

CHENGGONG

成功不是命运的安排，也不是上帝的造化，而是自我设计、自我规划、自我实现的结果。

一个人要想获得成功，首先就要选择好人生的奋斗目标

男人的成功资本 全书

郝强◎编著

每个人都有获得成功的机会，但是，结果如何，完全要看个人的本事和努力的方法了。

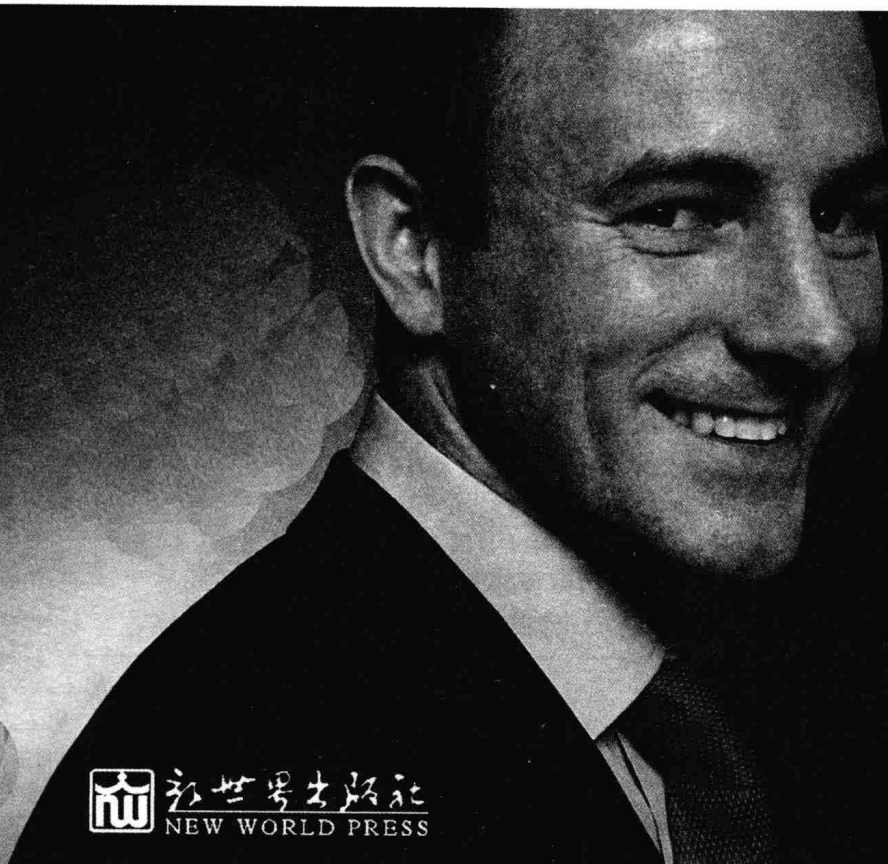


CHENG GONG

一个人要想获得成功，首先就要选择好人生的奋斗目标

男人的成功资本 全书

郝强◎编著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

男人的成功资本全书/郝强编著. —北京: 新世界出版社, 2012. 1

ISBN 978-7-5104-2371-0

I. ①男… II. ①郝… III. ①男性—成功心理—通俗读物 IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 263808 号

男人的成功资本全书

作 者: 郝 强

责任编辑: 梁小玲 张铁成

责任印制: 李一鸣 黄厚清

封面设计: 兰旗设计

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

总 编 室: +86 10 6899 5424 6832 6679 (传真)

发 行 部: +86 10 6899 5968 6899 8733 (传真)

网 址: <http://www.nwp.cn> (中文)

<http://www.newworld—press.com> (英文)

版权部电话: +86 10 6899 6306 frank@nwp.com.cn

印 刷: 九州财鑫印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16

字 数: 300 千字 印张: 20

版 次: 2012 年 1 月第 1 版 2012 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-2371-0

定 价: 36.00 元

前 言

20 世纪美国作家安娜·罗伯逊·布朗曾经写过一本书，书名是：《什么是生命的价值？》。目前这本书最少印行了 70 多次。何以薄薄一本小书竟能如此畅销？如果你有缘看到这本书，书的开头几句话就很扣人心弦：“人只能活一次，谁都想活得充实，尽量体验享受。但是，怎样才能以毕生的精力换取最大的成果呢？”

