

李上卿◎编著

听从自己内心的声音

乔布斯的人生忠告

也许你不能成为另一个乔布斯，也许你不能像乔布斯那样创造举世瞩目的辉煌，
但只要你聆听自己内心的声音，释放真正的自我，就一定会收获属于自己的成功。

武汉出版社
WUHAN PUBLISHING HOUSE

需要全本请访问 www.ertongbook.com

（鄂）新登字 08 号

图书在版编目 (CIP) 数据

听从自己内心的声音：乔布斯的人生忠告 / 李上卿编著.
—武汉：武汉出版社，2011.5
ISBN 978-7-5430-5718-0
Ⅰ. ①听… Ⅱ. ①李… 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（2011）第 039750 号

书名：听从自己内心的声音：乔布斯的人生忠告

编　　著：李上卿
本书策划：李异鸣
特约编辑：郭海东
责任编辑：张葆珺
装帧设计：回归线视觉传达
出　　版：武汉出版社
社　　址：武汉市江汉区新华下路 103 号　邮　　编：430015
电　　话：(027) 85606403　85600625
http: //www. whcbs. com　　E-mail：zbs@whcbs. com
印　　刷：北京华戈印务有限公司　　经　　销：新华书店
开　　本：787mm × 1092mm　1/16
印　　张：13.25　　字　　数：211 千字
版　　次：2011 年 5 月第 1 版　2011 年 5 月第 1 次印刷
定　　价：29.80 元

版权所有　侵权必究
如有质量问题，由承印厂负责调换。

Steve Jobs

前言 Foreword

《福布斯》曾点评：苹果公司CEO史蒂夫·乔布斯（Steve Jobs）堪称是科技行业的“终结者”，没有什么能阻挡他前进的脚步。

近三十年来，乔布斯总能在关键的时刻，让他创建的苹果公司创造出惊人的奇迹。更关键的是，乔布斯赋予了苹果电脑独特的精神含义。为此，一代又一代的“苹果”迷追捧着他和他的产品。

在媒体报道中，不难发现乔布斯的几项个人特质，比如“专注”、“完美主义”、“精英主义”、“专制”等等。乔布斯在行销、产品设计与用人标准上，都有独到见解。人们把乔布斯和他的“苹果”当做一个传奇，提到乔布斯，就会把他和一系列艺术品联系起来：iMac，iBook，iPod，iPhone，iPad……

艰难而曲折的28年，乔布斯上演了一出活生生的海明威式神话：“你可以打败我，但你永远打不垮我。”他的身上有无数让人着迷的特质，比如坚韧不拔、知难而进、勇于创新、敢于冒险，等等。

这个全球最酷的企业家、IT产业的艺术家，为世界奉献了一个充满创意的“苹果”。乔布斯似乎拥有无穷无尽的意志力和行动力，他创造出一个又一个商业神话和新奇产品，不仅改变了他自己的现实世界和内心世界，也改变和影响了全球人民的生活方式和对未来科技的认识。很多人研究乔布斯，希望可以从他的辉煌成就中找到一些成功的经验和捷径。

很多人把乔布斯的成功归结于他与生俱来的天赋，认为普通人是无法

达到的。但是，根据脑科学家的研究，天赋起的作用并没有人们想象中的那么重要。几乎任何人，都有可能在他没有天赋的领域成为世界级（或至少是顶尖）的大师。

对于绝大多数，或许是全部未来的消费类电子产品而言，软件都将是核心技术。而“苹果”在软件领域实在是得心应手。他们会做操作系统；他们会做iTunes这样能够同时在PC和Mac上运行的程序；他们会做嵌于设备内部的程序，让你放进iPod和iPhone里面；他们还会做运行于悄无声息之中的后端软件，比如iTunes。他们可以编写各种各样的软件，让它们交织在一起紧密地协同工作。

现在还有哪些其他公司可以把上面这些事情做到极致？肯定寥寥无几。乔布斯和他的工程师们总是对自己的产品变得极端兴奋，原因在于，他们没发现还有谁有能力做出这样的壮举。他们认为，除了自己，没有任何一个掌上设备制造商在软件领域有实力可言。他们干劲倍增，并且更加努力。乔布斯兴奋地说：“这事儿挺不错，让我们搞得更大点。”

