

当代
畅销书
日本

为你带来好运的
小习惯

① 多湖辉 著 钱贺之 译

学林出版社

为你带来好运的小习惯

——日常生活中 30 个能够改变人生的启发

(日) 多湖辉 著 钱贺之 译

学林出版社

图书在版编目(CIP)数据

为你带来好运的小习惯/(日)多湖辉著;钱贺之译.
上海:学林出版社,2004.1
ISBN 7-80668-654-1

I. 为... II. ①多... ②钱... III. 习惯-通俗读物
IV. B842.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 101756 号

本书由日本青春出版社和大地书物有限会社授权学林出版社,在中国独家出版中文简体字版本。版权所有,翻印必究。

为你带来好运的小习惯——日常生活中 30 个能够改变人生的启发



作 者——[日]多湖辉
译 者——钱贺之
责任编辑——叶 刚
特约编辑——刘益民
封面设计——贺 强
出 版——上海世纪出版集团
学林出版社(上海钦州南路 81 号 3 楼)
电话:64515005 传真:64515005
发 行——新华书店上海发行所
学林图书发行部(钦州南路 81 号 1 楼)
电话:64515012 传真:64844088
印 刷——上海长阳印刷厂
开 本——850×1168 1/32
印 张——4.5
字 数——10 万
版 次——2004 年 1 月第 1 版
2004 年 1 月第 1 次印刷
印 数——10,000 册
书 号——ISBN 7-80668-654-1/G·230
定 价——12.80 元

先让我们来做一个运气测试。

请您用 20 秒钟左右的时间，简洁地作一下自我介绍。

前 言

一开始就进行测试，也许读者会感到有些突然。但做了这项测试，可以了解你的自我表现能力，以及头脑的灵活性。对于你是否善于为自己带来好运而言，这些都是至关重要的因素。

你会怎样做自我介绍呢？

“我叫田中一郎，××岁，昭和××年东京都出生，现在在食品制造公司工作。业余爱好是欣赏电影和打网球。×口之家……”

或者是：

“我叫山田良子，××岁，服装公司秘书，现在正在寻找男朋友。我的兴趣是海外旅行。周末一般喜欢和友人一起逛街购物……”

20 秒左右的时间，恐怕很多人都会作这样的自我介绍吧。如果是就面试，那还算过得去，可以给个合格分。但是很遗憾，习惯这样作自我介绍的人，很难说



是一个能为自己带来好运的人。那么,应该怎样进行自我介绍呢?



在这世上,虽然干着同样的事,为什么有的人总是幸运不断,而有的人就没有这份好运呢?对此大家一定都有同感。原因究竟是什么呢?

善于抓住好运的人,有一个共同点,那就是他们都不受生活常识和固定观念的束缚,而且具有乐于经常去寻找、发现新事物和有趣事物的习惯。

让我们再来看刚才的运气测试题。我有一个学生,在本书中我还将详细介绍,他曾作过一次非常有特色的自我介绍,给大家留下了很深的印象。所以后来当我所在的学校有了一个空缺职位的时候,我马上想到了这个学生,把职位推荐给了他。现在他在学校干得很好,深得众望,并担任了重要职务。

这当然主要是靠他自己的能力,但不管怎么说,给他带来一次机会的,是他的那次自我介绍。谁都容易流于形式走过场的自我介绍,怎样利用才能使周围的人加深对自己的印象?他意识到了这一点,适当地表现了自己,并因此获得了好运。

当然,不仅是自我介绍应该如此。但我们在处理习以为常的日常事物时,总是得过且过、掉以轻心。而这样做,往往使自己难以得到进一步的提高。经常保持对自己生活中出现的新事物的兴趣,充分尝试各种可能性,具有这样的习惯,才能把握住机会,为自己换



来好运。

本书意在向读者介绍一些方法,使读者掌握如何养成能为自己招来好运的习惯。所谓养成习惯,也许听起来是件难事,但看完本书你会知道,其实不然。在工作单位里,在人际关系中,或者在个人的自由时间里,有时只需很小的努力,就可以形成一个很好的习惯。

幸运女神是不会自动找上门来的。好运只有靠您自己去寻找。希望您能乐观地看待眼下这个竞争激烈的时代,不断地把握住好运。

最后我谨向各位读者道一声:祝您好运!

