



习惯也是 生产力

Xiguan ● 刘登阁 编著
Yeshi Shengchanli

行为变成习惯，习惯养成性格，性格决定命运……
一个人的成功与失败，
往往源于他（她）所养成的习惯



习惯也是 生产力

Xiguan ● 刘登阁 编著
Yeshi Shengchanli

图书在版编目(CIP)数据

习惯也是生产力/刘登阁编著. —北京:中国出版社,2008.7

ISBN 978-7-5087-2219-1

I. 习… II. 刘… III. 习惯—培养—通俗读物

IV. B842.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 081125 号

书 名: 习惯也是生产力

编 著: 刘登阁

责任编辑: 张 承

出版发行: 中国出版社 邮政编码:100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电话:(010)66080300 (010)66083600

(010)66085300 (010)66063678

邮购部:(010)66060275 电传:(010)66051713

网 址: www.shcbs.com.cn

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 153mm×225mm * 1/16

印 张: 14.25

字 数: 207 千字

版 次: 2008 年 7 月第 1 版

印 次: 2008 年 7 月第 1 次印刷

定 价: 32.00 元

前 言

几年前，当几十位诺贝尔奖得主聚会之时，记者问一位荣获诺贝尔奖的科学家：“请问您在哪所大学学到您认为最重要的东西？”这位科学家平静地说：“在幼儿园。”“在幼儿园学到什么？”“学到把自己的东西分一半给小伙伴；不是自己的东西不要拿；东西要放整齐；吃饭前要洗手；做错事要表示歉意；午饭后要休息；要仔细观察大自然。”

这位科学家出人意料的回答，简单明了地阐明了好习惯在人的一生中所具有的决定性意义。这个故事让我们想起著名教育家乌申斯基的话：“好习惯是人在神经系统中存放的资本，这个资本会不断地增长，一个人毕生就可以享用它的利息。而坏习惯是道德上无法偿清的债务，这种债务能以不断增长的利息折磨人，使他最好的创举失败，并把他引到道德破产的地步。”

其实，我们许多行为都是习惯使然，每个人也都有许许多多的习惯，好的或者不好的，可很多时候，我们对“习惯”的认知显得麻木和漠然，没有太在意习惯的作用和影响力，这是我们必须走出的一个误区。专家告诫我们：“我们的行为受到品质、情感、偏见、欲望、爱、恐惧、环境和习惯的影响，其中最厉害的就是习惯。成功与失败最大的分别来自不同的习惯。”因此，我们不能不正视习惯，正视习惯对成败的影响，正视习惯对命运的左右，其实成功的秘密就在于习惯。

有时在习惯面前，连强大的科学都无能为力。比如，电脑键盘上的字母的不规则排列就是习惯的产物。对于键盘上的字母排列为什么会出现这样不规则的组合，有一个最流行的说法，说这是为达到最快的打字速度而设计的。其实这样的组合是一个误区，同时也是一个骗局。

1873年，美国发明家克利斯托弗发明了世界上第一台打字机，键盘完全是按照英文字母的顺序排列的。慢慢地，他发现打字的速度

度一旦加快，键槌就很容易被卡住。他的弟弟给他出了一个主意，建议他把常用字的键符分开布局，这样每次击键的时候，就不会因为连续击打同一块区域而卡死。经过这样不规则的排列后，卡键的次数果然大大减少，但同时打字速度也减慢了。在推销打字机的时候，在利润的驱动下，克利斯托弗对客户说，这样的排列，可以大大提高打字速度，结果所有人都相信了他的说法。现在，人们已经习惯了这样的键盘布局，并始终认为这的确能提高打字速度。

后来国外一些数学家经过研究得出结论，目前的排列是最笨拙的一种，凭借今天的技术，已经完全解决了卡键问题，可现在出现第二种排列的键盘似乎不太可能，因为人们都习惯了。

习惯，据词典解释，是指在长时期里逐渐养成的、一时不容易改变的行为、倾向或社会风尚。它是一把双刃剑。好习惯能使人渐成大器，坏习惯却使人在不知不觉中没落、沉沦。习惯是天使，也是魔鬼。在我们身上，好习惯与坏习惯并存，习惯要么造就我们，要么毁掉我们。一个人成功与否，就在于能否驾驭好习惯。好习惯难以养成，但是容易保持下去；坏习惯容易养成，但是难以摒弃。人们常说，性格决定命运，可决定性格的往往就是习惯。不是有这样的谚语吗？播下一种行为，你将收获一种习惯；播下一种习惯，你将收获一种性格；播下一种性格，你将收获一种命运。

