

羊皮卷丛书



QUARANTE-TROISIEME

# 努力进取成功

NULIJINQUCHENG GONG

numéro

Directeur

## 羊皮卷

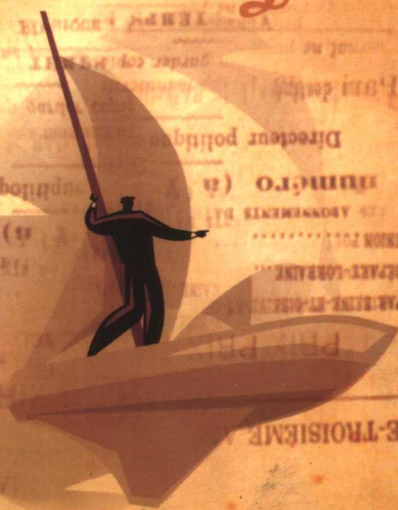
འགྲུ་སྒྲིག་པ་ཨ་ཁྱེ་ལྷ་མོ་ཨ་ཁྱེ་ལྷ་མོ་



00/0

%

£



QUARANTE-TROISIEME

中国戏剧出版社



羊皮卷丛书

努力进取成功羊皮卷

叶可行 主编

中国戏剧出版社



## 图书在版编目(CIP)数据

羊皮卷丛书/叶可行主编. —北京:中国戏剧出版社, 2005. 11

ISBN 7-104-02305-4

I. 羊… II. 叶… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 133117 号

## 羊皮卷丛书

责任编辑:张榕 李宝云

责任出版:冯志强

出版发行:中国戏剧出版社

社 址:北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码:100089

电 话:84042552(发行部)

传 真:84002504(发行部)

电子信箱:fxb@xj.sina.net(发行部)

经 销:全国新华书店

印 刷:北京海德印务有限公司

开 本:850mm×1168mm 1/32

印 张:166

字 数:2800 千字

版 次:2005 年 11 月 北京第 1 版第 1 次印刷

书 号:ISBN 7-104-02305-4/C·217

定 价:566.00 元(全二十册)

版权所有 违者必究

# 目 录

|                            |             |
|----------------------------|-------------|
| <b>第一篇 树立进取的目标 .....</b>   | <b>(1)</b>  |
| 有目标才会成功 .....              | (1)         |
| 目标是构筑成功的砖石 .....           | (3)         |
| 选择明确的目标 .....              | (9)         |
| 如何设定目标 .....               | (15)        |
| 制定目标首先要考虑自己的兴趣和爱好 .....    | (23)        |
| 设定超越自我的目标 .....            | (27)        |
| <b>第二篇 制订个人成功计划 .....</b>  | <b>(32)</b> |
| 价值连城的个人成功计划 .....          | (32)        |
| 列出你的计划 .....               | (33)        |
| 你要在心里,确定希望拥有的具体数字 .....    | (35)        |
| 坚强的决心可以创造奇迹 .....          | (35)        |
| 三十天的改善计划 .....             | (38)        |
| <b>第三篇 永远对生活充满热忱 .....</b> | <b>(43)</b> |
| 热忱是一种重要的力量 .....           | (43)        |
| 热忱——内心的神 .....             | (58)        |
| 永远有颗热忱之心 .....             | (65)        |
| <b>第四篇 进取心是成功的要素 .....</b> | <b>(79)</b> |
| 有进取心才能成功 .....             | (79)        |

|                           |              |
|---------------------------|--------------|
| 学习不为报酬而工作 .....           | (80)         |
| 人们会追随积极进取的人 .....         | (82)         |
| 找出你喜爱的工作 .....            | (83)         |
| 要做得多过报酬 .....             | (85)         |
| 不计报酬而报酬更多 .....           | (87)         |
| 失中有得 .....                | (88)         |
| 不要让不满埋葬自己 .....           | (90)         |
| 先把眼前的事做好 .....            | (94)         |
| 把别人对你的嘲笑视为称赞 .....        | (96)         |
| 美国销售始祖成功的秘诀 .....         | (99)         |
| 成功者不怕遭人戏弄 .....           | (101)        |
| <b>第五篇 好学就要不耻下问 .....</b> | <b>(106)</b> |
| 一盏小灯启发伽利略发明 .....         | (106)        |
| 铸物始祖麦克兰从发问获得成功 .....      | (108)        |
| 不耻下问是放之四海而皆准的行为准则 .....   | (110)        |
| 在竞争中知识为你创造财富 .....        | (112)        |
| 波斯王子靠自己的本领获救 .....        | (115)        |
| 洛克公司矗立在知识的基础之上 .....      | (119)        |
| 牛顿的财富来源于知识 .....          | (122)        |
| 巴赫靠知识脱颖而出 .....           | (126)        |
| <b>第六篇 让自己充满信心 .....</b>  | <b>(131)</b> |
| 应该使自己充满自信 .....           | (131)        |
| 培养强烈的自信心 .....            | (132)        |
| 让自信成为成功的基石 .....          | (135)        |
| 建立自信的 7 个步骤 .....         | (137)        |
| 生活不会辜负你充满自信的预期 .....      | (143)        |

