

11 Belief of deciding all one's Life



成功人士 的忠告

决定一生成就的

11种信念

● 光 亚 编译

意志力高于一切

[美] 查尔斯·米什金
CHARLES MISHKIN



成功人士的 忠告

决定一生成就的
11种信念

□ 光 亚 编译

海潮出版社

图书在版编目(CIP)数据

成功人士的忠告/光亚编译. - 北京:海潮出版社,
2002

ISBN 7-80151-641-9

I.成… II.光… III.成功心理学 IV.B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 080566 号

责任编辑:崔树森

海潮出版社出版发行

(100841 北京市西三环中路 19 号)

新华书店总店北京发行所经销

中国电影出版社印刷厂印刷

*

850 × 1168 毫米 32 开 12 印张 350 千字

2002 年 10 月第 1 版 2002 年 10 月第 1 次印刷

定价:22.80 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

做简单快乐的人

曹永军 编著

在人的—生中，无论何种情形下，每部要付—切代价。是人—种可激发奋的潜能的—气氛中，可激发奋走上自我发—达的—路—环境里，努力接近那些了解、信任你、鼓舞你的人。这—对—于你日后的成功，具有重大的影响。

把重大的责任放在你的—头，并迫使—你走入绝境，使你走—向成功的—绝好机会。

SINGLE ANG HAPPY

中国商业出版社



一生的
每日忠告
给期待自己赢得
一生资本的你

做自己
想做的事
心动不如行动

● 选 虎 / 编著

我们常常困惑于智慧到底从何而来，到何处去，如何捕捉智慧的光芒，在成本与利润的衡量上如何找到我们需要的平衡。我们，也常常困惑人的力量从何而来，到何处去，我们为何常常在庞大的市场面前惶惶失措，无所适从。这些原因中最为重要的，或许就是惰性。成功的人背后未必有着辉煌的过去，然而无端可是的人永远是不可低估的，当你无端可走的时候，你会突然发现，原来有这么多的坑，都等着你的脚步。

JUST GO!

责任编辑/崔树森

11 Belief of deciding all one's Life



如果你想成功，就必须确定你人生的远见！

前言

“别人的成功，永远是自己的榜样”，这句话正确说明了成功的一种玄机。我们曾经聆听过无数人的忠告，试图从中吸取人生的经验和成功的道理，为自己的人生“添砖加瓦”。

本书的角度是：聆听成功人士的忠告！主要意图全面揭示一个人之所以能成就大事的种种信念。

我们认为，成功人士都是制定人生目标的高手，他们能根据自己内心的想法，拿出一套完整的计划；其二，他们能够承受各种压力，在失败和困境中把自己变成强者；其三，他们敢于挑战困难，磨炼克服一切难关的意志和能力；其四，他们力戒拖延，克服不良的陋习，碰到问题就主动应战；其五，他们善于突破，寻找解决问题的最佳方法；其六，他们能够反省自己，坚决向自己的弱点开刀，让一切惰性在身上“死亡”；其七，他们能够调整心态，做一个积极求胜的人，在积极心态的激励下一步一步逼近自己的目标；其八，他们学会沟通，准确摸透对方心理；其九，他们精通人际关系的微妙作用，挖掘人际关系中潜藏的力量；其十，他们能够巧妙办事，借力发挥；

其十一，他们敢作敢为，主张用行动换来果实。

毫无疑问，上述十一类忠告，都是实实在在的成
功难题，都是每个人必须要解决的问题。在这里，我
们继续明确成功的忠告，目的是以谈心的方式揭示成
功的奥秘。我们知道，人生旅程的景观一直在变化，
向前跨进，就看到与初始不同的景观，再上前去又是
另一番新的景象。要能够随时掌握人生目标的进度与
方向，需要勤奋不懈以及持久耐心。一个人的注意力
很容易被分散，而一直不断包围着我们生活中的问
题，有时候会令人无法精神集中。等到我们明确知道
我们身在何处时，我们的人生目标早已被遗忘，梦想
早已被粉碎。无论是每日、每周或是每月做一次确认
工作，都能够让人维持在正确的方向，并且非常真实
地给人激励与成长。当然，在你正确制定人生旅程线
路图的时候，你必须借鉴成功人士的忠告，让自己的
成功脚步迈得更踏实、更可靠、更有力。

