

百年经典力作

本书在全球畅销一百多年而不衰，改变了千万人的思想，对他们的命运产生了深远的影响。被誉为“跨越时空的永恒经典，泽被后世的心灵福音”。

Constant Dropping
Wears aWay a Stone

四种执著

要用心去干每一件事



我们不能改变外部世界，也不能改变别人，但是可以改变自身，改变我们的期望、热情和想法。

【英】塞缪尔·斯迈尔斯 著

王润芳 译

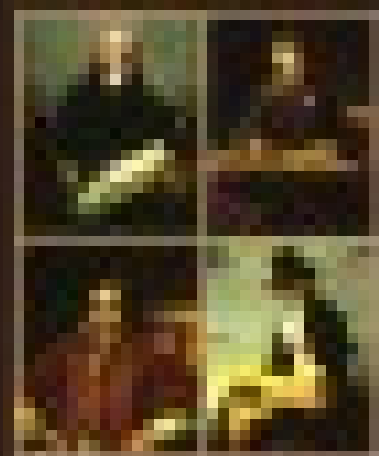


九州出版社
JIUZHOU PRESS

[illegible]

四种执著

1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100, 2101, 2102, 2103, 2104, 2105, 2106, 2107, 2108, 2109, 2110, 2111, 2112, 2113, 2114, 2115, 2116, 2117, 2118, 2119, 2120, 2121, 2122, 2123, 2124, 2125, 2126, 2127, 2128, 2129, 2130, 2131, 2132, 2133, 2134, 2135, 2136, 2137, 2138, 2139, 2140, 2141, 2142, 2143, 2144, 2145, 2146, 2147, 2148, 2149, 2150, 2151, 2152, 2153, 2154, 2155, 2156, 2157, 2158, 2159, 2160, 2161, 2162, 2163, 2164, 2165, 2166, 2167, 2168, 2169, 2170, 2171, 2172, 2173, 2174, 2175, 2176, 2177, 2178, 2179, 2180, 2181, 2182, 2183, 2184, 2185, 2186, 2187, 2188, 2189, 2190, 2191, 2192, 2193, 2194, 2195, 2196, 2197, 2198, 2199, 2200, 2201, 2202, 2203, 2204, 2205, 2206, 2207, 2208, 2209, 2210, 2211, 2212, 2213, 2214, 2215, 2216, 2217, 2218, 2219, 2220, 2221, 2222, 2223, 2224, 2225, 2226, 2227, 2228, 2229, 2230, 2231, 2232, 2233, 2234, 2235, 2236, 2237, 2238, 2239, 2240, 2241, 2242, 2243, 2244, 2245, 2246, 2247, 2248, 2249, 2250, 2251, 2252, 2253, 2254, 2255, 2256, 2257, 2258, 2259, 2260, 2261, 2262, 2263, 2264, 2265, 2266, 2267, 2268, 2269, 2270, 2271, 2272, 2273, 2274, 2275, 2276, 2277, 2278, 2279, 2280, 2281, 2282, 2283, 2284, 2285, 2286, 2287, 2288, 2289, 2290, 2291, 2292, 2293, 2294, 2295, 2296, 2297, 2298, 2299, 2300, 2301, 2302, 2303, 2304, 2305, 2306, 2307, 2308, 2309, 2310, 2311, 2312, 2313, 2314, 2315, 2316, 2317, 2318, 2319, 2320, 2321, 2322, 2323, 2324, 2325, 2326, 2327, 2328, 2329, 2330, 2331, 2332, 2333, 2334, 2335, 2336, 2337, 2338, 2339, 2340, 2341, 2342, 2343, 2344, 2345, 2346, 2347, 2348, 2349, 2350, 2351, 2352, 2353, 2354, 2355, 2356, 2357, 2358, 2359, 2360, 2361, 2362, 2363, 2364, 2365, 2366, 2367, 2368, 2369, 2370, 2371, 2372, 2373, 2374, 2375, 2376, 2377, 2378, 2379, 2380, 2381, 2382, 2383, 2384, 2385, 2386, 2387, 2388, 2389, 2390, 2391, 2392, 2393, 2394, 2395, 2396, 2397, 2398, 2399, 2400, 2401, 2402, 2403, 2404, 2405, 2406, 2407, 2408, 2409, 2410, 2411, 2412, 2413, 2414, 2415, 2416, 2417, 2418, 2419, 2420, 2421, 2422, 2423, 2424, 2425, 2426, 2427, 2428, 2429, 2430, 2431, 2432, 2433, 2434, 2435, 2436, 2437, 2438, 2439, 2440, 2441, 2442, 2443, 2444, 2445, 2446, 2447, 2448, 2449, 2450, 2451, 2452, 2453, 2454, 2455, 2456, 2457, 2458, 2459, 2460, 2461, 2462, 2463, 2464, 2465, 2466, 2467, 2468, 2469, 2470, 2471, 2472, 2473, 2474, 2475, 2476, 2477, 2478, 2479, 2480, 2481, 2482, 2483, 2484, 2485, 2486, 2487, 2488, 2489, 2490, 2491, 2492, 2493, 2494, 2495, 2496, 2497, 2498, 2499, 2500, 2501, 2502, 2503, 2504, 2505, 2506, 2507, 2508, 2509, 2510, 2511, 2512, 2513, 2514, 2515, 2516, 2517, 2518, 2519, 2520, 2521, 2522, 2523, 2524, 2525, 2526, 2527, 2528, 2529, 2530, 2531, 2532, 2533, 2534, 2535, 2536, 2537, 2538, 2539, 2540, 2541, 2542, 2543, 2544, 2545, 2546, 2547, 2548, 2549, 2550, 2551, 2552, 2553, 2554, 2555, 2556, 2557, 2558, 2559, 2560, 2561, 2562, 2563, 2564, 2565, 2566, 2567, 2568, 2569, 2570, 2571, 2572, 2573, 2574, 2575, 2576, 2577, 2578, 2579, 2580, 2581, 2582, 2583, 2584, 2585, 2586, 2587, 2588, 2589, 2590, 2591, 2592, 2593, 2594, 2595, 2596, 2597, 2598, 2599, 2600, 2601, 2602, 2603, 2604, 2605, 2606, 2607, 2608, 2609, 2610, 2611, 2612, 2613, 2614, 2615, 2616, 2617, 2618, 2619, 2620, 2621, 2622, 2623, 2624, 2625, 2626, 2627, 2628, 2629, 2630, 2631, 2632, 2633, 2634, 2635, 2636, 2637, 2638, 2639, 2640, 2641, 2642, 2643, 2644, 2645, 2646, 2647, 2648, 2649, 2650, 2651, 2652, 2653, 2654, 2655, 2656, 2657, 2658, 2659, 2660, 2661, 2662, 2663, 2664, 2665, 2666, 2667, 2668, 2669, 2670, 2671, 2672, 2673, 2674, 2675, 2676, 2677, 2678, 2679, 26



