

나를 변화시키는
좋은 습관

好习惯

成就

大事业

[韩] 韩昌旭 著 蔡柯欣 译

韩国励志类畅销图书，销售超过100万
每一个梦想成功的人都应当用心感悟的成功法则

湖南人民出版社

나를 변화시키는
좋은 습관

[韩] 韩昌旭 著
蔡柯欣 译

湖南人民出版社

好习惯
成就
大事业



图书在版编目(CIP)数据

好习惯成就大事业/(韩)韩昌旭著;蔡柯欣译. —长沙:
湖南人民出版社, 2007. 12

ISBN 978-7-5438-5068-2

I. 好... II. ①韩... ②蔡... 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(2007)第 175747 号

责任编辑:钟伦荣

装帧设计:罗志义

好习惯成就大事业

[韩]韩昌旭 著 蔡柯欣 译

*

湖南人民出版社出版、发行

网址: <http://www.hnppp.com>

(长沙市营盘东路 3 号 邮编: 410005)

营销部电话: 0731-2226732

湖南省新华书店经销 长沙富洲印刷厂印刷

2007 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

开本: 850×1168 1/32 印张: 5.75

字数: 115000 印数: 1-8000

ISBN 978-7-5438-5068-2

定价: 18.00 元

成功在何处？

——作者的话

我有两个朋友。

朋友A出生在富裕的家庭，朋友B出生在贫困的家庭。他们中学时相识，考入同一所高中，而后在同一所大学里学习经营学。

大学毕业20年后，他们在同学聚会上再次见面。此时的A已经成为了一位成功的企业家，而B却被最初就职的公司解雇，正在寻找新的工作。

酒席过半，B开始说道：

“如果我父亲是有钱人，我也会很早就独立，去开创一番自己的事业。那样的话，现在也能过得不错了。”

真的是这样吗？

我认为，B甚至不清楚什么才是成功。A之所以成功并不是因为他的父亲有钱。在提及自己的成功时，A说：

“父亲并没有借给我钱，我只是从父亲那里学到了一位成功者所应具备的心境和态度。”

作为一名记者，我接触过许多社会各界的成功人士。最初我认为他们的成功是因为他们有特别的才能，但接触的人多了，我发现他们之间有着共同点。也就是说，他们共同具

备一些一定会令他们成功的东西。

我一直在思考，他们所具备的这些东西到底是什么，这也成了我写此书的原因。

您想成功吗？怎样做才能成功呢？

从外部寻找确切的答案是徒劳的。因为从外部，我们可以找到成功的人，但却找不到成功。

您所要寻找的成功就存在于您本身。地球上一切生命的发展都是从种子开始，成功也是一样。

如果您想要成功，首先您要有“我会成功”的信念。将这个信念如同种子一样，种在内心深处。

本书中的内容如同阳光雨露。将它们一一实践，您会发现深种在您心中的成功的种子总有一天会生长起来。

目 录

第一章 成功的基本条件	1
001 想法改变，世界也将改变	3
002 空想的人和让梦想变成现实的人	5
003 为信念赋予动机	7
004 越早开始行动的人越早成功	10
005 每周、每月修改目标	12
006 并非所有的人都拥有同样的时间	14
007 准备创业资金	16
008 向着未来前进	18
009 跨越心理障碍	20
010 肯定地思考	22
 第二章 成功的实践法则	 25
011 人品助你成功	27
012 微笑着向别人打招呼	29
013 好习惯带给你成功	32
014 穿衣服要扬长避短	34
015 克服舞台恐惧症的方法	36
016 树立自己独有的形象	38
017 不要为失败辩解	40

