

精 / 神 / 道 / 德 / 立 / 人 / 追 / 求 / 成 / 功 / 人 / 生

# 重塑心灵

——追求成功人生 9+1 法则精选案例

刘洪儒 / 编著

- ♥ 领导管理者实用工具书
- ♥ 企业培训案例工具书
- ♥ 追求成功人士自学工具书



中国经济出版社

CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

# 重塑心灵

——追求成功人生 9+1 法则精选案例

刘洪儒 编著



中国经济出版社  
[www.economyph.com](http://www.economyph.com)

---

## 图书在版编目(CIP)数据

重塑心灵 追求成功人生 9+1 法则精选案例/刘洪儒编著. —北京:中国经济出版社,2005.1

ISBN 7-5017-6687-8

I. 重... II. 刘... III. 个人—修养—通俗读物  
IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 103967 号

出版发行:中国经济出版社(100037·北京市西城区百万庄北街3号)

网 址:www.economyph.com

责任编辑:高书精

责任印刷:张江虹

封面设计:白长江

经 销:各地新华书店

承 印:北京银祥福利印刷厂

开 本:880mm×1230mm 1/32

印 张:10.375

字 数:150千字

版 次:2005年1月第1版

印 次:2005年1月第1次印刷

书 号:ISBN 7-5017-6687-8/F·5397

定 价:22.00元

---

版权所有 盗版必究

举报电话:68359418 68319282

服务热线:68344225 68369586 68346406 68309176



---

## 作者序言

---



陶行知先生说：“千学万学，学会做人。”

丰子恺先生说：“人生最深奥的学问，就是不断提高心灵等级。”

我国改革开放以来，国家综合国力上了一个新台阶，人们的物质生活有了较大的提高。但是，在市场经济大潮的冲击下，人们心中天平失衡，道德滑坡，道德评价失范，价值取向紊乱，人们的道德防线受到了严峻挑战。重建文化，重建道德，是社会一项巨大复杂的系统工程，需要全社会共同努力，但作为企业、基层单位等，完全可以从自身做起，努力营造科学有序、健康向上的小环境，笔者采访国内一些著名成功企业的共同特点，就是文化制胜，道德制胜。

在当前形势下，如何重塑心灵，呼唤道德责任和人性良知的回归，已成为我国社会发展的迫切要求。生命属于我们只有一次，如何善待生命、走好人生，需要人生哲理，需要心灵智慧。为此，笔者多年来就此问题进行了一些学习研究和开发，基本思路是：精神道德立人，追求人生成功。围绕这一思路，形成9+1法则（模块）：一、调整心态——心态决定命运；二、正向思维——思维决定行为；三、终身学习——学习决定发

展；四、理清思路——思路决定出路；五、设置目标——目标决定结果；六、自我超越——超越创造卓越；七、做人做事——做人重于做事；八、成长成熟——既要成长，更要成熟；九、成果成功——既要成果，更要成功；十、人生成功与时间管理。每个模块分为理念、方法和案例三部分。

笔者将上述研究成果在经理人研讨会、MBA班和企业中作了演讲与内训，得到企业认可，许多企业老总希望将讲课内容尽快出书，以作为企业培训教材。本书“重塑心灵——追求人生成功9+1法则精选案例”就是在讲课基础上整理而成的。

我要感谢十多年来诸多企业给予我的帮助与支持，使我能够深入到企业之中进行采访和培训服务，学到先进理念和管理经验，大大丰富和充实了我学习研究的课题。如：海尔集团、四通集团、联想集团、鄂尔多斯集团、温州正泰集团、山东六和集团、深圳华为集团、广东TCL集团、长沙卷烟厂、中国长城计算机公司、南京雨润食品集团公司、江苏红星家具集团公司、黄骅信誉商厦、哈尔滨铁厂、石家庄三鹿乳业集团、河南宛西制药公司、沧州化工集团、沧州石油物质公司、安徽金种子集团、河南正龙食品公司、山东丽鹏包装公司以及美国通用电气（中国）公司、美国惠普（中国）公司、美国科尔尼管理顾问公司、美国麦肯锡管理顾问公司、美国培基教育学院等，书中的部分内容就是来自上述企业的实践。