著名投资专家约翰·坦普尔顿通过大量的观察研究，得出了一条很重要的原理——“多一盎司定律”，意即只要比正常多付出一丁点就会获得超常的成果。坦普尔顿指出：取得中等成就的人与取得突出成就的人几乎做了同样多的工作，他们所做出的努力差别很小——只是“多一盎司”（在此一盎司表示微不足道的一点重量）。但在取得的成就及成就的实质内容方面，却经常有天壤之别。获得成功的秘密在于不遗余力——加上那一盎司。

多一盎司会使你最大程度地展现自己的工作态度、最大程度地发挥你的天赋，让自身不断升值。

然而，在现实生活中，面对失败和困难时，大多数人总是找各种冠冕堂皇的借口来搪塞，而不是尽自己所能去克服，这样就养成了推卸责任、懒惰散漫的性格。

理论上说，只要内心真正渴望做得更好，任何人都能够做的到。一个

人只有在一个领域深钻下去并做出名堂，才会产生影响，才会获得成功。

乔布斯，这位曾亲手打造了“苹果”帝国的奇人，创造过IT历史上最辉煌的商业奇迹。他也经历过失败和挫折，但是一刻也没放弃过改变和创新的梦想。

你和乔布斯之间唯一的差距在于付出。如果我们足够专注和付出，人人都可以成为乔布斯。

有个好消息告诉大家——现在开始，永远不会太迟。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

Steve Jobs

目录 Contents

第一章 ≫ 努力把今天做好

每一刻都有新机会 / 002
精力充沛地过好今天 / 006
做大事前，先把小事做好 / 010
不要为别人而活 / 014
你现在就很成功 / 018
本章小结 / 022

第二章 ≫ 找到自己热爱的事业

专注能让你赢得更多 / 024
热爱你的工作 / 028
让职业规划见鬼去吧 / 032
兴趣是最好的人生导师 / 036
无论如何都不能丢掉激情 / 040
好运是创造的，不是等来的 / 044
本章小结 / 046

第三章 ≫ 试着超越自己

超越自己接受新的挑战 / 048
学无止境 / 051

完美主义没有错 / 055
只能被模仿，不能被超越 / 059
关注每一个细节 / 063
本章小结 / 066

第四章 ≫ 机遇往往隐藏在困境中

不良少年到超级富翁 / 068
你不会一直倒霉 / 072
被“苹果”开除，于我是最好的事 / 076
善于发现机会的富翁们 / 080
重视你失败的经历 / 084
赶走消极情绪 / 087
本章小结 / 091

第五章 ≫ 我想改变世界，即使我是穷光蛋

口袋空，脑袋不能空 / 094
规则是可以被打破的 / 097
没有什么是我做不了的 / 101
人生具有无限的可能性 / 105
一定要解放思想 / 108
有些成功是因为变通 / 112
机会来了，你准备好了吗 / 116
我的路，我做主 / 120
本章小结 / 124

第六章 ≫ 用一生去“赌博”

我就是我自己的船长 / 126
掌控别人的能力 / 130
谈判高手的策略 / 135
信念决定与众不同 / 139
你的胆量决定你的成功 / 144
人生需要懂得取舍 / 148

本章小结 / 152

第七章 ≫ 成就卓越并不艰难

拿得出手的本领 / 154
把一件事做透 / 157
一技之长不等于只有一项技能 / 162
做我们最擅长的事 / 165
真正的用户至上 / 168
赢家懂得分享成功 / 172
本章小结 / 175

第八章 ≫ 人才是最珍贵的财富

天才也是需要帮手的 / 178
学会尊重，即使你比他强百倍 / 182
成功需要团队的力量 / 185
我和很多天才一起工作 / 189
我的员工比我自己更优秀 / 193
给人才一个适合的舞台 / 198
本章小结 / 202

第一章

努力把今天做好

你是否知道在你的生命中，有什么使命是一定要达成的？你知不知道在你做些无意义事情的时候，这些使命又蒙上了一层灰尘？我们生来就随身带着一件东西，这件东西指示着我们的渴望、兴趣、热情以及好奇心，这就是使命。你不需要任何权威来评价你的使命，没有任何人以及任何权威可以帮你来决定。你需要靠自己来行使这个独特的使命。

每一刻都有新机会

“幸运每个月都会降临，但是如果你没有准备去迎接它，就可能失之交臂。”

那些成功者之所以成功，是因为他敢于冲锋、主动进攻，善于抓住眼前的机遇。有位名人说：我们多数人的毛病是，当机会朝我们奔来时，我们兀自闭着眼睛。机遇从来都不会落在守株待兔者的头上。很少人能够去追寻自己的机会，甚至在绊倒时，还不能见着它。与大多数人相反的是，苹果公司CEO乔布斯绝不是那个守株待兔的人，他不但是卓越的领导者，更是一位善于抓住机会的聪明猎人。