实际上，作者是向我们提出了一个如何获得成功的问题。

绝大多数人现代学者都倾向于认为，每个人都具有成功者的资格。也就是说，在起跑点上是一样的。至于起跑后的差距，则是日积月累发展出来的。虽然每个人都有获得成功的机会，但是，结果如何，完全要看个人的本事和努力的方法了。

成功者不一定具有超常的智能，也大都没有特殊的机遇和优越的条件，只是他们知道如何去努力，如何去拼搏而已。

台湾当代著名女作家罗兰说：“我们常说：‘某人的成功不是偶然的。’意思是说：这其中包含着有志气，有决心，有毅力，有善于捕捉时机的智慧，有创造时机、操纵环境的才干等等。真正的成功绝不是侥幸可以得到的。也就因为这个缘故，我们可以相信，失败也绝不是命运。有许多人把自己的失败归罪于命运，其实，如果我们肯冷静的观察，就可发现，命运还是操纵在自己手里。”

问问已经功成名就的人，他们会很诚恳地告诉你：要登峰造极，即使投入长时间卖力工作还是不够的！比方说，有许多砖匠、木工一天工作 12 个小时以上，还是无法开着劳斯莱斯，到处兜风；农民们每天从日出忙到日落，也不过求得一家温饱。对很多人来说，就连“入足敷出”这么简单



的目标也很难达到。

我们从小到被灌输的是：“一分耕耘，一分收获”、“勤能补拙”，许多电影和通俗小说都以这样的题材来描述成功。但是，越来越多的现代心理学家指出：对于一个现代男人来说，真正的成功，苦干也许只占 20% 的原因。那么，关键的因素是什么呢？或者，引用作家安娜的话说：“怎样才能以毕生的精力换取最大的成果呢？”

《男人的成功资本全书》为我们提供了明确而中肯的答案：从“成功资本”入手，在日常生活中有意识、有步骤地逐渐积累这些成功的资本，让它们变为获得理想人生的基石。



目 录

一、理想追求：成功的道路是由得体的目标铺成的

成功不是命运的安排，也不是上帝造化的结果，而是自我设计、自我规划、自我实现的结果。一个人要想获得成功，首先就要选择好人生的奋斗目标——你最终想要到达的地方，然后设计好路线，采取积极有效的行动去努力。一个有崇高目标、期望成就大业的人，能够在各方面对自己提出严格要求，并努力去做，不断拼搏，不断进步，不断地超越自我，最终达到较高目标，实现自己的理想。

成功不是靠天赋，而是靠努力	(3)
要相信自己，追逐自己的人生理想	(5)
经过认真选择的理想才能引导你走向杰出	(7)
正确地认识自己，回答好人生的问题	(10)
精心为自己设计未来，思考人生的目标	(12)
为自己确立明确而得体的人生目标	(16)
要有强烈的成功欲望和必胜的决心	(19)
胸怀大志，保持对生活的激情	(21)
追求自己的目标，尽力去实现人生的理想	(24)
不断进取，不断向更高的山峰挑战	(25)
要敢于通过积极的努力去改写平凡的人生	(27)
不能安于现状，要不断地超越自己的事业	(30)
把未雨绸缪、把居安思危当做自己的座右铭	(33)





二、知识技能：有了丰富的知识才能提高竞争实力

一个人能否成功的决定因素之一，在于他是否具备完备的能力。能力的培养，必须从提高学习技能、积累丰富的知识开始。可以说，如果我们不继续学习，我们就无法取得生活和工作需要的知识，无法使自己适应急剧变化的时代，我们不仅不能奢谈成功，反而有被时代淘汰的危险。在工作和生活中需要的相当多的知识和技能，课本上都没有，学校里也学不到，这些东西完全要靠我们在实践中边学边摸索。

