

STRATEGIES FOR SUCCESS

成功的策略

〔美〕 JIM DORNAN 吉米·道南

江雅苓 译



图书馆

经济日报出版社

成功的策略

〔美〕 JIM DORNAN 吉米·道南

江雅苓 译

经济日报出版社

著作权合同登记 图字：01 - 2000 - 0265 号

图书在版编目 (CIP) 数据

成功的策略 / (美) 吉米·道南著; 江雅苓译, - 北京: 经济日报出版社, 2000.2

ISBN 7 - 80127 - 710 - 4

I . 成… II . ①吉… ②江 III . 成功心理学
IV . B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 03368 号

Strategies For Success

Copyright © 1997 Network TwentyOne Inc.

Chinese translation copyright © 1999 by Economy Daily Press

Published under agreement with Jim Dornan

ALL RIGHTS RESERVED

成功的策略

作 者	(美) 吉米·道南
译 者	江雅苓
责任编辑	陈佩
责任校对	殷红胜
出版发行	经济日报出版社
社 址	北京市宣武区白纸坊东街2号 邮编 100054
总 经 销	全国新华书店
印 刷	北京星月印刷厂印刷
规 格	850×1168 毫米 32 开
字 数	120 千字
版 次	2000 年 4 月第 2 版
印 次	2000 年 4 月第 2 次印刷
印 张	6.25 印张
印 数	10000—12500 册

ISBN 7 - 80127 - 710 - 4/C·6

定价: 17.00 元



吉米·道南是一家国际性营销和个人成长培训公司“网络二十一”的创办人和总裁。他每年向数十万人作个人成长和事业成功方面的现场演讲，有超过 100 万人定期听他的录音带。



吉米·道南与乔治·布什在白宫



吉米·道南夫妇与生意伙伴道格·狄维士(右)

“我要是能早10年看这本书”

——译者

初次见到吉米·道南时，心中不免有些失望。事前有关的资料以及许多人谈起他时的敬仰态度给了我一个印象：此人一定是个气度非凡并充满活力，走到哪里都能使一切蓬壁生辉的人。然而见面后才知道他是一个相貌极其平凡的普通人。但是，当他开口讲话时，你很快就能感到他那种真诚平实的魅力，无论与谁交谈，他那张老是挂着天真表情的脸上，都会让你感到他对你以及对你所说的一切是那么的专注，好像你是世界上最值得尊敬的人似的。与他接触的时间愈长，愈使我感到了自身的“骄傲”与不足。一个营造遍布世界的销售王国的人，一个每年创造出天文数字业绩的人，却是一个平和可亲的人。他就像一根蜡烛，走近他便能感到光与温暖，并透过他遍布全球的事业来传递一份温馨实在的爱。

《成功的策略》一书，是吉米·道南在经过不断的学习、观察与体验中总结出来的为人处事原则以及行之有效的工作方法，并经过身体力行的实践而写成的，他一步一

个脚印地取得了今天这样骄人的成绩，“人”还是像原来那么忠厚老实，但所创造和积累出来的成就绝不平凡。市面上有许多“成功指南”、“成功秘诀”、“关键……”这一类的书，往往在阅读之后，带给我更大的失落感，仿佛成功只能属于那些才华出众、魅力非凡、口齿伶俐、八面玲珑的人，而像我这样的普通人，真的照着样子学着去做，可能只会落得“东施效颦”的结果。直到我见到了吉米·道南本人，拜读了他的人生经验总结——《成功的策略》，发现终于有一本书是专门为你跟我这样的普通人而写的指南。我们如能参照书中的方法，养成思维的习惯、与人沟通的原则、看待生活的角度，我们就能一点一滴的跟着这套系统打造自己成功的生活与事业。

我认识一位六十多岁的知识分子朋友，初获此书时，连夜把书看完，然后她非常感慨地说：“我要是能早 40 年看这本书，我的整个人生都会改写了，当初怎么就没有人教我这么做人做事呢！”

作为现在这本书的译者，我真诚地希望这本书也能帮助你及时改变你的生活和事业。

江雅苓

目 录

第一部：成功始于你

第一章	成功人士实行 积极思维	(3)
第二章	成功人士懂得怎样 战胜失败	(22)
第三章	成功人士善于 高瞻远瞩	(42)
第四章	成功人士定下 远大目标	(59)
第五章	成功人士善于 时间管理	(80)
第六章	成功人士能 应付压力	(100)

第二部 众志成城

第七章	成功人士重视 人际关系	(117)
第八章	成功人士不断提高 沟通能力	(135)
第九章	成功人士深信 激励效用	(158)
第十章	成功人士示范 领导才能	(180)

第一部

成功
始于你

第一章

成功人士实行 积极思维

良好的心态是成功人士的重要标志。如果他有一个积极的态度，又是积极思维者，乐意接受挑战和应付困难，那他就成功了一半。

——劳埃尔·皮科克

人与人之间的差别是很微小的，但这小小的差别却造成了极大的不同。小小的差别是态度，极大不同的是，这个态度是积极的还是消极的。

——克莱门·斯通

态度决定你的人生高度

成功与失败之间其实只是态度之差！成功人士与失败者之间的差别是：成功人士始终用最积极的方式去思考，用最乐观的精神和最辉煌的经验支配和控制自己的人生。

失败者刚好相反，他们的人生是受过去的种种失败与疑虑所引导和支配的。

一个人能否成功，
就看他的态度了！

有些人总是喜欢说，他们现在的境况是由别人造成的，是环境决定了他们的人生位置。这些人常说他们的

想法无法改变。但是，我们是谁并不是由周围的环境所决定的。说到底，如何看待人生，是由我们自己决定的。有一位纳粹德国某集中营的幸存者维克托·弗兰克尔说过：“在任何特定的环境中，人们仍然有一种最后的自由，就是选择自己态度的自由。”

