

88天特訓



成功

紋石【編著】

特訓

- 照本書說的去做
成功定會尋找你
- 特別的訓練造就
頂尖的成功人士

【發行】 貞德圖書事業有限公司

成功特訓／紋石編著．—

初版．—臺北市：國際村，2000[民89]

面：公分．—（菁英系列；5）

ISBN 957-754-706-0（平裝）

1. 成功法

177.2

89002175

菁英系列⑤ 成功特訓

NT\$320

紋石／編著

2000年4月／初版

〈總經銷〉

貞德圖書事業有限公司

台北縣新店市寶橋路235巷133號8F之2

訂書專線・02-8919-1026 * 傳真・02-8919-1019

〈出版者〉

國際村文庫書店有限公司

發行人／陳翠霞 新聞局局版台業字第6218號

編輯部／台北市文山區萬安街21巷11號3F

電話／(02) 2230-0545 * 傳真(02) 2230-6118

總管理處／台北縣深坑鄉萬順寮106號4F（東南工專正對面）

電話／(02) 2664-2511 * 傳真(02) 2662-4655

郵撥／17297530 國際村文庫書店

網址／<http://www.linyu.com.tw>

E-mail／linyu@linyu.com.tw

◎法律顧問：蕭雄淋律師 Printed in TAIWAN ISBN 957-754-706-0

成功特訓

紋石【編著】

- 照本書說的去做
成功定會尋找你
- 特別的訓練造就
頂尖的成功人士

序言

關於成功學

這是一個人人都渴望富有，人人都渴望成功的時代。然而，什麼是成功？

成功就是作為社會的個人達到自己正當的目的與實現自己的理想。成功是人的本能、願望與職責。「人生來就有成功的本能，以後逐漸產生了成功的願望，做任何工作時都擔負著成功的職責。」人人都希望把自己的工作做好。因此，不論是否意識到，成功是每個人所具有的共同意識。但是，由於環境與文化條件的差異，有些人的成功意識強烈些，有些人的成功意識薄弱些。也就是說，失敗與成功的差別就在於意識的強弱。

千百年來，許多仁人志士追求成功，研究成功，以求尋找出成功的規律或祕訣。美國鋼鐵大王卡耐基在研究成功方面，做出了突出的貢獻。

卡耐基認為，他自己的成功以及美國許多發明家、企業家、政治家等人的成功，都含有許多值得人們學習的哲理與經驗，因此，他渴望尋求一位適當的人才來研究美國名人成功的

哲學。一個偶然的機會，他發現了後來成為成功學優秀傳人的拿破崙·希爾。卡耐基嚴格考驗了年輕的希爾之後，決定委任他擔當研究成功哲學的重任，要他訪問美國五百位成功的名人，總結他們的經驗與哲理，用20年的時間創立成功學。

拿破崙·希爾不負重望，果然拿出了驕人的成績，奠定了現代成功學之基。其八卷本成功學著作的出版，被稱為「美國本世紀重大事件之一」。

以希爾的成功學為淵源，當代成功學主要有三個流派：美國以卡耐基、拿破崙·希爾的學術及美國魔鬼訓練營為代表，日本以鼓氣學校和魔鬼訓練營為陣腳，歐洲以德國的智囊公司、創意訓練中心為先鋒。

這本《成功特訓》主要以希爾的成功學為藍本，以17條成功規律為始基，借鑒其它成功學派別之精華，以達到「強化成功意識，普及溝通理念，調整處世心態，傳授實戰經驗」之目的，是目前成功學著作中最精練又具實踐指導和訓練的優秀教程之一。

拿破崙·希爾其人

拿破崙·希爾出身貧寒。一八八三年10月26日生於美國弗吉尼亞州瓦意城的一棟小木屋中，一九七〇年11月8日逝世於美國南卡羅來納州格林維爾城。

當他還是一個小孩時，他的母親就經常激勵他、祝福他，在他的心中種下了思考成功、渴望成功的種子。

一九〇八年，希爾結識了鋼鐵大王、人際關係學家安德魯·卡耐基。從此他開始了長達20年的採訪、整理、研究世界上五百多位成功人士的成功經驗及處世哲學的工作。

一九二八年，他完成了八卷本的《成功規律》——這八本書激勵了千百萬人去獲得財富或成為卓越的成功者。

其後，因「成功學」而獲得博士學位的希爾成為美國兩位總統——伍德羅·威爾遜和富蘭克林·羅斯福的顧問。他影響了這兩位總統所做的某些決定，這些決定又影響了美國歷史的進程。

