

THE INSPIRING
LESSON CHANGES THE
FATE OF TENS OF
THOUSANDS

改变千万人 命运的励志课

“三分天注定，七分靠打拼。”

弱者为命运寻找借口，强者为命运创造机遇！

翻动这本改变千百人命运的奇书，启动内心深处的
潜在力量，终生受益自信、成功与幸福！

晓路 ◎主编



金城出版社
GOLD WALL PRESS



你了解你的命运吗？你知道如何驾驭自己的命运吗？这本书将告诉你：忍耐、机智和希望是改变命运，创造幸福的不二法门。



序 言

思想的力量

人与人的命运之所以有成功与失败、富有与贫穷、非凡与平庸的分别，就在于人的思想与精神之间存在着差别，在于人的心智之间存在着差别。

《改变千万人命运的励志课》将先进的管理学理念，转化为通俗易懂的系统阐述。我们相信：每个人都拥有无限的潜能，只要他正确运用思想中的积极能动因素，培养起正确运用想象力、欲望、感情和直觉的习惯，那么这个个体生命的潜能也必将被激活。这本书将使你洞明世事、进发活力、精神振奋，办事效率大大提高，潜能得到充分发挥。笔者的唯一愿望就是让本书的读者学会识别机遇、理性分析、坚定意志、果断行动。通过学习，你将拥有当机立断的智慧、主动进取的精神、坚韧不拔的毅力，最终你的命运轨迹也将向成功者靠拢。

“失败是成功之母。”任何人的成功都始于不懈的尝试。不论是成功的尝试还是失败的尝试，都离不开自身思想的指引。因此，思想的力量乃是最神奇的力量。只要我们能够很好地运用这种力量，就能够不断完善自我，不断改善我们的世界，并最终改变我们的命运。《改变你千万人命运的励志课》就是教给我们如何掌握这种神奇的力量，如何恰当地运用这种力量，如何建设性地、创造性地使用这种力量。这也是本书最有价值的地方。

思想能为人拨开迷雾，洞悉本质。它摧毁你内心的一切猜疑、消沉、恐惧、忧郁、软弱，打破局限，消解匮乏；它唤醒沉睡的才能，给你胆魄与活力，令你积极进取、精神百倍；它还将打开你的眼界，增强你的独立人格，令你具有远见卓识；它也将唤醒你对生活之美的感悟，让每一个平凡的日子都多姿多彩。

《改变千万人命运的励志课》分为 24 堂课，建议读者每周学习一

课，书中的每一条箴言都充满了睿智，每一节课都值得我们花一周的时间去细细品味。只要你在阅读本书时不像对待通俗读物那样漫不经心，相信你必将有所收获。

如果你已经认真地阅读了这本《改变千万人命运的励志课》，并将书中的内容付诸实践，你将惊喜地发现你的心灵变得更宽广、事业变得更辉煌，你已经拥有了改变命运的不可思议的力量。用心灵去品读这本书，你的视野将更加丰富，你的内涵将更加深厚，你的人生也必将更加灿烂夺目！



目录

Contents

▶ 第一课 引爆你内在世界的巨大力量/1

我们每个人的身上都隐藏着无穷的潜能，有如一位沉睡的“巨人”，就等待我们用睿智的心语去唤醒他。谁能唤醒他，谁就能在逆境中有希望，危难时不悲伤，失败时有韧劲，迷路时不彷徨。谁能唤醒他，谁就能确立远大目标，创造人生的辉煌。

唤醒心中沉睡的巨人/3

内在的力量能战胜任何困难/5

用信心激发成功的潜能/7

自我暗示是潜能的引爆器/9

做自我激励的高手/10

▶ 第二课 行为的策源地——潜意识/13

潜意识是人的有限心智与无穷智慧之间联系的环节。它是中间的媒介，人通过它，可随时汲取无穷智慧的力量。只有它具有将心智的行动修正的功能，并将其转变为等价物质的秘密程序。

伟大的潜意识/15

成功者都善用潜意识的力量/17

灵感源自潜意识的思考/17

潜意识的思考能造就伟大的成功/18

将潜意识当做解决问题的援手/19

如何化潜意识能量为创造力/21

充分发掘你的潜意识/23

唤醒沉睡的直觉/23

全面完善自己的意识/25

► 第三课 你自己才是最强大的/29

每个人都有自己的优势，绝不要看轻自己。假如一个人尽想着“我办不到”，那他果然就会办不到。自信，是人的意志和力量的体现，是交际能力最重要的素质之一。而缺乏自信，常常是性格软弱和事业不能成功的主要原因，也是培养交际能力最大的心理障碍。

你是最强大的/31

观音就是你自己/32

一切皆有可能/33

说自己行的人一定行/35

不断超越自己/38

我是一切的根源/40

► 第四课 你可以成为任何一类人/43

在我们追求成功的道路上，请带上这句话：“心有多大，舞台就有多大。”当然，我们的行囊里也别忘了带上“知识、能力、机会、友谊、毅力……”只有具备了足够多的成功条件，我们离成功才能近些，再近些，我们的舞台才能大些，再大些。

