

常 桦 ○ 编 著

有一种毒药 叫

YOU YIZHONG DUYAO

JIAO CHENGGONG

成功



APETURE
时代出版

时代出版传媒股份有限公司
安徽教育出版社

有一种毒药叫成功

YOU YIZHONG DUYAO JIAO CHENGONG



常桦◎编著

安徽教育出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

有一种毒药叫成功 / 常桦编著. —合肥: 安徽教育出版社, 2009. 1

ISBN 978 - 7 - 5336 - 5256 - 2

I. 有… II. 常… III. 成功心理学—通俗读物 IV. B848. 4—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 002342 号

责任编辑: 王竞芬

装帧设计: 吴亢宗

出版发行: 安徽教育出版社

地 址: 合肥市繁华大道西路 398 号

邮 编: 230601

网 址: <http://www.ahep.com.cn>

经 销: 新华书店

排 版: 安徽创艺彩色制版有限责任公司

印 刷: 合肥晓星印刷有限责任公司

开 本: 650mm×960mm 1/16

印 张: 13.25

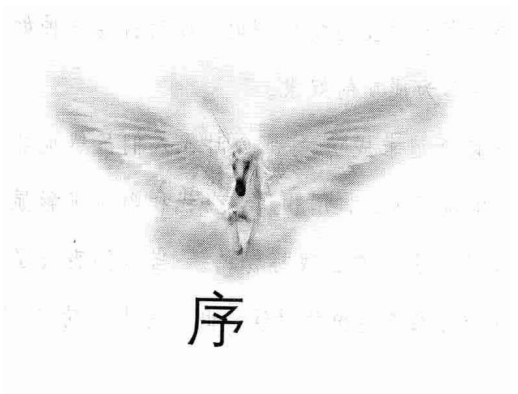
字 数: 200 000

版 次: 2009 年 2 月第 1 版 2009 年 2 月第 1 次印刷

定 价: 25.00 元

发现印装质量问题, 影响阅读, 请与我社出版科联系调换

电 话: (0551) 3683078



21 世纪似乎成为一个全民成功的时代，“成王败寇”的价值观渗透到了当今社会的各个角落，几乎所有人都被置于“成功/失败”二元对立的语境下。人们从来没有如此迫切地渴望过成功，甚至产生了一种成功焦虑症。成功学大师应运而生，几乎所有的成功学大师都无一例外地向人们灌输这样的人生信条：“人只有两种：成功者和失败者。”这就是当今社会的普世价值观。成功的标准变得极其简单而绝对：亿万家财、百万年薪、豪宅名车，就是所谓的“成功”。而成功似乎也变得轻而易举，只要一心想成功人人垂手可得。一夜成名、一夜暴富的例子为人津津乐道，而成功励志类的书籍更是层出不穷，热销不止，成功学大师更是摇唇鼓舌，向人们兜售成功的灵丹妙药。

在一个正常的社会中，成功人士寥若星辰，而且离不开个人长期的努力和机遇的眷顾。若成功一学就会，一用就灵，那么社会上到处都是成功者，那又何足为奇。成功光荣，失败可耻，那么，社会中绝大多数人还如何生存下去？生活中有许多美好的事

物，所谓成功者无暇眷顾，生之喜悦他们更不屑去体会。当所有人为成功而痴狂，成功上升为绝对真理和人们趋之若鹜的主流价值观时，成功就是一种如鸩酒般的毒药，饮鸩止渴，最终让人沦落为成功的奴隶。

早在几十年前，人们没有这么迫切地追求成功。那个时代人们虽然也非常狂热，但他们是以生活、健康等为生命诉求的，用物质、金钱和财富来彰显人的社会地位，只是当前某些所谓成功者引领并自我标榜的。当人们丧失了多元化的价值观，成功只能用一种评判标准来衡量的时候，也许有人成功了，但整个社会却充斥着压抑和失败。

是谁断定了不成功的人生就是没有价值的人生？是谁告诉我们“出人头地”才是人生正道？人生除了成功或者失败，就没有其他衡量标准了吗？如果所有人都被置于“成功与失败”二元对立的语境下，这个社会肯定出了问题。当许多人被“榜样”和“楷模”教导着踏上漫漫“成功之旅”的时候，还有谁会真正遵循自己独立的标准，按照自己个人的意愿来生活？