● 本行不担任任何担保、抵押、质押、留置、让与担保等担保责任，不承担因担保、抵押、质押、留置、让与担保等担保责任而产生的任何法律责任。

11. *Journal of the American Medical Association*, 2000; 283: 2689-2693.

100

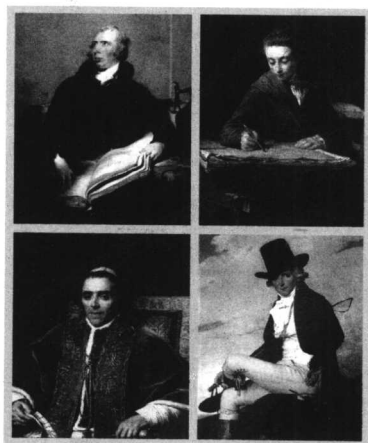
Constant Dropping
Wears aWay a Stone

四种执著

要用心去干每一件事

【英】塞缪尔·斯迈尔斯 著

王润芳 译



图书在版编目 (CIP) 数据

四种执著：要用心去干每一件事 / (英) 斯迈尔斯著；王润芳译.
—北京：九州出版社，2004.11

ISBN 7 - 80195 - 181 - 6

I. 四… II. ①斯…②王… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 109533 号

四种执著：要用心去干每一件事

作 者 [英]塞缪尔·斯迈尔斯 著 王润芳 译
出版发行 九州出版社
出 版 人 徐尚定
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号
邮政编码 100037
发行电话 (010)68992192/3/5/6
邮购热线 (010)68992190
电子信箱 jiuzhoupress@vip.sina.com
印 刷 九州财鑫印刷有限公司
开 本 880 × 1230 毫米 1/32 开
印 张 6
字 数 124 千字
版 次 2004 年 12 月第 1 版
印 次 2004 年 12 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 7 - 80195 - 181 - 6/B·109
定 价 18.80 元