你可以成为伟人/45

做你想做的人/46

没有人能阻挡你成功/48

你可以做得更好/50

走自己的路/51

肯定并相信自己/52

从优秀到卓越/54

► 第五课 想到就能得到/57

做好每件事，既要心动，更要行动。只会感动羡慕，不去流汗行动，成功就是一句空话。哲人说：“想得好是聪明，计划得好更聪明，做得好是最聪明又最好。”

你最缺少的是什么/59

心有多大舞台就有多大/61

思路有多远你就能走多远/64

勇敢地跳出自我的局限/65

跳多高，由你自己决定/68

修建自己的人生码头/70

永远不要满足现状/71

► 第六课 需要—谋求—行动—成功/74

一个人最重要的是他的内心。世界上许多困难的事情都是由自信心十足的人完成的。如果你有了强大的自信心，成功离你就近了。

你在忙什么/76

花一小时好好筹划你的未来/78

拟定一份切实可行的计划/81

一个行动胜过一百个想法/83

立即行动/85

唯有埋头，才能出头/88

专注为你开辟成功之路/89

► 第七课 你的心态决定你的明天/91

一个人能否成功，就看他的态度了！成功人士与失败者之间的差别是：成功人士始终用最佳的心理状态、最积极的思考、最乐观的精神和最辉煌的经验支配和控制自己的人生。失败者则刚好相反，他们的人生是受过去的种种失败与疑虑所引导支配的。

一个人最重要的是内心/93

不说“我能做多少”，要说“我想做多少”/94

浮躁要不得/96

心宁则智生，智生则事成/98

要有“把事情做得更好”的态度/100

保持一种泰然自若的心态/102

保持最佳心理状态/104

► 第八课 正确思考 = 头脑理性 + 心态积极/108

每一位成功者都具有理性的思考，或有条理的思想诀窍。成功人物即是如此，每一位都具有像机械一般的巧思。

没有比正确的思考更接近成功的了/110

一个成功者也是一个正确的思考者/110

训练自己成为理性的思考者/112

理性的思考者绝不会意气用事/114

扫除否定性的想法/115

积极的思考是激发创意的原动力/117

► 第九课 改变！改变！改变！ /119

改变任何人之前，改变世界之前，需要改变的是你自己。从决定开始，决定，在行动之前。

成功从改变自己开始/121

改变命运从决定开始/123

给自己一个好的改变/125

“恐龙族”的改变之痛/128

每天自己淘汰自己/129

改变念头，命运也会随之改变/131

积极思考，设法改变自己/133

► 第十课 掌握万事万物的规律/135

道就是对自然欲求的顺应。任何事物都有一种天然的自然欲求，谁顺应了这种自然欲求谁就会与外界和谐相处，谁违背了这种自然欲求谁就会同外界产生抵触。所以在这里蕴含了我们看待世界的基本的认识论和方法论。

道法自然——按规律办事 /137

不要抵触社会规则/139

透过假象看清事物的本质/141

做事要讲究条理/143

把握说话的规律/145

通透世局的“轨迹” /148

► 第十一课 成功是打破旧思路的结果/151

在这个世界上，真正缺少的并不是成功的机会，也不是发财

的门路，而是一个好的思维方式，也就是通常所说的好思路。在具备了同等物质基础的条件下，有的人成功了，富有了；有的人却依旧贫穷，仍然平庸。造成这种幸运与不幸差别的关键，就在于有没有一个好的思路。

成功是打破旧思路的结果/153

改变命运从改变观念开始/155

思路一变天地宽/157

换个思路看问题/159

别让墨守成规害了你/161

突破思维定式/163

敢于突破“经验”/166

► 第十二课 成功者的精神法则/169

生命什么都可以缺，譬如失去一只眼睛，或者一条健全的腿，但就是不能失去信念。信念是支撑一个人活下去的支柱，有了这根支柱，在绝望中也能求得生存；失去了这根支柱，在顺境中也会使生命凋零。

世界就是你的镜子/171

支配自己的内心才会获得力量/172

不能失去健康，更不能少了精神/173

激情是成功的第一要素/175

希望是人生的源泉/178

信念左右命运/180

意志比才干更重要/182

▶ 第十三课 积极心态的神奇力量/185

心若改变，你的态度跟着改变；态度改变，你的习惯跟着改变；习惯改变，你的性格跟着改变；性格改变，你的人生跟着改变。

好心态决定好命运/187

积极心态营造成功/188

心态指引方向/190

积极心态促使积极思维/192

好心态都是修炼出来的/195

做自己情绪的主人/196

▶ 第十四课 思想主导人生方向/199

那种促使你成为你梦想的人物，得到一生中你想要的东西，实现你远大目标的力量就在你体内沉睡、休眠，等待着你的召唤，你只需调动这种潜能并加以运用，便能带你脱离平庸的人群，步入精英的行列之中，关键在于你！