本书的主题即在于此，我们盼望你能从中看到自
己成功的坐标。

目 录

一、制定目标：设计人生轨迹……………（1）

人的生活领域本来就不是由外在条件或环境所决定，而是决定于习惯性占据在你内心的想法。古代伟大哲人之一的马克斯·奥雷留斯说过：“人的生涯乃是由他的思想所造成。”

01. 立即确定自己内心的想法……………（3）

任何人都都能把自己的未来想成将会失败或变成不幸，但也能将它想成将会成功而获得幸福，人的生活领域本来就不是由外在条件或环境所决定，而是决定于习惯性占据在你内心的想法。古代伟大哲人之一的马克斯·奥雷留斯说过：“人的生涯乃是由他的思想所造成。”

02. 检验你奋斗的目标……………（7）

爱因斯坦为什么年仅 26 岁时就在物理学的几个领域做出第一流的贡献？美国波士顿大学生化教授阿西莫夫为



什么能够令人难以置信地写出 200 余部科普著作？达·芬奇为什么能成为“全才？”

03. 完善自己的内在品格 (11)

无论是我们的品格，还是我们的举止，都处在周围人的眼皮底下。每次我们与人交往，都要面对人们的各种意见。有时，我们自己也会很小心地盘算着，我们的分量是更重了、还是更轻了呢？每个人其实在内心都会问：“这个人会有出息吗？还是会越来越差？他会发展得怎么样？”

04. 用全力贴近目标 (15)

你要想顺利地、轻松地实现“未来远景”，就必须一步一个脚印，制定每一个事业发展阶段的“短期目标”。这样，你就可以踏着这些台阶，拾级而上，奔向成功的目标了。

05. 拿出一套完整的计划 (20)

人生旅程的景观一直在变化，向前跨进，就看到与初始不同的景观，再上前去又是另一番新的景象。要能够随时掌握人生目标的进度与方向，需要勤奋不懈以及持久耐心。一个人的注意力很容易被分散，而一直不断包围着我们生活中的问题，有时候会令人无法精神集中。等到我们明确知道我们身在何处时，我们的人生目标早已被遗忘，梦想早已被粉碎。无论是每日、每周或是每月做一次确认工作，都能够让人维持在正确的方向，并且非常真实地给人激励与成长。



二、承受压力：把自己变成强者 (25)

一定要对自己有一种高尚而重要的自我评价，一定要相信自己有非同一般的前途。如果你坚持不懈地努力实现越来越高的理想，如果你坚持不懈地努力达到越来越高的要求，那么，由此而产生的精神动力就会帮助你去实现你的理想。

06. 别被压力压趴下 (27)

情绪上的长期压力和危害健康的负担过重，两者之一，并非形成于功能抗拒或是“内在中止”。相反地，长期下来，如此缺乏注意的结果会导致对心理及生理的健康要求过低。现代压力医学的神奇咒语叫做“平衡”；于紧张和恢复之间找到毫无压力的健康尺度是很重要的。

07. 要把自己看成第一流的人物 (33)

你是否问过自己：“什么是我最大的弱点？”也许，人类最大的弱点便是自我贬值——自己瞧不起自己。自我贬值的表现多种多样。比如说：某人在报纸上看到一个招聘广告，那正是他朝思暮想的位置。但是，他什么也没有干，因为他想：“我不够格干这事，为什么要去自寻烦恼？”或者想与喜欢的姑娘约会，但却不敢打电话给她，因为他觉得自己配不上她。自古以来，哲学家们便已给我们一个极重要的忠告：认识你自己！但是大部分人把这一



劝告译成是仅仅了解消极的自我。他们过多地看到自己的错误、短处和无能。

08. 自我贬低就是失败 (38)