★ 版权所有 侵权必究 ★

FOREWORD

FOREWORD

前言

有一次，一个青年苦恼地对昆虫学家法布尔说：“我不知疲劳地把自己的全部精力都花在我爱好的事业上，结果却收效甚微。”法布尔赞许说：“看来你是一位献身科学的有志青年。”这位青年说：“是啊！我爱科学，可我也爱文学，对音乐和美术我也感兴趣。我把时间全都用上了。”法布尔从口袋里掏出一块放大镜说：“把你的精力集中到一个焦点上试试，就像这块凸透镜一样！”

莎士比亚说：“一颗质地坚硬的橡树，即使用一柄小斧去砍，那斧子虽小，但如砍个不停，终必把树砍倒。”

如果你想改写平凡的人生，取得一些超过别人的成就的话，就需要一种执著的精神，通过不断地努力来实现自己的理想。我真诚地认为，你会在这本《四种执著》书中找到足以鼓舞你的东西。我相信，塞缪尔·斯迈尔斯先生所著的这本书是一本难得的好书。

请允许我在此引用塞缪尔先生的部分文字：一本好书就像是一个最好的朋友。它始终不渝，过去如此，现在仍然如此，将来也永远不变。它是最有耐心、最令人愉快的

前 言

伴侣。在我们穷愁潦倒、临危遭难的时候，它也不会抛弃我们，对我们总是一往情深。在我们年轻时好书陶冶我们的性情，增长我们的知识；到我们年老时，它又给我们以安慰和勉励。

好书常如最精美的宝器，珍藏着人的一生思想的精华。人生的境界，主要就在于他思想的境界。所以，最好的书是金玉良言的宝库，若将其中的崇高思想铭记于心，就成为我们忠实的伴侣和永恒的慰藉。

书籍具有不朽的本质，是人类勤奋努力的最为持久的产物。寺庙会倒塌，神像会朽烂，而书却经久长存。对于伟大的思想来说，时间是无关重要的。多少年代前初次闪现在作者脑海里的伟大思想今天依然清新如故。他们当时的言论和思想刊于书页，如今依然那么生动感人。时间惟一的作用是淘汰不好的作品，因为只有真正的佳作才能经世长存。

我相信，100年甚至200年以后，这本《四种执著》书还会对读者有所启迪。

霍默·克利福德 (Homer Clifford)

1899年，于牛津

目录

CONTENTS

第 1 章

执著于目标：始终走在正确的方向上

- 必须为自己设定恰当的目标 / 3
- 把梦想提升为具体的人生目标 / 9
- 把行动和空想结合起来 / 12
- 把目标化成每天要完成的任务 / 18
- 明确应该忙什么 / 20
- 把精力用在一个目标上 / 22
- 始终走在正确的方向上 / 25
- 凭借勤奋努力出人头地 / 30
- 全力以赴于某种理想或希望 / 33
- 执著于自己的事业 / 36
- 不要被他人的论断束缚前进的步伐 / 39
- 把目标贯彻到底 / 41
- 必要时重新审视评估自己的目标 / 43
- 用行动来增强你的自信 / 45

目录

CONTENTS

第2章

执著于机会：激情与冒险才是人生的真谛

- 善抓时机是夺得事业成功的必不可少的因素 / 55
- 注意捕捉取得突破或成功的时机 / 59
- 对于机遇要抱有正确的态度 / 62
- 培养成功把握机遇的必备素质 / 67
- 激情与冒险才是人生的真谛 / 70
- 走运的人一般都是大胆的 / 75
- 果断力是成功者必备的素质之一 / 77
- 要彻底杜绝犹豫不决的弱点 / 80
- 接受风险，增加成功的机会 / 82
- 培养敢于冒险的能力 / 84