怎样思考将决定你一生的成就/201

思想的改变，促成人生的转变/202

懂得让自己的思想控制情感/203

正确思想的力量/204

▶ 第十五课 创造性思考会带来成功/206

创造力和创造性思考，在以往总被认为只有从事科学、技术、艺术等专业工作的人才具有。的确，科学、艺术等工作是非常需要创造力的，然而创造性思考，不限于某种特定工作范围，而且也不只是从事某种特定工作的人才具有。

创造性思考会带来成功/208

成就与财富源于创意/209

创意来自想象/211

谁有创意，谁有机会/212

创意就在你身边/214

想象创造奇迹/217

创造性思考的第一步/219

发展创造性思想/221

创新需要独特思路/222

自由幻想的魔力/223

▶ 第十六课 方法总比问题多/225

在英文里有句话，是说上帝每制造一个问题，就会同时制造3个解决它的方法来。所以，世上只要有问题，就会有解决的方法。而且“方法总比问题多”，只是你暂时没有找到合适的方法而已。

方法成就事业/227

方法总比问题多/228

做事要讲技巧/231

分清轻重缓急/232

用80/20法则调整策略/234

多在细节上下工夫/237

主动想方法/239

用脑子做事/241

▶ 第十七课 没有任何借口/244

制造借口是人类的习惯，这种习惯是难于打破的。柏拉图说过：“征服自己是最大的胜利，被自己所征服是最大的耻辱和

邪恶。”

失败，不需要借口/246

不找借口找原因/248

财富不和借口在一起/249

跳出借口陷阱/250

莫让托词成习惯/252

执行，不找任何借口/255

▶ 第十八课 知识战胜恐惧/257

中国有句古语，叫做“书中自有黄金屋”。虽然时代背景发生了变化，但这句话古话到现在也没有错：勤奋学习终究会有回报。

知识改变命运/259

知识就是能力/260

依靠知识致富/262

知识变多，能力变大/264

积累知识比积累金钱更重要/265

不断给自己充电/267

读书确定一生的方向/269

每天进步一点点/272

▶ 第十九课 改变习惯，改变命运/275

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。因此，只要能够掌握思想，改掉不好的习惯，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。

习惯决定命运/277

改变习惯，改变命运/279

让好的习惯引导成功/280

好习惯源于自我培养/283

戒掉坏习惯，保持好习惯/287

改变习惯从改变态度开始/288

► 第二十课 要有勇敢的心/291

世界是公平的，在这个世界上，不存在永远的不幸者，也不存在永远的幸运者。对苦难的不同态度，往往会导致不同的结果。那些热爱生命的人，会把苦难看做是一种磨练，在与苦难抗争的同时，人性的光彩愈加鲜明。

不要做失败的胆小鬼/293

勇敢的心才会成功/295

感谢苦难带来的一生财富/297

感谢挫折带来的经验/299

人生没有失败，除非放弃/301

勇敢可以战胜一切/304

► 第二十一课 敢于冒险才能变想法为现实/307

生命运动从本质上说就是一次探险，如果不是主动地迎接风险的挑战，便是被动地等待风险的降临。所以，惟有带着沉重的风险意识，敢于怀疑和打破已往的秩序，通过冒险而取得胜利后，才能有保险的生活，才能享受到人生的最高喜悦。

敢于冒险才能成功/309

胆识非凡，事业非凡/311

大胆冒险，尝试去做/314

冒险不是鲁莽行事/316

风险就意味着机遇/318

把冒险精神进行到底/321

► 第二十二课 做创造机遇的强者/324

机会偏爱有心人，它只留意那些有准备的头脑，只垂青那些懂得追求它的人，只喜欢有理想的实干家。倘若饱食终日，无所用心，或一处逆境就悲观失望，灰心丧气，那么，机会是不会自动来拜访的。

成功源于把握机遇/326

弱者等待机会，强者创造机会/328

机遇青睐有准备者/331

抓住人生的每一个机遇/334

主动出击，把握机遇/336

在冷门中觅得机遇/339

于变化中预知机遇/341

当机立断，杜绝犹豫/343

► 第二十三课 结果法则/346

“立即执行”“立即行动”是一切成功的基础，没有什么习惯比拖延更能使人懈怠、减弱工作能力，也没有什么习惯比做事拖延对一个人事业上的成功更为有害。

做事就是要结果/348

行动起来，执著于结果/349

学会协作，创造结果/352

注重效率，使结果最大化/356

对结果负责/361

► 第二十四课 快乐是自己给的/364

良好的心情对健康的积极作用是任何药物都无法代替的；恶劣的心情对健康的危害则犹如任何病原体。所以，我们应该时刻保持一份好心情，开开心心地度过每一天！

每天选择一份好心情/366

想好事，好事降临/368

别跟自己过不去/370

不为小事发怒/372

保持平和的心态/374

第一课 引爆你内在世界的巨大力量