也许有人愿意积极向上、出人头地，这无可厚非；但也要允许一些人过着在旁人看来没有多少追求的生活。每个人的性格、阅历、生存环境各自不同，没有必要要求人人都得走通向所谓“成功”的道路，除此之外，还有千百万条道路通向各人所理解的幸福人生。

不错，人人都渴望自己能够获得事业成功，可是，现实生活中，无数所谓的成功人士，在享受成功的鲜花和掌声的同时，却迷失了自己，在兴奋和快感之中走向堕落。因此，本书区别于一般市场上成功励志类图书之处就是让读者看清所谓的“成功”究竟会带来什么样的人生，让大家静下心来思考一下生命的本质究竟是什么。

常 桦

2008年8月25日于北京



第一章 有一种毒药叫成功

成功的标准 /P2

成功的误区 /P5

成功学大师的成功标准 /P7

建立属于自己的成功模式 /P8

停止盲从的脚步 /P12

不要被周围人的价值观所左右 /P14

解读“嬴政文化” /P16

有一种毒药叫成功 /P18

第二章 成功成瘾性

成功的负面影响 /P22

一个奥运冠军的心声 /P23

成功的困境 /P26

成功成瘾性 /P29
顺风顺水未必是好事 /P32
一桩突如其来的凶杀案 /P34
成功人士的抑郁症 /P35
都是贪婪惹的祸 /P38
钱真的越多越好吗 /P40

第三章 谁在为成功买单

得意忘形 /P44
高处不胜寒 /P46
成功综合征 /P47
劳燕分飞 /P50
过劳死 /P52
吸毒成为一种时尚 /P54
玛丽莲·梦露之死 /P56
探险英雄的墓碑 /P59
成功的代价 /P61
测试一下你是否患了“成功综合征” /P63

第四章 我们究竟为谁工作

病态工作狂 /P73
超时工作的紧张心理 /P76
生命序位重分配 /P79
学会减压 /P81
你为什么而忙 /P84

我们究竟为谁工作	/P86
如何看待自己的工作	/P89
将工作当成人生的乐趣	/P92
选择适合自己的职业	/P94
保持一份超然与宁静	/P95
自动自发地工作	/P97

第五章 是什么乱了你的方寸

从缉毒英雄到毒贩子	/P101
麻烦二奶	/P105
警花的堕落	/P108
虚荣的歧路	/P114
物欲的陷阱	/P117
盲目地与人攀比	/P120
活在别人的眼里	/P122
盲从是潜在的危害	/P124
任性会乱方寸	/P126
不要成为贪婪的奴隶	/P128
完美的缺陷	/P130
失衡的心态	/P132

第六章 当感恩也成为营销的手段

功利化的感恩	/P136
感恩成为营销手段	/P139
利用情感营销树立自己的品牌	/P145

别把灾难变成营销主题 /P148
扭曲的成功观是传销的温床 /P151
被扭曲的感恩心理 /P153
不要用自己的灵魂与魔鬼做交易 /P156
善恶终有报 /P159

第七章 成功即色相

成功却并不幸福 /P164
他还能选择什么 /P165
亿万富翁竟羡慕乞丐 /P168
李娜为什么出家 /P170
林妹妹选择的思考 /P172
避世隐居的名人 /P174
请不要看我的背影 /P176
不堪承受生命之重 /P178

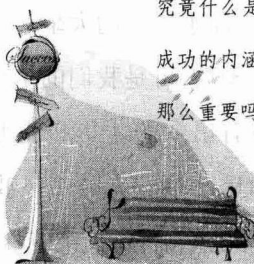
第八章 春夏秋冬又一春——生命之思

金钱买不来健康与快乐 /P181
回归自然享受人生 /P185
活在当下享受过程 /P188
寻回迷失的自我 /P191
过简单的生活 /P194
仔细品味幸福的感觉 /P196
让快乐成为一种习惯 /P201
施比受更有福 /P203

第一章 有一种毒药叫成功

21 世纪是一个人人都追求成功的时代,成功学大师也因此应运而生,几乎所有的成功学大师都无一例外地向人们灌输这样的人生信条:“人只有两种:成功者和失败者。”

这也是当今社会的普世价值观。所有人都被置于“成功/失败”二元对立的语境下,“成王败寇”的价值观已经渗透到了当今社会的各个角落。人们从来没有如此迫切地渴望过成功,甚至产生了一种成功焦虑症。那么,究竟什么是成功,该如何正确地理解成功的内涵?成功对于人们来讲真的那么重要吗?可不可以不成功?





