

VICTORY

怎样

HOW TO AVOID TO GET INTO THE WAY OF YOUR SUCCESS

[美] 乔治·韦尔曼 / 著 马 驰 / 译

减少成功的障碍

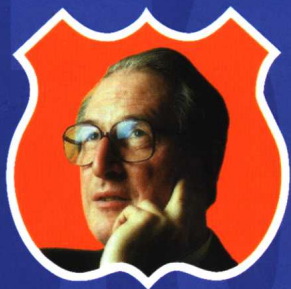
快速实现成功规划的10大方案

THE 10 DESIGNS FOR ACCOMPLISHING TASK BEING SUCC-

SSFUL IN HIGH SPEED

无数人都渴望成功，渴望通过最有效的办法获得成功的果实。

但实际上，在任何人成功的道路上，都充满了大大小小的各种障碍，它们一方面束缚着手脚，一方面耽误到达目标的时间，因此，减少成功的障碍，是一件极其重要的事情，不明白这个道理将永远与成功无缘。



中国致公出版社

怎样减少成功的障碍

HOW TO AVOID TO GET INTO THE WAY OF YOUR SUCCESS

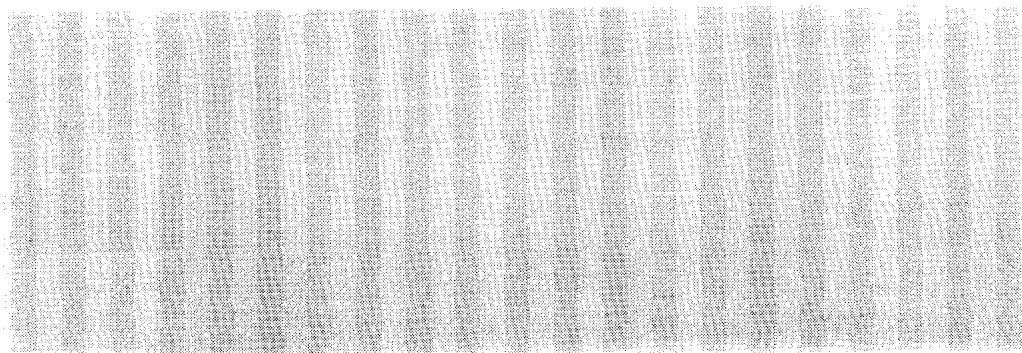
THE 10 DESIGNS FOR ACCOMPLISHING TASK BEING SUCCESSFUL IN HIGH SPEED

快速实现成功规划的 10 大方案

[美]乔治·韦尔曼 著

马 驰 译

中 国 致 公 出 版 社



图书在版编目(CIP)数据

怎样减少成功的障碍/马驰译著. —北京:中国致公出版社, 2002. 10

ISBN 7 - 80179 - 082 - 0

I. 怎… II. 马… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 072693 号

怎样减少成功的障碍

译 著	马 驰
责任编辑	大江 艳茹
出版发行	中国致公出版社
地 址	北京市太平桥大街 4 号
电 话	66168543
邮 编	100034
经 销	全国新华书店
印 装	北京忠信诚胶印厂
开 本	850 × 1168 1/32
印 张	13
字 数	300 千字
版 次	2002 年 10 月第 1 版
印 次	2002 年 10 月北京第 1 次印刷
书 号	ISBN7 - 80179 - 082 - 0/B·002
定 价	23.80 元

致公版图书印、装错误,工厂负责退换。

HOW TO AVOID
TO GET INTO THE WAY
OF YOUR SUCCESS

成功不是从到达目标开始，
而是从减少障碍起步。

—— 乔治·韦尔曼

责任编辑：大江
 艳茹
策 划：倪捷
封面设计：田威

VICTORY



HOW TO AVOID TO GET INTO THE WAY OF YOUR SUCCESS

前 言

追求成功的道路,并非一帆风顺,总要碰到许多障碍,如何减少成功的障碍则成为一个非常敏感的话题。

当静心观察那些成功大师的经历和经验时,我们发现他们之所以取得巨大成功,根本的原因就在于他们以其敏锐的眼光、果敢的决断,看清和清扫了阻挡成功之路的各种障碍,超越了由此而生的各种坎坷。美国著名成功大师乔治·韦尔曼说:“成功始于发现和克服障碍”。的确,有很多人不能成功,关键就是总把眼光盯住远处,而不注意脚下存在的各种障碍,所以常常被绊倒,被摔得鼻青脸肿。如果这些人能发现和克服那些大大小小的障碍,那么就会保证成功,并加速成功的节奏。