目 录

第一章 能唤来好运的人和抓不住好运的人

的差别	1
1. 总能唤来好运的人所具有的感觉	1
现代人丧失的“本能”是什么?	1
很小的习惯能使失去的感觉复苏	4
2. 抓得住好运的人胜过了具有才能的人	5
成功者的资质	5
“胆小”的好处	7
3. 任何好运、坏运都是会逆转的	10
坏运气更容易改变	10
好运要靠自己争取	13

第二章 能唤来好运的人,经常注意日常生活中的

这些事	15
4. 头脑中带一张独创的名片	15
消除“避风港意识”	15
与众不同的自我介绍方法	18
5. 不使好运受阻的生活习惯	20
打破运气停滞局面的“小搬迁”	20



改变外表带来的效果	23
6. 总是受好运青睐的人的语言习惯	24
运从口入	24
得不到进步的人的口头禅	26
7. 挖掘潜在能力的暗示语	29
令干劲不断增长的自我暗示术	29
经过领导人物实践的宣言效果	31
8. 用很小的行动习惯来重新塑造自己	34
一种行动习惯反映出运气的好坏	34
用视觉化表演打动别人	36
9. 从日常生活中跨出半步去发现“为什么”	38
不会错失机会的不同视角	38
善于创造机会的人的行动步伐	40
10. 刺激创造性大脑的“事物活用法”	42
用电视来锻炼自己的想象力	42
“储存笔记”的活用法	44

第三章 能唤来好运的人如何对待工作和人

际关系	48
11. 利用精神压力的逆向思维	48
令自己精神振作的“紧张体验”	48
敢于面对自己难应付的场面	50
12. 开拓“自己的网络”的方法	52
开阔视野的公司外的活动	52
好运就隐藏在不会做的事里	54



13. 制订符合心理特点的目标计划	56
安排计划时不要只定一项大目标了事	56
成功人士节假日的安排	57
14. 安上“天线”,提高自己的可能性	60
倾听能够带来好运	60
捕捉良机的“天线”	61
15. 能够改变现状的“语言的诀窍”	64
唤来好运的语言、丧失良机的语言	64
多记些自己喜欢的名句	66
16. 获取对方好感的心理战术	68
一下子抓住人心的称呼	68
增加生意上的好运的语气	70
17. 受益于善于称赞别人	71
善于称赞的头脑体操	71
恭维话的效果	73
 第四章 轻轻松松赢得财运的战略	 76
18. 能够偷来财运的“同一视”效果	76
首先进行模仿	76
随身携带金钱与成为有钱人的关系	78
19. 储蓄时的心理目标设定法	81
为什么“存款目标应该定在一百万”	81
要完成大目标,可先制订小目标	82
20. 财运上的转弊为利	84
怎样让借钱产生积极效果	84



“还能”胜过“只有”	87
21. 为今后带来财运的习惯	89
两条腿走路能够带来财运	89
比起上司更应该在下属那儿多花钱	92
 第五章 重新唤回曾经错失的好运的心理法则 ...	95
22. 如何在逆境中寻找机会重新振作	95
“胆怯的时候,你要敢于承认”	95
写和客观审视	98
23. 已经错过的好运,暂且放弃	100
迫使自己两者选一	100
善于取舍就是善于抓住好运	102
24. 陷入困境时重新观察自己的方法	104
自己做过多少决断	104
自我投资,是投资给自己的运气	107
25. 防止恶性循环的精神习惯	109
自我解放的“自由联想法”	109
通过骂人来消除坏运气	111
 第六章 抓住的好运绝不再失去的方法	114
26. 充分利用“笑”的交际作用	114
笑能产生好运的实证	114
善于逗人发笑的交际术	115
27. 无论何时都能享受“娱乐”的效果	116
好运是如何成熟的	116



“头脑体操”的启发·····	119
28. 受益于有名的合作伙伴的人的共同点·····	121
学会敬佩别人·····	121
甘当配角的人、抓住主角地位的人 ·····	123
29. 让自己更上一层楼的学习方法 ·····	124
怎样看待外行的意见·····	124
越是运气好的人越善于向别人学习·····	126
30. 确立不断前进的“自己的道路” ·····	128
敢做不合身份的事·····	128
好运只有一次的人和好运不断的人·····	130

第一章 能换来好运的人和抓不住好运的人的差别



1.