目录

CONTENTS

第 3 章

执著于进取：坚强的信念书写辉煌的人生

- 人生的价值在于不断进取 / 89
- 让热情把你推向成功 / 93
- 要用心去干每一件事 / 95
- 勇敢地面对失败 / 98
- 坚强的信念书写辉煌的人生 / 102
- 向自己的弱点挑战 / 105
- 所向无敌的决心会使你走向事业的巅峰 / 107
- 在失败和错误中崛起 / 112
- 不甘失败勇往直前 / 114
- 依靠无比的信念迎接生活中的挑战 / 116
- 接受别人的意见改进自己 / 122
- 只有肯干的人才能真正显出他的聪明 / 125
- 必须把握现在的时间 / 128
- 养成读书的习惯 / 131

目录

CONTENTS

第4章

执著于幸福：让我们的生活观念得到升华

- 热爱自己是终生幸福的开端 / 137
- 做出适合自己的选择 / 139
- 放弃“多多益善”的想法 / 141
- 集中精力于你的拥有而不是想要 / 143
- 充分享受目前拥有的一切 / 145
- 坦然面对不如意之事 / 148
- 为爱付出执着的努力是值得的 / 151
- 让我们的生活观念得到升华 / 156
- 为了快乐先改变自己的态度 / 159
- 乐观地瞩目生活中光明的一面 / 161
- 伸出手来抓住幸福 / 164
- 尽力自由和从容地享受生活 / 167
- 以欢悦的态度微笑着对待生活 / 170
- 寻找欢乐，告别忧虑 / 172
- 紧紧地把握生活，又不能抓得过死 / 175
- 经常地从事一些有益的事业 / 178

第一章

执著于目标：

始终走在正确的方向上

成功者与平庸者的区别在于：成功者始终有一个明确的目标、清晰的方向，并且自信心十足、勇往直前地走向前方；而平庸者却是终日浑浑噩噩、优柔寡断，迈不开决定性的一步。一定要殚精竭虑地安排你的一生，为你自己确定一个前进方向。狂风巨浪，显然是会有的，它会迫使你暂时离开你的航道，但是有一个前进方向比随波逐流、无目的地漂泊要好得多。

必须为自己设定恰当的目标

一个人做什么事情都要有一个明确的目标，有了明确的目标便会有奋斗的方向。这样一个常识性的问题看起来简单，其实具体到某一个人头上，并非就是那么回事。

目标，也就是既定的目的地，你理念中的终点。

目标并不是方向。一心想发大财的人只有方向，没有目标，在他赚够了金钱之后，就不知所措了。

进行任何事业，都必须设定适当的目标。没有目标，你只能糊里糊涂往前走，就像没有目标的战争，只能以清点尸首作为战争结束的标志。

对于组织，目标是告诉人们做什么事，做到什么程度。其结果是：用不着持续的教育和指导，就能完成此事。这颇像建筑物的设计图样和说明，能清楚地告诉建筑工人，做了多少事，还有多少事没有完成。

瑞尔公司轴承厂的培新先生，为工厂生产的轴承被公司退了回来而大为恼火。他把工人们召在一起，好好地训

了一顿。为了迎合他，工人们工作时特别小心，而且连机器的运转速度也降低了。可轴承还是被客户退了回来。工人们太使他失望了。培新更为愤怒。他警告工人，除非他们加工出合格的轴承，否则，他们不能在这里继续工作。工人们没办法，只好进一步降低加工速度，更加仔细地检查轴承的公差数。可怜的培新，他对自己的目标并不清楚，也不清楚问题的症结所在。他的客户需要经得起长久磨损的产品，而工人们却以为是要求更精确的公差。

聪明的人，有理想、有追求；有上进心的人，一定都有一个明确的奋斗目标，他懂得自己活着是为了什么。因而他的所有的努力，从整体上来说都能围绕一个比较长远的目标进行，他知道自己怎样做是正确的、有用的，否则就是做了无用功，或者浪费了时间和生命。