在实际生活中,有许多人都渴望早日实现成功的目标,为此每天都在苦心经营自己的人生计划。但由于个人判断、个人心态、个人能力、个人交往等的原

因,每个人的人生计划往往又都不可能全实现,甚至完全破灭,因此有可能会丧失对生活的希望,更无兴趣去继续求取成功。说到底,这种人属于弱者。

真正善于追求成功的人,总是在各种挫败面前,快速改变自己的人生计划,因此这些人不是放弃计划,而是不断根据自己的计划去加速成功人生的规划和操作,从中摸索出一条成功的方案。

毫无疑问,最优秀的成功专家总是从减少成功的障碍开始,每当减少一次障碍,就能迈出十几步成功的步伐。这就是说,减少成功的障碍,是每一个渴求人生有所创造的人的当务之急。这样做的好处是:一是能够更加清醒地认识自己的人生计划是否正确,二是能够及时开始行动,去把计划落到实处。的确,快速实现成功计划,不是一件简单的事情,需要你调动全方面的能力,才有可能实现。

本书旨在分析“成功障碍”,因为这是一项非常紧要的人生课题,希望你能引起重视。最后请记住乔治·韦尔曼的名言“成功始于发现和克服障碍!”

目 录

一、精于判断：清晰的思路是最好的出路

成为有才能的人的一大关键，在于培养自己对周围环境的敏感性——无论这环境是指外在的周围事物或是内在的状态。凡是想要发展自我潜能、实现理想的人，都需要运用各种方式以得知更多资讯。你如何取得资讯、资讯取得的充分与否，可以说是决定了你未来动向的一大半因素。

01. 回避一些微不足道的事情 (3)

我们讨厌思考、不喜欢做决定的理由之一，就是因为我们必须聚精会神地贯注在问题上。注意力就好像一支被锁链套住的小狗，很容易就为新奇事物所分散。当我们消除了畏惧的因素，对于自己的决定也就不再存在疑惑。面对恐怖，越了解其真面目，越不感觉它的恐怖之处。只凭着空想而期望正确的思考结果是非常困难的，但只要将想法写在纸上，便很容易集中精神做出正确的思考。



02. 积极思考是一种拯救自己的力量 (7)

合理的思考,要有效地改变信念与行为,必须伴随着深切的感觉与强烈的欲望。“不一定如此”就是一句很好的座右铭。将时间精力花在你所不需要的事物上面,这是不合理的。

03. 头脑清晰才能选择正确 (10)

一个头脑镇静的伟大人物,不会因境地的改变而有所动摇。海洋中的冰山,在任何情形之下都不为狂暴风浪所倾覆,乃是我们绝好的榜样。

04. 没有正确的判断什么事都会做不好 (13)

两智相争勇者胜,成功者之所以为成功者,乃在于他决策时的智慧与胆识。一件事想多了,就愈会顾忌到原则问题,明明是一件小事,也可能越看越严重。

05. 与其空话太多,不如多做一点 (16)

如果你听任自然地碰碰运气,也许会吃到苦头,可是至少让你发现自己还够坚强,可以承受住一两次失望或挫折,这总比提心吊胆过一辈子好多了。初学游泳的人,站在高高的水池边要往下跳时,都会心生恐惧,如果壮大胆子,勇敢地跳下去,恐惧感就会慢慢消失,反复练习后,恐惧心理就不再存在了。

06. 培养和挖掘自己独立的人格 (19)

你所知道唯一的精神创造力就是思考,克服困难就必须学会真正思考,认真积极地思考,任何失败均能通过积极思考来解决,当你遇到问题时,一旦认真进行思考,便更容易找到解决办法。没有积极思考的力量和独立的



人格力量,成功者就会失去个性,也就不成为成功者了。

07. 缺乏智力,不可能成为最强者 (23)

成为有才能的人的一大关键,在于培养自己对周围环境的敏感性——无论这环境是指外在的周围事物或是内在的状态。凡是想要发展自我潜能、实现理想的人,都需要运用各种方式以得知更多资讯。你如何取得资讯、资讯取得的充分与否,可以说是决定了你未来动向的一大半因素。

08. 用智慧开发自己的心理误区 (27)

你必须能够清楚地想象在你心中的梦想,就好像在端详拼图盒上的图画一般。如果感觉不到强烈的动机,你应该再建立一个新的梦想。

二、合理分段:适度的目标能够有盼头

所谓成功的第一步,就是现在认定自己必定会成功。你要永远记得,建构伟大的梦想不一定会比渺小的梦想花费你更多的时间和精力。成功者只看到他想要的目标,并不在乎自己是否具备足够的能力去达成。当他真正想要达到那个目标时,便会引导自己通过学习而获得足够的能力,不要再将意念的能量耗损在无聊的事情上。用心地、认真地去凝聚注意力于你真正想要的目标之上。然后,用力一击。