做人如此，做企业也不例外。对于企业来说，同样是播下一种行为，将收获一种习惯；播下一种习惯，将收获一种性格；播下一种性格，企业将收获一种命运。企业的命运系于习惯，企业的兴衰成败跳不出习惯这个如来佛的手心。

目 录

前言	1
一、千里之行,始于习惯	1
1. 人是习惯的动物——习惯的内涵	1
2. 习惯即命运	6
3. 习惯与企业文化	12
4. 习惯与企业执行力	18
5. 习惯与企业“潜规则”	25
6. 思维习惯与行为习惯	34
二、成也习惯,败也习惯	42
1. 好习惯是生产力	42
2. 习惯是习惯者的墓志铭	51
3. 谁为你的旧习惯买单	57
4. 好运气不如好习惯	61
三、企业恶习录	67
1. 规模经济的幻觉——企业经营恶习之一	67
2. 挡不住“大”的诱惑——企业经营恶习之二	75
3. 闪闪的流星——企业管理恶习	82
4. 被市场表象牵着鼻子走——企业营销恶习之一	89
5. 市场不相信眼泪——企业营销恶习之二	94
6. 价格战——企业营销恶习之三	98
7. 投机炒作毁掉了真正的机会	106
8. 大企业病:旧习惯结出的新恶果	111

四、好“习”凭借力,送你上青云	117
1. 创新习惯:企业发展壮大的发动机	117
2. 快鱼吃慢鱼	123
3. 结盟、合作、双赢:企业竞争新习惯	129
4. 商场鏖战急,服务红旗飘	135
5. 客户的需要就是企业的目标	142
6. 品牌搭台,文化唱戏	146
7. 得人才者得天下——企业用人上的好习惯	152
五、这些就是你应具备的好习惯	158
1. 杰出企业家的好习惯	158
2. 创业型老板的好习惯	166
3. 优秀企业管理者的好习惯	171
4. 职业经理人应具备的好习惯	177
5. 优秀员工的好习惯	180
六、好习惯是这样“炼”成的	189
1. “严”字当头	189
2. 循序渐进,小处不可随便	193
3. 罗马不是一天建成的	196
4. 软硬兼施,双管齐下	201
5. 培养员工习惯:把形式当成内容来做	212
6. 从“破窗理论”看员工习惯的养成	217
后记	220

一、千里之行，始于习惯

1. 人是习惯的动物——习惯的内涵

每个人都在不同程度地被自己的习惯所左右。无论我们是否愿意，习惯总是无孔不入，渗透在我们生活的方方面面。于是有人说：“人是习惯的动物。”甚至有人还极端地说：“人是习惯的奴隶。”例如，人们上班时总是习惯走一条固定的路线或是乘坐固定的某路公共汽车；出差时喜欢住在自己熟悉的宾馆；我们的一日三餐与睡眠，都有一定的时间，这就是习惯。如果依着固定的时间饮食作息，就会感到舒适，因为这些已经成为自然的惯性行为。假如超过了吃饭时间，肚子就会抗议；熬了夜，眼睛就不听使唤，因为这是不自然的生活。因此，人类的生活处处受到习惯的支配，我们不能小视它。

然而，习惯还并不仅仅是日常惯例那么简单，它的影响十分深远。人的习惯行为究竟有多大的影响力，科学研究表明，一个人一天的行为中大约只有 5% 是属于非习惯性的，而剩下的 95% 的行为都是习惯性的。这表明人的行为是按习惯进行的，如果不加控制，习惯将影响我们生活的所有方面。想想看，我们大多数的日常活动都只是习惯而已。我们几点钟起床，怎么洗澡，刷牙，穿衣，读报，吃早餐，驾车上班等等，一天之内上演着几百种习惯。小到啃指甲、挠头、握笔姿势以及双臂交叉等微不足道的事，大到一些关系到身体健康的事，比如，吃什么，吃多少，何时吃，运动项目是什么，锻炼时间长短，多久锻炼一次等等，甚至我们与朋友交往，与家人和同事如何相处都是基于我们的习惯。再说得深一点，甚至连我们的性格都是习惯使然。