马尔比·D·巴布科克说：“最常见的，同时也是最昂贵的一个错误，是认为成功有赖于某种天才，某种魔力，某些我们所不具备的东西。”可是成功实际上是能掌握在我们自己手中的。成功是正确态度的结果。一个人能飞多高，固然有其他的因素，但更多的是受他自己的态度所制约。

我们的态度在很大程度上决定了我们的人生：

- 1. 我们怎样对待生活，生活就怎样对待我们。**
- 2. 我们怎样对待别人，别人就怎样对待我们。**
- 3. 我们在刚开始一项任务时的态度决定了最后的成败，这比任何其他因素都重要。**
- 4. 人们在任何重要组织中地位越高，他的态度越佳。**

难怪有人说，我们创造了自己的环境——心理的、情绪的、生理的、精神的——是由我们自己的态度来决定的。

有积极的思维并不能保证事事成功；积极思维肯定会

改善一个人的日常生活，但不能保证他凡事都心想事成；可是，相反的态度则必败无疑，如果你有消极的态度，肯定不能成功。我从来没见过取得持续的成功的人是抱着消极态度的人。

消极态度消极后果

你现在所处的地位，所拥有的成就全都是由过去支配你思维的态度所决定的。消极思维的结果，形成一个人受制于自己创造的各种消极环境。消极思维者就像把整个鸡蛋连壳吞掉的人：不敢挪动身体，害怕鸡蛋会弄破，又不敢坐直不动，怕鸡蛋会孵出小鸡。

我从来没见过态度恶劣的人会取得持续的成功。

长期的消极思维会产生以下六种结果：

一、消极思维会在关键时刻 散布疑云

一个人在生活中总是寻找消极东西的话，最后会成为一种难以克服的习惯。即使有好机会出现，消极的人也看不到，更是抓不着。他会把每种情况都看作一连串的障碍。

障碍与机会之间有什么差别呢？主要在于人们对待事物的态度。被认为是美国历史上最伟大的总统之一的阿伯

拉罕·林肯说过：“成功是屡遭挫折而热情不减。”拒绝接受消极面这是一个非常好的对策，直至彻底考察了事物的积极面。养成积极思维的习惯之后，人们在关键时刻作出明确的决定就容易多了。

二、消极思维有传染性

俗话说，物以类聚，人以群分。聚在一块的人则互相影响，逐渐靠拢而变成一个样的人。

人们大概注意到结婚多年的夫妇行为逐渐变得一样，甚至连外貌也相似，而思维方式的同化是最明显不过的了。跟消极思维者相处得久了，你也会受他的影响。接触消极思维者

跟消极思维者相处得久了，你就会受他影响。

所有事情都只是表面上看似很难；每件事情也都比你预期的收获更多；任何事情只要能做对了，就会在最佳的时刻产生可能的最佳效果。

就像接触到原子辐射。如果辐射剂量小，时间短，你还能活，但持续辐射就要命了。

三、消极思维使人悲观

你大概也曾跟事事悲观的人接触过。譬如屋顶漏水，这种人就认定暴风雨就要来了。他们把人生看成一片灰暗，大难临头的样子。这些人的座右铭就跟墨菲定律一样，你大概听说过墨菲定律：“所有的事情都是看上去容易其

实很难；所有的事情所需投入的时间也都比你预期的多；一切事情都会出差错，而且总是在最坏的时刻发生。”

相反的是我用麦克斯韦尔定律看待人生：“所有的事情都只是表面上看似很难；每件事情也都比你预期的收获更多；任何事情只要能做对了，就会在最佳的时刻产生可能的最佳效果。”

信奉墨菲定律的人的消极思维最坏的一面是：他们从错误的角度看待事情。而成功人士总是从最佳的角度看待机会，作出决定（这一命题将在后面几章中讨论）。

四、消极思维使希望泯灭

一旦对将来不抱希望，那么现在就激发不出动力。消极思维摧毁了人们的信心，使希望泯灭。它慢慢地，但不停地使消极思维者意志消沉，失去任何动力。

一旦对将来不抱希望，那么现在就激发不出动力。

五、消极思维限制了人的潜力

一个人的行为表现，不能长期与他自己的自我认识相抵触。消极思维者不但老是想到外面世界中最坏的一面，而且也老是想到自己最坏的一面。他们不思进取，所以往往收获得更少。遇到一个新想法时，他们的反应往往是：

“这是行不通的，
我以前从没有这么干过。”

没有这主意我们也做得很好，
我们承担不起风险，
现在条件还不成熟，
这并非我们的责任。”

所罗门国王据说是世界上最明智的统治者。在《圣经》箴言编 23 章第 7 节中，所罗门说：“他的心怎样思量事，他的为人就是怎样。”

换言之，人们是他们自己相信什么，就可能会有什么结果。人不可能取得他从未追求过的成就。人们也不会去追求他们不相信能够达到的成就。当一个消极思维者对自己抱着很低的期望时，他就是给自己的能力封了顶。于是，他成了自己的潜力的最大敌人。

六、消极思维使人不能 享受人生

在整个人生的航程中，消极思维者一路上都晕船。无论眼前的境况如何，他们总是对将来感到失望。许多人信奉的是索姆定律：“凡是事情看起来有转机时，你肯定疏忽了某些东西。”

在消极思维者眼中，玻璃杯永远不是半满的，而是半空的。他们预期会得到人生中最糟糕的东西——而且确实如此。这些人使我想起一个年轻的登山者，他有一个经验丰富的向导伴随着他在白雪覆盖的高山上攀登。一天清晨，这位年轻的登山者忽然被巨大的爆裂声惊醒，他以为