09. 凡做大事者,都有目标指引 (33)

改变你世界的一个主要方法就是要有一个明确的目的。成功的果实如同田里的阡陌。你愿意拥有一片排列整齐的漂亮成果,抑或是参差不齐、扭曲歪斜的结果?没有大到不能完成的梦想,也没有小到不值得设立的目标。只有朝着确切的目标行动,方能有成为成功者的希望。

10. 模糊的人生将是一片昏暗 (38)

如果个人没有目标,就只能在人生的旅途上徘徊,永远到不了任何地方。如果你希望10年以后变成怎样,现在就必须变成怎样,这是一种重要的想法。你对你的目标思考得愈多,你就会愈益热情,你的愿望就变成热烈的愿望。

11. 想明白自己应该干什么 (41)

有许多人就是因为不知道自己应该干什么,最后一事无成。一个人如果缺乏潜意识的指挥,很容易犹疑不定,见异思迁。那些98%的人之所以失败,就在于他们从来都没有设定明确的目标,并且也从来没有踏出他们的第一步。明确目标可使你的言行和性格散发出一种信赖感,这种信赖感会吸引他人的注意,并促进他人与你合作。

12. 目标明确的人,离成功不远 (46)

没有重要事情可做的人会这么埋怨:“没什么事情可做。”我们应该了解内心的潜力。当人朝着某个目标前进的时候,自己才会全然地了解到自己的存在。



13. 为自己订下大目标 (49)

你必须在新机会一出现时就抓住它,同时,应当让它按你希望抓住它的方式出现。人生是一个旅程,而非目的地。旅程的快乐和到达目的地的快乐一样,其中的关键是,透过实现的伟大的目标,按照希望和理想的方向努力前进。目标的大小取决于开始梦想和制订目标时所处的地位。

14. 决不轻易放弃目标 (54)

远大的目标,往往是一个人强有力的精神支柱。如果一个人经常放弃他一贯期待的目标,他就决不会成为一个成功者。

15. 三心二意是成功的绊脚石 (57)

所谓成功的第一步,就是现在认定自己必定会成功。你要永远记得,建构伟大的梦想不一定会比渺小的梦想花费你更多的时间和精力。成功者只看到他想要的目标,并不在乎自己是否具备足够的能力去达成。当他真正想要达到那个目标时,便会引导自己通过学习而获得足够的能力,不要再将意念的能量耗损在无聊的事情上。用心地、认真地去凝聚注意力于你真正想要的目标之上。然后,用力一击。

16. 确立目标之法 (62)

卓有成就的人不仅确立大目标,而且每次都以五年为一期。你知道从现在起五年后你要达到什么程度吗?如果知道,就写下来。你知道从现在开始五年内要努力达到什么目标吗?如果知道,也写下来。



17. 大胆地去探索成功的可能性 (65)

除非一个人确实相信自己一定会达到或接近他正在努力的目标,否则,他靠所谓的“获得强项的决心”是无法完成目标的。承认缺乏能力,给暂时的怀疑让路也就等于给失败大开方便之门。如果你感觉自己非常平庸,你就会表现得非常平庸。

三、学会借鉴:把失败和错误当成镜子

一个人如想脱离困境,或期望从不如意的情況中改善过来,那就不要忘记“不得意才是大得意的转机”。为了获得真正的自信,必须先信赖生命潜能的力量。每天都是新的一天,就等于不要把过去的悲伤、痛苦带到今天来。把过去到昨天为止所有令你苦恼、悲伤或失败的事,全部都忘掉。

18. 要敢于承认失败 (73)

失败本是人生旅途中难免的事,不要惧怕失败,应该勇敢地面对它,只要尽了力,便可问心无愧。在你制定的成功计划中,首先要使你自己对借口——失败病毒,具有免疫力。

19. 小的失败也要分析 (76)

从失败的体验中学习找出应付下一步的良策。失败



驱除了傲慢自大,并以谦恭取而代之,而谦恭可使你得到更和谐的人际关系。失败使你重新检讨你身心方面的资产和能力。

20. 笑对失败,激发成功 (80)

将自己失败的经验当作笑话往往可有效降低失望感。错误和失败还有一个好用途,即能告诉我们什么时候该转变方向。

21. 面对失败,绝不怨自艾 (85)