牧师华理克在他的作品《目标驱动生活》中有这样的论述：“性格其实就是习惯的总和，就是你习惯性的表现。”关于习惯成就性格

的说法并不是最近才提出来的。古希腊哲学家亚里士多德早在公元前 350 年便宣称：“正是一些长期的好习惯加上临时的行动才构成了美德。”

习惯实际上不仅仅影响我们的个人生活，许多心理学家都一致认为，实际上正是习惯引导着整个社会结构和心理机制的改变。19 世纪心理学家威廉·詹姆斯如此写道：“习惯就像一只巨大的飞轮……正是它，使得那些从事最艰苦、最乏味职业的人们没有抛弃自己的工作；也正是它，注定了我们每一个人都只能在自己所接受的教育和最初选择的范畴内与生活展开搏斗，并为那些自己虽然并不认同，但却别无他选的某种追求而付出最大的努力；还是它，把不同的社会阶层清晰地区分开来……

哪怕只有 25 岁，你也能够从这个年轻人的身影上一眼看出未来的推销员、医生、律师，或是首相；哪怕只是一句话，你也能够从中分辨出细微的主观思维模式，以及特定的行为方式。而这些都在表明，他们总有一天逃不过某种命运，就像是衣袖上会出现的褶子一样。我们的性格就像塑料，一旦塑造成形就很难改变，不过，这对于整个社会来说，也未尝不是件好事。”

詹姆斯不仅注意到习惯的巨大力量是如何影响整个社会的架构的，同时，他也指出了改变习惯的艰巨和不易。

人为什么要按习惯做事呢？道理很简单，因为人们相信经验，害怕改变，担心这种改变会为自己带来不必要的麻烦。因为习惯具有力量，习惯的力量就叫做惯性。但遗憾的是，人们的这种习惯实际上并非最佳的选择。所以习惯有好坏之分，好的习惯助人成功，坏的习惯使人受挫。成功是一种习惯，失败也是一种习惯。所以有必要建立好习惯，克服坏习惯。

行为科学的研究表明：如果每次你都能按某种方式行事的话，那么就会出现这样的情形：你如今的行事方式将慢慢占据你的脑海。重复次数越多，你过去的行事方式就越来越模糊，而新行事方式将越来越占据主导地位。

特别是由于从事一种职业时间长了，人们往往会养成思维定式和行为习惯，所以就有了职业习惯。比如警察看谁都像小偷，老师看谁都像学生。所以就有了“秀才遇到兵，有理说不清”，“慈不掌兵”之说。有这样几则关于职业习惯的小故事，可以做这一论点的

注脚：

第一个故事说：妻子和丈夫一起回家，妻子一进门就把门关上。丈夫一边敲门一边喊：“开门，开门，我还没进去哪，真是的！”而做公共汽车售票员的妻子则说：“吵啥吵？坐下一趟吧！”

第二个故事说：某局张局长突然接到一封加急电报。电文是：“母亲去世，父亲病危，望速归。”阅毕，张局长痛不欲生，边哭边在电报回单上签字。邮递员接过回单一看，竟是“同意”二字。

第三个故事说：一个游客乘出租车出游。半路上他拍拍司机的肩膀，想问一件事，没想到吓得司机“哇哇”乱叫。“啊，对不起，没想到会吓着你。”他抱歉道。“没关系，小小误会。”司机道，“我今天刚开出租车，过去我一直是开灵车的。”

第四个故事说：某地方电视台新闻播音员正在播报新闻，这时一张纸条送到他面前，他拿起纸条习惯性地读道：“下面是本台刚收到的消息……”接着打开纸条读起来：“伙计，你的门牙上有一片儿菠菜叶……”

第五个故事说：一警察一日与朋友一起去打猎，忽然，他看见了一只梅花鹿，于是，悄悄地绕到它的身后，举起枪，大声喊道：“不许动，举起手来，不然我就开枪了！”

第六个故事说：蚊帐里有两只蚊子，一只喝饱了肚子，另一只肚子空空。妻子让当检察官的丈夫打蚊子。丈夫出手不凡，一掌拍死了那只喝饱了血的胖蚊子，而对另一只却迟迟不下手，妻子问他为何不打，丈夫说：“证据不足。”