|                                     |              |
|-------------------------------------|--------------|
| 排除否定自己的意念 .....                     | (147)        |
| 看重自己,相信自己 .....                     | (151)        |
| 充满自信地评定自我价值 .....                   | (156)        |
| <b>第七篇 专心致志才能成功 .....</b>           | <b>(164)</b> |
| 习惯是一种力量 .....                       | (164)        |
| 自信与欲望是成功的主因 .....                   | (166)        |
| 集中注意力能调整思想 .....                    | (168)        |
| 凡事专注必定能达到成功 .....                   | (170)        |
| 选择使头脑冷静下来 .....                     | (172)        |
| 如何奏效 .....                          | (173)        |
| 这是你的选择 .....                        | (174)        |
| 在一天中经常使大脑得到短暂的休息 .....              | (175)        |
| 把你的注意力集中在某个<br>具体、令人愉快、平静的事物上 ..... | (176)        |
| 听轻音乐 .....                          | (177)        |
| 每天早晨集中注意力于你的指导准则 .....              | (178)        |
| 安排时间进行安静的思考 .....                   | (180)        |
| 一次只做一件事 .....                       | (180)        |
| 学会专注 .....                          | (182)        |
| 把握现在 .....                          | (183)        |
| <b>第八篇 不断攀登人生高峰 .....</b>           | <b>(187)</b> |
| 生活的目标要不断调整更新 .....                  | (187)        |
| 人生的价值在于不断进取 .....                   | (188)        |
| 学习孩子们那种积极向上的精神 .....                | (190)        |
| 同“变化”交朋友 .....                      | (191)        |
| 在工作中发展自己 .....                      | (194)        |

|                            |              |
|----------------------------|--------------|
| 保持性格的高度灵活性.....            | (197)        |
| <b>第九篇 不忘享受快乐的人生 .....</b> | <b>(201)</b> |
| 培养快乐的心里.....               | (201)        |
| 不为别人的批评而不快乐.....           | (225)        |
| 支配你的工作和金钱.....             | (233)        |

# 第一篇 树立进取的目标

## 有目标才会成功

据美国劳工部统计,每 100 个美国人当中,只有 3 个人能在六十五岁时,可以获得经济上某种程度的无忧无虑。

每 100 个六十五岁(或以上)的美国人当中,97 个人一定要依赖他们每个月的社会保险支票才能生存。这是不是表示美国的梦想已经破裂了? 这是不是表示通货膨胀已失去了控制? 是不是表示石油输出国家组织控制了美国的能源供应,因而引起世界性的经济不景气?

世界经济情况对美国的生活确实有影响。在不景气时期,以及人工刺激经济复苏的阶段内,美国人民的生活是很艰苦的。不过,另有一些主观因素,拿破仑·希尔认为它们与环境因素同等重要。

每 100 个从事高薪职业——例如律师、医生——的美国人当中,只有 5 个人活到六十五岁时,不必依赖社会保险金。你听到这项统计数字之后,是否大吃一惊呢? 不管人们在他们最具生命力的年龄中获得怎样的收入,但是只有如此少数的个人能

达到可观的经济成就。

大多数人都幻想他们的生命是永恒不朽的。他们浪费金钱,时间以及心力,从事所谓的“消除紧张情绪”的活动,而不是去从事“达成目标”的活动。大多数人每周辛勤工作,赚够了钱,在周末把它们全部花掉。

大多数人希望命运之风把他们吹进某个富裕又神秘的港口。他们盼望在遥远未来的“某一天”退休,在“某地”一个美丽的小岛上过着无忧无虑的生活。倘若问他们将如何达到这个目标。他们回答说,一定会有“某种”方法的。