总能换来好运的人所具有的感觉

现代人丧失的“本能”是什么？

运气好的人和运气不好的人，两者的差别究竟何在？也许我们能从一些事例中得到启发以求解开这个谜。比如，某个探险队去亚马逊森林探险，当地的导游为大家做导游。

原始密林中，一切都被茂密的热带树林所覆盖，几乎一片昏暗。太阳的光芒，永远照不到人们脚踩的地面。来自文明国度的人们行走其中，如果没有当地导游，肯定返不回原路。

可是，当探险队深入到密林深处，导游突然得急病



死了。队员们在森林中徘徊了好几天,不久大家四处走散了,最后只有一个运气好的人终于摸到了当地土著居民的村落。途中他多次面临岔路的选择,而每次他都和一些伙伴分手,听天由命地选择自己的道路。

实际上,这个有幸生存下来的人,以后还多次外出探险,也曾多次陷于同样的境地,但总是得以九死一生。人们都说他运气好,但我认为不仅如此。我觉得在他身上具有某些不可思议的能力、感觉。而这种不可思议的能力、感觉,似乎就是让我们解开谜面的关键。

我想说的是,运气的好坏,是否和动物本能性的能力有关。对此,德国一位叫卡兹的科学家,曾做过一项测试狗的归巢本能的实验。

对于狗的归巢能力,各种学说众说纷纭。比如有的认为,狗在一路上多次撒尿,其实就是做标记,狗正是靠嗅着这些标记才得以返回原处的。这种说法是否正确,卡兹进行了实验。

实验中,将狗关在一只箱子里,然后把它送到一个很远的地方。这样,狗就没法做标记了。此外,把狗带到远处的是一个那条狗完全不认识的人,因此狗也就得不到可以返回原地的任何线索了。但结果怎么样呢?那条狗还是一路上“啪嗒啪嗒”地返回了原处。

更令人不可思议的是,第二次实验的时候,那条狗竟然选择了和第一次不同的道摸回去了。据卡兹说,



从箱子里放出来的瞬间,那条狗的脸给他留下了很深的印象。刚从箱子里放出来的狗,“哈哈”地喘着粗气,那一刻的那张狗脸,据说和狼脸非常相似。狗的祖先就是狼。准备归巢的那条狗,又变成了它的祖先狼。在狗的身上,具有靠人的感觉是说明不了的、令人不可思议的归巢能力。

同样的本能,在归鸟身上也存在着。归鸟朝着目的地的小岛飞去时,即使是几千公里的飞行,最后定能准确无误地到达那座小岛。以前有过多种说法,说归鸟是以地磁场为基准,或者说是以太阳为基准的,但一直没有定论。为什么归鸟能够回到目的地的小岛,它们肯定具有某种特殊的感知功能。

这样的特殊感觉,人类也曾经应该是具备的。因为有这种特殊感觉,才能够在一片昏暗的密林中行走,能够躲避种种的危险。但生活在文明社会里的人们,大都丧失了这样的感觉。

但并不是说,生活在文明社会的所有的人都丧失了人类曾经有过的特殊感觉。有些人就具有辨认危险的嗅觉,能够避开危险的场所。有些人并未具备多大的才能,也没见他做过怎样的努力,却能终其一生都走在阳光灿烂的大道上。他们应该是带有某些特殊感觉的人,我们通常把他们称为“运气好的人”。