我还要特别感谢我国著名管理专家、《中外管理》杂志社社长兼总编杨沛霆教授，我在该社从事记者编辑工作的十余年中，他给了我许多帮助和指导，使我终生受益。我要感谢中国人民大学工商管理研修中心主任任志宽教授，是他给我提供了在企业 MBA 班进行演讲并与更多经理人交流的机会。我还要感谢北京通鉴企管顾问公司窦柏林总经理和北京仁慧特智业管理顾问公司李天田董事长等，他们给了我热情的支持和帮助。我由衷地感谢导师和朋友们，给了我恩惠和机缘。

美国著名企业家克莱门特·斯通曾说：“请记住：真理是朴素的，我们应用了普遍规律的力量，便可扭转生活的劣势，创造自我，从而轻松地获取胜利。”美国教育学家格莱恩·布兰德说：“随着时代的发展，成功的技术和方法在改变，但是成功的基本原则从未改变。”大道行简，简单才能抓住要害。成功者都是化繁为简的典范。抓住简单，抓住基本原则，把它看清、看透、看穿，就抓住了问题的本质。

这些精选案例生动形象，短小精悍，言简意赅，凝聚人生智慧，浓缩人生精华。读后，将净化心灵，提升境界，开拓成功人生发展思路。笔者希望本书能对企业、社会基层单位以及渴求成功人士，均能有所裨益。

笔者深知，本书内容定有许多不足之处，希望企业界朋友和广大读者指正。

刘洪儒

2004年10月 于北京



---

# 目 录

---



作者序言  
第一章  
案例故事

- 调整心态——心态决定命运 /1
- 1 感受成功 /3
  - 2 人需要强迫自己 /4
  - 3 季羨林先生的人格魅力 /5
  - 4 禹作敏骄横自毁 /6
  - 5 企业老总被免职后突然病逝 /7
  - 6 美国心理学家的疑病演示试验 /8
  - 7 波兰心理学家的恐惧试验 /9
  - 8 美国科学家的呵气试验 /10
  - 9 跳蚤是怎样变成爬蚤的 /11
  - 10 巴西踢足球的小男孩 /12
  - 11 洗涤心灵 /13
  - 12 克鲁斯太太 95 岁登上富士山 /14
  - 13 心态各异的过桥人 /15
  - 14 盲人的乐观主义 /16
  - 15 智者临危不惧 /17
  - 16 集中营里战胜死亡 /18
  - 17 两只老虎的寓言 /19
  - 18 勇者为婿 /20
  - 19 曾国藩三进寺庙 /21
  - 20 赶考的秀才 /22
  - 21 刘邦战胜项羽的计谋 /23

- 22 美国心理学家的贴湿纸试验 /24
- 23 丑小鸭的新生 /25
- 24 用理性战胜“非典” /26
- 25 老太太变愁为喜 /27
- 26 女研究生找到真爱 /28
- 27 农夫何以快乐 /29
- 28 研究生为何不快乐 /30
- 29 心理暗示治愈瘫痪 /31
- 30 著名男高音卡雷拉斯战胜癌症 /32
- 31 出气桶 /33
- 32 欢喜禅师 /34
- 33 白隐禅师的礁石本色 /35
- 34 邓小平的“三起三落” /36

## 第二章 案例故事

- 正向思维——思维决定行为 /37
- 35 三个青年谈理想 /39
- 36 只卖种子 /40
- 37 放羊娃说放羊 /41
- 38 停电后想什么 /42
- 39 史玉柱何以能东山再起 /43
- 40 邓亚萍的角色转换 /44
- 41 邓小平在沉思后提出“改革开放” /45
- 42 微软的“思考周” /46
- 43 诸葛亮的静思功夫 /47
- 44 换个想法 /48
- 45 投河少妇的省悟 /49
- 46 儿子咬掉母亲耳朵 /50
- 47 学者狱中著书 /51
- 48 百岁老人“偏不老” /52