愚蠢的人，没有什么理想、追求；没有上进心的人，一生便没有什么目标。他同别人一样活着，但他从来没有想过活着有什么意义。

这种人往往凭惯性盲目地活着，从来不追究人生的目的这些让人头疼的事情，为活而活，怎么都可以，对什么都无所谓。

显然，成功者总是那些有目标的人，鲜花和荣誉从来不会降临到那些没有目标的人头上。

许多人怀着羡慕、嫉妒的心情看待那些取得成功的人，

总认为他们取得成功的原因是有外力相助，于是感叹自己的运气不好。孰不知成功者取得成功的原因之一，就是由于确立了明确的目标。

而许多人之所以没有成功，就是因为他们从来没有制订过任何目标。

比如，一个人要走过一段旅程，就要首先确定目的地，只有确定了目的地，他才能朝着一定的方向前进，否则就会成为漫无目的的游荡。

这也同射箭一样，首先要确定靶子，如果没有目标地乱放，就成了无意义的行为。只有确立了目标的行为才有价值。

一个人有了生活和奋斗的目标，也就产生了前进的动力。因而目标不仅是奋斗的方向，更是一种对自己的鞭策。有了目标，就有了热情，有了积极性，有了使命感和成就感。

有目标的人，会感到自己心里很踏实，生活得很充实，注意力也会神奇地集中起来，不再被许多繁杂的事所干扰，干什么事都显得成竹在胸。

相反，那些没有什么目标的人，总是感到心里空虚，思维乱成一团麻，分不清主次轻重，遇事犹豫不决，不知道自己该干什么，不该干什么。

只有确立了前进的目标，一个人才会最大可能地发挥

自己的潜力。只有在实现目标的过程中，我们才能够检验出自己的创造性，调动沉睡在心中的那些优异、独特的品质，才能锻炼自己、造就自己。

那么，该怎么制定合适的目标呢？下面的几点建议可供参考：

(1) 目标应该是明确的。有些人也有自己奋斗的目标，但是他的目标是模糊的、泛泛的、不具体的，因而也是难以把握的，这样的目标同没有差不多。

比如，一个人在青少年时期确定了要做一个科学家的目标，这样的目标就不是很明确。因为科学的门类很多，究竟要做哪一个学科的科学家，确定目标的人并不是很清楚，因而也就难以把握。

目标不明确，行动起来也就有很大的盲目性，就有可能浪费时间和耽误前程。

生活中有不少人，有些甚至是相当出色的人，就是由于确立的目标不明确、不具体而一事无成。

(2) 目标应该是实际的。一个人确立奋斗的目标，一定要根据自己的实际情况来确定，要能够发挥自己的长处。

如果目标不切实际，与自己的自身条件相去甚远，那就不可能达到。为一个不可能达到的目标而花费精力，同浪费生命没有什么两样。

(3) 目标应该是专一的。一个人确定的目标要专一，

而不能经常变换不定。

确立目标之前需要作深入细致的思考，要权衡各种利弊，考虑各种内外因素，从众多可供选择的目标中确立一个。

一个人在某一个时期或一生中一般只能确立一个主要目标，目标过多会使人无所适从，应接不暇，忙于应付。

生活中有一些人之所以没有什么成就，原因之一就是经常确立目标，经常变换目标，所谓“常立志”者就是这样一种人。

(4) 目标应该是特定的。确定目标不能太宽泛，而应该确定在一个具体的点上。如同用放大镜聚集阳光使一张纸燃烧，要把焦距对准纸片才能点燃。如果不停地移动放大镜，或者对不准焦距，都不能使纸片燃烧。

这也同建造一座大楼一样，图纸设计不能只是个大概样子，或者含糊不清，而必须在面积、结构、款式等等方面都是特定和具体的。目标应该用具体的细节反映出来，否则就显得过于笼统而无法付诸实施。

(5) 目标应该是长期的。一个人要取得巨大的成功，就要确立长期的目标，要有长期作战的思想和心理准备。任何事物的发展都不是一帆风顺的，世界上没有一蹴而就的事情。

有了长期的目标，就不怕暂时的挫折，也不会因为前

