

发挥个人影响力 最大化的30原则

成功内驱力

如果你没有时间去参加一年期的个人发展培训，
这本书是你所能遇到的最好替代品。

乔·鲁比诺博士 / 著 薛 瑶 / 译

● 学会对生活中每件事承担全部责任 ● 少抱怨多做事 ● 利用谈话抓住新的机会 ● 认识说实话的重要性，同时不要伤害别人 ● 如何完善你的个人魅力以吸引别人的注意力 ● 有目的地进行有效沟通 ● 利用自身力量，克服盲从思想 ● 了解怎样面对问题才能给生活带来突破性进展 ● 尊重你的核心价值，最大限度提升工作效率 ● 发现取得成功的关键因素以及如何最快达到目的 ● 建立一个可以发挥你最大效力的组织。

● 告别过去，设计完美的未来

经济日报出版社

发挥个人影响力
最大化的30原则

成功内驱力

乔·鲁比诺博士 / 著 薛 瑶 / 译

经济日报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成功内驱力/(美)鲁比诺著;薛瑶译. —北京:经济日报出版社,
2004. 10

ISBN 7-80180-395-7

I. 成... II. ①鲁... ②薛... III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 105348 号

成功内驱力

著 者	乔·鲁比诺
译 者	薛 瑶
责任编辑	周 扬
责任校对	冯海岩
出版发行	经济日报出版社
地 址	北京市宣武区白纸坊东街 2 号 (邮编 100054)
电 话	010-63567690 63567691(编辑部) 63567683(发行部)
网 址	edp.ced.com.cn
E-mail	edp@ced.com.cn
经 销	全国新华书店
印 刷	北京市朝阳区小红门印刷厂
开 本	889 × 1194mm 1/32
印 张	5.75 印张
字 数	110 千字
版 次	2004 年 10 月第一版
印 次	2004 年 10 月第一次印刷
书 号	ISBN 7-80180-395-7/G·105
定 价	15.00 元

版权所有 盗版必究 印装有误 负责调换

献 辞

——献给弗雷达和乔

安全通常是一种迷信，它实际上根本不存在，总的来说也没有谁体验过安全。逃避危险最终并不比坦率地面对危险更安全，生活既可以是勇敢的冒险，也可以是四平八稳。

海伦·凯勒

美国作家和演说家

出生 18 个月就失去听觉和视觉

我们吸引整个社会的注意力，为我们的个人发展创造机遇。我们既可以选择充分利用这些机遇发展自己，也可以忽视它们的存在继续维持现状。我们得做出自己的选择。

——乔·鲁比诺博士

这是一本由哲学博士写的生活教程，我大力推荐您阅读此书。

——迈克·史密斯

布里奇 - 奎斯特公司创始人

坦白地说：我是带着偏见开始读《成功内驱力》这本书的，不就是“亲身经历”吗？（引自乔的第一本书的书名；嗨，鲁比诺和我师出同门，他能说出什么我不知道的东西呢……？）唉，真惭愧——荣誉应该属于这位优秀的博士！《成功内驱力》一书教你怎样展示和开发你的能力，这是一本互动的书，让你改变主意并采取积极的行动。此书让我重新拾起许多已经遗忘的东西，同时也让我耳目一新。乔，继续前进吧——当然……谢谢你！

——约翰·密尔顿·福格

《世界最伟大的网络工作者》作者

《成功内驱力》一书正在改变生活！它是最有效的自学课程之一，可以使你给别人留下更深刻的印象，让你的

生活和事业更加辉煌。它将点燃你渴望成功的激情。

——简·鲁希

《纯粹的领导艺术》作者

读这些书仅次于参加一年期的个人发展培训。

——理查德·布鲁克

《两马赫让你兴奋激动》作者

本书是乔博士的杰作！一本助你取得重大成就的杰作；一幅绘制生活原则的地图，能给任何乐意利用它的人带来巨大成功。每个人都应该读这本书——不，应该是贪婪地读！

——鲍勃·伯格

《不靠胁迫赢得胜利》作者

很少有书会涉及生活变更的内容，《成功内驱力》却正好做到了。这是最具影响力和效果的自学课程，可以让你更具影响力和征服力，可以让你的生活和事业充满自信和激情。如果你无法参加一年期的个人发展培训，这本书就是我所遇到的最好的替代品。它正火着呢！

