

成功文库

主编 欧阳开程 飞 匡光凯

祝您成功

远方出版社



祝您成功

主 编 欧阳开 程 飞 匡光凯

远方出版社

责任编辑:张阿荣

封面设计:朱志辉

成功文库
祝您成功

主 编	欧阳开 程 飞 匡光凯
出 版	远方出版社
社 址	呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
邮 编	010010
发 行	新华书店
印 刷	华北石油廊坊华星印刷厂
版 次	2006 年 1 月第 1 版
印 次	2006 年 1 月第 1 次印刷
开 本	850×1168 1/32
字 数	12400 千
印 张	620
印 数	1—3000
标准书号	ISBN 7-80723-003-7/G·3
总 定 价	1550.00 元(共 60 册)

远方版图书,版权所有,侵权必究

远方版图书,印装错误请与印刷厂退换



成功,是许多人梦寐以求的人生目标,在追逐成功的过程中,他们历经风雨,踏过坎坷,虔诚地向那个方向进发。但为什么有的人可以越挫越勇,直至登上成功的顶峰;而有的人却会一败涂地,从此一蹶不振?

很多失意的人将别人的成功归功于运气和机遇,但机遇向来只垂青有准备的人。而成功人士更会告诉你:要想获得成功,首先,信念——是成功的第一要素,当你建立了这种信念,你将拥有排除万难的激情和动力,同时也就迈出了成功的第一步;其次要学习成功学,研究成功学,应用成功学理论,获取成功方法,成功技巧,并学会认识自己的优点、缺点,开发自身潜能,不断提升自己,改造自我;最后要确定目标,制定计划,应用成功学的方法、技巧,坚持不懈的

努力,你终将走向……

成功固然可以带给人财富,但财富却不是成功的全部。坚毅的品质,乐观的心态,爱心的奉献,财富的积累等等各方面的综合,塑造了成功的品牌,这种品牌会给你丰厚的财富,体面的社会地位,同时也将赋予你更多回报社会的责任。

因此,我们特为时刻梦想着成功的读者编辑了此套成功文库丛书,以期能让读者从中借鉴到一些成功的经验和技巧,从而找到最适合自己的方法去赢取人生的辉煌。

由于编者水平有限,书中难免有疏漏和不足之处,敬请读者谅解。

编 者

2006 年 2 月

目 录

第 一 章	用积极的心态武装自己·····	(1)
第 二 章	规划合理切实的人生目标 ·····	(31)
第 三 章	把忧虑从你头脑中挤出去 ·····	(67)
第 四 章	学会适应不可避免的情况 ·····	(83)
第 五 章	让每天清醒的时间增加一小时·····	(114)
第 六 章	把你厌烦的变成有趣的·····	(131)
第 七 章	培养你良好的工作习惯·····	(159)
第 八 章	勇于面对失败·····	(180)
第 九 章	站在对方的立场上看待问题·····	(227)
第 十 章	不轻易批评指责别人·····	(242)
第 十 一 章	宽容地待人接物·····	(267)
第 十 二 章	管理好你的金钱·····	(295)



第一章 用积极的心态 武装自己

1. 积极心态的奇效

著名心理学家威廉·詹姆斯说过：

世界由两类人组成：一类是意志坚强的人，另一类是意志薄弱的人。后者面临困难挫折时总是逃避，畏缩不前。面对批评，他们极易受到伤害，从而灰心丧气，等待他们的也只有痛苦和失败，但意志坚强的人不会这样。他们来自各行各业，然而内心中都有股与生俱来的坚强特质。所谓坚强的特质，是指在面对一切困难时，仍有内在勇气承担外来的考验。

有一天，沙莉文刚走出办公室，拦了一辆出租车。一上



车便感觉到司机是个很快活的人。他吹着口哨，一会儿是电影《窈窕淑女》中的插曲，一会儿是国歌。看他乐不可支的样子，沙莉文便搭腔说：“看来你今天心情不错！”

“当然喽！为何要心情不好？我最近悟出了一个道理，情绪暴躁和消沉都没好处，因为事情随时都会发生转机。”接着，他便给沙莉文讲了一个自己的故事。

那天一早，他开车出去，想趁上班高峰期多赚点钱。那天天真冷，好像用手一摸铁皮，马上就会被粘住似的。不幸的是，他的车开出没多久，车胎便爆了。他也快气炸了！他拿出工具来，边换轮胎，边嘟囔着。可是天气太冷，只要工作一会儿，便得动动身子，暖暖手指头。就在这时，一辆卡车停了下来，司机跳下车。使他更惊讶的是，卡车司机居然开始动手帮忙。轮胎修好之后，他一再道谢，但是卡车司机挥挥手，不以为然地跳上车走了。