他们所具备的特殊感觉究竟是什么?那就是一种能够带来好运的能力。运气好的人,能够自然而然地躲开危险,让自己向有利的方向前进,其根源所在也许



就是这种特殊感觉。

很小的习惯能使失去的感觉复苏

能够抓住好运的特殊感觉,在现代人中并非仅仅存在于一部分特殊的人身上。即使普通成长、普通生活的人,也能有这样的特殊感觉,他们在日常的生活,也能够具备获得好运的能力。

但他们并未做着什么特殊的事情。在旁人看来,他们只是正常地工作,正常地吃饭睡觉,然而好运却总在悄悄地靠近他们。比如说经商的时候,他们总能在销路最好的时候比别人早一步出手;而在危机出现之前,他们又总能及时抽身;如果他们是公司职员,虽说也没什么大不了的举动,但好工作定能落在他们的身上。

可以说,运气好的人和运气差的人的差别,存在于日常生活之中。总能唤来好运的人,他们在每一天的生活积累中,不断获得这种能力。而这种日常生活中的积累,就是“习惯”。

抓得住好运的人,他们具有善于抓住好运的日常习惯。这看上去似乎是微不足道的,但习惯这东西决不能等闲视之。如果每天重复同样的习惯,那么对行动、对看问题的角度、对思考方式都会产生影响。从长远的眼光来看,习惯还能决定人的性格。

比如,人们都认为德国人做事一丝不苟,这很大程度是因为他们的习惯使然。在德国人的家庭,从孩提



时代起就对整理整顿要求很严,据说父母会经常拉开孩子桌子的抽屉,检查是否认真整理过。这样从小就养成了整理整顿的习惯,就会对一个人的性格、气质产生影响。这也是德国人给其他国家的人留下一丝不苟印象的原因。

容易获得好运的人,其实也是这样。当养成了容易得到好运的习惯,自然会对自己的思维方式、性格产生影响,并进而使自己善于唤来好运。

如果我们观察那些运气好的人,在他们身上能发现好些可以认为是和好运相关的习惯。他们本人往往并没有意识到,但却正是这些习惯为他们带来了好运。



2.

抓得住好运的人胜过了具有才能的人

成功者的资质

人们常说“天才来自于百分之一的才能和百分之九十九的努力”。这句话我们其实也可以这么说:“天才来自于百分之一的才能和百分之九十九的运气。”也许有人会生气地说“没有这回事”,但实际上事实却与之接近。

世上的事百分之九十九由运气决定,这样说太不像话了,简直没有上进心。有人这样生气也是可以理



解的。然而现实世界里就是有不可思议的事。世上的那些成功者,不知为何总是好运不断。

最典型的恐怕就是战国时代统一日本的丰臣秀吉吧。为什么他会跟随以后成为天下霸主的织田信长?如果当时他追随的是同为战国武将的武田信玄或今川义元,恐怕结果会是壮志未酬身先死。当织田信长被明智光秀弑杀于本能寺的时候,为什么最先得到这个情报的又是秀吉?而且这时丰臣秀吉还正好掌握着超过明智军的大部队。秀吉的成功,看起来就是来自这一连串的“说不清原因的好运气”。

在现代,也有这样的人,不知为什么运气就是好。那些被称为战后经济巨头的人物就是这样。松下电器的松下幸之助、本田技研的本田宗一郎、索尼的井深大等,原本都只是街道小工厂的经营者,但以后他们领导的公司得到了急速发展,现在已经成了世界性的大企业。不管松下还是本田,当它们还是一家街道小厂的时候,同样的街道工厂在日本数不胜数,其中为什么它们能够获得巨大成功呢?

还有,在泡沫经济时代,通过不断投资获得巨额财富的大有人在,但其中的很多人又因泡沫经济的崩溃遭受到很大的损失,至今还有好些企业和投机家喘不过气来。但却也有那种运气特别好的人,能够在泡沫经济崩溃的前夕,干净利落地从金钱游戏中功成身退。

能够招来好运的人和抓不住好运的人,其典型人物,让我们来看一下日本明治时期的西洋画坛吧。比