莎士比亚说过：好花盛开，就该尽先摘，莫待美景难再，否则一瞬间，它就要凋零萎谢，落在尘埃。

事实证明，聪明并且善于抓住机会的乔布斯最终成就了自己。

乔布斯从小生活在著名的“硅谷”附近，邻居都是“硅谷”元老——惠普公司的职员，在这些人的影响下，乔布斯从小就很迷恋电子学。一个惠普的工程师看他如此痴迷，就推荐他参加惠普公司的“发现者俱乐部”。这是个专门为年轻工程师举办的聚会，每星期二晚上在公司的餐厅中举行。就在一次聚会中，乔布斯第一次见到了电脑，他对计算机开始有了朦胧的认识。

有一次，乔布斯和他的同伴沃兹在一个老牌黑客那里，见识了一种盗打长途电话的装置。乔布斯觉得这是可以尝试的，于是两人决定设计出自己的装置。经过几次试验后，沃兹设计了一个性能良好的称为“蓝匣子”的电子装置。当他们向身边朋友展示时，竟然人人都想问他们要上一台。乔布斯抓住这个机会，在校园里推销“蓝匣子”。第一批每台卖40美元，由于大家非常追捧，乔布斯逐渐提价到150美元并同时提供售后服务，产品越来越受欢迎，最

后竟然卖到了300美元。

大学的时候，乔布斯只读了一个学期就退学了，他觉得学习并不适合他，学校也不能提供他内心真正想要的东西。

乔布斯开始重新思考他和沃兹的各自特点：他缺乏沃兹在技术上的卓越天赋，但是，他知道如何把一个产品转化为利润。既然少年时的“蓝匣子”这么成功，那就一定还能设计出别的东西，然后拿出来卖。但那是什么呢？他开始努力寻找下一个成功的机会，梦想着有一天能够拥有一台自己的计算机。

这个时候，沃兹已经设计出了电路板。乔布斯知道后很高兴，他告诉沃兹，要把这项技术变成电子企业。1976年，26岁的乔布斯和他年轻的同伴们成立了自己的公司，起了一个让后人疯狂痴迷的名字——“苹果”。

万事开头难，苹果公司刚刚成立的时候，举步维艰。1976年7月的一天，零售商保罗·特雷尔来找乔布斯，当看完乔布斯熟练地演示电脑后，他认为“苹果”机大有前途，决意冒一次风险——订购50台整机，但要求一个月内交货。乔布斯喜出望外，立即签约，拍板成交，这可是第一笔“大生意”。乔布斯抓住了这个机会，让苹果公司迎来了转机。

1976年10月，百万富翁马尔库拉慕名前来拜访乔布斯。马尔库拉是位训练有素的电气工程师，且十分擅长推销工作，被人们称为推销奇才。看到这两个年轻人的新产品，马尔库拉决定帮助他们制定一份商业计划，给他们贷款69万美元。有了马尔库拉这样行家的指导，以及这笔巨资，苹果公司的发展速度大大加快了。

“幸运每个月都会降临，但是如果你没有准备去迎接它，就可能失之交臂。”乔布斯的成功告诉我们一个真理：抓住了机会，就是抓住了成功。机不可失，时不再来。有很多人明白这个道理，但现实中大多数人却是等到机会从身边溜走之后，才恍然大悟，如梦初醒。

记得有这样一则寓言故事，某个小村落，下了一场非常大的雨，洪水开始淹没全村，一位神父在教堂里祈祷，眼看洪水已经淹到他的膝盖了。

一个救生员驾着舢板来到教堂，跟神父说：“神父，赶快上来吧！不然洪

需要全本请访问 www.ertongbook.com

水会把你淹死的。”

神父说：“不！我深信上帝会来救我的，你先去救别人好了。”

过了不久，洪水已经淹过神父的胸口了，神父只好勉强站在祭坛上。

这时，又有一个警察开着快艇过来，跟神父说：“神父，快上来，不然你真的会被淹死的。”

神父说：“不，我要守住我的教堂，我相信上帝一定会来救我的。你还是先去救别人好了。”

又过了一会，洪水已经把整个教堂淹没了，神父只好紧紧抓住教堂顶端的十字架。

一架直升飞机缓缓飞过来，飞行员丢下了绳梯之后大叫：“神父，快上来，这是最后的机会了，我们可不愿意见到你被洪水淹死。”

