

细节是一种习惯，是一种眼光，也是一种智慧。

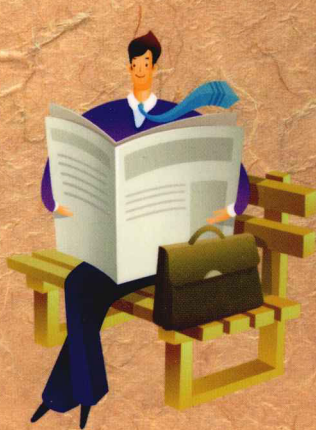
一个注重细节的人，

不仅认真对待工作，将小事做细，

而且注重在做事的细节中找到机会，

从而走上成功之路。

成功 的 策略



心态决定命运 细节决定成败

详解

王慧慧◎编著

改变你一生的为人处世智慧法则

生活是一面镜子，你对它笑，它就对你笑；你对它哭，它也对你哭。不管生活中有不幸或挫折，都应该以乐观的态度、达观的性格微笑面对。

CHENGGONG DE CELUE

细节是一种习惯，是一种眼光，也是一种智慧。

一个注重细节的人，

不仅认真对待工作，将小事做细，

而且注重在做事的细节中寻找机会，

从而走上成功之路。

成功的策略



心态决定命运 细节决定成败

详解

王慧慧◎编著

改变你一生的为人处世智慧法则

生活是一面镜子，你对它笑，它就对你笑；你对它哭，它也对你哭。不管生活中有不幸或挫折，都应该以乐观的态度、达观的性格微笑面对。

CHENGGONG DE CELUE



海潮出版社
Hai Chao Press

图书在版编目 (CIP) 数据

成功的策略 / 王慧慧编著. —北京: 海潮出版社,
2012. 3

ISBN 978 - 7 - 5157 - 0139 - 4

I. ①成… II. ①王… 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 (2012) 第 019432 号

书 名: 成功的策略

作 者: 王慧慧

责任编辑: 关 月

封面设计: 点滴空间

责任校对: 徐云霞

出版发行: 海潮出版社

社 址: 北京市西三环中路 19 号

邮政编码: 100841

电 话: (010) 66969738 (发行) 66969736 (编辑) 66969746 (邮购)

经 销: 全国新华书店

印刷装订: 北京金秋豪印刷有限责任公司

开 本: 710mm × 1000mm 1/16

印 张: 30

字 数: 370 千字

版 次: 2012 年 3 月第 1 版

印 次: 2012 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5157 - 0139 - 4

定 价: 32.00 元

(如有印刷、装订错误, 请寄本社发行部调换)



前言

PREFACE

在生活中，为什么有些人成功，拥有不错的工作，良好的人际关系，健康的身体，赚更多的钱，整天快快乐乐地过着高品质的生活。而又有许多人一生忙忙碌碌地劳作却只能维持生计。其实，人与人之间并没有多大的区别。但为什么有许多人能够获得成功，有些人却处处失败？这其中与心态、细节方面有着很大的关系。

心态决定我们的命运，积极心态是成功、健康、快乐的保证，消极心态是失败、疾病与痛苦的根源！

心理学家经过研究发现，心态决定着人们的生活质量，又掌握着每个人的命运。心态与个人的命运息息相关，无论是做人还是做事，我们都必须保持一种健康、良好的心态，只有心态摆端正了，做人做事才会得心应手。在生活中难免遭遇一些挫折和困顿，难免会遇到一些不顺心的事情。怎样看待这些事情，则是个人的心态问题。好心态就能大事化小，小事化无；不好的心态，则会酿成心理疾病，甚至会酿成灾祸。有一个故事讲得很好。一天，有一个建筑公司的老板在建筑工地上看到两个正在干活的年轻工人，就上去这样问他们：你们整天在工地上干活，不觉得很累吗？一个工人指着拔地而起的大楼回答说：一座座高楼大厦从我们手中建起，我虽累但很自豪！另一个工人则拍拍身上的泥土回答道：天天起早摸黑跟泥浆打交道，真是无聊极了！后来在公司的裁员中，前者被提拔重用了，后者则被辞退了。一句简单的对话，一个看待事情的心态不同，却决定了他们不同的命运。