如此多的人无法达成他们的理想其原因在于:他们从来没有真正定下生活的目标。

拿破仑·希尔告诉我们,有了目标才会成功。

目标是对于所期望成就的事业的真正决心。目标比幻想好得多,因为它可以实现。

没有目标,不可能发生任何事情,也不可能采取任何步骤。如果个人没有目标,就只能在人生的旅途上徘徊,永远到不了任何地方。

正如空气对于生命一样,目标对于成功也有绝对的必要。如果没有空气,没有人能够生存;如果没有目标,没有任何人能成功。所以对你想去的地方先要有个清楚的范围才好。

马亨芮先生能够从周薪 25 美元的工作,迅速升至副董事长的职位,不久后又升任优良幽默公司的董事长,是因为他有目标随时鞭策自己的缘故。他对目标的解释是:“你过去或现在的情况并不重要,将来想要获得什么成就才最重要。”

## 目标是构筑成功的砖石

拿破仑·希尔说,正确的心态即 PMA 只是成功战略的第一步,一旦打下了基础,你就可以在上面建筑了,而目标则是构筑成功的砖石。

目标的作用不仅是界定追求的最终结果,它在整个人生旅途中都起作用,目标是成功路上的里程碑,它的作用是极大的:

### 目标使我们产生积极性

你给自己定下目标之后,目标就在两个方面起作用:它是努力的依据,也是对你的鞭策。目标给了你一个看得着的射击靶。随着你努力实现这些目标,你就会有成就感。对许多人来说,制定和实现目标就像一场比赛,随着时间推移,你实现一个又一个目标,这时你的思想方式和工作方式又会渐渐改变。

有一点很重要,你的目标必须是具体的,可以实现的。如果计划不具体——无法衡量是否实现了——那会降低你的积极性。为什么?因为向目标迈进是动力的源泉,如果你无法知道自己向目标前进了多少,你就会泄气,甩手不干了。

拿破仑·希尔举了个真实的例子,说明一个人若看不到自己的进步,就会有怎样的结果:

1952年7月4日清晨,加利福尼亚海岸笼罩在浓雾中。在海岸以西21英里的卡塔林纳岛上,一个三十四岁的女人涉水下到太平洋中,开始向加州海岸游过去。要是成功了,她就是第一个游过这个海峡的妇女,这名妇女叫费罗伦丝·查德威克。在

此之前，她是从英法两边海岸游过英吉利海峡的第一个妇女。

那天早晨，海水冻得她身体发麻，雾很大，她连护送她的船都几乎看不到。时间一个钟头一个钟头过去，千千万万人在电视上看着。有几次，鲨鱼靠近了她，被人开枪把它吓跑。她仍然在游。在以往这类渡海游泳中她的最大问题不是疲劳，而是刺骨的水温。

十五个钟头之后，她又累，又冻得发麻。她知道自己不能再游了，就叫人拉她上船。她的母亲和教练在另一条船上。他们都告诉她海岸很近了，叫她不要放弃。但她朝加州海岸望去，除了浓雾什么也看不到。

几十分钟之后——从她出发算起十五个钟头零五十五分钟之后，人们把她拉上船。又过了几个钟头，她渐渐觉得暖和多了，这时却开始感到失败的打击，她不加思索地对记者说：“说实在的，我不是为自己找借口，如果当时我看见陆地，也许我能坚持下来。”

人们拉她上船的地点，离加州海岸只有半英里！后来她说，令她半途而废的不是疲劳，也不是寒冷，而是因为她在浓雾中看不到目标。查德威克小姐一生中就只有这一次没有坚持到底。两个月之后，她成功地游过同一个海峡。她不但是第一位游过卡塔林纳海峡的女性，而且比男子的纪录还快了大约两个钟头。

查德威克虽然是个游泳好手，但也需要看见目标，才能鼓足干劲完成她有能力完成的任务。当你规划自己的成功时千万别低估了制定可测目标的重要性。

## 目标使我们看清使命

每一天，我们都可能遇到对自己的人生和周围的世界不满

意的人。你可知道,在这些对自己处境不满意的人中,有 98% 对心目中喜欢的世界没有一幅清晰的图画,他们没有改善生活的目标,没有一个人生目的去鞭策自己。结果是,他们继续生活在一个他们无意改变的世界上。

拿破仑·希尔曾听一位医生讲到退休问题。这位医生对活到百岁以上老人的共同特点作过大量研究,他叫听众思考一下这些人长寿有什么共同的因素,大多数听众以为这位医生会列举食物、运动、节制烟酒以及其他会影响健康的东西。然而,令听众惊讶的是,医生告诉他们,这些寿星在饮食和运动方面没有什么共同特点。他发现,他们的共同特点是对待未来的态度——他们都有人生目标。