这些虽是笑话，但人们在日常生活中的确会经常碰到，我们在善意地嘲笑别人时，可能自己也无意间犯下类似的“低级”错误。你我他，恐怕都难以避免，人人都有可能充当一次上述故事中的主角。

既然习惯如此“嚣张”，那么到底何谓习惯？但要回答这一问题，并不容易。有一个成语叫“熟视无睹”，它的意思是对熟悉的东西我们会像看不见一样地对待它。同样道理，这可以用在我们对事物的认识上，越是熟悉的事物我们反而越陌生。我们对习惯的认识也往往如此。

对待习惯，我们用我们“习惯”的态度，运用它而漠视它。我们会说“习惯使然”，或“习惯了”，认为习惯只是行为的自然重复，

从不去挖掘它有何深意。其实，习惯并不是简单的行为重复，日本著名的哲学家和评论家三木清，就“习惯”说过一句话：“即使将石头朝同一方向用同样速度扔上千百万次，也不会因此而得到习惯。”这句话显示出习惯绝非一个简单事物。

由于“习惯”是我们太熟悉的字眼，反而不好直接下定义，我们不妨先从它的反面——习惯不是什么说起。

首先，习惯不是束缚。在我们的印象里，习惯意味着固守一定的行为模式，是对个人个性和自由的束缚。其实，这种认识忽视了习惯的由来——习惯来源于我们对环境的能动性适应，正是有了习惯，我们才能克服环境的陌生，才能得以游刃有余。

其次，习惯不是简单的模仿。模仿通常是对他人知识、技术和行为等的模仿，是一种横向的模仿。如果非要说习惯是模仿，那么习惯更多的是自我模仿，是纵向模仿，它更多的是个人对已有成功经验的总结和再利用，是个人“超越性”的模仿。

再次，习惯不是感性的。有人认为习惯是个人情感化的东西，不理性。其实，恰恰相反，习惯中加进了理性的因素，它既可以赋予情感以力量，也可以支配情感。

最后，习惯不是自然物。由于习惯是个人适应环境的产物，它在表面看起来是人自然习得的，但实际上习惯更多的是文化产物。在习惯当中既包含有社会的传统和信仰，又有个人的理想和追求。

那么，习惯到底是什么？要从两方面来理解，从社会来讲，习惯是文化的积淀；从个人来讲，是个人对环境文化的创造性内化的一种形式。我们通常理解的习惯是后一种，即个人意义上的习惯，而往往忽视前一种，即社会角度的习惯。其实习惯得以形成和延续，更多的是前者。

或许可以这样说：习惯是一种定型的行为，是长时间逐渐养成的语言、思维、行为等生活的方式。也可以说，习惯是一种恒常而无意识的行为倾向，反复地在某种行为上产生，是心理或个性中的一种固定倾向。人的思维由两个相互独立的部分构成：显意识和潜意识。显意识便是人的知觉，它负责思考、推理、计算、计划或设定目标。潜意识则是各种事物的仓库，一个人过去的经历和经验便在此存放，包括人的记忆、情感、信仰、价值观等，当然，还有一个人的习惯。这些统统构成了一个人的潜意识。

但归根到底，习惯是一种条件反射。一个动作，一种行为，多次重复，就能进入人的潜意识，变成习惯性动作。人的知识积累、才能增长、极限突破等，都是习惯性动作、行为不断重复的结果。教育家认为，行为一旦变成了习惯，就会成为人的一种需要。

习惯是一种修养。在个人身上，习惯更多地体现为一种修养，具有良好习惯的人，通常具有良好的品质和较好的修养。这种习惯如果能够自由地掌握，那么这个人便可以在他的人生中大有作为。

习惯是一种创造性的力量。虽然习惯让社会或个人的思想和行为成为固态，但习惯本身并不是固态的，人的行为并不是完全相同的，每个行为总是有偶然的因素。习惯总是在对新、旧事物之间的模仿中产生的，它充满了创造的可能性。习惯是一种创造的力量，它无论对社会还是个人都提供了创新的可能性。

习惯是一种文化。从表面上看，习惯是自然而然的行为，是个自然物，其实，习惯是社会传承的，是个社会性的行为，是个文化物，因为它之中包含着一个社会共同体所拥有的价值体系和道德规范。

习惯是一种理性。习惯对人的行为具有理性指导的作用。西方思想家杜威强调习惯是习得的，同时又是可塑的与易变的，强调习惯决定行为的一般方向而不是其具体形式。这说明习惯对人们行为的一般方向有着指导作用。