我们每个人都希望自己能够收获好的命运，那么，做人做事就必须要有一个好的心态。有好的心态，我们才能做好人做好事。

一位哲人曾经说过：一个人的心态就是一个人真正的主人，要么你去驾驭生命，要么是生命驾驭你，而你的心态将决定谁是坐骑，谁是骑师。

美国成功学学者拿破仑·希尔关于心态的意义说过这样一段话：“人与人之间只有很小的差异，但是这种很小的差异却造成了巨大的差异！很小的差异就是所具备的心态是积极的还是消极的，巨大的差异就是成功和失败。”

大部分人都有太多的负面思想，凡事都喜欢往坏处想，也都有太多的负面言谈，每天不是批评这个，就是抱怨那个，不是认为自己这个不行，就是那个办不到。这也难怪，有些人都过着不理想的生活，原因就在这



里。而对你来说，你必须每天问自己：我今天有哪些思想？我现在有哪些思想？这些思想会造成哪些后果？这种后果是不是我想要的？假如不是，那我要什么样的结果？我必须怎样想，才能得到我想要的结果？假如你能经常这样想，你的人生一定会有大的改变。

你可能无法改变风向，但你至少可以调整风帆；你可能无法左右事情，但你至少可以调整自己的心情。你的心态就是你的一切。

老子说：天下难事，必做于易；天下大事，必做于细。细节之中往往隐藏着决定事情成败的玄机。不论什么事，实际上都是由一些细节组成的。成功人士之所以能有杰出的成就，主要是他们始终把细节贯彻始终。细节的竞争既是成本、工艺、创新的竞争，也是各个环节协调能力的竞争；从另一个层面上说，也就是才能、才华、才干的竞争。一个人的价值不是以数量而是以他的深度来衡量的，成功者的共同特点，就是能做小事情，能够抓住生活中的一些细节。“泰山不拒细壤，故能成其高；江海不择细流，故能就其深。”人的一生都是由一个个细节构成的，大礼不辞小让，细节决定着一个人的成功与失败、喜乐与悲哀。所以，细节绝不可忽视。常言道：“细节决定成败。”无论是处理日常中的事情，还是面对错综复杂的人际关系，做人、做事成败与否的关键在于细节。

细节是成就大事不可缺少的基础，伟大源于细节的积累。对于企业来说，只有从“大处着眼，小处着手”，才能在目前的精细化管理时代，打造企业品牌，让基业长青；对于个人来说，只有持之以恒地做好日常生活中的每一件简单平凡的小事，才能把握好人生的每一次机遇，扭转命运，实现梦想。

正所谓成也细节，败也细节。一心渴望伟大，伟大了无踪影；甘于平淡，认真做好每个细节，伟大不期而至。这就是细节的魅力。

心态决定命运，细节决定成败。不要因为我们的消极心态、忽视细节而使我们自己成为一个失败者。要知道，成功永远属于那些抱有积极心态并付诸行动而又注重细节的人。如果你想改变自己的世界，改变自己的命运，想做一个成功者，那么，从现在开始改变自己的不良心态，养成关注细节的习惯吧！

本书透彻地阐明了心态与细节怎样左右我们的人生，怎样决定我们的成功或失败。告诉人们成功的策略：人的生活是可以由自身主观努力去把握和调控的，人生的方向是由“态度”来决定的。心态的不同必然导致人格和作为的不同，而且会有天壤之别。小事成就大事，每一个细节直接影响着事业的全局。这是我们必须明白的一个道理，同样也提醒了我们对工作中的一些小事，不能采取忽视的态度，而应该力求把每一件小事做好，把握住每一个关键的细节。希望你读后有所感、有所悟，祝愿你拥有成功的智慧，并能在人群中脱颖而出。