- 49 罗斯福失盗后所想到的 /53
- 50 志向不同结果不同 /54
- 51 苏东坡与佛印和尚的对话 /55
- 52 用智慧搬家 /56
- 53 减肥创意 /57
- 54 别具匠心的广告创意 /58
- 55 最后的考核 /59
- 56 尤伯罗斯如何成为世界名人 /60
- 57 盛田昭夫的创新精神 /61
- 58 喜剧演员巧回巴黎 /62
- 59 法国白兰地巧妙打入美国市场 /63
- 60 猫与爱神的寓言 /64
- 61 李广将军射石 /65
- 62 酒后吐真言 /66
- 63 选择生活 /67
- 64 王选的八次选择 /68
- 65 人生的愿望 /69

### 第三章 案例故事

- 终身学习——学习决定发展 /70
- 66 成功的三个基础要件 /72
- 67 两位著名经济学家的自学精神 /73
- 68 著名作家叶辛的成才之路 /75
- 69 掌握 12 门外语的人 /76
- 70 张艺谋成功改变自己命运 /78
- 71 陈景润的学习与钻研 /80
- 72 杨利伟飞上太空的启示 /82
- 73 华罗庚自学成才 /84
- 74 成就出自生活 /85
- 75 朱明英靠特色致胜 /86

- 76 于是之精益求精 /87
- 77 海伦·凯勒自学成才 /88
- 78 黄宗汉 73 岁攻读博士 /89
- 79 福尔摩斯的知识结构 /90
- 80 小青年伐木的困惑 /91
- 81 成长的悬殊 /92
- 82 酒店老板与无赖 /93
- 83 “你就是拿破仑转世” /94
- 84 曾国藩向圣人学习 /95
- 85 老夫妇旅游观光的遗憾 /96

#### 第四章 案例故事

- 理清思路——思路决定出路 /97
- 86 新班子如何开局 /98
- 87 名师指导 /99
- 88 中松义郎的“三倍人生” /100
- 89 小和尚开悟 /101
- 90 智慧书的启示 /102
- 91 苍蝇与蜂蜜的寓言 /103
- 92 简单为上 /104
- 93 压力试验 /105
- 94 经营长处 /106
- 95 要多想几步 /107
- 96 帮你东山再起的人 /108
- 97 过去不等于未来 /109
- 98 用智慧浇灌生命 /110
- 99 “琼斯仔猪香肠”的由来 /111
- 100 赞美改变一切 /112
- 101 舒服与痛苦的寓言 /113
- 102 日本的忍术比赛 /114

- 103 盲人的希望之弦 /115
- 104 带着希望出征 /116
- 105 鲍威尔一生铭记在心的往事 /117
- 106 暖风法则的寓言 /118
- 107 制度引导人生 /119
- 108 质量之争 /120
- 109 分粥制度 /121
- 110 蝴蝶效应 /122
- 111 海尔的管理理念 /123
- 112 牛根生的经营思想 /124
- 113 举重若轻的蔡敬东 /126
- 114 韦尔奇的人生与管理六原则 /127
- 115 戴尔倡导的五大成功理念 /128
- 116 IBM 总裁郭士纳的成功 /129
- 117 狮子与羚羊的家教 /130
- 118 猎人与熊 /131
- 119 “人对了,世界就对了” /132

**第五章  
案例故事**

**设置目标——目标决定结果 /133**

- 120 哈佛大学的成才调查 /135
- 121 法国科学家的“毛毛虫试验” /136
- 122 成为富人的秘诀 /137
- 123 敲铁球的启示 /138
- 124 压力出成绩 /139
- 125 著名物理学家杨振宁的梦想 /140
- 126 三毛是如何成为作家的 /141
- 127 获得马拉松冠军的秘密 /142
- 128 横渡加州海峡 /143
- 129 独腿残疾人登上珠峰 /144