- 知识越多越有利于一个人的生存和发展 (39)
- 精通专业而又博学多才的人最容易取得卓著的成就 (41)
- 要想取得成功首先要掌握丰富的知识 (42)
- 虚心向别人学习，不断使自己获得知识和进步 (44)
- 很多知识和技能要靠我们在实践中边学边摸索 (46)
- 要兼顾知识数量的丰富性与知识结构的合理性 (48)
- 精心选择与事业的成就关系最密切的学习内容 (51)
- 掌握迈向成功人生所必需的最重要的几种能力 (54)
- 利用好青年时期尽量充分地发挥自己的才能 (57)
- 在能力方面做好准备，努力抓住更多的机遇 (59)

三、思维谋略：要想有所成就就必须充分发挥创造性

世上只有想不通的人，没有走不通的路。有内涵的人，是拥有大智慧的人。正是大智慧使他们在处于困境的时候，不沮丧，不落泪，反而积极地用头脑去想尽各种办法，从而在芸芸众生中脱颖而出。如果一个人只知道一味地拼命工作，冒失地采取行动，





事业也很难取得成功。要想生活和工作得很自在，又要过得好，不仅需要努力，也是需要讲求策略，需要一点方法和技巧的。

一个成功者必须要有足够的智慧	(65)
想获得理想的人生首先要学会正确的思考	(67)
充分地运用自己的智慧和谋略才能掌控机遇	(69)
要转变观念，学会与众不同的思考	(71)
学会聪明地工作，把复杂的问题简单化	(73)
调整思维，尽可能用简便的方式达到目标	(76)
要多操心，多思考，不能回避问题	(77)
树立创新意识，培养独立思考和创造能力	(79)
尝试逆向思维，努力寻找解决问题的突破点	(82)
活用先前的经验，从惯性思维中走出来	(85)
拿得起是一种勇气，放得下是一种智慧	(87)

四、性格个性：一个男人的命运就在他的性格中

优良的性格品质是人才成长最积极的因素，它可以转化为内在的动力，促成一个人的事业获得成功；而不良的性格和个性则是一种破坏性力量，它成为一个人成功的障碍。著名作家沈从文曾指出：“征服自己的一切弱点，正是一个人伟大的起始。”生活中的许多人，最后之所以没有成功，并不一定是被对手击败，而是因为他们拿自己的弱点没有办法。要想成为真正的强者，就必须不断克服自身在性格和个性方面的弱点。

良好的性格是事业取得成功的保证	(93)
良好的性格是可以通过适当的锻炼塑造和培养的	(95)
培养健康的性格，最大限度地发挥自己的优势	(97)





尝试一步步成功地改造自己的性格	(100)
通过有效的行为训练改变自己软弱的个性	(102)
战胜懦弱，成为勇敢、充满豪气的人	(104)
告别犹豫，在生活中果断地去把握机遇	(106)
乐观向上，以欢悦的态度对待生活	(109)
对人对事不苛求，保持性格的灵活性	(111)
学会积极肯定自己，充分相信自己	(113)
把幽默当做一种优秀健康的个性品质来培养	(116)

五、生活习惯：培养有助于促进自身才能发挥的良好习惯

俄罗斯教育家乌申斯基说：“好习惯是人在神经系统中存放的资本，这个资本会不断地增长，一个人毕生都可以享用它的利息。而坏习惯是道德上无法偿清的债务，这种债务能以不断增长的利息折磨人，使他最好的创举失败，并把他引到道德破产的地步。”

在生活中是否幸福与快乐，是否觉得充实，是否表现得出类拔萃，不在于你是谁，或者你有什么，它只取决于你想的是什么，拥有什么样的习惯，采取什么样的行动！

与其抱怨命运不如努力去克服不良的习惯	(121)
要尽快去培养那些对自己的事业有助益的习惯	(124)
学会靠自控力改变自己的坏习惯	(126)
战胜眼前的诱惑，养成自我约束的习惯	(128)
培养有助于事业顺利发展的良好的工作习惯	(130)
避免将精力消耗在毫无意义的事情上	(133)
把不断追求进步当做一种最重要的习惯	(135)
放弃借口，养成良好的运动健身习惯	(137)