目 录

CONTENTS

心态篇

001

▶ 第1章 心态决定一生命运 / 002

心态对人生的影响 / 002

心态决定命运 / 005

反省自身，改变你的心态 / 007

唯有立志者，方能成大事 / 008

给人生一个准确的定位 / 011

成功的人生需要正确规划 / 013

有一个明确的奋斗目标 / 015

用心态打造美好的未来 / 018

▶ 第2章 培养积极心态，告别消极心态 / 020

要成功就要积极一点 / 020

积极心态使弱者变为强者 / 023

消极心态使人失败 / 024

积极主动才能无往不胜 / 028

积极的心态是迈上成功之路的开始 / 030

培养积极的心态 / 032



▶ 第3章 打造自信心态，克服自卑心态 / 036

相信自己的潜力 / 036

相信自己的能力 / 039

“妄自菲薄”使生命失去活力 / 041

信心是成功的秘诀 / 043

相信自己，才能成功 / 046

对自己充满信心 / 048

相信自己是最棒的 / 050

提升自信有方法 / 052

自卑的原因 / 055

克服自卑，建立自信 / 057

▶ 第4章 乐观是幸福的通道，悲观是成功的陷阱 / 061

乐观是幸福的通道 / 061

乐观地面对人生 / 063

变悲观为乐观 / 065

悲观情绪不足取 / 067

苦与乐取决于生活的态度 / 070

快乐需要自己去寻找 / 073

把握自己的人生之舵 / 075

谁也不能拿走你的快乐 / 076

培养乐观精神 / 078

▶ 第5章 平常心态看问题 / 081

在生活中，适合自己的就是最好的 / 081

能屈能伸，做配角也光荣 / 083

种什么瓜，结什么果 / 085

既要拿得起，也要放得下 / 087

有得必有失，有失必有得 / 088



- 不要患得患失 / 092
- 可以平凡，不能平庸 / 094
- 换个角度，发现生活很美好 / 096
- 走出误区，把握心理平衡点 / 097
- 不必在意某些伤心事 / 099
- 怎样面对人生不可避免的缺陷 / 100
- 不要一意孤行，适当听取各方面的意见 / 102
- 中庸处世不偏不倚 / 104

▶ 第6章 知足者常乐，不勉强不强求 / 106

- 知足常乐 / 106
- 贪婪使人生转弯 / 108
- 有钱不一定快乐 / 110
- 知足是一种境界 / 112
- 不要求全苛刻 / 113
- 君子爱财，取之有道 / 115
- 急流勇退，见好就收 / 117
- 适可而止，见好就收 / 119

▶ 第7章 认识自己，正确评估自己 / 121

- 认识自己的优点 / 121
- 认识自己的价值 / 123
- 不要轻易否定自己的能力 / 124
- 把命运掌握在自己的手里 / 126
- 完善自我人格 / 129