成功的标准

大多数人都向往成功,而且几乎每天都在努力地追求成功,可许多人并没有正确地认识成功的基本含义。每个人对于成功的理解不同,选择的人生道路也就不一样。只有正确地理解成功的内涵,才能正确地选择属于自己的人生。如果前提错了,那我们的努力也就失去了意义。

世界上有几十亿人,其中只有少数人宛若灿烂的星辰一样吸引着我们的眼球,刺激着我们的神经,让我们不由自主地去关注他们:打开报纸,随处可见他们的名字;打开电视,是他们的音容笑貌。各国的政要、顶级的富豪、超级的明星……他们也许只是几十亿人中很少的一部分人,但是他们的影响力是巨大的,他们在地球这个巨大的舞台上,游刃有余地大展宏图、大显身手、呼风唤雨,决定着地球上几乎所有的大事情。

不可否认,尽管我们是大多数,可是我们的生活被他们左右着。因为我们是再普通不过的普通人:没有出众的才华和能力,没有让人羡慕的财富,没有出生在权贵家庭,没有幸运女神的光顾……我们的一切都太普通太平常了。我们日复一日过着这样的生活:每天乘着拥挤的公交车上下班,和商贩讨价还价,关心着降价打折的信息,操心子女的上学就业,担心生病住院,算计着存折上少得可怜巴巴的数字……

我们经常会陷入苦闷和彷徨,常常反问自己:难道生活就是这个样子吗?我们不甘心做一个普通人,我们不想就这样在一条既定的轨道上一直走向生命的终点。我们努力拼搏,但结果呢?往往不尽如人意。

虽然我们都是普普通通的人,过着平凡的生活,但我们还是有权利选择

和决定自己的命运,让自己远离烦恼,过上快乐幸福的生活。

俄国 19 世纪伟大的作家契诃夫说过这样一句话:世界上有大狗叫,也有小狗叫,无论是大狗还是小狗,它们都有叫的权利。

大狗叫得惊天动地,小狗叫得温柔可爱。

我们只是普通人,我们没有能力也没有必要去参与和决定那些所谓的大事情,我们要做的就是努力让自己的小事业不断蒸蒸日上、让自己的小日子过得有滋有味。与那些杰出的大人物相比,我们可以普通,但绝不卑微。他们有他们的成功标准,我们可以向他们学习,但并不一定非要以他们的标准来要求自己。

只要我们今天比昨天强,明天比今天强,不断地取得进步,这就是我们的成功!

沃伦·巴菲特、比尔·盖茨有数百亿美金是成功,我们有几万元人民币的存款也是成功;克林顿、奥巴马当总统是成功,我们找到一份适合自己的工作、取得了小小的成绩那是另一种意义上的成功……

2006 年春节前,某个著名的图书撰稿人在北京西单图书大厦举办讲座和签名售书活动。

当时有很多读者在场,其中有一位读者听了他的讲座之后,问了一个很敏感且有些尖刻的问题:“这位先生,你好像是在给我们讲成功学,那么,请问,你认为自己是一个成功人士吗?”

这个问题在短时间内用几句话很难回答,这位图书撰稿人讲述了当时的情景。他是这样描述当时自己的心态的:“如果我自我否定的话,我还有什么资格在这里给大家谈‘成功经验’?可是,如果我自吹自擂自诩成功的话,又岂不在那些真正的成功人士面前贻笑大方?于是我没有片刻的犹豫,响亮地回答:‘不谦虚地讲,我个人认为自己是成功的。虽然,我没有住别墅,开奔驰宝马,但是,我已经找到了发挥自己最大潜力、与社会最佳对接的



位置——找这个位置，我用了接近八年的时间！然后，在这个位置上，我努力了八年，我完成了一个个计划和目标，解决了自己的生活问题，获得了同行和社会公众的认可——我的几本图书销售量总和有两百多万册。我赚到的钱虽然不多，但至少对几百万读者产生了积极的影响，对他们有所帮助——所以，我敢说自己是成功的！’

话音刚落，掌声四起，听众显然认可了我的答案，接下来的签售活动让图书大厦和出版社都很满意，当然，我自己也很有面子——要知道签售活动的冷场是非常难堪和尴尬的。这件事仿佛让我重新认识了自己，也更增强了从事这个行业的自信心。”