一九三七年，希爾完成了《思考致富》一書。這本書至今已擁有一千多萬讀者。

一九六〇年，希爾與克里曼特·斯通合作，又完成了《人人都能成功》一書。此書激勵人們通過糾正意識、性格和生活習慣上的缺點，實現人生的偉大夢想。

至此，拿破崙·希爾的成功學畫上完滿的「句號」。

希爾成功學的精華也就是經過他幾十年的研究與歸納所得出的以下17條成功法則——

(1) 積極的心態

(3) 正確的思考方法

- (2) 明確的目標
- (5) 多走些路
- (6) 培養領導才能
- (7) 建立自信心
- (8) 迷人的個性
- (9) 創新致勝
- (10) 充滿熱忱
- (11) 專心致志
- (4) 高度的自制力
- (12) 富有合作精神
- (13) 永保進取心
- (14) 正確地看待失敗
- (15) 合理地安排時間與金錢
- (16) 保持身心健康
- (17) 養成良好的習慣。

這本《成功特訓》也大體上按照這17項成功法進行特別訓練，但又有側重點，並吸收了其他成功學的特訓方式予以補充，使其愈加完善，更適合高節奏生活中的人們在短時間內吸取精華，實戰人生。

特別說明

這本《成功特訓》不希望你利用一點可憐的閒暇時間去應付，也不主張你用上一整天或

一晚上的時間去一氣呵成。我們希望你從從容容地研讀它，仔仔細細地揣摩它，甚至要反覆地咀嚼它；要把它作爲你每天的議事日程之一，把它作爲人生的必修課本，作爲生活指導手冊，時刻帶在身邊。

當你閱讀此書時，要用積極的心態去對待，不要走馬觀花。要相信這本書能幫你了解自己，改變自己，開發自己，創造自己，真正做自己的主人，做自己命運的主宰。要對每一項特訓、每一個方式、每一條建議予以高度重視，拿它們與自己的日常行爲、思想、習慣做對比，找出差距，再問問自己：我做得怎麼樣？我有哪些需要改進的地方？

一旦你知道了差距及你之所以沒有成功的原因，最值得注意的就是——
立即行動起來，按特訓要求去做。

要把信念、理想與目標灌注到你的行動之中，在積極的行動中改變自己，在積極的行動中驗證此書。

如果你能以積極認真的態度研讀此書，並按每一項特訓內容及要求去作，我們編著此書的目的與心願也就達到了。不久的將來，世界會因爲又多了一位偉大的成功者而驕傲。

目
錄

序 言

..... 3

· 關於成功學

..... 3

· 拿破崙·希爾其人

..... 4

· 特別說明

..... 6

第一部 認識自我：成功之始

第1章 認識你自己

..... 20

一、動用你的PMA（積極心態）

20

二、你是你命運的主宰

22

三、你認為你行，你就行.....23

四、特別訓練：培養你的PMA.....26

第2章 你想得到什麼？.....34

一、確定你成功的坐標.....34

二、確定的目標是成功的起點.....36

三、確定的目標能使你把握每一個機遇.....38

四、讓你的目標成為一棵樹.....39

五、特別訓練：確定你的目標.....41

第3章 挖掘你的潛能.....50

一、喚起你心中沉睡的猛虎.....50

二、創造力：你潛能中的金礦.....53

三、潛意識：潛能的發動機.....56

四、特別訓練：釋放你的潛能.....58

第4章 清洗大腦

一、洗腦術一：多長幾個心眼

67

二、你一定具備遠見卓識

69

三、洗腦術二：坐思意念

69

四、洗腦術三：擦亮你的「眼睛」

72

五、特別訓練：幫你洗腦

75

第二部 成功者氣質開發：成功之源

第5章 永保進取心

86

一、進取心與成功者的氣質

86

二、特別訓練：上進祕方

95

第6章 熱忱法則.....105

一、熱忱原理.....105

二、特別訓練：如何增強你的熱忱.....111

第7章 學會專注.....124

一、專注的力量.....124

二、專注測試紙.....126

三、專注：具體思維的技巧.....127

四、特別訓練：讓頭腦冷靜下來.....129

第8章 直面失敗.....138

一、關於失敗的哲學.....138

二、特別訓練：走過天堂路.....142

第三部 駕馭自我：成功之力

第9章 做個自信的人

一、成功的天梯是自信

162

二、不要讓自卑擋了你的道

164

三、特別訓練：建立你的自信心

166

第10章 駕馭你的情緒

178

一、認識你的情緒

178

二、調控憤怒的「心靈雞湯」

182

三、測試你的情緒

184

四、特別訓練：做你情緒的主人

193

第四部 人際溝通：成功之基

第11章 亮出你的個性

208

一、迷人的個性

208

一一、認識你的個性

209

三、特別訓練：做個討人喜歡的人

222

第12章 成功者富有合作精神

236

一、合作的魅力人

236

一一、特別訓練：走上合作路人

242

第13章 你能成為好領導

259

一、你有沒有領導才能

259

一一、特別訓練：怎樣才能做個好領導

236

第五部 成功四要素

第14章 機會餡餅

一、機會火花

二、特別訓練：如何抓住機會

296

296

第15章 穿越時光隧道

一、認識你的時間

二、特別訓練：如何運用時間

310

310

第16章 金錢不是壞東西

一、認識金錢

二、學會賺錢

三、特別訓練：抓住打開財富寶藏的鑰匙

330

330

332

336