

智慧人生 高尚品味 成功价值 大超越

大智慧成功方案教程

习惯的打造

—— 确定前进的依靠 ——

罗哈德 / 主编

HABIT



人生的不良习惯等于慢性自杀，良好的习惯是美好前程的无形催化。

那么，我们如何克服不良的习惯呢？如何打造良好的习惯呢？

如何借助良好习惯的力量催化我们不断成功呢？

The Wisest Strategy of success

吉林音像出版社
吉林大学出版社

《好习惯成就大未来》——《好习惯成就大未来》

好习惯成就大未来

习惯的打造

——好习惯成就大未来——

好习惯成就大未来

HABIT



好习惯成就大未来——好习惯成就大未来——
好习惯成就大未来——好习惯成就大未来——
好习惯成就大未来——好习惯成就大未来——

The Worst Sinning of sinners.

好习惯成就大未来

大智慧成功方案教程

习惯的打造

—— 确定前进的依靠 ——

罗哈德 / 主编

HABIT



图书在版编目(CIP)数据

大智慧成功方案教程/罗哈德主编. —长春:吉林大学出版社, 2005. 8

ISBN 7-5601-2857-2

I. 大... II. 罗... III. 成功—教育方案 IV. G·363

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 081201 号

大智慧成功方案教程

习惯的打造

(全 20 册)

罗哈德 主编

吉林音像出版社

吉林大学出版社

三河德隆彩印包装有限公司

新华书店发行 各地新华书店经销

开本:850×1168 毫米 1/32 印张:160 字数:5000 千字

2004 年 12 月第 1 版 2005 年 12 月第 2 次印刷

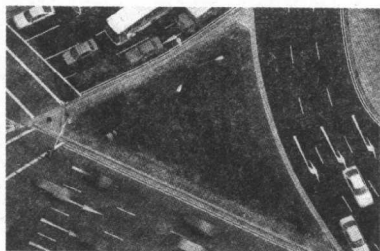
印数:1—3000

ISBN 7-5601-2857-2/G·363

全套 20 册 定价:560.00 元(本册 28.00 元)

(本书如发现印装质量问题请直接与承印厂调换)

THE WISEST STRATEGY OF SUCCESS



目 录

CONTENTS

习惯的力量

不要让自己沾染上怪习气	3
保持良好的思维习惯	4
好习惯能赢得圆满人生	12
生命的意义仅存于“现在”当中	17
良好的习惯铸就良好的性格	20
遵循习惯的规则可以支配行动	25
好习惯在于克服不良的天性	30
时刻警惕坏习惯危害身心健康	38
懒散比腐蚀破坏性更大	42
不要找借口搪塞坏习惯	44
学会说“不”能节省大量时间	45
把坏习惯从身上打扫干净	49

THE WISEST STRATEGY OF SUCCESS

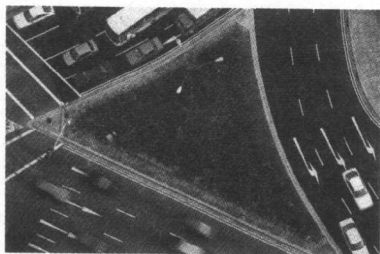


目 录

CONTENTS

改变工作中的不良陋习	54
好习惯能吸引成功	60
 学习的习惯	
让每一天都成为学习的一天	69
凡事应简洁明了	72
人生需要不断学习	74
善于开辟学习途径	79
要注意学以致用	86
成功地安排好每天的 1440 分钟	89

THE WISEST STRATEGY OF SUCCESS



目 录

CONTENTS

守时的习惯

浪费时间是最难以宽恕的	103
时间就是金钱	105
守时能使你从平凡中脱颖而出	108
充分利用每一分钟	110
良好习惯指守时、精确、坚定和迅捷	117
放弃琐事可以节省时间	121