很多人都在考虑一个问题：成功的标准是什么？有现成的答案吗？

有这样一个故事：美国汽车工业巨头福特曾经特别欣赏一个年轻人的才能，他想帮助这个年轻人实现自己的梦想。可这个年轻人说出自己的梦想之后却把福特吓了一跳：

他一生最大的愿望就是赚到 1000 亿美元——超过福特现有财产的 100 倍。

福特问他：“你要那么多钱做什么？”

年轻人迟疑了一会儿，说：“老实讲，我也不知道，但我觉得只有那样才算是成功。”

福特说：“一个人拥有那么多钱，其实也未必是好事，没准他会威胁到整个世界，你应该再考虑考虑你的想法。”

在此后长达 5 年的时间里，福特没有再见过这个年轻人，直到有一天他们又相遇了，年轻人告诉福特，他想创办一所大学，他已经有了 10 万美元，还缺少 10 万。福特这时开始帮助他，他们再没有提过那 1000 亿美元的事。

经过 8 年的努力，年轻人终于实现了自己的愿望，他就是著名的伊利诺伊大学的创始人本·伊利诺伊。

成功的标准究竟是什么？答案可能很简单：成功的标准跟财富的绝对值没有必然的联系，不是一定要赚到了多少钱才能算是成功；成功是一种自我进步和自我实现的状态和过程，不断地实现既定的目标和自己的价值，做自己喜欢做的事情，能自食其力，对社会有所贡献——还有最重要的一点：能过自己想过的生活！

用自己的标准来衡量自己，我们每个人都是成功者！

这种积极肯定的心态也是支撑我们继续前行的基本动力，做成了一件想做的事情，完成了一个计划和目标，我们就是成功者，单纯的金钱也许只是成功的副产品。要是摔个跟头捡了 500 万，只能说明你运气好，跟头摔得好——虽然你是有钱人，可你并不是成功者；我做成了一件对社会有价值有意义的事情，可能并没有得到多少的回报，可我同样也是成功者！

大千世界，芸芸众生，真正拥有巨额财富、住豪宅开名车的人终究只是少数人，即使是这样的人，也未必就是真正意义上的成功，因为财富并不能说明一切。作为大多数的普通人，只要拥有一份适合自己的工作并且能在工作中找到价值和乐趣，生活中拥有健康和快乐，就已经足够了，谁能说这不是另一种意义上的成功呢？

成功的误区

当今时代，是一个全民追求成功的时代，没有任何一个时代的人像当今时代的人们这样渴望过成功，人们为获得成功订下了具体的目标：二十岁之前为考上名牌大学而奋斗，三十岁之前为找个好工作、有个舒适幸福的家而奋斗，四十岁之前为升官发财、事业飞黄腾达而奋斗。如果这样推算的话，五十岁可以说是一个人成功的顶点了，人们牺牲无数个今天，筋疲力尽地一



路厮杀过来,为的就是熬到“成功”的那一刻。然而,人们等来的所谓成功并不像当初想像的那样能给人带来巨大的成就感和无与伦比的喜悦。很多人在五十岁时好像已经实现了心中的成功目标,可是并未获得那种满足感,觉得官没升得那么高,钱也没赚那么多,而以前很好的身体却开始亮起红灯变得一天不如一天,仿佛获得了很多又仿佛失去了很多。顷刻间,从前所有的日子和所有的奋斗都变得毫无意义,似乎连生活本身也充满了荒谬。

有一部叫《二嫫》的电影讲述了这样一个故事:农村妇女二嫫到县城的商场去买东西,看中了县里商场中屏幕最大的一台彩电,听说这是唯一的一台大彩电,价钱更是贵得惊人,全村人没人买得起。于是,她突发奇想,暗暗下定决心拼命去赚钱然后买下这台大彩电。因此二嫫毅然离开家到县城打工,每天起早贪黑,省吃俭用辛苦异常,弄得人疲惫不堪身心交瘁。最后,终于攒足了钱,把商场里的大电视搬回了家。那天,差不多全村人都挤到了二嫫家来看那个稀罕的大电视,仿佛整个房间都充满了荣耀。二嫫靠在电视旁,她已经没有了当初的热情和精力了,只是呆呆地坐着。入夜,人群早已散去。疲惫的二嫫靠在电视机旁沉沉地睡去了,影片也在二嫫的鼾声中结束了。

