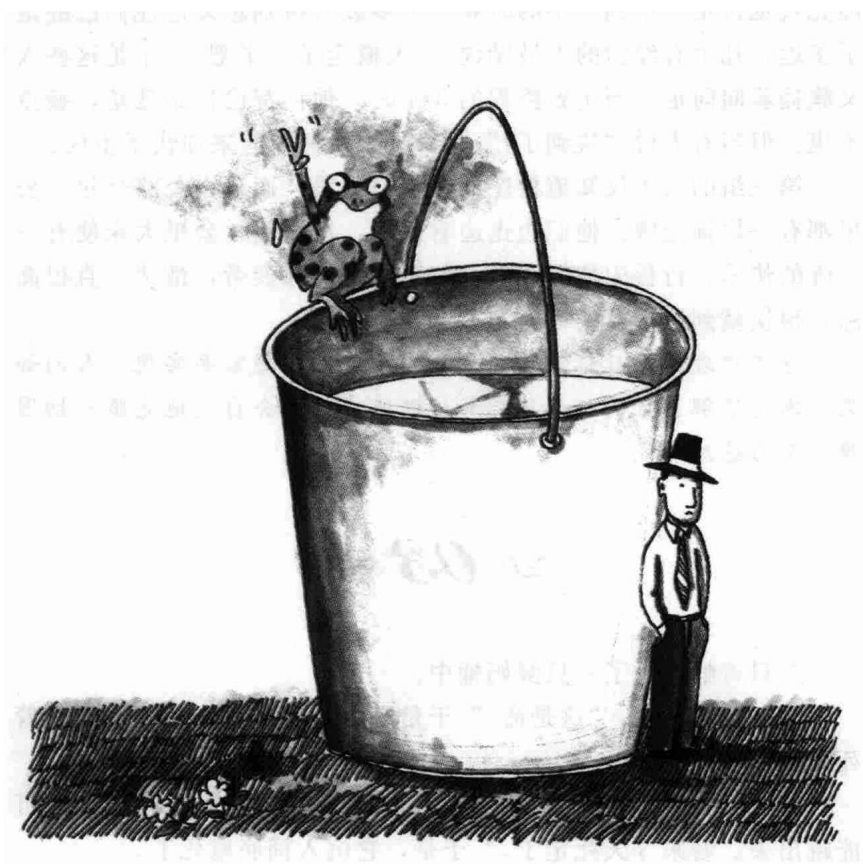
03

三只青蛙掉进了一只鲜奶桶中。

第一只青蛙说：“这是命。”于是它盘起后腿，一动不动等待着死亡的降临。

第二只青蛙说：“这只桶看来太深了，凭我的跳跃能力，不可能跳出去。看来今天死定了。”于是，它沉入桶底淹死了。

第三只青蛙打量着鲜奶桶四周说：“真是不幸！但我的后腿还有劲，我要找到垫脚的东西，跳出这只可怕的桶！”



“要找到垫脚的东西，跳出这可怕的桶”，这是逆境中最好的选择。

于是，第三只青蛙一边划一边跳。慢慢地，鲜奶在它的搅拌下变成了奶油块。在奶油块的支撑下，这只青蛙奋力一跃，终于跳出了奶桶。

正是明确的目标——“要找到垫脚的东西，跳出这可怕的桶”救了第三只青蛙的命。没有目标，就只能像前两只青蛙一样静静地等待着死亡的降临了。

04

哲学家漫步于田野中，发现水田当中新插的秧苗竟排列得如此整齐，犹如用尺子量过一样。他不禁好奇地问田中的老农是如何办到的。

老农忙着插秧，头也不抬，他要哲学家自己插插看。哲学家卷起裤管，喜滋滋地插完了一排秧苗，结果竟参差不齐惨不忍睹。他再次请教老农，老农告诉他，在弯腰插秧时，眼光一定要盯住一样东西。

哲学家照做，不料这次插好的秧苗，竟成了一道弯曲的弧线。

老农问哲学家：“你是否盯住了一样东西？”

“是啊，我盯住了那边吃草的水牛，那可是一个大目标啊！”

“水牛边走边吃草，而你插的秧苗也跟着它移动，能不成弧形吗？”

哲学家恍然大悟。

这次，他选定了远处的一棵大树为目标，插出来的秧苗果然非常整齐。

老农并不比哲学家有智慧，但他懂得去比照目标做事。

没有目标的航船永远没有一条清晰的航线。没有一条清晰的航线，又何谈抵达终点？

05

白龙马随唐僧西天取经归来，名动天下，被誉为“天下第一名马”，众驴马羡慕不已。很多想要成功的驴马都来找白龙马，询问自己为什么非常努力却一无所获。

白龙马说：“其实我去取经时大家也没闲着，甚至比我还忙还累。我走一步，你们也走一步，只不过我目标明确，十万八千里我走了个来回，而你们只是在磨坊原地踏步而已。”

众驴马愕然。

和众驴马一样，我们的悲剧通常不是无法实现自己的目标，而是不知道自己的目标是什么。成功不在于你身在何处，而在于你朝着哪个方向走，是否能够坚持不懈地一直走到终点。

06

有三个人一起去参加一项声势浩大的马拉松比赛。在这些参赛选手中，不乏一些非常出色的运动员。所以，尽管这三个人都很努力地跑出了自己的最好水平，但金牌仍与他们无缘。

这个结果就意味着这三个人都是失败者吗？绝对不是。因为他们都是怀着不同的目的参加比赛的。第一个人想通过比赛检验一下自己的耐力，他做到了，他的成绩超过了自己的预期；第二个人想提高自己以往的成绩，他也达到了目的；第三个人一辈子都没跑过马拉松，他的目标就是跑完全程到达终点，他也做到了。由于这三个人都达到了目的，尽管金牌不属于他们，但他们仍然是胜利者。

其实，获胜只是一个事件，金牌并不是我们参加比赛的惟一目标。在任何形式的比赛中，只要我们给自己定下一个合适的目标，然后通过努力实现它，那我们就是胜利者，对自己来说就是一种成功。



目标不专一注定了这个仆人最终一事无成。

07

主人的两头牛走失了，他吩咐仆人出去找，等了半天也不见仆人回来，主人只得亲自出去看个究竟。在野地里，主人看到他的仆人正在那里来回瞎跑，就问他：“你到底在干什么？”仆人回答：“我刚才发现两头鹿，您知道，鹿茸非常值钱，所以我想就不必再找牛了。”

主人说：“那么你捉到鹿了吗？”

仆人说：“我去追朝东跑的那头鹿，谁知它跑得比我还快。不过请放心，我发现朝西跑的那头鹿脚有点瘸，所以打算转过来再追它，相信我会捉到的。”

目标不专一，叫他找牛他去捉鹿，捉东边那只时却又惦记着西边那只，这注定了仆人最终一事无成。

08

山里人有一尊巨大的石像，石像面朝下躺在门前的泥地里，对于他来说，这不过是一块石头。

一天，一个城里的学者经过这里。他看到了石像，便问山里人能不能把石像卖给自己。山里人听了哈哈大笑，十分怀疑地说：“你居然要买这块又脏又臭的石头，我一直为没法搬开它而苦恼呢！”

“那我用一个银元买走它。”学者说。山里人很高兴，因为他不仅得到了一个银元，而且搬走了石头，使他家门前的场地又宽敞了许多。

石像被学者设法运到了城里。

几个月后，那个山里人进城在大街上闲逛，看见一间富丽堂皇