

西点军校的公开课

WEST POINT OPEN CLASS

# 意志力 是成功的先导

WILL POWER IS THE GUIDE OF SUCCESS

沛霖·泓露 / 编译



每个西点军校的学员都要一心一意想着胜利，  
在任何情境、任何行动、任何一次战役中，他们都会时刻提醒自己：  
“我绝对不能失败！”。

· 全球推崇的励志经典 卓越人士的成功秘籍 ·

中国商业出版社

西点军校的公开课

WEST POINT OPEN CLASS

# 意志力 是成功的先导

WILL POWER IS THE GUIDE OF SUCCESS

沛霖·泓露 / 编译

每个西点军校的学员都要一心一意想着胜利，  
在任何情境、任何行动、任何一次战役中，他们都会时刻提醒自己：  
“我绝对不能失败！”。

。全球推崇的励志经典 卓越人士的成功秘籍。。



中国商业出版社

## 图书在版编目 ( C I P ) 数据

意志力, 是成功的先导 / 沛霖·泓露编译. — 北京:  
中国商业出版社, 2015. 5  
(西点军校的公开课)  
ISBN 978-7-5044-8877-0

I. ①意… II. ①沛… III. ①成功心理—通俗读物  
IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第030794号

**责任编辑: 姜丽君**

中国商业出版社出版发行  
010-63180647 www. c\_cbook. com  
(100053 北京广安门内报国寺1号)  
新华书店总店北京发行所经销  
北京凯达印刷厂印刷

\*

720×1000毫米 16开 17印张 200千字  
2015年9月第1版 2015年9月第1次印刷  
定价: 39.80元

\* \* \* \*

(本书若有印装质量问题, 请与发行部联系调换)



## 前 言

### ■ 磨炼钢铁般的意志

美国最大的都市、号称世界“金融首都”的纽约市被哈德逊河环绕着。逆河而上，你很快就会来到一片旷野之中，这儿青山对峙，风光旖旎，还有许多野生动物出没。它便是美国经济文化发展较早的哈德逊河谷，而纽约州奥兰治县的西点亦坐落于此。

美国独立以后，为了训练军官特别是军事工程技术人员，总统华盛顿多次提议在西点创办美国军事学院。1794年，西点建立了一个有两名法国工程师教官、30多名学员的陆军炮兵和工程兵训练班，但办得不是很理想。1802年3月16日，美国第三任总统、《独立宣言》主要起草人托马斯·杰斐逊签署国会法令，宣告在西点成



立美国军事学院。美国军事学院后来更名为美国陆军军官学校，但不知是地以校名，还是校以地名，它最流行的名字竟然成了“西点军校”，而美国军事学院的师生们也常常被简称为“西点人”。

200多年来，西点军校培养出了一大批影响美国历史乃至世界历史的杰出人才，成为美国的象征与骄傲，成为众多青年向往的地方。在这里，许多年轻人通过4年的高强度训练成了一名纪律严明、执行有力的优秀战士，恪守“责任、荣誉、国家”的价值观，立志一生为国家和人民服务。

在西点军校200多年的历史中，它培养了众多的军事人才。除了人们耳熟能详的艾森豪威尔、麦克阿瑟、巴顿、施瓦茨科普夫之外，共有3800多人成为将军。以1915届毕业生为例，164名学员中就有59人成为准星级以上军官，其中3位四星上将、2位五星上将和陆军参谋长，其中一名后来还当选了美国总统。此外，西点军校还创造了许多历史：第一个土木工程专业、领导曼哈顿计划、参与登月计划……

但是我们同样不可忽略的是，西点军校也为商界培养了许多一流的人才。他们的名字同样让我们如雷贯耳：国际电话电报公司总裁兰德·艾拉斯科、美国汽车保险公司总经理麦克·德莫特、西尔斯公司的第三代管理者罗伯特·伍德、东方航空公司总裁法兰克·波曼、美国第一商务公司董事长兼CEO马克·B·霍夫曼、Compass集团总裁约翰·克里斯劳、ITT公司总裁阿拉斯考格、美国在线创始人詹姆斯·金姆塞、美国在线——时代华纳执行副总裁

罗伯特·基米特、FreeMarkets公司高级副总裁戴夫·麦考梅克、美林在线投资部主管克里斯蒂纳·尤哈兹、英特尔公司副总裁简睿杰……

许多大公司的总裁、总经理都是从西点军校毕业的，他们的身份不是硕士、博士，而是上尉和少校。西点军校也因此被誉为“哈佛商学院”，是一所优秀的职场培训学校。

那么，军校与商界之间有何联系呢？

西点1969届毕业生、陆军上尉马克·霍夫曼认为：“经营一个公司，尤其是新办一个公司，与一场战斗并无二致。炸弹在四周纷纷爆炸，市场和竞争在一刻不停地变化。你的股票价格正在下跌。面对冲突，你不得不保持镇静。”