神父还是固执地说：“不，我要守住我的教堂！上帝一定会来救我的。你还是先去救别人好了。上帝会与我同在的。”

洪水滚滚而来，固执的神父终于被淹死了。

神父上了天堂，见到上帝后很生气地质问：“主啊，我将终生奉献给您，您为什么不肯救我？”

上帝说：“第一次，我派了舢板来救你，你不要；第二次，我又派一只快艇去，你还是不要；第三次，我派一架直升飞机来救你，结果你还是不愿意接受。所以，我以为你急着想要回到我的身边来。”

如果乔布斯看见这个故事一定认为这个神父太愚蠢，如果神父能抓住任何一个机会都能得救，而他却让机会白白溜走。

乔布斯之所以被戏称为“乔不死”，就是因为他善于在做事情之前观察时机，不错过身边的任何一次机会，达到成功。对每个渴望成功的人来说，抓住每个新的机会就是抓住了成功。

机遇对任何人都是平等的，关键要看我们是不是一个有心人。有人这样评价机会对成功人士的重要性：“那些成大事的人不但是捕捉机遇、创造机遇的高手，而且惯于在风险中猎获机遇。”仔细想想颇有一番道理。机会不会自

己送上门来，要靠我们自己去抓住，去把握。

时刻做好准备，等待机会的来临吧！成功者和失败者的区别在于，成功者能把握住机会。人生的机会并不是很多，错过了就永远也回不来了。弱者错失机会，智者把握机会，强者创造机会！

精力充沛地过好今天

“只有把握今天，不断地汲取、积累知识，学会如何做人、做事，才能拥有对于明天的主动权，才能拥有抉择明天的权利！”

有句话很有道理，人的一生中只有三天：昨天、今天和明天。昨天已经过去，永不复返；今天就在眼前，但很快就要过去；明天还未到来，很难掌握。一个人要想成功，关键在于抓紧今天，珍惜时间。人的一生犹如江河中的流水那样，每时每刻都在发生着各种变化。许多人不知道把握今天，不懂得把握眼前的每一次即便是很小很小的机会，总是梦想着我将要如何如何。

时间不能像金钱一样被人们存入银行，以备不时之需。能使用的只有被给予的那一瞬间，也就是今天和现在，今天一旦错过将一去不复返。既然我们还没有掌握明天的能力和资本，那我们就必须把握好今天。可以这么说，今天所做的一切，都关系到明天的成败。

乔布斯就是一个懂得把握住当前的典范。他永远把主动权掌握在自己的手中，他明白只有把握今天，不断汲取、积累自己的知识，学会如何做人、做事，才能拥有对于明天的主动权，才能拥有抉择明天的权利！

2004年，乔布斯被诊断患了癌症。他在一次演讲时提到了他的这段经历：

“我当时甚至不知道胰脏究竟是什么。医生告诉我，几乎可以确定这是一种不治之症，顶多还能活3~6个月，建议我回家，把诸事安排妥当。这是医生对临终病人的标准用语。这意味着我得把今后10年要对子女说的话用几个月的时间说完；这还意味着向众人告别的时间到了。

“我整天和那个诊断书一起生活，直到有一天早上医生给我做了一个切片检查。我使用了镇静剂，太太在旁边陪着我。那时我害怕极了，怎么面对明天，明天会怎样，我甚至都不敢想，我不把今天的事情留给明天，因为我知道

明天是永远不会来临的。我努力让自己冷静，清醒地面对问题。于是提醒自己快死了，是我在人生中面临重大决定时，所用过最重要的方法。而且这个方法能让你直面自己的内心。人赤条条地来，赤条条地走，没有理由不听你内心的呼唤。”

“因为几乎每件事——所有外界期望、所有的名声、所有对困窘或失败的恐惧——在面对死亡时，都将烟消云散，只有最真实重要的东西才会留下。在我所知道的各种方法中，提醒自己即将死去也是避免掉入‘畏惧失去’这个陷阱的最好办法。”

乔布斯积极地配合治疗，2004年他接受了癌症手术，2009年3月前往田纳西州孟菲斯进行了肝脏移植。他说，他的新肝脏来自一位死于车祸的20多岁年轻人。手术后的乔布斯显得活力四射，精力充沛，好像什么事也没有发生一样。

战胜了癌症的乔布斯，打算同他真正的对手——比尔·盖茨展开一场新的战斗。他和他的苹果公司研发出了iMovie、iWork等全新的软件系统，开始将软件和硬件结合，以最大限度地发挥苹果公司的特色……