THE WISEST STRATEGY OF SUCCESS



目 录

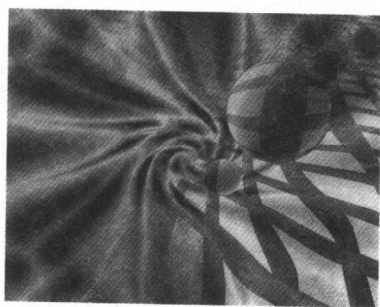
CONTENTS

节俭的习惯

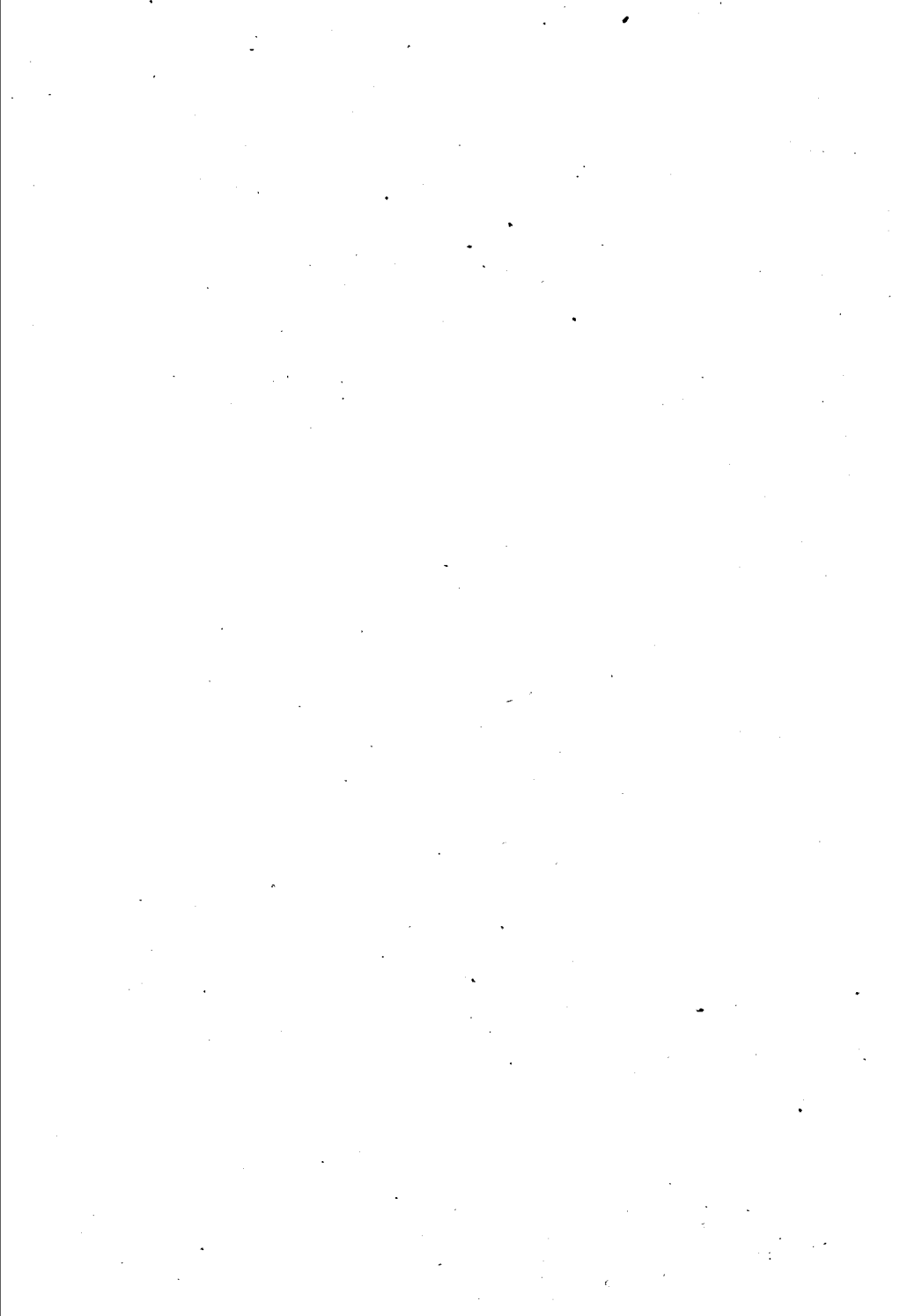
学会支配你的金钱	127
金钱灾难的根源	143
节俭是获取财富的重要法则	147
节俭每一分钱	150
过度节俭的弊病	153
不要入不敷出	156
节俭并非存钱	163
学会明智地消费	166
现代社会最流行金钱主义	170
存款增加成功的机会	178
债务使人变成奴隶	184



习惯的力量



THE WISEST STRATEGY OF SUCCESS



不要让自己沾染上怪习气

谁不愿与一个具有高雅气质、风度翩翩的青年成为挚友呢？所以这样优秀的青年必定会前途光明。而一个脾气古怪、态度粗鲁的青年则会遭人厌恶，因为人们都向往快乐和光明，谁会喜欢冷酷和黑暗呢？