- 130 贝尔如何发明电话机 /145
- 131 成为作家的四个步骤 /146
- 132 三个少年学武功 /147
- 133 三个小闹钟的寓言 /148
- 134 三只青蛙的寓言 /149
- 135 柏拉图的精神 /150
- 136 丘吉尔的成功秘诀 /151
- 137 小和尚撞钟 /152
- 138 有趣的观察实验 /153
- 139 珍贵的礼物 /154
- 140 不为打碎的蜂蜜烦恼 /155
- 141 每天多做一点点 /156
- 142 舞蹈家的热情 /157
- 143 负重是人生的阶梯 /158
- 144 福祸相依 /159
- 145 立志从基础做起 /160
- 146 著名社会学家费孝通的退而不休 /161
- 147 日本企业家孙正义的“人生计划” /162
- 148 韦尔奇的人生目标管理 /163
- 149 为图书馆帮忙的小男孩 /164
- 150 人生以成功为目标 /165

## **第六章 自我超越——超越创造卓越 /166**

- 案例故事** 151 王永庆“和自己竞争” /167
- 152 曾国藩的成功智慧 /168
- 153 富兰克林的“特殊习惯训练” /169
- 154 罗斯福从残疾人到连任总统 /172
- 155 格伦 77 岁重游太空 /173
- 156 成龙挑战自己 /174

- 157 新凤霞的自我超越 /175
- 158 张士柏把痛苦变快乐 /176
- 159 科学奇才霍金 /177
- 160 半身瘫痪创奇迹 /178
- 161 四肢残缺创辉煌 /179
- 162 残疾人鲍勃的顽强毅力 /180
- 163 日本东芝“压担子成才法” /181
- 164 伐木工人的非凡之志 /182
- 165 “幸亏没录取他” /183
- 166 招聘副总,最终考承受力 /184
- 167 苏格拉底的快乐 /185
- 168 乐天派苏东坡 /186
- 169 死里逃生 /187
- 170 费翔的感悟 /188
- 171 寻找智慧良方 /189
- 172 美国亿万富翁赚钱的“四原则” /190
- 173 微软创富的秘诀 /191
- 174 巴甫洛夫的专一 /192
- 175 建筑大教堂的三个工人 /193
- 176 六祖慧能的悟性 /194

**第七章  
案例故事**

- 做人做事——做人重于做事 /195
- 177 写感谢信的小朋友 /196
- 178 最后一道考题 /197
- 179 梁漱溟的骨气 /198
- 180 彭德怀的忠贞 /199
- 181 敢讲真话的黄克诚 /200
- 182 章伯钧的大丈夫气概 /201
- 183 “没有四条腿,还有两条腿” /202

- 184 执着的居里夫人 /203
- 185 擦皮鞋成就事业 /204
- 186 弗莱明的真诚 /205
- 187 捧空花盆的男孩 /206
- 188 外科专家选助手 /207
- 189 做一个令人放心的人 /208
- 190 张良喜得兵书 /209
- 191 老邮差的敬业精神 /210
- 192 不受欢迎的人 /211
- 193 不要和猪打架 /212
- 194 绵羊、山羊与小猪的寓言 /213
- 195 小和尚扛姑娘过河 /214
- 196 自作聪明遭杀身之祸 /215
- 197 诸葛亮七擒七纵孟获 /216
- 198 三只偷油老鼠的寓言 /217
- 199 梅凯的康复 /218
- 200 心胸宽阔的诸衰 /219
- 201 宽容是一种智慧 /220
- 202 克莱斯勒揣摩顾客需求 /221
- 203 希尔顿饭店的微笑服务 /222
- 204 泰国东方饭店的客户管理 /223
- 205 堤义明的营销“秘密武器” /224
- 206 王永庆的生意经 /225
- 207 林肯与母亲搬石头 /226
- 208 宋庆龄的愤恨 /227

