

2004年最具震撼力的作品，让我们一起来关注“人”的重要性！

解决不了“人”自身的问题，其他一切努力都是白费！

〔美〕丹尼·勒纳 玛丽·勒纳 著

# 从优秀到卓越

Being Better Than Your Best

（个人成长版）

从现在开始，拒绝优秀，做一个卓越的人。——丹尼·勒纳

8.4

41

中国商业出版社

2004年最

们一起来关注“人”的重

解决... 其他一切努力都是白

[美] 丹尼·勒纳 玛丽·勒纳 著 姜文波 译

# 从优秀到卓越

Being Better Than Your Best

(个人成长版)

中国商业出版社

**图书在版编目 (CIP) 数据**

从优秀到卓越 (个人成长版) / (美) 丹尼·勒纳  
(Lena, D.), (美) 玛丽·勒纳 (Lena, M.) 著; 姜  
文波译. - 北京: 中国商业出版社, 2004.2

ISBN 7-5044-4972-5

I. 从… II. ①勒… ②勒… ③姜… III. 成功心  
理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 120362 号  
**图字: 01-2004-0255 号**

**Being Better Than Your Best**  
Copyright© 2002 by Danny and Marie Lena  
Chinese edition copyright ©2003  
by China Commercial Publishing House (中国商业出版社)  
All rights reserved

责任编辑 / 孙启泰

中国商业出版社出版发行  
(100053 北京广安门报国寺1号)  
新华书店总店北京发行所经销  
北京市海淀求实印刷厂  
787 × 1092 毫米 16 开 13.75 印张 160 千字  
2004 年 3 月第 1 版 2004 年 3 月第 1 次印刷  
定价: 21.80 元

\* \* \* \* \*

(如有印装质量问题可更换)

## 导读 ◀

### **本书会给你带来什么？**

本书可以帮助你从优秀迈向卓越！

如果你正力争晋升到更高的职位或者取得更大的成功，或者仅仅是渴望能得到同事、合伙人和领导者更多的尊重与欣赏，那么本书将重新定义你的商业或职业习惯，并帮助你了解别人是如何评价你的表现的。

如果你是一个决策者或领导者，渴望提升你自己以及你的团队或者合伙人的业绩，那么本书将就激励、坚持、效果以及效率等，给你一些全新的理念。通过了解这些理念，你就可以激励你自己以及你的团队和合伙人，提高创造力和工作效率。

如果你是在出售某种产品或服务，或者是在为他人提供某种机会，那么本书中的销售法则和90/10法则将帮助你克服障碍与阻力，并鼓舞你奋力向前。你将从中学到如何创造及保持积极而有价值的商业关系，这将有助于你向别人推销

自己。

如果你是一个管理者，你将从中学到如何解决冲突，如何减少消极因素，如何处理工作或者家庭中的麻烦，以及如何以简单易行的方法和技巧来达到目的。

如果你是一个独立经营者——无论是全职的还是兼职的，你将从中获得果敢与坚韧，并让自己的事业更上一层楼。你将学到如何自我推销，如何展现自己的创意，如何避免拖延，如何坚守时间表，以及如何消除障碍以达到自己的目的。

如果你是一个教练员或者运动员，你将学到如何提升自己面前的横杆，如何在比赛中为你的队员们注入鼓舞而不是绝望，来发挥他们的最大潜力。你也将学到如何解决内部矛盾，并一直坚持到成功。

如果你是一个学生，你将学到如何克服展现自我的恐惧，如何做到“走自己的路，让别人去说吧”。你将学会如何利用自己的天赋才能使自己出类拔萃，你将做好与众不同的准备！

如果你是一个老师，你将学到如何激励自己和自己的学生。你将能够避免使自己精疲力尽，并让每一天的教学都充满期望——就像你第一天走上讲台时那样！

如果你是重新开始，期望重新塑造自我，那么本书将帮助你了断过去，从一个新的起点开始新的旅程。你将学会如何自如地展现真我的本色，如何实现自己一向的渴望，包括改善自己的人际关系，以及让自己变得更加自信！

还等什么呢？翻开书，现在就开始！

## 前言

你可曾问过自己，是否已经发挥了自己的最大潜力？在结束了一天的工作之后，你可曾在想：“我应该能够做得更出色一点儿，或者更勤奋一点儿？”你可曾想过，假如你真的凡事力求卓越，那会有怎样的结果？

或许，我们的确这样想过，也这样问过；而且，我们还想知道：“怎样才算卓越？我们怎样才能知道自己做到了最好？”