一个人如果在各方面都很优秀，但是却有一身怪习气，那么他在事业上不会有太大的发展空间。一些才华横溢、博学多才的青年却争取不到一个好职位，这会让人感到有些奇怪。殊不知，他们的恶劣态度让人们感到厌恶，阻碍了他们事业的发展，所以是否具有良好的态度是成功的关键。

店主不会赏识行为粗鲁、无精打采的店员；公司老板不会提拔为人刻薄、吹毛求疵的职员；人们也不会与浮躁不安、好惹事生非的人交往、合作。只有那些生机勃勃、做事干练、能给人带来快乐的人才会受人欢迎。

对业务的拓展和事业的发展影响巨大的往往是生活中的琐碎小事。骄傲对事业的成功危害最大。一个骄傲狂妄的人往往在经营上会遭受失败的打击，他们的不良习性会让他们在生活中倍感孤独。举止紊乱、



脾气急躁、坐立不安、言语尖刻都是妨害事业成功的不良恶习，只有改掉这些恶劣的习惯，才能使你的事业腾飞。



习惯的打造

我们要时刻回忆自己的行为，从中找出不利于成就事业的坏习气，然后时刻提醒自己改掉它，主观上克制自己不要再犯那样的错误，如果能够长久地坚持，你一定会成为一个优秀的人。

阻碍我们成功的坏习惯往往在不经意的时候就已经养成了。所以渴求成功垂青自己的人一定要时刻监督自己，不让坏习惯在精神的沃土上滋生蔓延。如果真的发现了某些不良习惯，聪明的人一定要勇于面对，千万别找借口逃避搪塞，应该主观地去改正它，让优良习惯占据你的生活，让坏习惯没有立足之地。只要勇于改正缺点和不良习惯，你一定会收获成功的喜悦。

保持良好的思维习惯

一个人要在事业上有所成就，就得保持良好的思维习惯，不要总是心生抱怨，抱怨事业不成功，抱怨生活不够美满幸福，让人觉得你对一切事情都不满意，好像世界上的所有苦难都让你一个人承受着。这样的心态，怎么会成就伟业呢？成就伟业，就得懂得思维

的艺术，并且要将精力全部投入到事业中去，这样才能实现成功的目标。

立志成功的人不会满足于现状，他们积极进取，有远大的抱负，不达目的不罢休。这种精神能够推进成功的进程。而那些如蟋蟀般随遇而安、不思进取的人，是不会成就伟业的，他们的成功目标也如海市蜃楼般虚无缥缈。

一个人如果有崇高的目标、远大的志向，那么，他就会在成就伟大事业的过程中不断地超越自我、拓展思路、积累知识，力求超过周围的人，在成功的道路上走得更远。他坚定的意志激励他要努力向上，做出更大的成就。

许多年轻人错误地认为天才或成功是命中注定的，这种错误的想法是成功的最大障碍。一粒松籽即使在阳光、温度、土壤都具备的条件下也不一定会破壳生长成一棵高大的松树，但是只因为不能成长为一棵高大挺拔的松树，或因自己不能长得像松树一样挺拔就失去自信，在庸庸碌碌中虚度光阴、虚度年华，那样的话实在太不值得了，而且是荒谬可笑的。世界上被称作天才的人数不胜数，但是真正成就伟业的天才又有多少呢？众所周知，天才加勤奋等于成功，可见光是天才还不行，还要有后天的努力奋斗，才能够真正成功。英国画家雷诺兹说：“天才是一种超越艺术创造完美的能力，而这种能力的获得必须要经过努力奋

习惯的力量



斗。”

还有些年轻人认为，那些才华横溢的天才人物能够轻松获得成功，这种想法也是对成功的一种误解，离开了勤奋，天才又有什么用呢？要知道，一切事情都不能坐享其成，离开了勤奋努力，成功就无从谈起。所谓“业精于勤”就是说只有辛勤地工作才能有所成就。要想成功，就要将忽视勤奋的思想逐出大脑，这样才有希望取得成功。

那些成功的伟人们为什么会执著地追求事业的成功，竭尽全力实现成功的目标呢？他们自己也说不清楚，他们只是觉得有一股神秘的力量在推动他们前进，他们只是顺应内心深处的启示而已。

希望企及的目标最初只是如海市蜃楼般虚幻的美景，要想达到这个目标就得不断努力进取，信心百倍地追求下去，这样才能冲破迷雾到达成功的终点。追求成功的过程就像进行马拉松比赛，运动员在起跑时，看不到终点，只能通过坚持不懈的努力，才能取得最后胜利。

我们有了明确的目标、正确的前进方向，就应坚持不懈地努力向着目标前进，不要顾及成功的道路如何坎坷，是否布满荆棘。在追求成功目标的过程中，我们没必要用茫然和恐惧来加重自己的心理负担，阻碍成功的进程。