018	要为自己的牙齿投资	42
019	称赞别人会令你绽放光彩	44
020	享受坐在中间吃晚餐	46
021	爱絮叨的男人和风趣的男人	48
022	谦逊的姿态更令人信服	51
023	成功者的谈话术	53
024	以15分钟为单位管理时间	56
025	努力会令你的才能更加突出	58
026	做喜欢谈论成功的人	60
027	养成记录的习惯	62
028	开发独有的优势	64
029	做自己分内的事	66
030	有效地管理人脉	68
031	抓住积累经验和经历的机会	70
032	改变思维方式，提高洞察力	72
033	唤起潜在的领导力	74
034	该花和不该花的钱	77
035	构筑成为富人的体系	80
036	不读书的人是放弃进化的人	83
037	做胜利者还是失败者	85

第三章 | 成功的选择

038	灵活幽默的人可以成为领导	89
039	热情是成功的钥匙	91

040 遇到问题时提出疑问	94
041 从最讨厌的事情开始做起	96
042 转换视角	98
043 勿让小钱遮住了眼	100
044 好点子就在近处	102
045 机遇来时灵活思考	104
046 成功的人有强健的身体	106
047 不要成为臣子或奴隶	108
048 轻装上阵	110
049 认可并尊重差距	112
050 不要高估自己的能力	114
051 不要和朋友及同事进行比较	116
052 忘掉失败也是有顺序的	119
053 选择贤明的人生伴侣	121
 第四章 成功的向导	 125
054 坚持所愿就一定会实现	127
055 交易时要考虑对方的立场	130
056 不忘恩惠	133
057 受家人尊重的人也会受外人尊重	135
058 区分工作和休闲	137
059 迅速决断关系成败	140
060 享受危机	142
061 越老越强	144

062 抢占信息	146
063 变化是新的机会	148
064 要有自己的特点	150

第五章 | 成功的忠告 153

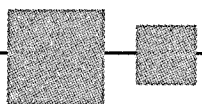
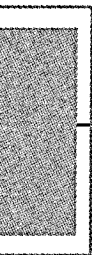
065 要合作不要竞争	155
066 失败是成功之母	157
067 分享成功	159
068 成为某一领域的开拓者	161
069 向专家求教	164
070 别用嘴，而要用心去对待别人	166
071 让家人幸福	168
072 信仰宗教	170

附录 001

毁灭男人一生的10种方法	172
--------------------	-----

附录 002

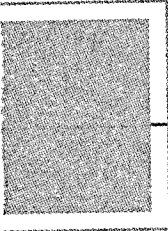
毁灭女人一生的10种方法	174
--------------------	-----



第一章 成功的基本条件

제1장
성공을 위한 기본 조건





나를 변화시키는 좋은 습관

想法改变，世界也将改变

.....

思想是行动的基础。

在进行具体的某种行为之前，一定要先有某种想法。

你是怀着什么样的想法生活的呢？

我们周围有许多成功的人，像那些年薪达几十亿（韩币，1美金约合1000韩币，下同）的运动员，那些拍一段广告就能赚几亿的影星，还有靠炒股票赚大钱的年轻人等。如果你是一个现实的人，你一定会对他们充满羡慕与嫉妒。至少，你在听他们讲述自己的经历时，会产生一种想要成功的冲动，但随后可能又开始了一如既往的生活。

许多人就这样碌碌无为地度过了一生。不知不觉，在对别人的羡慕和自嘲中，机会就如同沙子一样，从我们的手指缝中慢慢地流走了。

但也有极少数人并未停留在对别人的羡慕与自嘲中，他们认为既然别人能做到，我也能做到。于是，他们在心中种下成功的种子，开始行动。他们开始去学院报名，开始筹钱做生意。

当然，这其中真正能成功的人并不多。有些人虽然有能力，却过于自负，忽视了他方面的努力；还有一些人因为缺少方法和要领而吃了不少苦头。

为了成功，我们没有必要惧怕失败，因为失败是成功之母。越是深刻体味失败的人，成功的机会就越大。

当我们向心爱的女孩求婚遭到拒绝时，当我们为了孩子的手术费四处奔走时，当我们看到妻子穿着打补丁的内衣时，当我们看到中学曾退学的同学如今开着高级车时……很多时刻我们都会产生想要成功的冲动。

成功的人都是因为具有某种动机才会最终赢得成功的。

罗马第16代皇帝西泽·马尔克·奥雷利·安托宁·奥古斯都（是罗马帝国后期五贤王之一）在自己的著作《沉思录》中写道：“开始是成功的一半。”

让我们从这一刻起种下成功的种子吧。那么你就已经成功一半了。

空想的人和让梦想变成现实的人

.....