**一个人的最佳表现是时刻变化的，但是你始终力求超越自己上一次的表现，超越自己曾经的优秀表现。这就实现了“从优秀到卓越”。**

对跳高运动员来说，“从优秀到卓越”就是要把有待跃过的横杆升高一格或几格，不断“提高自己面前的横杆”，他们这样挑战自我，以求跃过更高一点儿的高度——仅仅是一点儿，力图打破自己上一次的跳高纪录。这激励他们力争做到更好——很可能，这“更好”并非巨大的超越，而仅仅是超

出那么一英寸左右。每当运动员们尝试跳得更高一点儿时，他们实际上就是要重新塑造自我。他们必须重新思考自我的含义。然后，他们要设定新的目标——不是基于过去的纪录，而是基于重新思考后对自我的全新认识。如此思考可以让训练和试跳始终充满乐趣，可以让运动员始终受到激励。在意识到自己已经尽了最大的努力之后，他们就会体验到一种成就感。假如你也像他们那样要求自己，结果又将如何呢？

想想看，假如你提高自己思想上、言语上和行动上的标准，那将会有怎样的结果。你的工作或事业是不是会变得极其富有成果？你是不是能够对你的团队或组织做出更大的贡献？你是不是能够获得更大的提升？你是不是可以生产出质量更优秀的产品或者提供更优秀的服务？你的销售和市场推广演示报告是不是会变得更加富有感染力？

对于任何一个渴望走向卓越的人，无论你是在办公室里工作，还是与家人相处，也不管你要处理的是何种人际关系，本书都将令你受益匪浅。

—— 丹尼·勒纳 玛丽·勒纳

## 目录



### 第一章 你的最佳表现是什么

01

无论何时都要尽自己的最大努力。你现在有多大的付出，将来就有多大的收获。

——奥格·曼狄诺

### 第二章 重塑自我

07

一个人在今天所达到的成就，必然发端于昨天的努力。

——罗伯特·路易斯·史蒂文森

### 第三章 创造性循环

15

我们周围的事物和环境，都可以在我们身上找到根源；它们都是从我们自己撒下的种子里发芽并成长起来的。

——亨利·戴维·梭罗

### 第四章 永远不要为了工作而“工作”

23

一个人在一天之中的成就，取决于他对待工作的态度。如果我们能把棘手的工作看作是对自己能力的一种挑战，并且满怀喜悦和热情地投入其中，奇迹就会发生。如果我们能够以充满激情和活力的征服精神去对待工作，那么我们就可以轻松愉快地完成它。

——阿兰德·吉尔伯特



### 33 第五章 生活不必是一场挣扎

幸福和快乐之路就在于两条简单的原则：找出自己的兴趣和擅长所在；然后全身心地投入其中，将你所拥有的每一点精力、干劲和才能，统统奉献给它。

——约翰·洛克菲勒三世

### 49 第六章 保持自我激励，实现美好梦想

我们一直认可过去的决定，直到需要改变的呼声变得足够响亮，震得我们不得不在安逸舒适的懒惰和枯燥乏味的行动之间做出选择。

——路易斯·拉莫尔

### 79 第七章 90/10 法则

当你看见一个问题正向你走来时，你要大声地向他打招呼：“你好啊，问题先生！”最近你到哪里去了呀？我这一生可都是在为你而学习和历练呀！

——诺尔曼·文森特·皮尔博士

### 95 第八章 不自知者，不为人所知

如果“推销”这个词让你感到烦恼，那么就用“分享”来代替它——推销实质上就是分享。其实，你一直在同别人分享自己所拥有的，以让他们生活变得更美好。

——丹尼·勒纳和玛丽·勒纳

## 第九章 别怕失败

113

从今以后的二十年里，你将会因那些没有做过的事而失望，而不是已经做过的那些。所以请扔掉帆角索，驶出避风港，让信风鼓起你的船帆——去探索、去梦想、去发现。

——马克·吐温

## 第十章 去比赛以赢得胜利

151

要作你自己——在一个力求自我完善的世界中，夜以继日地，像那些成功人士一样去实现你的自我，这意味着去打响一场最激烈的战斗，那任何人都可参加，且永无休止的战斗。

——卡明斯

## 第十一章 心灵的成功

163

让我赢！就算不能赢，我也要勇敢地去尝试。

——奥运会组委会的座右铭

## 第十二章 用心去经营

191

在我们的有生之年，我们的职责就是：  
尽我所能、想方设法地为全人类造福。

——威廉·巴克利

## 第十三章 来自作者的最后建议

205

如果你想，你就可以那样做——一切都只是一种选择

——丹尼·勒纳和玛丽·勒纳

## 第一章 你的最佳表现是什么



无论何时都要尽自己的最大努力。

你现在有多大的付出，将来就有多大的收获。

——奥格·曼狄诺

有很多书都在告诉我们该如何更好地经营管理，该如何让工作更富有成效，如何打破思维框架，如何赚取更多的金钱，以及如何找到更多的客户或者合作伙伴——甚至是如何“挤垮”竞争对手。