习惯是一种艺术。在社会中，各种各样具体的习惯形态，各具特色，体现出人们的奇异想象力，如中国人对龙的形象的应用，我们对龙在建筑、雕塑、绘画、书法、文学上的应用已经成为一种习惯。这已经成为具有民族特色和美学意义上的习惯。

以上关于习惯的种种表述，前几种主要是从个人来讲的，强调习惯是个人对环境文化创造性内化的一种形式；后几种主要是从社会角度来讲的，强调习惯是文化的积淀。正是在这两方面的意义上，我们可以具体理解到习惯的真正含义：既可以从社会习惯的角度来看习惯对人的影响，也可以从个人习惯的角度看个人习惯对社会习惯的作用。

2. 习惯即命运

习惯是一种思维定式，也是一种行动的本能。我们习惯在早已习惯的轨道上滑行，我们习惯在习惯的人与事中穿梭。这种轻车熟路的感觉让人安逸舒适，这种美好愉悦的心境让人一路上看到的都是良辰美景。

我们不想改变，因为我们曾经成功过；我们不想改变，因为我们曾经受益于这些宝贵的经验。我们在习惯中自我陶醉，在习惯中慢慢老去……但有一天，当掌声越来越稀少、鲜花越来越暗淡，在行走的道路上出现了不可逾越的高墙时，才蓦然发现，曾经的骄傲早已荡然无存，曾经的经验变成了桎梏，昔日的模式正在蒙灰。检讨自己，你会发现很多的失误源自你的习惯、你的固守。

亚历山大图书馆发生火灾的时候，馆里所藏图书被焚烧殆尽，但有一本不很贵重的书得以幸免。有一个能识几个字的穷人，花了几个铜板买下了这本书。书本身不是很有意思，但书里面却藏着一样非常有趣的东西：一张薄薄的羊皮纸，上面写着一块可以点铁成金的石头的秘密。所谓点铁成金石，是一块小圆石，它能把任何普通的金属变成纯金。小纸片上写着：这块奇石在黑海边可能找到，但是奇石的外观跟海边成千上万的石头没什么两样。谜底在于：奇石摸起来是温的，而普通的石头摸起来是冰凉的。这个穷人于是变卖了家当，带着简单的行囊，露宿于黑海岸边，开始寻找点铁成金石。

他知道，如果他把拣起来的冰凉的石头随手就扔掉的话，那么他可能会重复拣到已经摸过的石头，而无法辨认真正的奇石。为防止这种情况的发生，每当拣起一块冰凉的石头，他就往海里扔。一天过去了，他拣起的石头中没有一块是书中所说的奇石。一个月，一年，二年，三年他还是没找到那块奇石。但是，他不气馁，继续拣石头，扔石头……没完没了。有一天早上，他拣起一块石头，一摸，是温的，但他仍然随手扔进了海里，因为他已经养成了往海里扔石头的习惯。这个扔石头的动作太具习惯性了，以至于当他梦寐以求、苦苦寻觅的奇石出现时，他仍然习惯性地扔到了海里。

英国教育家洛克说：“习惯一旦养成之后，便用不着借助记忆，很容易、很自然地就能发生作用了。”事实确实是这样。就拿那个穷人来说，他多少年风餐露宿，苦苦寻觅，为的就是那块点铁成金石。可是当他找到后，却随手扔到了海里。不是他不想要那块奇石，而是往海里扔石头的习惯性动作迫使他做出了令人遗憾不已的蠢事。他的多年点铁成金梦，也就像肥皂泡一样顷刻破灭了。

“习惯真是一种顽强而巨大的力量，它可以主宰人生。”培根的话就像是对那个穷人说的。即使对今天的我们来说，也不无警示意义。要成就学业、事业，要拥有美好人生，必须养成一种好的习惯，否则，我们也可能把点铁成金石扔进海里，而且是不由自主的。

可见，习惯对我们的生活有着绝大的影响，因为它是一贯的。在不知不觉中，经年累月影响着我们的品德，左右着我们的成败。著名的成功学大师拿破仑·希尔说：我们每个人都受到习惯的束缚，习惯是由一再重复的思想和行为所形成的。只要我们能够掌握思想，养成正确的习惯，我们就可以掌握自己的命运，而且每个人都可以做到。