随便翻开一份管理报刊，或者浏览一下网站财经频道的标题，我们会发现人们常用的商业语言有很多是来自军事语言的，比如：“战略”、“团队”、“基地”、“抢滩”、“登陆”、“鏖战”、“进攻”、“杀入”、“火并”、“阻击”、“防线”、“防御”、“沦陷”、“联盟”、“扩张”、“收编”、“价格战”、“空降兵”、“斯巴达克方阵”……

有人说：“美国其他的院校教授的仅仅是管理方法和技巧，而西点除此以外，还塑造管理者的灵魂。”在西点校园的每一个石凳上，都刻着激励学员的词汇，比如“服从”、“团队”、“激情”、“牺牲”、“信仰”……西点军校就是要把他们的学员改造成这样的人：从身体到灵魂都有如铜铸一般坚不可摧的卓越人才。



而这些词汇所构成的西点素质，也正是一个优秀职员所应该具备的。

在这一层面，军界与商界、战场与商场找到了共同语言：“胜利只属于那些意志坚定、永不动摇的人们！”（电影《西点军校》台词）

现在，许多大公司的人力资源部喜欢组织员工参加“拓展训练”、“定向运动”、“野战军事训练营”，这些团队建设的培训项目，其实就是模拟西点军校的“兽营”，试图培养员工挑战极限的信心与勇气、克服困难的激情与毅力、不屈不挠的斗志、善于合作的团队精神、服从大局的责任感和牺牲精神、面对不确定因素的心理承受能力和应变能力。正是由于现代商场与战场的高度一致，让西点的毕业生们在商界上大展身手，创造出惊人的业绩，也使得西点成为职场中人不可忽略的一所培训学校。

本书紧密结合西点精神，分析了意志力对一个人的影响，同时还阐述了意志力对每个人来说，在职场中都是不可或缺的优秀理念，希望帮助每个人除去懒散、拖延和效率低下等职场恶习，重塑纪律严明、勇于拼搏、务实高效的精神风貌，成为您成功路上的良师益友。



# 目 录

## 第一章 意志力是任何一种伟大品格的灵魂

不可能只存在于你的心中，只要你能超越自己的心理极限，你会发现做什么事情都会游刃有余。正是这一点成就了百年西点。

——工程学家乔治·S·格林

- 拥有坚强的意志 ..... 3
- 意志力是一种自我先导 ..... 12
- 意志力是成功的金钥匙 ..... 20
- 意志力是一种心理机能 ..... 31
- 培养强大的意志力 ..... 36





## 第二章 让意志不可动摇

只要有钢铁般的意志，就能把握住自己的未来。

——西点校训

- 生命与意志 ..... 43
- 意志力能化腐朽为神奇 ..... 48
- 历练钢铁般的意志 ..... 52
- 钢铁般的意志 ..... 56
- 意志的力量 ..... 61
- 拥有坚强的意志 ..... 68
- 意志力不可动摇 ..... 73
- 不断磨炼你的意志力 ..... 77
- 意志和勇气 ..... 81
- 意志坚定就不怕失败 ..... 86

## 第三章 拥有坚强的意志

生命里必须要有足够的意志力，这样我们才能有更大的力量。

——西点校训

■ 万事皆由人的意志创造 .....	95
■ 要有坚韧的意志力 .....	102
■ 强者容易坚强，正如弱者容易软弱 .....	108
■ 培养敢于承受悲惨命运的能力 .....	112
■ 没有过不去的坎儿，只有过不去的人 .....	122
■ 只有意志坚强，才能拒绝被打败 .....	126

## 第四章 自制力是意志的体现

一个能够自制的思想，才是自由的思想。自由就是力量。有时，为了获得真正的自由，必须暂时努力约束自己。

——西点军校1915年的毕业生、美国陆军五星上将  
布莱德雷

■ 自制力是意志的表现形式 .....	137
■ 不可缺少的自制力 .....	140
■ 自制力成就人生 .....	148
■ 高度自制才能伟大 .....	154
■ 没有高度自制就没有成功 .....	158



## 第五章 意志力要靠忍耐护航

以顽强的毅力和百折不挠的奋斗精神去迎接生活中的各种挑战，才能够免遭淘汰。

——西点著名校友、国际银行主席 奥姆斯特德

- 耐心的力量是巨大的 ..... 165
- 耐力是意志力的必备素质 ..... 170
- 百折不断才是利剑 ..... 176
- 冷静是毅力的坚强支柱 ..... 182

## 第六章 绝不惧怕失败

处于现今这个时代，如果说“做不到”，你将经常站在失败的一边。

——西点军校前校长丹尼尔·W·克里斯曼中将

- 失败是成功的阶梯 ..... 193
- 畏惧失败就是毁灭进步 ..... 204
- 直面失败与挫折 ..... 212
- 失败是成功之母 ..... 219
- 失败的劲敌是坚韧 ..... 224
- 在失败面前投降的永远不是我 ..... 229

## 第七章 万事由意志创造

“每一个管理者都是从底层做起的，世界上没有人天生就具有管理才能，可以掌管大局、处惊不乱。但卓越的管理才能可以通过训练获得。”