乔布斯重返工作岗位后，苹果公司表示，他每星期都将在家里工作几天。这位总裁还被看见出现在“苹果”位于加利福尼亚的园区，并在公司食堂用餐。乔布斯已经在一些活动中现身，包括新一代iPod媒体播放器发布会、2010年1月份iPad首次亮相、苹果公司的股东会议以及iPhone新软件介绍会。iPad于2010年4月3日开始销售时，他还访问了家乡帕洛阿尔托的“苹果”商店，就新产品与顾客进行交谈，并与妻子参加了洛杉矶的奥斯卡颁奖典礼。

乔布斯对待任何困难即使是重病，他都不会放弃自己、放弃今天。因为他深知明日可遇不可求，自己的前程只能靠现在去开拓争取。紧紧把握住今天，拥有今天才拥有真实，把握住今天才能把握住明天。

今天是昨天的延续，明天的资本。在今天，该写的诗，让它充满浪漫；该绘的画，让它大放光彩；该谱的曲，让它豪迈奔放；该给予的爱，让它岩浆般炽烈；该追求的就要大胆地追求，不让终生遗憾。

佛家流传着这样一个故事。

有个小和尚，他的职责就是保持寺庙里院子的清洁。每天早晨，他都要早早起床将院子清扫一遍。清晨起床扫落叶实在是一件苦差事，尤其是在每年的秋冬之际，每一次刮风时，大量的树叶就会随风漫天飞舞而下。每天早晨都需要花费许多时间才能清扫完树叶，这让小和尚头痛不已，他绞尽脑汁想找一个好办法让自己轻松一些。

后来庙里有一个自以为聪明的和尚得知小和尚的想法后，对他说："你在明天打扫之前先使劲摇树，把树上剩下的树叶全部摇下来，后天不就可以不用扫落叶了嘛。"

小和尚听罢，觉得这确实是个一劳永逸的好办法，第二天就起了个大早，使劲摇晃树干。可是，第二天，依旧如往日一样落叶满地，他还得继续扫。

这时寺庙的住持走了过来，见小和尚闷闷不乐的样子，问清原委之后对他说："傻孩子，无论你今天怎么用力，明天的落叶还会飘下来的。"

这个故事告诉我们，世界上有很多事情是无法提前来完成的。脚踏实地地把握好今天，才是面对人生最正确的态度。

人生其实不需要过多的期待明天，因为明天毕竟是个未知数，我们不知道明天会发生什么事。如果一个人一味地期待明天，那么就会在无意中浪费今天，使今天的美好时光在漫不经心中白白度过。所以，要想取得成功，关键就是要努力拼搏，奋发向上，就是要把握好每一个今天。

自己到底有没有充实地过好今天？有没有荒废今天？有没有把希望都寄托在明天？到底还有没有地方需要改进？这都是一些最基本的问题，听一听"心"的回答。我们就是要从这些回答中找出问题，并解决它，这样我们才能不断进步，才能把握好每一天！

在生活中，一些人常常沉湎于回忆昨日失去的梦，奢望未来有美好的前景，却往往忽略了真真实实的今天。其实，不必一味地回顾昨天，因为已走过的足迹已经被历史的尘埃所埋没，总是回顾过去，虽然也会找到闪亮的记忆，但往往更多的却是惆怅和遗憾；也不要总奢望未来，因为未来的一切如海市蜃楼般缥缈，似彩虹般遥远。时间是一把无往不利的暗器，无论谁都挡不住它无声无息的进攻。

时间，如天上的云彩，翩然而来，又翩然而去。无论昨天是激情、宁静，还是哀叹、凄凉，都已成为过眼云烟。生活中大多数时光是平淡无奇的，我们需要为自己人生的不平常做好充分的准备。如果你把每一天都当成生命里的最后一天，你将在未来的某一天发现原来一切皆在掌握之中。

我们对明天虽然有无限的向往和憧憬，但毕竟未来我们都无法预测。只有今天，才是真正实在的。在今天的人生轨道上，昨天的成功与失败都显得苍白暗淡。今天可以抹去昨天的一切，昨天的理想可以在今天的沃土中埋入希望的种子，明天就会有百花吐艳、硕果累累。

只有把握住今天，才不会虚度光阴；只有把握住今天，才是真正把握住了自己的生命；只有把握住今天，才会有一个充实、无悔的人生！就让我们像乔布斯一样，以积极的心态去面对每一天吧！踏踏实实过好每一天，这样我们才能拥有一个美好的明天。

需要全本请访问 www.ertongbook.com