六、品德修养：品格比天资更能决定人的一生

一位著名的西方学者指出：“人生，幸福不是目的，品德才是准绳。”一直以来，世人评价一个人的时候，就非常看重他的为人修养和道德品行。要想成为一个真正的成功者，必须摆脱“投机”的心理，注重自己的品格修养。当然，不经过一番努力，最好的良好的品格修养是不会自发形成的。它需要经过不断的自我审视、自我约束、自我节制的训练。

在做人和品行方面过硬才能成为一个真正的成功者	(143)
一定要避免使道德品格成为你前行的绊脚石	(144)
做人要真诚、正直和诚实，事业才有根基	(146)
诚实是衡量一个人品格的最重要的标志	(148)
一定要踏踏实实地履行生活中的各种职责	(150)
严格的自律是立志成大事者必须具备的条件	(152)
要坦诚地面对和积极改正自己的错误	(154)
在实践中多加磨炼，逐渐提高自己的修养	(156)

七、职业素养：努力取得同事的认同、上司的青睐

在职场的成功秘诀主要有两点，那就是：努力工作，赢得老板的青睐。斯蒂芬·柯维说：“大部分的人都因为不懂得在职场采取正确的策略，以致造成终生追悔莫及的遗憾。说起来，掌握晋升的时机似乎是一种天赋的特别直觉，但它和经验一样，必须通过学习和锻炼而来。”在一个公司里，并不是具有杰出才能的人就容易得到提升，只有那些富有责任感、勤奋刻苦、绝对服从并有良好技能的人，才有更多的机会。



选择适合自己做的事，合理确定职业方向	(163)
选择自己能胜任的能鼓舞你的职业	(165)
重视发挥自己的潜能，避免求职的误区	(168)
通过得体的表现尽快融入同事中	(170)
在职场中获得好人缘，赢得别人的支持	(173)
不拍马也能与上司保持良好的人际关系	(175)
塑造良好形象，成为上司眼中不可缺少的人才	(178)
坚决服从命令，积极去执行上司的指示	(182)
强化责任感，把公司的事情当成自己的事情	(183)
在工作实力和人脉方面为得到提拔奠定好基础	(185)
大胆地推销自己，让别人发现你的能力	(189)
主动出击，积极争取得到上级的提拔	(191)

八、人脉关系：维持和谐的人际关系获得事业发展的助力

每一个人在这个广阔的世界里，都能建立一个属于自己的天地。可以肯定的是，这些小天地都是相互联系、彼此依靠的。俗话说：“朋友多了路好走。”广泛与人交往是机遇的源泉。交往越广泛，遇到机遇的概率就越高。人际交往中，别人喜欢或者憎厌你的感情，是由你的社交水平、品位，你为人处世的习惯，以及说话办事的方式所决定的。同时，能不能搞好各方面的关系，也可以决定你事业的成功或失败。

良好的人脉关系是现代人取得成功的基础	(195)
在如何经营良好的人脉关系问题上用足心思	(197)
努力找到有利于自己人生发展的好朋友	(199)
改善自我个性，努力成为受欢迎的人	(202)
在为自身考虑的同时充分考虑到对方的利益	(205)



不怕吃亏，让别人觉得与你交往值得	(207)
慷慨地给予，先满足对方的需求	(209)
与朋友保持适度的距离，做到虽亲密、但有间	(211)
在与任何人交往的过程中都注意小节	(213)
选准合作伙伴，把握合作的原则	(215)
培养合作精神，在生活中追求双赢	(218)
合情合理地协商，赢得别人的支持	(220)

九、勤奋务实：要珍惜时间，更要提高效率

比尔·盖茨说：“珍惜时间并不是让人们变成只是忙于各种具体事务，而没有时间对它们的真正价值进行客观估价的低效率的工作狂。创造时间的方法之一，就是要人们懂得如何进行更高效的工作。”仅仅知道勤奋努力是不够的，只有提升你的技巧、能力，注意工作的方法，你才会有时间做你自己想做的事，并且把事情干得又快又好；才能逐渐步入杰出者的行列。