——道·芬伯格

激情燃烧国际公司首席执行官

做人准则

无名氏作家

1. 你会得到一个肉体，你可能喜欢或者憎恨它，但每时每刻它都将属于你。

2. 你将获得教训，在称为生活的这样一个全日制非正规学校里，每天你都有机会获得教训，你可能会喜欢这些教训，也可能认为它们无关紧要甚至愚蠢。

3. 这里没有错误，只有教训。成长是一个不断摸索的过程：是一种尝试。失败的尝试和成功的尝试在成长的过程中同等重要。

4. 同样的教训在你认识到它之前会反复出现。同样的教训会以不同的形式光顾你，直到你吸取这个教训。当你吸取了这个教训时，你的下一个教训才会出现。

5. 吸取教训永远不会终止，生活中不可能没有教训。只要你活着，教训就会永远陪伴你。

6. 没有什么比现实更好的了，当你的梦想变为现实，你会出现另一个看似好于现实梦想。

7. 别人只是你的一面镜子，你不能喜欢或憎恨别人身上的某种特点，除非它能反映出你自己具有的让你喜欢或憎恨的某种特点。

8. 你怎样对待生活是你的事，你有你的全部生活手段和办法，如何利用它们是你自己的事，你有权自己选择。

9. 答案取决于你，生活问题的答案取决于你自己，你所需要的就是看、听和信任。

10. 你将忽视这些原则。

听天由命者的一日生活

乔·鲁比诺博士

说完了，做完了，
今天成为记忆。
我们看啊笑啊，
又是点头又是叹气。
好奇怪啊，
不安，焦虑，期盼，祈祷，
却是一个熟悉的结局。
黎明来临，
城市苏醒，
拿一把旧扫帚扫除思想的阴霾。
孩童呜咽着走向学校，
去学习收敛他们的微笑。
徘徊在街道的拐角，
是挥之不去的记忆。
那些提心吊胆的人哪，
面对停滞腐朽的生活，

茫然不知自己的权利，
却选择当个逃兵。
渴望光明的人，
看见的是正午的艳阳。
躲进黑暗的人，
隐藏了自己的脸庞。
日落西山，
黄昏临近，
把记忆变成担心。
机会又一次丢掉，
转身……爬楼……叹气。
好漫长的一天啊，
(他转身说道。)
她呢，
边打呵欠边点头。
夜晚降临，
月光如水。
咧开嘴放声大笑，
怎么又错过一个机会。
床铺好了，
快去睡觉。
积攒体力，
再循着记忆过一天。

致 谢

我想要对很多人表示感谢，他们对我个人的成长以及本书的发表都给予了很大的帮助。

首先，我要感谢布里奇-奎斯特公司的迈克·史密斯和丁克·史密斯，世界协会集团的卡罗·麦考尔以及《两马赫让你兴奋激动》的作者理查德·布鲁克。在这几位良师益友引导下，我认识到个人发展和选择生活的概念。本书根据他们关于人类相互交流、相互影响的见解，以及许多对人类成长和发展起作用的重要原则而作。感谢他们鼓励我在生活中大显身手。

另外，特别要感谢汤姆·范图洛博士，他是我的生意伙伴、导师和至交。在他的鼎力协助下，我的这本著作得以问世。汤姆和我想通过我们两家公司对其他人产生影响，我们的公司是：**自我重塑中心**，网址 **http://www.CenterForPersonalReinvention.com** 和**梦想者国际合伙公司**。

成功内驱力

感谢我的妻子贾尼斯，因为她无穷的关爱和支持，我才得以完成这本书，并实现对别人的承诺。感谢我的家人对我坚定不移地关爱、鼓励和信任。

我必须感谢成千上万的朋友、同事和有远见的合作伙伴，1991年以来，他们一直和我一起工作，一直伴随在我的左右。正是在他们的协助和领导下，数以万计的人受到他们的影响，尊重自己的价值，追求热爱的事业，取得了人生的成功。

感谢所有参加我们培训的朋友，感谢所有参与自我重塑中心的项目的朋友。他们的每一次参与都让我们受益匪浅。

同样要感谢伊夫林·豪厄尔为《成功内驱力》做的编辑工作，肖恩·马西斯和斯坦·史密斯为本书前期工作所做的努力。感谢汤姆·贝卢奇为本书及封面设计所做的努力。

当然，还要感谢您——忠实的读者，感谢您的积极参与，感谢您对本书提出反馈意见和建议，感谢您勇于发展自我，为自己同时也为别人，一步步重新塑造自我。

目 录

I. 引言

1. 我的个人发展史 /3
2. 积极面对生活，让生活适应你最急切的期望 /9
3. 彻底了解重要原则 /15

II. 影响你的生活和效率

4. 建立一个组织，发挥本书的最大功效 /23
5. 创造最能发挥你的能力的环境 /29
6. 通过完善重要原则来改变生活 /33

III. 尽可能使自己优秀：发挥你的个人能力

7. 选择个人发展领域，定期评估你的进步 /41
8. 成功的因素 /49

成功内驱力

9. 责任感 /53
10. 没有什么东西能和失败相提并论 /57
11. 你的生活在退步吗? /63
12. 致力于问题而不是答案 /67
13. 设计你的未来 /71
14. 尊重你的价值和生活准则,最大限度提高你的生产率 /79
15. 让你的过去结束 /87
16. 在你选择的宣言下生活 /93
17. 有目的地生活和沟通 /101
18. 巧妙应付你的处境 /105
19. 了解自己,克服生活中屈从的心理 /109
20. 抗议还是采取行动 /113
21. 训练你的思维 /119
22. 利用你的个人能力 /123
23. 真实地生活 /129
24. 利用谈话寻找潜在价值 /135
25. 利用问题 /139
26. 说实话的好处 /147
27. 不伤害别人 /151
28. 吸引作用 /155
29. 我们过得开心吗? /159
30. 永无止境 /163

发挥个人影响力 最大化的30原则

会对生活造成何种影响●承担全部责任●少抱怨、多担当●利用机会、抓住新的机会●认识说的重要性，同时不要伤害别人●如何完善你的个人魅力以吸引别人的注意力●有目的、有效沟通●利用自身力量，克服盲从思想●了解怎样面对问题才能给生活带来突破●尊重你的核心价值，最大限度提升工作效率●发现取得成功的关键因素以及如何达到目的●建立一个工作能发挥你最大能力的组织 ●告别过去，设计完美的未来

引言

I