人们对于成功的认识存在着一个误区,认为为了成功就应该做出一些牺牲,所以人们为之奋斗时甘愿吃苦,且坚信忍耐一时可幸福一世。然而人的欲望是没有止境的,当梦想成为现实时,它所带来的满足感很快又会被对下一个目标的追求所取代。人们就像喜欢重复某种游戏的孩子,按照游戏的规则重复着相似的结果。人们相信目标一旦实现,自己就可过上梦想中的生活。

因而,更多人对所谓的成功趋之若鹜、殚精竭虑。可是当得到时,许多人才发现一切并非是原来所想像的那么幸福和美好。那时曾经舍弃很多、全力以赴为之奋斗的目标,就像五彩缤纷的肥皂泡,吹得越大破灭得也

越快,达到以后就失去了意义。

对于那些一心追求成功的人来说,人生终极是永远无法证实的,也是人们永远无法破译的密码,在神秘的面纱遮盖下永远看不到它的真实面目,而成功则如那笼罩在神像上的光环,让人为之神往,不自觉地跪拜在他的面前,匍匐前行。成功的诱惑就在于它把希望装进每个人的心中,生根发芽,蠢蠢欲动,为了预期的目标奋斗终生而无暇停下脚步好好欣赏周围的风景,甚至有人为了它不择手段,牺牲一切乃至生命。

成功学大师的成功标准

当今时代,是全民追求成功的时代,人们对于成功的追逐已经达到了一种近乎狂热的地步,电视、报纸、杂志等媒体几乎每天都在大肆地宣传所谓的成功人士,这些人成为万众瞩目的焦点。同时一些所谓的成功学大师也在不断地煽动和蛊惑人们,宣扬成功给人们带来的种种好处,因此普通大众始终怀着这样的梦想:自己有朝一日也能像那些成功人士一样年薪百万,拥有亿万家财,住在霓虹闪烁的别墅里,每天吃着燕窝鱼翅,身边美女环绕,开着宝马奔驰,过着一掷千金、纸醉金迷的生活……现在一些成功学大师鼓吹这样的成功理论:如果你没有赚到“豪宅、名车、年收入百万”那么你就是不成功,你就犯了“不成功罪”。按此逻辑推理,在人均 GDP1800 美元的中国,99%的中国人达不到成功标准,那么我们都犯了“不成功罪”!

剖析那些成功学大师的“成功标准”,不成功就是失败,这样的成功学只有目的,不择手段;只有结果,没有过程。由此可以推断,他们的成功逻辑就是不管白猫黑猫,逮到老鼠就是好猫;种种丑恶现象都被视为理所当然,造谣诬陷、贪污腐败、奢侈糜烂、权钱交易、权色交易、偷盗抢劫、绑架勒索,不



管这些行为多么令人不齿只要达目的就是成功！贪官贪得越多，超过百万，成功！妓女卖得价高，成功！贪官和妓女都成了做人的楷模，这样的成功也很光荣？

事实证明，“成功学标准”是经不起推敲和社会道德评判的思想垃圾。而在当下所谓成功学课程四处可见，炙手可热，成功学大师到处演讲，招摇过市，成功学培训成为暴利产业。看看每天舆论中形形色色的创富广告，媒体对文体明星、富商巨贾等成功人士的渲染与夸饰，对那些在彩票和股市上获得一夜暴富神话的推崇，以及在住房、教育、医疗等压力之下，普通人对于“财富改变命运”的无限神往，大多数家庭为了孩子能一夜成名倾其全部积蓄进行“成功”的投资，等等，成了广义的“成功学”内容。这其实在社会整体价值观上无形中侵蚀并改变着中华民族几千年文化孕育的道德价值观念和传统美德。看待成功的视角的改变，让一个年轻人即使没有花钱去参加成功学培训，没有受到成功学大师的忽悠与蛊惑，也会在潜移默化中接受成功学大师的那套成功学理论，如果缺乏必要的引导和干预，如果他未能很好地把握自己，那么他同样很难逃脱“成功学”的毒害，至少很容易患上“成功焦虑症”；为了“豪宅、名车、年收入百万”而疯狂，为了达到目的铤而走险！“成功学”荒谬理论的流行居然在社会中具有燎原之火的趋势，证明当今社会人心浮躁业已达到极至。

建立属于自己的成功模式

在成功学的教科书中，所谓的成功就意味着年收入百万，拥有名车豪宅，等等，如果按照这个标准去衡量，有钱的富人都是成功者，没钱的穷人都失败者。事实上，成功并没有一个固定的模式，每个人都可以根据自己的