司机接着说：“因为这件事，我整天心情都很好。看来事情总是有好有坏，人不会永远倒霉的。起初因为轮胎爆了我很生气，后来因为卡车司机帮忙心情就变好了。连好运似乎也跟着来了。那天早上忙得不得了，客人一个接着一个，所以口袋里进的钱也多了。不要因为事情不如意就心烦，事情随时会有转机的。”

这就是个积极心态的例子，我们在生活中随时随地都可以发现这类例子。那位司机说，从此以后，他再也不会让人生中的不如意来困扰他了。他将一生信奉这种理论，认



为世事随时会有转变,都可能否极泰来。这就是真正的积极心态。这种积极的心态一定会发挥功效。当你面对难题时,如果你期待能拨云见日,并能乐观对待,事情终将如你所愿。因为好运总是站在积极思想者一边。一个积极心态者心中常能存有光明的远景,即使身陷困境,也能以愉悦、创造性的态度走出困境,迎来光明。

事实上,人生就是如此。我们难免会遇到挫折、困难及烦恼,但这并不意味着你注定要被打败。如果你秉持真诚的信念,勇敢面对人生,坚信好运必来,就能突破重围,任何难题都将迎刃而解。这一点适用于每一个人,每一种场合。

在纽约附近有一个小镇,镇上有一位名叫吉姆的男孩,他十分可爱,也是位真正的男子汉,一个真正意志坚强的人。他是个天生的运动好手。不过在他刚入中学不久,腿就瘸了,并迅速恶化为癌症。医生告诉他必须动手术,他的一条腿便被切掉了。出院后,他拄着拐杖返回学校,高兴地告诉朋友,说他将会安上一条木头做的腿:“到时候,我可以用图钉将袜子钉在腿上,你们谁都做不到。”

足球赛季一开始,吉姆立刻回去找教练,问他是否可以当球队的管理员。在练球的几星期中,他每天都准时到球场,并带着教练训练攻守的沙盘模型。他的勇气和毅力迅即感染了全体队员。有一天下午他没来参加训练,教练非常着急。后来才知道他又进医院做检查了,并得知吉姆的病情已恶化为肺癌。医生说:“吉姆只能活六周了。”



吉姆的父母决定不要将此事告诉他。他们希望在吉姆生命最后的时刻,能尽量让他正常地过日子。所以,吉姆又回到球场上,带着满脸笑容来看其他队员练球,给其他队员加油鼓励。因为他的鼓励,球队在整个赛季中保持了全胜的纪录。为庆祝胜利,他们决定举行庆功宴,准备送一个全体球员签名的足球给吉姆。但是餐会并不圆满,因吉姆身体太虚弱没能来参加。

几周后,吉姆又回来了。他这次是来看篮球赛的。他脸色十分苍白,除此之外,仍是老样子,满脸笑容,和朋友们有说有笑。比赛结束后,他到教练的办公室,整个足球队的员工都在那里。教练还轻声责问他:“怎么没有来参加餐会?”“教练,你不知道我正在节食吗?”他的笑容掩盖了脸上的苍白。

其中一位队员拿出要送他的胜利足球,说道:“吉姆,都是因为有你,我们才能获胜。”吉姆含着眼泪,轻声道谢。教练、吉姆和其他队员谈到下个赛季的计划,然后大家互相道别。吉姆走到门口,以坚定冷静的目光回头看着教练说:“再见,教练!”

“你意思是说,我们明天见,对不对?”教练问。

吉姆的眼睛亮了起来,坚定的目光化为一种微笑。“别替我担心,我没事!”说完话,他便离开了。

两天后,吉姆离开了人世。

原来吉姆早就知道他的死期,但他却能坦然接受。这



说明他是一个意志坚强、积极思考的人。他将悲惨的事实转化为富有创意的生活体验。或许,有人会说,他还是死了,积极思想最终也未能帮他多少忙,这并不完全对。至少吉姆知道凭借信仰的力量,在最坏的环境中创造出令人振奋而温暖的感觉。他不像鸵鸟般将头埋进沙堆,逃避事实。他完全接受了命运,但决定不让自己被病痛击倒,他从未被击倒过。虽然他的生命如此短暂,他仍把握它,把勇气、信仰与欢笑永远留在他所认识的人们心中。一个能做到这一点的人,你还能说他的一生失败了吗?