任何一个时代都有梦想家，他们是时代发展的润滑油。然而，太多的人都做着同一个梦。每当城市发行彩票后，我们都会在公共汽车上看到一些人，他们目光呆滞地憧憬着中奖后的生活。

梦想有两种，一种是白日梦，一种是可以实现梦。

前者如浮云一般虚无缥缈，无法实现。而后者则如一点点堆砌的城墙，懒惰的人永远无法实现。

成功者不做白日梦。

成功是热情的集合体，没有热情的事，即使十分微小，他们也不愿去做。

做白日梦的人最常聚集的地方就是监狱。因为他们想投机取巧，靠最便利的方法获得别人可能辛劳了一生才得到的东西。与监狱的教导员聊天得知，多数犯人的头脑都相当聪明，如果他们愿意付出辛苦，脚踏实地，其实并不难获得成功。

相反，在那些成功者中，有很多并不是很聪明。这些人其实更令人尊敬。因为这种人要想获得成功就要付出比常人更多的身体上的辛劳。他们在别人熟睡的时候仍在灯下彻夜工作。

你愿意做白日梦虚度一生，还是愿意付出辛苦实现梦想，潇洒地度过一生呢？

答案就在你的内心深处。

人的梦想是一个可以容纳无限秘密的仓库

这个仓库可以装载世间的任何事物。它可以装载总统、篮球明星、世界级影星以及亿万富翁，它还可以装载轿车、飞机、机器人、计算机、人工卫星以及核武器，等等。

构建一个卓越的仓库，但究竟能从这个仓库中拿出什么就只能靠你自己了。

为信念赋予动机

.....

你拥有成功的资质吗？

假如你现在就要进入被称作“成功”的公司，请先来进行一个测试吧。这将是对于你人生十分重要的考试。将下列问题的答案写在横线上，切记一定要用铅笔填写。

1) 你认为自己实现梦想的概率有多大？（请在回答前认真思考，百分比越高意味着您不切实际的可能性越大。）

2) 你要成功的理由是什么？30字以内。

3) 请写出你一定能成功的五个理由。

4) 想一想你最讨厌的人。假设为了成功，你一定要寻求他的帮助，那么你是否拥有勇气下跪乞求他的帮助呢？

5) 学了十年的英语，你的水平还是普普通通，但如果英语口语是成功所必须的，你是否有信心在一年之内将其提高到相当的水平？

6) 你认为在通向成功的道路上, 运气和努力的比率是多少?

7) 假设你现在已经成功了, 请写出五位曾经明里暗里给予你帮助的人。(亲人和朋友除外)

8) 如果你没有成功, 那么你认为你失败的理由是什么? 请写出五项。

现在测试结束了。最明智的判卷人其实正是你本人。你最清楚应该给自己评多少分。每月的最后一天给自己评一次分, 你的分数一定会不断变化。

信念是通向成功最好的指引者。

对于问题1), 你回答的百分数越高就意味着你对后面的问题要做出更谨慎的回答。这其实是你内心的秘密。一旦你下定决心一定要成功, 你身体的各个器官都会调动起来, 散发出巨大的能量。它们共同编织成一道密实的网, 让成功无法从网中掉落。

很多人认为, “只要努力就一定能成功”。

用箭射天上的飞鸟, 如果射到了, 鸟一定会掉下来吗? 在射鸟的时候, 想着“我一定要射下来”的人和“射没射中无所谓”的人, 他们谁更有可能射到鸟呢?

你想成功吗? 那就从现在开始怀着一定要成功的信念吧。

坚定信念的方法有很多, 其中之一就是赋予信念动机。