因此，可以说，习惯即命运。一个人成功与失败，都源于他所养成的习惯。一只木桶盛水的多少，取决于最短的木板，而与最长的木板无关。人的失败往往由自己的某种缺陷所致。好的习惯是人们走向成功、财富的钥匙，而坏的习惯则是通向贫穷的敞开的门。

有个故事说的是一个穷人很穷，一个富人见他可怜，就起了善心，想帮他致富。富人送给他一头牛，叮嘱他好好开荒，等春天来了撒上种子，秋天就可以远离那个“穷”字了。

穷人满怀希望开始奋斗。可是没过几天，牛要吃草，人要吃饭，日子比过去还难。穷人就想，不如把牛卖了，买几只羊，先杀一只吃，剩下的还可以生小羊，长大了拿去卖，可以赚更多的钱。

穷人的计划如愿以偿，只是吃了一只羊之后，小羊迟迟没有生下来，日子又艰难了，忍不住又吃了一只。穷人想：这样下去不得了，不如把羊卖了，买成鸡，鸡生蛋的速度要快一些，鸡蛋可以赚钱，日子立刻可以好转。

穷人的计划又如愿以偿了，但是日子并没有改变，又艰难了，又忍不住杀鸡，终于杀到只剩一只鸡时，穷人的理想彻底崩溃。他想：致富是无望了，还不如把鸡卖了，打一壶酒，三杯下肚，万事

不愁。

很快春天来了，发善心的富人兴致勃勃送种子来，竟然发现穷人正就着咸菜喝酒，牛早就没有了，房子里依然一贫如洗。富人转身走了，穷人仍然一直穷着。

故事里的穷人之所以一直贫穷下去，其根本原因就在于他养成了“穷”的习惯，或者说他的穷是由于自己已经习惯了穷，反过来这穷的习惯又使他愈加穷下去，从此，就陷入了穷的怪圈和恶性循环。

可以说，很多穷人都有过梦想，甚至有过机遇，有过行动，但要坚持到底却很难。而一个投资专家说，他的成功秘诀就是：没钱时，不管再困难，也不要动用投资和积蓄，压力会使你找到赚钱的新方法，帮你还清账单。这是个好习惯。

不仅人是如此，动物也是如此。有这样一个故事就形象阐释了习惯即命运这一道理：一只受了伤的乌鸦一歪一晃地在地上行走。鸭子见了他这副惨状，生了恻隐之心，就走上前去对乌鸦说：“乌鸦兄弟，如果您愿意，让我背着您走吧。”“那太好了！”乌鸦早就求之不得了。

鸭子拼足了全身气力，背起了沉重的乌鸦。可是，没走几步，鸭子就觉得自己的头上像是有什么东西在撞击。他回头一看，原来乌鸦正用嘴尖啄他。

“乌鸦兄弟，您这是干什么？”鸭子不明白。“噢，没什么，这是我的习惯。”乌鸦回答得很顺畅。

鸭子没在意，继续行走。可是又走了没几步，鸭子觉得自己的脖子被什么卡住了。他回头看去——嘿！乌鸦瞪圆了双眼，正使劲咬自己的脖子。

“乌鸦兄弟，您别这样忘恩负义，不识抬举。”“什么？忘恩负义，不识抬举？简直少见多怪，这是我的习惯！”鸭子明白了，背上这种家伙，根本没什么道理可讲。

“好，那就抱歉了。我也有我的习惯！”鸭子说罢，快步奔入水塘，闷头游了起来。乌鸦的下场当然只有喂鱼了。

还有一个类似的故事，故事说：一只小雌猫爱上了男主人，想嫁给他，但是猫没有办法同人结婚。于是它找到爱神维纳斯帮忙，爱神同情它，就把它变成了美女，男主人对它一见钟情。新婚之夜，

爱神想：这个外形是人的猫内心是人还是猫呢？就想试验一下。于是爱神放出一只老鼠，这个美女立即凭本能扑上去准备吃掉老鼠。爱神发现这个美女内心还是猫，于是就使了法术把它又变了回来。

“习惯养得好，终身受其益。”习惯是经过重复或练习而巩固下来的思维模式和行为方式，可见，养成一种好习惯是多么重要！有许多人一直抱有“树大自然直”的想法，而这种想法对一个人的成长极为不利。