这就是积极心态的力量,这便是意志坚强,这便是拒绝被打败,这也就是尽你一生所有勇敢面对人生。

你究竟做一个英雄还是一个懦夫?你是个意志坚强的人,还是个柔弱的人呢?一个具有积极心态的人绝不是一个懦夫。他相信自己,相信生命,相信人类。他了解自己的能力和一点也不畏惧,能永远立于不败之地。他会从所发生的一切事情中掌握对自己最有利的结果。他所坚持的原则是,不断地将弱点转化为力量。

积极心态具有改变人生的力量,虽然人人皆可达成,但有些人在实行时会发生困难。这是因为某些奇怪的心理障碍会导致积极思想的无效。一个人若是不断地怀疑、质问,那是因为他不想让积极思想发生作用。他不想成功,事实上他们害怕成功。因为活在自怜的情绪中,安慰自己,总是比较容易的。有时失败是自己造成的。当别人提出新的建



议(例如积极思想),这有助于他们渡过难关时,他们总是下意识地使这些方法没有用。这样,他们便认定是这个原则无效,而不是他们自己的问题。一旦我们了解正是这种不健康的心理因素作祟时,积极思想便开始发挥它的功用。

本·霍根是一名非常出色的高尔夫球手,他自称去球场练球是“训练肌肉记忆力”。当他上场时,总是重复练习同一动作,直到他的肌肉都能“记住”动作的规律为止。我们的思考习惯也是如此。我们必须重复训练思维习惯,直到当我们遇到麻烦时,思维能有如我们所希望的那样作出反应为止。也就是说,我们的大脑必须被训练成积极思考的模式。

积极思考只有在你相信它的情况下才会发生功用,而且你必须将信心与思想过程结合起来。很多人发现积极思考无效,原因之一便是他们的信心不够。因为他们不敢完全相信:一旦你对它有信心,便会产生惊人效果。正如《圣经》中所说:“只要你有信仰……你将无往不胜。”不再迟疑,不再怯懦,不再猜测,要勇敢而大胆地相信这一切,这就是胜利。

积极心态真的有效。只要你愿意耕耘培植它,积极心态便能发挥力量,但养成它并不容易。它需要艰苦的工作和坚强的信仰,它需要你诚实地生活,拥有想成功的欲望。同时,运用积极思想时,你必须坚持才能成功。当你确定已经掌握它时,你应再进一步发展积极的心态。



加斯汀·达特瑞，他是克萨尔药品公司的一位高级主管，是一名很棒的销售人员和公司领导。他说：“积极思想如同打高尔夫球，你打了一两杆好球，便以为懂了这种运动。但下一步，你可能就击不中球。所以，你必须反复地实践积极的心态，并且不断地学习。”

达特瑞说得一点也没错！你必须每天不断学习，调整你的思维方式。如此一来你所得到的效果也会超乎你的想象。这样的回报是值得你改变习惯并付出努力的。

你必须培养积极心态，以使你的生命按照自己的意图提供报酬，没有了积极心态就无法成就什么大事。记住，你的心态是你——而且只是你——惟一能完全掌握的东西。

2. 你是对的，则你的世界也是对的

有这样一个故事：一个星期六的早晨，一个牧师正在为讲道词伤脑筋，他的太太出去买东西了，外面下着雨，小儿子又烦躁不安，无事可做。后来他随手拿起一本旧杂志，顺手翻一翻，看到一张色彩鲜丽的巨幅图画，那是一张世界地图。他于是把这一页撕下来，把它撕成小片，丢到客厅地板上说：

“强尼，你把它拼起来，我就给你两毛五分钱。”



牧师心想他至少会忙上半天，谁知不到十分钟，他书房就响起敲门声，他儿子已经拼好了，牧师真是惊讶万分，强尼居然这么快就拼好了。每一片纸头都整整齐齐地排在一起，整张地图又恢复了原状。

“儿子啊，怎么这么快就拼好啦？”牧师问。

“噢，”强尼说：“很简单呀！这张地图的背面有一个人的图画。我先把一张纸放在下面，把人的图画放在上面拼起来，再放一张纸在拼好的图上面，然后翻过来就好了。我想，假使人拼得对，地图也该拼得对才是。”

牧师忍不住笑起来，给他一个两毛五的镍币，“你把明天讲道的题目也给了我。”他说：“假使一个人是对的，他的世界也是对的。”

这个故事意义非常深刻：如果你不满意自己的环境，想力求改变，则首先应该改变自己。即“如果你是对的，则你的世界也是对的。”假如你有积极的心态，你四周所有的问题就会迎刃而解。

艾文·班库柏是美国最受尊敬的法官之一，但他小时候却是个懦弱的孩子。

库柏在密苏里州圣约瑟夫城一个准贫民窟里长大。他的父亲是一个移民，以裁缝为生，收入微薄。为了家里取暖，库柏常常拿着一个煤桶，到附近的铁路去拾煤块。库柏为必须这样做而感到困窘。他常常从后街溜出溜进，以免被放学的孩子们看见了。