一个人如果贪图快速地解决问题得到一劳永逸的

效果，那么一定会因耗损过多的精力而疲惫不堪，结果适得其反。充分地利用生活中的每一天，竭尽全力做好眼前的事，不贪多求快，这样才能争取更大的成绩。这种正确的生活方式和思维方法，有助于培养务实的性格，使我们的热情更高昂、情绪更稳定。奋发向上、积极进取的精神不但可以坚定意志、增强信心，而且能够提升我们的性格魅力，开拓我们的视野，拓展我们的思路。

做任何事，我们都要倾注热情和思想，相信努力就一定能够有所成就。这是一种令人始终充满激情的品质，它无法用语言来表达，却如神的智慧一样伟大。

如若我们面前站着许多人，我们能够很容易地指出谁信心十足，谁缺乏信心。因为信心十足的人总有一种高瞻远瞩的气质，这种气质无法用言语来表达的，信心十足的人不管是担任国会议员，还是做一个平庸的小职员，都会有所成就，因为他们高贵的品质、坚定的意志已注定了他们成功的命运。

美国作家梭罗曾经说：“一个人兢兢业业地做事，最终却什么也没有得到，这样的事情你会相信吗？如果一个人奋斗不止，他会没有回报吗？只要他有坚定的意志、宽宏大量的高尚情怀、追求真理的信念、求真务实的精神，他就一定能成功，他的努力一定不会白费。”

有许多人用不良思想、低俗的生活理念和不同于

习惯的力量





习惯的
打造

他人的生活方式在自己心中筑起了一道自我封闭的万里长城，把自己与幸福美好的生活完全隔离开。他们的心中只有担忧、愤怒和恐惧，因此他们对任何事情都不屑一顾、吹毛求疵，看不到生活的美好，他们的错误思维习惯影响着他们的生活，妨碍了他们与他人交流。

人的一生都是在生活理念的指导下进行的，因此，生活理念将影响人的一生。生活理念操纵着命运，它不光可以重塑一个人的性格，改变一个人的生活，还可以影响他的动机和行为方式。如果一个人精神空虚、格调低下，那么他的生活质量也将趋于低劣，反之，如果一个人精神饱满、格调文雅，那么他的生活将绚烂多彩，尽享人生乐趣。

每个人的人生目标都会与他的生活理念相对应，人们能够从中看出这个人的风格和修养。基于这一生活理念，我们在日常生活中所表现出来的个性特征，也正如我们希望的那样，而我们执著追求的目标也能在这一理念中得到答案。我们生活的外在表现，从方方面面反映着一个人的内涵。我们的一举手一投足，或是随意写下的几个字，或是海阔天空地闲谈，虽然看上去很是随意，但却多多少少反映着我们的内心。

在我们的生活真正开始的时候，我们就应该选择一个更高远的生活理念，这是因为我们要实现教育和文化的功能，消灭贫穷和愚昧无知，塑造真正有知识

的人。

人性好比一棵娇嫩的名贵花草，它对环境要求苛刻，只有在阳光的照耀和雨露的滋润下才能够茁壮地成长。所以我们要明确自己的成功目标，牢固地树立积极的生活理念，为事业的成功做好领航员。一个人的灵魂在积极向上、高贵典雅的环境里，会变得高尚；反之，一个人的灵魂在自私、贪婪、齷齪的环境里，会自甘堕落，变得卑微低下。所以良好的环境会造就人的成功，而自私自利的环境可以毁灭你拥有的一切。

刚刚步入社会的年轻人，朝气蓬勃，活力四射，他们立志成功，但急功近利。如果长此以往，让这种热情过分膨胀，定会冲昏年轻头脑，毁掉他们的敏感和直觉，导致事业上的失败。如果一个人总是在头脑中算计什么，试图在事业上走捷径，那么他就在无形中封闭了自己的心灵。如果一个人能够顺其自然，泰然处之，形成正确的生活理念，并让它来指导你的生活，那么他在事业上一定能够取得成就。

年轻人投机钻营，狡诈处事，或是利用他人的弱点取得利益，那样会养成见利忘义的习惯。这是年轻人头脑中的一种思想毒素，会使年轻人的事业走上歧途，最终导致事业上的失败。

年轻人不但要精明能干、机智敏锐、博学多才、洞察力强，还要宽宏大量、心平气和、乐善好施、学会忍耐，只有这样才真正达到了塑造人的高尚情操、

习惯的力量