不要坐等成功，要采取积极的行动	(225)
要踏实务实、循序渐进地去努力	(227)
当机遇来临的时候要做好把握住它的准备	(229)
战胜拖拉，开始更加积极有为的生活	(231)
为自己制订详细的计划以更充分地利用时间	(234)
杜绝没有意义的忙碌，注重提高效率	(236)
做事要追求速度，更要注重质量	(238)
掌握一些提高工作和办事效率的基本要领	(240)
每晚写下六件次日最重要的事情	(242)
更有效地利用时间，努力避免浪费	(245)



十、意志品质：拥有坚韧的毅力比拥有才能更重要

在漫长的人生中，谁也不可能一帆风顺，谁也难免要经历挫折和坎坷。英国哲学家培根说得好：“一切幸运，并非没有烦恼；而一切厄运，也并非没有希望。”关键在于你怎样对待。弱者与强者之间，成功者与失败者之间，最大的差异就在于意志力量的差异。人一旦有了意志的力量，就能战胜自身的各种弱点，突破人生中的种种障碍。遭受挫折不但可以使人生积累经验，而且挫折可使人生得到不断的升华。关键是你坚忍不拔、百折不挠，绝不知难而退，绝不轻易放弃！

你能否成功只和你所抱持的态度关系密切	(251)
半途而废的放弃和丧失希望是对未来最大的威胁	(253)
只要肯努力就能创造不平凡的人生	(255)
把暂时跌倒当做迈向成功的另一个机会	(257)
不放弃，就会一直拥有成功的希望	(260)
不甘失败，努力从错误的方法中汲取经验	(262)
人们最出色的工作往往是在处于逆境的情况下做出的	(265)
克服那些可能阻碍自己战胜困难的消极缺点	(267)
乐观自信的人才能把自己的聪明才智最大限度地发挥出来	(271)
改变思考方式，努力提高抵御挫折的能力	(272)

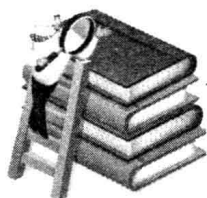
十一、做事态度：以积极明朗的态度去面对工作和人生

一个男人想成功，必须干出一些不同寻常的事情来。怎样才能干出不寻常的事情来，靠的是什么？靠的就是工作和做事的态度。一个人在生活中采取什么态度，便有什么样的人生结局。成

功男人与失败男人之间的主要差别就在于：成功男人始终秉持积极的态度，认真务实地去面对每一项工作。而失败的男人们却常常“眼高手低”，不注重日常工作中的琐事。聪明的男人懂得：正是一件件小事铸就了一个人的成功。

调整好做事的态度，要了解还要热爱和相信	(279)
认真、踏实是做好事情的最大秘诀	(282)
充分承担起自己的责任，把错误消除在萌芽状态	(284)
保持必要的激情，将工作看做是生命的权利和荣誉	(286)
努力全身心地投入到自己的工作中	(289)
成功取决于积极主动、勤奋执著的态度	(290)
关注细节，改变心浮气躁的毛病	(292)
生活中的好运是由勤勉和正确的判断形成的	(294)
只为成功找方法，不为失败找借口	(296)
战胜惰性，有效改变不利于自己发展的生活环境	(300)