但是,那些孩子时常看见他。特别是有一伙孩子常埋伏在库柏从铁路回家的路上,袭击他,以此取乐。他们常把他的煤渣撒在街上,使他回家时一直流着眼泪。这样,库柏总是生活在或多或少的恐惧和自卑的状态之中。

有一件事发生了,这种事在我们打破失败的生活方式时总是会发生的。库柏因为读了一本书,内心受到了鼓舞。从而在生活中采取了积极的行动。这本书是荷拉修·阿尔杰著的《罗伯特的奋斗》。

在这本书里,库柏读到了一个像他那样的少年的奋斗故事。那个少年遭遇了巨大的不幸,但是他以勇气和道德的力量战胜了这些不幸。库柏也希望具有这种勇气和力量。

这个孩子读了他所能借到的每一本荷拉修的书。当他读书的时候,他就进入了主人公的角色。整个冬天他都坐在寒冷的厨房里阅读勇敢和成功的故事,不知不觉地吸取了积极的心态。

在库柏读了第一本荷拉修的书之后几个月,他又到铁路上去拣煤。隔开一段距离,他看见三个人影在一个房子的后面飞奔。他最初的想法是转身就跑,但很快他记起了他所钦羡的书中主人公的勇敢精神,于是他把煤桶握得更紧,一直向前大步走去,犹如他是荷拉修书中的一个英雄。

这是一场恶战。三个男孩一起冲向库柏。库柏丢开铁桶,坚强地挥动双臂,进行抵抗,使得这三个恃强凌弱的孩



子大吃一惊。库柏的右手猛击倒一个孩子的嘴唇和鼻子上，左手猛击到这个孩子的胃部。这个孩子便停止打架，转身溜跑了，这也使库柏大吃一惊。同时，另外两个孩子正在对他进行拳打脚踢。库柏设法推走了一个孩子，把另一个打倒，用膝部猛击他，而且发疯似地揍他的腹部和下巴。现在只剩一个了，他是孩子头，已经跳到库柏的身下，库柏用力把他推到一边，站起身来。大约有一秒钟，两个人就这么面对面站着，狠狠瞪着对方，互不相让。

后来，这个小头头一点一点地退后，然后拔腿就跑。库柏也许出于一时气愤，又拾起一块煤炭朝他扔了过去。

库柏这时才发现鼻子挂了彩，身上也青一块，紫一块。这一仗打得真好。这是他一生中重要的一天，那一天他是胜利者。

班·库柏并不比去年强壮多少，那些坏蛋的凶悍也没有收敛多少，不同的是他的心态已经有了改变。他已经学会克服恐惧、不怕危险，再也不受坏蛋欺负。从现在开始，他要自己来改变自己的环境，他果然做到了。

班·库柏战胜了懦弱，战胜了恐惧，最终成为全美最受尊敬的法官之一。

有人也许会问：“老天生来就待我不公，我生下来就有生理缺陷，那我该怎么办呢？”如果你属于这类“不幸者”之列，那就想想海伦·凯勒的人生经历吧！还有谁能比一个又聋又哑又瞎的女孩更为不幸的呢？可她成了美国著名的



作家。也许你又觉得这是世上仅有，那就让我们看看下面这则平凡人物的故事吧！

有一个名叫丹普赛的孩子，他生下来就是一位畸形人，四肢不全，只有半边右足和一只右臂的残端。作为一个孩子，他想跟别的孩子一样从事运动。他喜欢踢足球。他的父母亲就给他做了一只木制的假足，以便使他能穿上特制的足球鞋。丹普赛一小时接着一小时，一天接着一天地用他的木脚练习踢足球，努力在离球门愈来愈远的地方将球踢进去。他变得极负盛名了，以致新奥尔良的圣哲队雇他为球员。

当丹普赛用他的跛腿在最后两秒钟内、在离球门 63 码的地方破网时，球迷的欢呼声响遍了全美国。这是职业足球队当时踢进的最远的球。这次圣哲队以 19 比 17 的比分战胜了底特律雄狮队。

底特律雄狮队的教练施密特说：“我们是被一个奇迹打败的。”对许多人来说，这是一个奇迹，这个奇迹就是对祈祷者的回答。

“丹普赛并不曾踢中那个球，那球是上帝踢中的。”底特律雄狮队的后卫沃尔凯说。

丹普赛的故事很有趣。但是它对我们有什么意义呢？

我们的回答总归是：“它的意义很小——除非你能发展一种习惯，用以认识、叙述、吸收和应用普遍的原则，将它作为自己的原则，然后以合乎需要的行动贯彻到底。”