——国际电话电报公司总裁兰德·艾拉斯科

■ 意志使你坚强不息 .....	235
■ 意志创造奇迹 .....	242
■ 意志力产生力量 .....	248

# 第一章

## 意志力是任何一种伟大品格的灵魂



不可能只存在于你的心中，只要你能超越自己的心理极限，你会发现做什么事情都会游刃有余。正是这一点成就了百年西点。

——工程学家乔治·S·格林



## ■ 拥有坚强的意志

意志力是自我创新的力量，是任何一种伟大品格的灵魂。哪里有它，哪里就有生命力；哪里没有它，哪里就只有怯懦、无助和沮丧。就像一句谚语所说的那样“意志坚强的人和汹涌的瀑布都会为自己开辟道路。”具有崇高精神而且精力充沛的人，不但会为自己开辟道路，而且会引导别人。他的每一行动都有着深远影响，表现了生机、独立和自信，并且在无意中赢得了尊重、崇拜和威望。具有这种正直品格的典型人物有路德、克伦威尔、华盛顿、皮特和威灵顿，他们都是人类的杰出领袖。

众议院的帕默斯顿爵士死后不久，格拉斯顿先生在描述他的品质时指出：“我确信这是意志的力量、一种责任感和决不屈服的决心，让他成为我们大家的楷模，我们将蹒跚学步，履行我们的职责。正是由于这种意志的力量，他与老年的病魔抗争着，使病魔望而却步。而且，他还有另外一种品格，我们在这里提及，应该不会激起任何人心中痛苦的感情。也就是说，帕默斯顿具有疾恶如仇的天性，喜怒哀乐，溢于情表。他无法按捺住愤怒的感情。愤怒的感情的消除不是经过痛苦的努力的结果，而是情感的自然流露。这就是他固有的高贵的天性，也是他的过人之处。是我们从他身上所乐意看到的東西，现



在，他已经离我们而去，这一切都成了美好的回忆。我们必须化悲痛为力量，向他学习尽职尽责和正直诚实的品格，向他表达我们的敬意和爱戴。”

伟大的领导者总会引起与他具有相类似性格的人的注意，并且把他们吸引到自己的周围，这就如同天然磁石吸引铁块一样。正是因为这个原因，约翰·穆尔勋爵从他周围的一群官员中一下子就注意到纳皮尔三兄弟，而纳皮尔三兄弟也对约翰·穆尔勋爵佩服得五体投地。他们被他的礼貌、勇敢以及廉洁彻底征服了。他成了他们决意效仿的偶像，而且，如果可能的话，他们还要超过他。威廉·纳皮尔勋爵的传记作者说：“在他们品格的形成和发展过程中，穆尔的影响是非常深远的。成为这样三个人的偶像是多大的荣耀，然而，穆尔当初发现他们三个人在智力和道德方面的品质，这也证明了他自己在品格的判断方面深刻的洞察力。”

拥有坚强的意志是一个合格军人的核心素质之一。西点军校每届新生的淘汰率都很高，其中有很多都是在著名的“兽营”——为期几周的强化军事训练中被淘汰出局的。西点军校的“兽营”就是要让新学员们在严酷的环境下生存下来，通过者才能被西点军校正式录取。在严酷的环境下什么才是支持一个人生存下来的真正力量？是体能？是智慧？其实这些都只是外在的因素，而真正的核心力量就是——意志力。正如西点的一位教官所讲：“‘兽营’就是让你处在接近死亡的威胁中，打垮你的精神，摧毁你的意志，折磨你的肉体。能够走出‘兽营’的人，被证明是拥有超强意志力的人，他们才是西点军校的



真正学员。”

“兽营”训练营是西点军校筛选新学员的第一道屏障，许多无法承受这种体力和精神上巨大压力的学生，都会在这个阶段被自动淘汰。即使是艾森豪威尔这样的人，也曾经在“兽营”训练中感到辛苦。艾森豪威尔回忆说：“站在炎热的太阳下听着老学员不断发出的口令，确实令人非常辛苦。”但是他懂得西点军校旨在培养像格兰特那样真正伟大的军人，因此再辛苦他也会忍受下去。然而曾经与艾森豪威尔在同一间寝室的一位来自堪萨斯州的学员却实在无法忍受，在哭泣了几个晚上之后选择了退学。可见，意志力薄弱的人无法顺利地

从西点军校毕业。

意志力训练是西点军校的教育目标之一，因为西点军校的教育者们懂得，钢铁意志对一个人来说意味着什么。关于意志力，美国哲学家罗伊斯说：“从某种意义上说，意志力通常是指我们全部的精神生活，而正是这种精神生活在引导着我们行为的方方面面。”意志力是引导我们精神生活的伟大力量，同时这种力量也帮助我们面对现实中的各种挑战与磨难，培养钢铁意志，是让自己成为强者的第一步。

意志力是上帝送给人类的特殊礼物。成功者与失败者、强者与弱者之间最大的差异往往并不是能力、素质、教育等，而是意志的强弱。那些意志坚强的人会成为成功者、强者，意志比较薄弱的人只能成为弱者、失败者。

天才、运气、机会、智慧和态度是成功的关键因素。但是，仅具备一些或者所有这些因素，而没有坚强的意志力，并不能保证取得