**本书的核心则是“从优秀到卓越”，这暗示着一种同自我的竞争；在这种情况下，即便你是赢家，却不会有输家。事实上，每一个人也都将是赢家。**

当你为人们带来优秀的产品或服务时，市场上总是会有你的生存空间，所以，同自我的竞争才真正是你能否做到最好的关键。

如果你不能在自己的工作或者事业中找到快乐，那么你所完成的一切都只能给你留下空虚。正因如此，有些人尽管已经拥有了他们想要得到的一切——汽车、金钱、股票（优先认股权）、退休计划、养老金、休假等等，但是有一天，他们还是会看着镜子里的自己说：“我的生活中似乎少了点儿什么。”

对金钱和物质的追求，的确是推动我们取得成就的一种驱动力。毕竟，拥有充裕的金钱确实可以令生活变得更轻松。有了钱，你就不必再为付账单或者给自己和家人买东西而烦恼，这的确很好。但是，对一种快乐而充实的生活来说，你在赚取这些金钱时所面对的挑战和所感受到的刺激，才是最重要的。能拥有明确的人生目标，不断地自我拓展和自我完

善，以求在每一天结束时都可以自豪地说：“今天的我，是我最伟大的自我版本。”这种感觉难道不是很美妙吗？如果你可以这样说，那么要求老板为你加薪、在自己的职业或事业中更上一层楼、请求客户下订单、接纳下一个合作伙伴、在会议上畅谈自己的看法和远见或者是勇敢地去探索新的前途——这一切都将变得更加轻松而自然。这将是一种多么令人振奋的感觉啊！

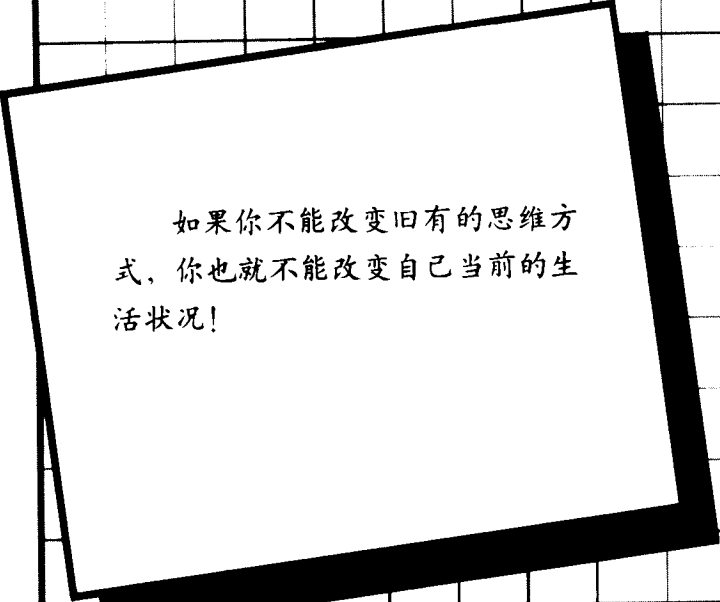
说道超越自我的最佳表现，立刻就引出了这样一个话题：“你的最佳表现是什么？”你或许会说，你的最佳表现就是能从大学里毕业，因为你的一个高中老师曾经说过，你根本不是上大学的料儿；又或者，你的最佳表现是在熬过了失业之后，成功地建立了自己的企业……又或者，你的最佳表现是在克服了孩童时期的口吃之后，成为了一个出色的演说家。你当前的最佳表现，或许是在一家公司里升到了一个很高的职位——在20年前，这家公司甚至不可能聘用像你这样的人！在你生命中的不同时期，随着你不断地成长，不断地超越自我，你的最佳表现的标尺也在不断地改变。

那么，假如你还不知道自己的最佳表现是什么，你要怎样才能实现超越呢？像跳高运动员那样，通过提高自己面前的横杆，你就可以创造出一个新的目标——一个更高的标准，在这个标准下，你的全新的自我形象就是你的行动榜样！对于你的任何目标或梦想，你都可以这样去做。无论你是想让自己的商业更加成功，想要在公司里晋升到更高的职位，还是仅仅渴望能更加被人欣赏、受人尊重、受到激励。