一旦你的脑海中充满失败的感觉后,你的外在行为将会表现得和你的想法一致,而愈陷愈深。把自己的理想或决定向别人宣称,无异于订下不能反悔的契约,实不失为自我肯定的好办法。成功并不是最美的,最美的是能在逆境中继续奋斗努力的精神。

22. 失败能使成功更坚强 (88)

21世纪要成功的特点中,第一个是自信心,这个世界并没有失败,失败,只不过是暂时停止成功。

23. 做错误的“分析师” (90)

如果你学会改正错误,那么就可能找到强项。鼓励的办法更使人改正错误。

24. 不要给自己找任何退路 (92)

一个人如想脱离困境,或期望从不如意的情況中改善过来,那就不要忘记“不得意才是大得意的转机”。为了获得真正的自信,必须先信赖生命潜能的力量。每天都是新的一天,就等于不要把过去的悲伤、痛苦带到今天来。把过去到昨天为止所有令你苦恼、悲伤或失败的事,



全部都忘掉。

25. 忘掉忧虑是愉快的开始..... (96)

找出可能发生的最坏情况之后,让自己在必要的时候能够接受它。忧虑的最大坏处就是摧毁自我集中精神的能力。

26. 切忌让烦恼伤害了你 (101)

拿破仑·希尔渐渐发现,他所担心的事情中,有百分之九十九的根本就不会发生。如果根据平均法则考虑一下人们的忧虑究竟值不值得,并真正做到好长时间内不再忧虑,人们忧虑中有百分之九十可以消除。

四、争先恐后,谁先下手机会就属于谁

成功者积极准备,一旦机会降临,便能牢牢地把握。有许多人终其一生,都在等待一个足以令他成功的机会。而事实上,机会无所不在,重要的在于,当机会出现时,你是否已准备好了。

27. 没有人把机会送到你的面前 (109)

任何人平时即应养成主动接受挑战的习惯。机会的流失往往在反复考虑之间,所以,机会来时,你便应打开大门迎接。

28. 抓住机会靠的是反应 (111)



努力获得你梦寐以求的东西。你想获得你所想要的东西,还要做到,一旦看准了目标就立即行动,并且要“多走些路”。一个没有经验的人只要弄懂并应用某些成功的原则,他就很容易地得到他所想所要的东西。

29. 机会都是被寻找出来的 (118)

成功者积极准备,一旦机会降临,便能牢牢地把握。有许多人终其一生,都在等待一个足以令他成功的机会。而事实上,机会无所不在,重要的在于,当机会出现时,你是否已准备好了。

30. 良机就是成功的资本 (122)

在行动之前,你首先要冷静地思考,给自己充分的时间思考主题和问题。不要要求自己十全十美,不论心理好坏,每天一定要有规则地持续工作。

五、心态强硬:向困难和压力重拳出击

有些人遭到了一次失败,便把它看成拿破仑的滑铁卢,从此失去了勇气,一蹶不振。有过这样一种人,他们不论做什么都全力以赴,总是有着明确而必须达到的目标,在每次失败时,他们便笑容可掬地站起来,然后下更大的决心向前迈进。

31. 积极地应对遇到的生活难题 (127)



只有那些勇于探索自己强项的人,才能走出一条自己的路子来。对于每个人来讲,应该养成一种健康的思维和习惯,想做什么就做什么,其原因很简单:因为你愿意这样做。

32. 任何坎坷都会变得平坦 (131)

所谓失败,只不过是别人对你应该如何做某件事的看法。

33. 把自己变成处理困难的高手 (134)

蜘蛛吐丝织网,但并不存在成功或不成功的蜘蛛网。热情地对你自己说:“那很好!”不断寻找这些问题的答案,直至找到至少一种能起作用的答案。

34. 冷静地应付突如其来的打击 (136)

“跌倒”并不代表永远不起,但你先得爬起来,才能继续和他人竞逐,至于跌倒了应在哪里爬起来,有人说“在哪里跌倒,就在哪里爬起来”,其实也不尽然,你也可在别的地方爬起来!

35. 自己给自己拍巴掌 (139)

你可以想想,当自己碰到低潮时,谁来拍拍你的肩膀,谁给你打气呢?千万别乞求、冀望别人来鼓励你,这样会让你像个可怜虫!而这种鼓励也带有怜悯的意味。

36. 微笑着面对每一次逆境 (142)

一个身处逆境却依旧能含着笑的人,要比一旦陷入困境就立即崩溃的人,获益更多。大多数人的通病是:不能排除忧愁去接受快乐。能够及时改变自己的心情,也许就能发现适合自己的强项。