制定人生目标未必能使你活到一百岁,但必定能增加你成功的机会。人生倘若没有目的,你也许会一事无成。正如贸易巨子 J·C·宾尼所说:“一个心中有目标的普通职员,会成为创造历史的人;一个心中没有目标的人,只能是个平凡的职员。”

### 目标有助于我们安排轻重缓急

制定目标的一个最大的好处是有助于我们安排日常工作的轻重缓急。没有这些目标,我们很容易陷进跟理想无关的日常事务当中。一个忘记最重要事情的人,会成为琐事的奴隶,有人曾经说过,“智慧就是懂得该忽视什么东西的艺术”。道理就在于此。

### 目标引导我们发挥潜能

许多年前,某报作过 300 条鲸鱼突然死亡的报道。这些鲸鱼在追逐沙丁鱼时,不知不觉被困在了一个海湾里。弗里德里

克·布朗·哈里斯这样说：“这些小鱼把海上巨人引向死亡，鲸鱼因为追逐小利而暴死，为了微不足道的目标而空耗了自己的巨大力量。”

没有目标的人，就像故事中的那些鲸鱼，他们有巨大的力量与潜能，但他们把精力放在小事情上，而小事情使他们忘记了自己本应做什么。说得明白一点，要发挥潜力，你必须全神贯注于自己有优势并且会有高回报的方面。目标能助你集中精力。另外，当你不停地在自己有优势的方面努力时，这些优势会进一步发展。最终，在达到目标时，你自己成为什么样的人比你得到什么东西重要得多。

### 目标使我们有能力把握现在

成功人士能把握现在。人在现实中通过努力实现自己的目标，正如希拉尔·贝洛克说：“当你做着将来的梦或者为过去而后悔时，你惟一拥有的现在却从你手中溜走了。”

虽然目标是朝着将来的，是有待将来实现的，但目标使我们能把握住现在。为什么呢？因为这样能把大的任务看成是由一连串小任务和小的步骤组成的，要实现任何理想，就要制定并且达到一连串的目标。每个重大目标的实现都是几个小目标小步骤实现的结果，所以，如果你集中精力于当前手上的工作，心中明白你现在的种种努力都是为实现将来的目标铺路，那你就能成功。

### 目标有助于评估进展

不成功者有个共同的问题，他们极少评估自己取得的进展。他们大多数人或者不明白自我评估的重要性，或者无法量度取

得的进步。

目标提供了一种自我评估的重要手段。如果你的目标是具体的,看得见摸得着的,你可以根据自己距离最终目标有多远来衡量目前取得的进步。有了目标,我们就不会像那个制作自己最新发明模型的发明家一样:他制作的模型有无数的飞轮、齿轮、滑轮和电灯,一按电钮,就动起来,而且灯会亮。有人问:“这个机器干什么的?”发明家回答说:“它不干什么,但是,这机器的运转不是挺优美的吗?”

### 目标使我们未雨绸缪

成功人士总是事前决断,而不是事后补救的。他们提前谋划,而不是等别人的指示。他们不允许其他人操纵他们的工作进程。不事前谋划的人是不会有进展的。我们以《圣经》中的诺亚为例,他并没有等到下雨了才开始造他的方舟。

目标能帮助我们事前谋划,目标迫使我们把要完成的任务分解成可行的步骤。要想制作一幅通向成功的交通图,你就要先有目标。正如 18 世纪发明家兼政治家富兰克林在自传中说的:“我总认为一个能力很一般的人,如果有个好计划,是会有大作为的。”

### 目标使我们把重点从 工作本身转到工作成果

不成功者常常混淆了工作本身与工作成果。他们以为大量的工作,尤其是艰苦的工作,就一定会带来成功。(但任何活动本身并不能保证成功,且不一定是有用的。要一项活动有意义,就一定要朝向一个明确的目标,)也就是说,成功的尺度不是做

了多少工作,而是做出多少的成果。

关于这个概念,最好的例子是法国博物学家让·亨利·法布尔所做的一项研究的结果。他研究的是巡游毛虫。这些毛虫在树上排成长长的队伍前进,由一条虫带头,其余跟着,法布尔把一组毛虫放在一个大花盆的边上,使它们首尾相接,排成一个圆形。这些毛虫开始行动了,像一个长长的游行队伍,没有头,也没有尾。法布尔在毛虫队伍旁边摆了一些食物,但这些毛虫要想吃到食物就必须解散队伍,不再一条接一条前进。