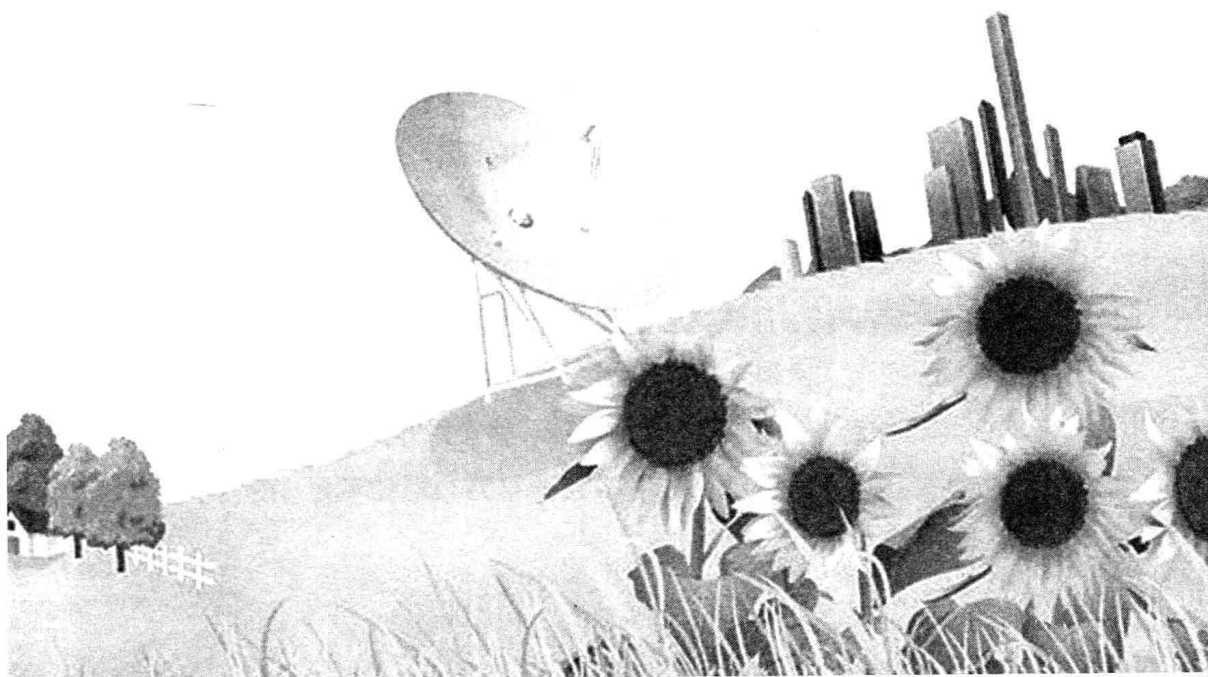




一、理想追求：

The decisive factors that Make A man successful
成功的道路是由得体的目标铺成的

成功不是命运的安排，也不是上帝造化的结果，而是自我设计、自我规划、自我实现的结果。一个人要想获得成功，首先就要选择好人生的奋斗目标——你最终想要到达的地方，然后设计好路线，采取积极有效的行动去努力。一个有崇高目标、期望成就大业的人，能够在各方面对自己提出严格要求，并努力去做，不断拼搏，不断进步，不断地超越自我，最终达到较高目标，实现自己的理想。





成功不是靠天赋，而是靠努力



男人要有追求，绝不能随波逐流。一位哲人指出：“人必须意识到生活中最重要的东西是自己的生命。因此，我首先要对所拥有的生命负责。如果我对生命给予仔细的照顾，生活就会变成他所向往的样子；如果我忽视自己的生命，生活就一定会以一种我所不希望的样子出现！”

多年前，一位韩国学生到剑桥大学主修心理学。在喝下午茶的时候，他常到学校的咖啡厅或茶座听一些成功人士聊天。这些成功人士包括诺贝尔奖获得者、某一些领域的学术权威和一些创造了经济神话的人。这些人幽默风趣，举重若轻，把自己的成功都看得非常自然和顺理成章。时间长了，他发现，在国内时，他被一些成功人士欺骗了。那些人为了让正在创业的人知难而退，普遍把自己的创业艰辛夸大了——也就是说，他们在用自己的成功经历吓唬那些还没有取得成功的人。作为心理系的学生，他认为很有必要对韩国成功人士的心态加以研究。随后，他把《成功并不像你想象的那么难》作为毕业论文，引起了很大轰动。

“成功并不像你想象的那么难”鼓舞了很多。它从一个新的角度告诉人们，成功其实很简单：不管你的天赋如何，只要你愿意对自己的生命负责，只要你对某一事业有兴趣，或者有自己的优势，长久地坚持下去，你就会有收获。

美国最成功的广告人之一 S·肯尼迪曾这样写道：

“近 20 年来，我作专业演讲师，每年都可以获得几万美元的回报。但我小时候却结巴得厉害，我很害羞，不善于与他人相处。当我刚开始演讲时，我浑身不对劲，极不舒服。我早期录制的演讲磁带，有的声音十分糟糕，