一定要对自己有一种高尚而重要的自我评价，一定要相信自己有非同一般的前途。如果你坚持不懈地努力实现越来越高的理想，如果你坚持不懈地努力达到越来越高的要求，那么，由此而产生的精神动力就会帮助你去实现你的理想。

09. 潜能发挥 (42)

有一句老话说：“在命运向你掷来一把刀的时候，你要抓住它的两个地方：刀口或刀柄。”如果你抓住刀口，它会割伤你，甚至使你致死；但是如果你抓住刀柄，你就可以用它来打开一条大道。因此当遭遇到大障碍的时候，你要抓住它的柄。换句话说，让挑战提高你的战斗精神。你没有充足的战斗精神，你就不可能有任何的成就。因此你要能发挥战斗精神，它会引出你内部的力量，而把它付诸行动。

10. 自己给自己壮胆 (47)

在面对是否采取行动的问题上，特别是这种行动涉及到冒险时，我们会发现自己犹豫不决、坐失良机。在这种情况下，是传统的观点在作怪：“不要鲁莽行动，这里很可能有危险，不要去尝试。”这常常是明智的劝告，但身为作家兼牧师的威廉·埃勒里·查宁却这样说道：“有时……把胆子放大一点敢作敢为最聪明。”



11. 耐烦可以赢得回报 (52)

很多人说，做事难，做人更难！单纯一件事要把它做好，只要肯下功夫，并不难，但一扯上人际因素，简单的事也会变复杂。而依人的智慧、经验、价值观念以及利益的不同，这事的复杂程度也会有所不同，就好比一条绳子上打上了千百个结一样，世上的事多半是如此，而且越是“高价值”的事越是如此！而要解开这些绳子上的结，要的就是“耐烦”！

三、挑战困难：敢于说“NO” (55)

大无畏的人，愈为环境所迫，愈加奋勇，不战栗，不逡巡，胸膛直挺，意志坚定，敢于对付任何困难，轻视任何厄运，嘲笑任何逆境；因为忧患、困苦不足以损他毫厘，反足以加强他的意志、力量与品格，使他成为了不起的人物。

12. 挫折是成功之始 (57)

你自己努力过吗？你愿意发挥你的能力吗？对于你所遭遇的挫折，你愿意努力去尝试，而且不止一次地尝试吗？只试一次是绝对不够的，需要多次尝试，那样你会发现自己心中蕴藏着巨大能量。许多人之所以遭受挫折只是因为未能竭尽所能去尝试，而这些努力正是成功的必备条件。仔细查看列出的遭受挫折清单，观察检讨看看，过去



你是否已竭尽所能，像约翰·托马斯那样努力争取胜利？如果答案是否定的话，试试这项尝试的法则，然后多试几次，看看结果会是什么。

13. 逆境不是我们的仇敌 (62)

大无畏的人，愈为环境所迫，愈加奋勇，不战栗，不逡巡，胸膛直挺，意志坚定，敢于对付任何困难，轻视任何厄运，嘲笑任何逆境；因为忧患、困苦不足以损他毫厘，反足以加强他的意志、力量与品格，使他成为了不起的人物。这真是世间最可敬佩、最可艳美的一种人物了。被人誉为“乐圣”的德国作曲家贝多芬一生遭到数不清的磨难贫困，失恋，甚至使他耳聋，几乎毁掉了他的事业。贝多芬并未一蹶不振，而向“命运”挑战！贝多芬在两耳失聪，生活最悲痛的时候，写出了他的最伟大的乐曲。

14. 抱着绝不放弃的态度 (67)

1964年2月22日，在纽约麦迪逊广场花园，钟士参加60码跨栏赛。赛前他曾经宣布这是他最后一次参加室内比赛。大家的情绪都很紧张，每个人的眼睛都看着他。他赢了，平了自己以前所创的最高纪录。钟士跑完，走回跑道上，低头站了一会儿，答谢观众的欢呼。然后1.7万名观众都起立致敬，钟士感动得泪下，很多观众也流下眼泪来。一个曾经失败的人仍然继续坚持下去。他不放弃，而爱他的人们就爱他这一点。