**第八章 成长成熟——既要成长更要成熟 /228**

- 案例故事** 209 螳螂捕蝉黄雀在后 /229
- 210 学会珍惜 /230

- 211 “幸运”的士兵 /231
- 212 珍贵的鲜花 /232
- 213 刷厕所的大学毕业生 /233
- 214 新总裁的决定 /234
- 215 避雨的老太太 /235
- 216 从服务生到饭店总经理 /236
- 217 历经艰辛的电影巨星 /237
- 218 成功之道在于学会放弃 /238
- 219 胡风夫人梅志写书 /239
- 220 年轻女孩的胜出 /240
- 221 汤普森的工作信条 /241
- 222 建造自己的房子 /242
- 223 两棵树的寓言 /243
- 224 卖包子与卖被子的寓言 /244
- 225 盲人打灯笼 /245
- 226 成功从脱鞋开始 /246
- 227 书店记账员查账 /247
- 228 小事决定命运 /248
- 229 伽利略发明望远镜 /249
- 230 地狱与天堂 /250
- 231 负重才不会倒 /251
- 232 善待卑微 /252
- 233 一个年轻人的顿悟 /253
- 234 学会忍耐那份“甜” /254
- 235 怕痛石头的寓言 /255
- 236 美国西点军校的“标准答案” /256
- 237 留一只眼睛看自己 /257
- 238 “多加一盎司”定律 /258
- 239 李嘉诚的几件小事 /259

第九章  
案例故事

- 成果成功——既要成果更要成功 /260
- 240 保住自己的“帅” /261
- 241 生命中的大石头 /262
- 242 马寅初的为人与信条 /263
- 243 巴金的为人与品格 /265
- 244 钱钟书的精神家园 /266
- 245 钱三强的精神 /268
- 246 钱学森的品德 /269
- 247 一个亿万富翁的孤独 /271
- 248 亿万富翁劳累而死 /272
- 249 心理失衡走上绝路 /273
- 250 美国十大富翁的巨变 /274
- 251 李真被判死刑前的反思 /276
- 252 “贪官好养” /277
- 253 司机应考 /278
- 254 巴甫洛夫的试验 /279
- 255 贪婪失去一切 /280
- 256 一时贪欲付出惨重代价 /281
- 257 缉毒英雄蜕变为毒犯 /282
- 258 一个艾滋病患者的呐喊 /283
- 259 常务副总的“宫廷政变” /284
- 260 突然悔过的罪犯 /285
- 261 约翰·洛克菲勒的善举 /286
- 262 马克思为真理抗拒诱惑 /287
- 263 美国牧师兰塞姆的忠告 /288
- 264 人生的真谛 /289
- 265 人生草稿 /290
- 266 松下幸之助的成功之道 /291
- 267 福特汽车公司的两次教训 /292



- 268 大企业家艾科卡的成功之路 /293  
269 石油大亨盖蒂的反思 /294  
270 卡萨尔斯的精神 /295  
271 神力的寓言 /296  
272 生命的价值 /297  
273 追求成功人生 /298

**第十章  
案例故事**

- 人生成功与时间管理 /299**  
274 柳比歇夫的时间统计法 /300  
275 沈从文谈时间管理 /301  
276 成思危善用时间 /302  
277 富兰克林的时间表 /303  
278 工作狂爱迪生 /304  
279 天才巴尔扎克 /305  
280 一生勤奋的毕加索 /306  
281 利用时间的典范爱因斯坦 /307  
282 海航总裁陈峰的管理高招 /308  
283 一位总裁的时间安排 /309  
284 一位大银行家的严格时间管理 /310  
285 邓亚萍的三重身份 /311  
286 善挤时间的伟人 /312  
287 中村义郎“利用好每一天时间” /313