法布尔预料,毛虫很快会厌倦这种毫无用处的爬行,而转向食物,可是毛虫没有这样做。出于纯粹的本能,毛虫沿着花盆边一直以同样的速度走了七天七夜。它们一直会走到饿死为止。

这些毛虫遵守着它们的本能、习惯、传统、先例、过去的经验、惯例,或者随便你叫它什么好了。它们干活很卖力,但毫无成果。许多不成功者就跟这些毛虫差不多,他们自以为忙碌就是成就,干活本身就是成功。

目标有助于我们避免这种情况发生。如果你制定了目标,又定期检查工作进度,你自然就把重点从工作本身转移到工作成果,单单用工作来填满每一天,这看来再也不能接受了。做出足够的成果来实现目标,这才是衡量成绩大小的正确方法。随着一个又一个目标的实现,你会逐渐明白要实现目标要花多大的力气,你往往还能悟出如何用较少时间来创造较多的价值,这会反过来引导你制定更高的目标,实现更伟大的理想。随着你的工作效率的提高,你对自己,对别人也会有更准确的看法。

## 选择明确的目标

你是否有一个目标或目的？你必须有一个，因为你难以达到你并未曾有的目标，正像要你要从一个从未到过的地方回来一样。

除非你有确实、固定、清楚的目标，否则你就不会察觉到内在最大的潜能，你永远只是“徘徊的普通人”中的一个，尽管你可以是个“有意义的特殊人物。”

一个没有目标的人就像一艘没有舵的船，永远漂流不定，只会到达失望、失败和丧气的海滩。前美国财务顾问协会的总裁刘易斯·沃克曾接受一位记者问题采访，有关稳健投资计划基础。他们聊了一会儿后，记者问道：“到底是什么因素使人无法成功？”沃克回答：“模糊不清的目标。”记者请沃克进一步解释，他说：“我在几分钟前就问你，你的目标是什么？你说希望有一天可以拥有一栋山上的小屋，这就是一个模糊不清的目标。问题就在‘有一天’不够明确，因为不够明确，成功的机会也就不大。”

“如果你真的希望在山上买一间小屋，你必须先找出那座山，找出你想要的小屋现值，然后考虑通货膨胀，算出五年后这栋房子值多少钱；接着你必须决定，为了达到这个目标每个月要存多少钱。如果你真的这么做，你可能在不久的将来就会拥有一栋山上的小屋，但如果你只是说说，梦想就可能不会实现。梦想是愉快的，但没有配合实际行动计划的模糊梦想，则只是妄想而已。”

有一位妻子叫他的丈夫到商店买火腿。他买完后，妻子就问他为什么不叫肉贩把火腿末端切下来。丈夫反问他太太为什么要把末端切下来。她说她母亲就是这么做的，这就是理由。这时岳母正好来访，他们就问她为什么总是切下火腿的末端。母亲回答说她母亲也是这样。然后母亲、女儿和女婿就决定拜访外祖母，来解决这个三代的神秘之谜，外祖母很快地回答说，她所以切下末端是因为当时的红烧烤炉太小，无法烤出整只火腿的缘故。现在外祖母有她行动的理由了，那你呢？

你做任何事都有你的理由吗？

在你的一生中，你有过明确的目标吗？

你的目标是具体、泛泛，还是长期、短期的呢？拿破仑·希尔告诉我们：目标必须是长期的、特定的、具体化的、远大的。

### 目标必须是长期的

没有长期的目标，你可能会被短期的种种挫折击倒。理由很简单，没人能像你一样关心你的成功。你可能偶尔觉得有人阻碍你的道路，而故意阻止你进步，但实际上阻碍你进步最大的人就是你自己。其他人可以使你暂时停止，而你是惟一能永远做下去的人。

如果你没有长期的目标，暂时的阻碍可能构成无法避免的挫折。家庭问题、疾病、车祸及其他你无法控制的种种情况，都可能是重大的阻碍。在稍后的章节中，你会知道如何去面对消极以及积极的情况作出正确的反应。你会学到：一次挫折（不管多严重）可以是进步的踏脚石，而不会是绊脚石。

当你设定了长期目标后，开始时不要尝试克服所有的阻碍。如果所有困难一开始就除得一干二净，便没有人愿意尝试有意