▶ 第8章 勇于面对挫折与失败 / 133

- 要迎难而上 / 133
- 学会在逆境中崛起 / 135
- 在挫折中奋起 / 138



面对逆境，要有忍耐的心态 / 140

挫折与失败是成功的转机 / 142

用阳光心态面对生活的不幸 / 144

跌倒了再站起来 / 146

挫折可以激发人的进取精神 / 148

从挫折与失败中吸取教训 / 149

让挫折增强你的意志力 / 151

▶ 第9章 人生有起伏，每天给自己信念 / 155

信念影响人生 / 155

坚持到最后的一刻 / 157

竭尽全力做好每一件事情 / 160

坚定的信念让人产生动力 / 162

恒心是成大事者的特征 / 164

把不可能变为可能 / 166

碰到困难绝不言退 / 169

希望就是力量 / 171

坚定不移的信念 / 173

▶ 第10章 拥有一颗感恩的心 / 176

做人要有一颗感恩的心 / 176

别忘记表达出你的感激之情 / 178

懂得感恩就会快乐 / 181

感谢生活的馈赠 / 183

多一些感恩，少一些抱怨 / 185

懂得感恩会获得很多 / 187

用孝心回报父母养育之恩 / 189

学会珍惜，你的人生会更快乐 / 191

把握现在，珍惜所有 / 195

感恩是一种生活态度 / 197



▶ 第11章 内心充满爱，生活会更加圆满 / 201

- 心中要有爱 / 201
- 善待别人就是善待自己 / 203
- 善良最能打动人心 / 205
- 爱心的力量不可估量 / 206
- 献出爱，生活变得更美好 / 208
- 善良与成功同行 / 210

▶ 第12章 宽容是一种境界 / 212

- 让心胸变得宽大 / 212
- 成就大业者需要大度量 / 215
- 宽恕伤害过你的人 / 217
- 忘掉别人对你的不好 / 220
- 容纳和接受别人的缺点 / 222
- 不要事事都计较，而要谦让大度 / 224

▶ 第13章 调节不良心理，拥有美好生活 / 227

- 嫉妒心理的自我调节 / 227
- 浮躁心理的自我调节 / 230
- 猜疑心理的自我调节 / 233
- 狭隘心理的自我调节 / 236
- 逃避心理的自我调节 / 238
- 依赖心理的自我调节 / 241
- 偏见心理的自我调节 / 243
- 报复心理的自我调节 / 246
- 逆反心理的自我调节 / 248
- 吝啬心理的自我调节 / 251



▶ 第14章 巧用心态，拥有幸福人生 / 253

用勇气建立幸福的生活 / 253

学会平衡自己的心态 / 255

无私的人是幸福的 / 257

善待他人就是善待自己 / 259

放下互相仇视的眼光 / 260

赞美他人，照亮自己 / 262

给予比索取快乐 / 264

好心态有益于健康 / 265

细节篇

006

▶ 第15章 关注细节，成就卓越 / 270

细节能反映一个人的修养 / 270

把同样的事做细成就卓越 / 272

因小积大铸就自己的辉煌人生 / 275

大事是从小事开始的 / 276

细节能显示一个人的真正想法 / 278

▶ 第16章 忽视细节，注定失败 / 283

细节决定成败，小事决定大事 / 283

所有的意外，都是由疏忽细节引起的 / 286

忽视责任将会付出沉重的代价 / 287

忽视细节，将会导致功败垂成 / 290

不要轻视身边的任何一件事 / 292



- 忽略小事，错失唾手可得的 / 294
- 小节伤大雅，边幅该修还得修 / 297
- 不要讳疾忌医，不要害怕承认错误 / 299
- 凡事差不多，最后只能一事无成 / 301

▶ 第 17 章 点滴小事积累，成就辉煌人生 / 304

- 点滴小事积累，成就辉煌人生 / 304
- 做别人不愿意做的小事 / 307
- 成功总是从点滴开始的 / 309
- 每件小事都值得认真去做 / 310
- 积累小事情，问鼎大成功 / 312
- 大事是由小事集聚成的 / 314
- 从小事做起可以积累经验 / 316
- 每天多做一点点 / 319

007

▶ 第 18 章 说话细节，决定成败 / 322

- 一言可以兴邦国 / 322
- 敢于说话，善于说话 / 323
- 善于说话是成功事业的催化剂 / 325
- 说话避开“我”字 / 326
- 注意说话的方法 / 329
- 说话要有分寸 / 331
- 说话要注意场合 / 332
- 切莫自以为是 / 334
- 学会给对方“台阶”下 / 336
- 与人谈话要懂得察言观色 / 337
- 远离说话的禁忌 / 339
- 求职面试中要注意的 7 大忌语 / 344
- 别人说话时千万不要乱插嘴 / 345