15. 危机就是产生机遇之时 (73)

人在遭遇危机时，为摆脱危机会绞尽脑汁，前文我们论述过，一般情况下，人们只使用着全部能力的3%，而绞尽脑汁地思谋对策，会调动出平时未使用的97%的潜



能。因此，越是在大危机的情况下，越会产生出奇不意，克敌制胜的高招。

16. 不能因挫折而沮丧 (77)

如果你好好审视历史上那些成大功、立大业的人物，就会发现他们都有一个共同的特点，不轻易为“拒绝”所打败而退却，不达成他们的理想、目标、心愿，就绝不罢休。华特·迪斯尼为了实现建立“地球上最欢乐之地”的美梦，曾向银行融资，可是被拒绝了302次之多。今天，每年有上百万游客享受到前所未有的“迪斯尼欢乐”，这全都出于一个人的决心。

17. 坚韧能够克服一切难关 (81)

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。可是，在刚强坚毅者的眼里，却没有所谓的滑铁卢。那些一心要得胜、立意要成功的人即使失败，也不以一时失败为最后结局，还会继续奋斗，在每次遭到失败后再重新站起，比以前更有决心地向前努力，不达目的决不罢休。

18. 咬牙把事情做到底 (85)

布莱汉姆勋爵是有名的工作起来就不要命的人，他充满着无限的工作热情，总有充沛的精力。无论什么事情，不干则已，一干起来，他就非达到目的不可。他这种不屈不挠，不达目的誓不罢休的精神感动了许多人。



四、力戒拖延：克服不良的陋习 (89)

夸夸其谈、哗众取宠而不注重实干的人最令人反感，成功也永远不会光顾这种华而不实，说而不干的人。

19. 拖延一定会误事 (91)

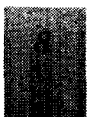
搁着今天的事不做而想留待明天做，就在这个拖延中所耗去的时间、精力，实际上能够将那件事做好。做以前积压下来的事，会觉得多么的不愉快而讨厌！在当初可以很愉快容易地做好的事，拖延了数日数星期之后，就会显得厌烦与困难了。

20. 拖拉将会导致一事无成 (95)

夸夸其谈、哗众取宠而不注重实干的人最令人反感，成功也永远不会光顾这种华而不实，说而不干的人。如果切丝黑尔姆夫人仅仅满足于她的动听的演讲，陶醉于她那美好的计划之中，她自然就永远也不可能超出言谈的范围，只不过是一个空谈家而已。人们也就不会相信她所说的一切。但当人们亲眼看到切丝黑尔姆夫人以自己的行动实现了她的计划时，人们才赞同她的观点，才乐意援手相助。

21. 力戒拖延的陋习 (100)

拖延时间的行为也有轻重程度之分。你可以将事情拖



延到一定时候，然后赶在最后期限之前完成。这是一种常见的自欺欺人的行为。既然你是在最短的时间里干完工作的，那么即使工作结果极糟，或者未能达到最佳水平，你都可以安慰自己说：“这是因为时间不够。”其实，你的时间是很充裕的。你知道，别人比你忙、时间比你紧，可照样能办成事。你如果总是抱怨太忙（拖延时间的一种方式），那你就无暇做任何工作。

五、善于突破：找到最佳的成功方法 (105)

在实践中善于发现自己、认识自己，不断地了解自己能干什么，不能干什么，如此才能取之所长、避之所短，进而取得成功。

22. 切忌分辨不清轻重缓急 (107)

这个世界总是为那些有目的的人准备着路径的。如果一个人有目标、有对象，晓得自己是向着何处前进，那么，他就比那些游荡不定、不知所从的人来得更有成就。没有对象，就不能有迅速的进步。美国哈佛大学皮鲁克斯曾经这样说：“如果你不知道你是往何处去，便不会达到什么特殊的目的。”同时，我们还必须明白：只说不做，或者要想实现的目标太多，跟没有想法没有目标其实是一样的有害。

23. 选准择业的强项 (111)