因为上帝创造人类，制造了好人，也制造了坏人；而习惯也有好坏之分。譬如一个时常面带笑容、文质彬彬的人，一定处处受人欢迎。好习惯可以帮助你身体健康，生活愉快，而且事业顺利。但如染上赌博、喝酒、吸毒之瘾者，不仅终身不能自拔，甚至步上自我毁灭的道路。因此，好习惯其实是生活的利器，是一个人事业成功的不二法门。

美国学者特尔曼从1928年起对1500名儿童进行了长期的追踪研究，发现这些“天才”儿童平均年龄为7岁，平均智商为130。成年之后，又对其中最具有成就的20%和没有什么成就的20%进行分析比较，结果发现，他们成年后之所以产生明显差异，其主要原因就是前者有良好的学习习惯、强烈的进取精神和顽强的毅力，而后者则甚为缺乏。另外，生活习惯和学习习惯的培养一脉相承，学习习惯不良的孩子，往往在生活上也有许多不良习惯。因此，培养习惯应该从点滴生活小事做起。

习惯的养成，好似通过一再的重复，细绳变成了粗绳，然后再进一步变成绳索。每一次我们重复相同的行为，就增加并强化它，绳索又变成缆绳，再变成链子，最终就成了根深蒂固的习惯，把我们的思想与行为缠得死死的。若是你对失败习以为常，你将易于接受失败的习惯感情，这种感情色彩，将在你所做的一切事情中留下烙印；同样的，如果你能建立起一个成功的模式，你便能够激励起胜利的感情色彩。从这个意义上说，改变了我们的习惯，也就改变了我们的命运走向。

成功人士并不见得比其他人聪明，但是，好习惯让他们变得更有教养、更有知识、更有能力；成功人士也不一定比普通人更有天赋，但是，好习惯却让他们训练有素、技巧纯熟、准备充分；成功人士不一定比那些不成功者更有决心或更加努力，但是，好习惯却

放大了他们的决心和努力，并让他们更有效率、更具条理。

芝加哥大学的本杰明·布鲁姆博士开展了一项对杰出学者、艺术家，以及运动员的研究，前后长达5年之久。研究选取了各个领域中最杰出的20位成功人士进行匿名访谈，其中涉及知名钢琴家、网球运动员、奥林匹克游泳冠军、雕塑家、数学家以及精神病专家等。此外，还对这些成功人士的家人及教师进行了补充访谈，以获取更充分的信息。本杰明和他的同事仔细研究采集到的信息，希望从中找出一丝蛛丝马迹，以解释究竟是怎样的共同点使成功人士能有效开发自己的潜能，让他们和普通人区别开来。最终，他们的研究结果表明，不是天才和天赋造就了这些原本普通人的非凡成就，而是坚忍不拔的好习惯，即不畏挫折与失败，并能在实践中不断地追求与完善。

一个人如此，一个企业更是如此。行为变为习惯，习惯养成性格，性格决定命运。人类是习惯和模式的创造者，熟悉的习惯和模式制约了有效性。我们的企业也扮演着同样的角色。我们总是习惯遵循舒适的“思维模式”，我们总是喜欢稳定性和预见性，因为稳定性和预见性可以让我们感到安全和放心。关于这个世界的看法和认知实在太混乱无序，所以我们的大脑无法对每个细节进行处理。所以我们需要培养对现实的感知能力。但是当世界的变化比我们的思维调整更快速的时候，结果会怎么样？我们会犯错、失误或者无法达到预定的期望值。

在这方面，瑞士钟表曾经给人留下了深刻的教训。瑞士钟表曾在全球市场极为畅销，锐不可当，但它对石英电子表发展的迟钝和漠然以及它的盲目自信，导致20世纪80年代瑞士的两家最大表厂的破产倒闭。

在瑞士，钟表工业称得上国民经济的支柱产业。从1550年第一家表厂建立直到20世纪60年代初，瑞士钟表业稳居世界领先地位，其先进的技术和精密的工艺令外国钟表制造商望尘莫及。60年代，瑞士年产各类钟表近一亿只，产值超过40亿瑞士法郎，世界市场的占有率最高达80%。70年代初瑞士钟表业的顶峰时期，瑞士表厂多达1000余家，从业人员超过9万。这些表厂老板拥有雄厚的家产和优越的社会地位，因而被称为“钟表贵族”。但他们做梦也没有想到，危机已开始悄然降临。