▶ 第19章 工作细节，运筹帷幄决胜职场 / 348

- 工作中没有小事 / 348
- 不要忽视职场上的着装细节 / 349
- 不要玩“小聪明” / 353
- 向上司提建议要注意的细节 / 355
- 巧妙赢得上司的好感 / 357
- 与同事保持适当距离 / 359
- 不要成为“小道消息”的传播者 / 360
- 不要占公司的小便宜 / 362

▶ 第20章 人际交往，注重细节左右逢源 / 364

- 与人交往是一门大学问 / 364
- 记住他人的姓名 / 366
- 把他人放在心上 / 369
- 照顾对方面子，赢得好感 / 371
- 交志同道合之友 / 373
- 不和人做无谓的争辩 / 374
- 调整好交往的距离 / 375
- 协调好各方面的关系 / 378
- 日常交往中应注意的细节 / 380
- 社会交往的10个禁忌 / 385

▶ 第21章 挖掘细节中的机会成就事业的飞跃 / 387

- 细节隐藏机会，机会来了就要抓住 / 387
- 从小事中创造机会 / 389
- 戒除浮躁等待机遇 / 391
- 抓住细节，用心观察 / 393
- 处处留心皆学问 / 396
- 降低姿态赢取机遇 / 398



眼光独到，善抓善用 / 400

静心思考，创造机会 / 402

机遇就在你身边 / 403

别让机遇溜走 / 405

机遇偏爱有准备的人 / 408

机遇的 3 个特性 / 409

掌握机遇的方法 / 410

小商品大生意 / 411

► 第 22 章 关注细节，赢得财富 / 414

做个有心人，生活会给你回报 / 414

善于捕捉信息，将会从中受益 / 417

细节成就辉煌 / 419

不浪费一分钱 / 421

做理性消费者 / 424

学会存钱，有备无患 / 427

► 第 23 章 做人做事，重视细节 / 430

在细节处下功夫 / 430

追求细节上的完美 / 431

小处着眼，小处着手 / 433

小事折射做人境界 / 435

小问题中也能有所突破 / 436

► 第 24 章 运筹时间细节，让事业高效运转 / 439

让每分每秒产生效益 / 439

把握好零碎的时间 / 441

避免淹没于琐事中 / 443

珍惜时间，高效工作 / 446

把 24 小时变成 48 小时 / 448



▶ 第25章 健康细节，让生命充满活力 / 451

健康是生命的源泉 / 451

保健养生勿入歧途 / 453

好姿势保健康 / 455

每天选个时间去散步 / 456

加班，适可而止 / 458

日常养生，起居六忌 / 459

饮食习惯对健康至关重要 / 461

酒虽好，记得适量喝 / 464

►► 成功的策略

——心态决定命运细节决定成败详解

心态篇





第 1 章

心态决定一生命运

有什么样的心态，就会有什么样的思维；有什么样的思维，就会有什么样的行为和什么样的生活。但在生活中，我们总是说有什么样的环境就有什么样的人生。这实在是再荒谬不过了。影响我们人生的绝不是环境，而是我们对这一切有什么样的心态。心态既能使你成功也能使你失败，不要因为你的心态而使你成了一个失败者。成功是由那些有积极心态并付诸行动的人所取得的。

002

▶▶ 心态对人生的影响

当一个人下定决心做成某件事情、获得某种成功的时候，他往往就能做成、就能获得，这就是心态产生的作用。

心态就是指对事物发展的反应和理解表现出不同的思想状态和观点。也就是性格加态度。性格是一个人独特而稳定的个性特征，它表现出一个人对现实的心理认知和相应的习惯化的行为方式。而态度所指的则是一个人对客观事物的心理反应。

人与人是有差异的。有一些人，为什么总是会比其他的人更加的成功呢，他们能够赚很多的钱，拥有一个很不错的工作，良好的人际关系，健康的身体，整天快快乐乐地过着高品质的生活，似乎他们的状态就是比别人好。但是，还有许多人，整天忙忙碌碌地劳作，却只能维持生计。

其实，人与人之间的差别并不大。但为什么有许多人能够获得成功，