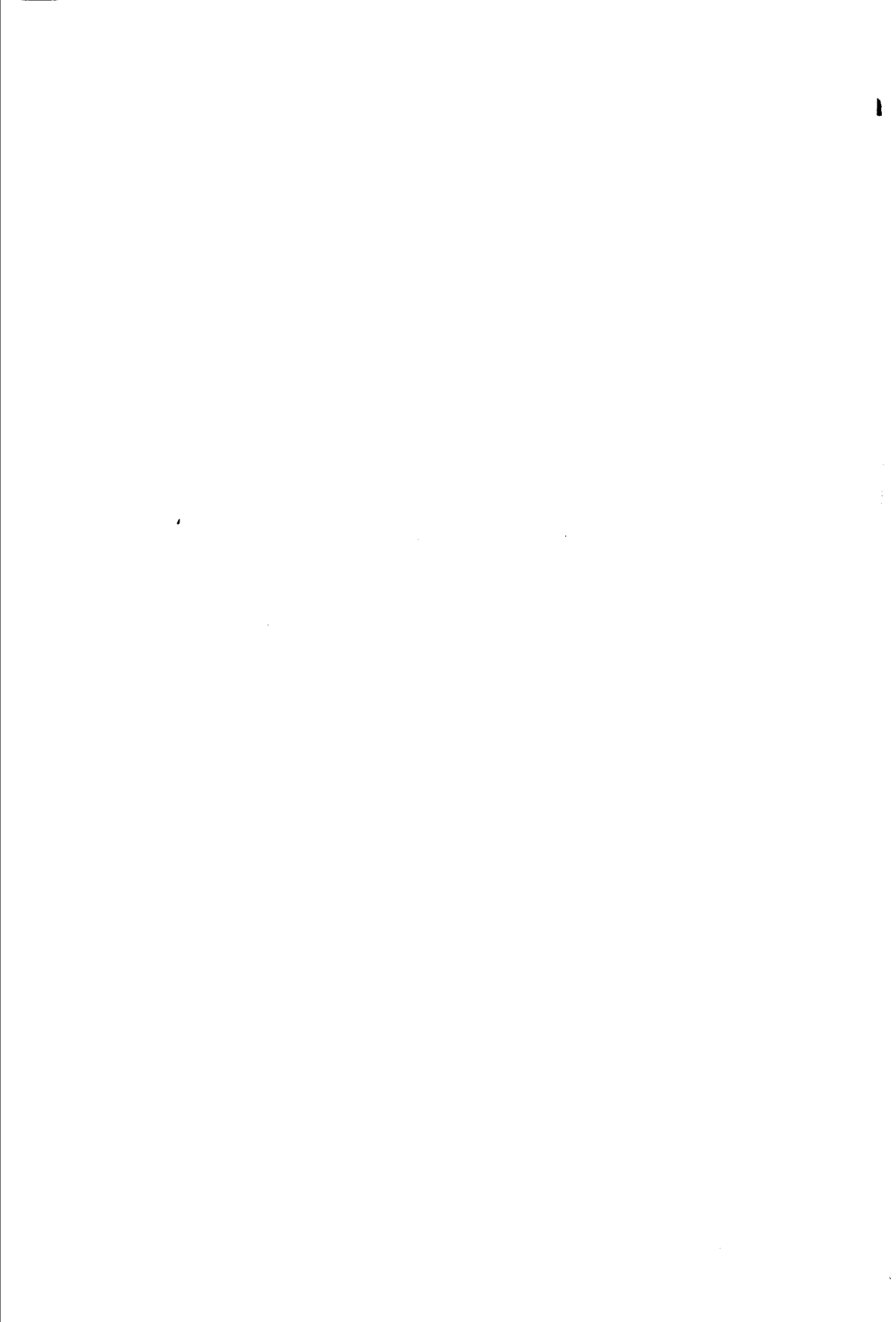
要做到从优秀到卓越的转变，你必须走出封闭的自我，去面对自己的恐惧，勇敢地挑战自我。这不仅仅意味着要跳出原有的思维模式，而且，你还要跳出原有的生活模式。你

需要把自己在各种会议、讨论班和训练课程中学到的指导原则付诸实践。你要做的不仅仅是记住这些原则，你还要依据它们来采取行动，即按照他们的建议去做。只有这样，才能让超越自我成为现实，才能走向卓越！请记住，正如阿尔伯特·爱因斯坦所说：“如果你不能改变旧有的思维方式，你也就不能改变自己当前的生活状况。”

## Being Better Than Your Best



如果你不能改变旧有的思维方式，你也就不能改变自己当前的生活状况！





## 第二章 重塑自我 ◀

一个人在今天所达到的成就，  
必然发端于昨天的努力。

——罗伯特·路易斯·史蒂文森