

Quotation from
88 Success Thinkers

每个人 都能成功

88位
励志大师
成功语录

EVERY
PEOPLE
CAN
SUCCESS



海潮出版社

The background of the book cover is a repeating pattern of red floral vines on a light cream-colored background. The vines are delicate and scroll-like, with small leaves and five-petaled flowers interspersed along their length. This pattern covers the top and bottom portions of the cover, framing a central dark red band.

每个人都能成功

88位励志大师成功语录

王治明/编著

海潮出版社

图书在版编目(CIP)数据

每个人都能成功/王治明编著. - 北京:海潮出版社,2002.10

ISBN 7-80151-623-0

I.每… II.王… III.名人-成功语录-世界-现代
IV.K812

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 073757 号

每个人都能成功

编 著:	王治明
出版发行:	海潮出版社(010-66969738)
责任编辑:	陈开仁
地 址:	北京西三环中路 19 号(100841)
总 经 销:	全国新华书店
印 刷:	北京铁建印刷厂
开 本:	880 × 1230mm 1/32
印 张:	14
字 数:	360 千字
版 次:	2002 年 10 月第 1 版第 1 次印刷
书 号:	7-80151-623-0/C·48
定 价:	22.00 元

目 录

第一篇 成功的要素

四字宝典	1
真正的成功	2
成功:S-U-C-C-E-S-S	5
运用富兰克林原则	8
三道大门	10
不再贫困潦倒	12
人生观比能力更重要	15
白领创业的路标	17
将个人融入社会	19
ABC 定律	22
女性成功的九要四不要	24
想法改变人生	26
成功法则	37
沿途寻求幸福	41
99 把金钥匙	44

不要欺骗任何人	49
像赢家一样思考	51
善用无形之手	52
不战而胜	54
愿望、目标、经营	55
成功的期待	56
唤醒心中的巨人	57
乘飞机去月球是永远不可能的	60
成功与只等机会的人无缘	64
内在的东西是最本质的	66
成功的处方	68
决不会错的公式	70
拔尖人物的“杰出”特性	72
成功者的十个要求	75
做第一种人	77
成功无捷径	78
靠什么干得那么出色	80
具有成功智力的人的特质	83
从底层自我提高的人更为有用	86
通往事业成功之路	88
捷径不是投机取巧	89
成功人士五要素	91
成功的十条锦囊妙计	93
决不把遗憾留到明天	95
成功的过程是无情的	97
洞察人性的优劣	99
找到适合自己的方法最重要	101
从失败走向成功	109

必定成功的公式	111
如何向人提要求的五个策略	113
一步步走向成功	115
做好两件大事	117
成功“四个 P”策略	119

第二篇 制定明确的目标

工作 + 热情 = ……	121
设定目标,伸展自我	123
十年的计划	125
制订正确的目标	127
确立目标的四个要点	129
设立目标的五种方法	131
目标与心态同等重要	132
确立目标好处多	133
确定目标的八个步骤	135
目标不切实际会导致失败	137
目标使你更清醒	139
将目光始终盯在目标上	141
走到你想去的地方	143
目标是成功的首要因素	145
决定主宰我们的人生	146
如何快速作决定	148
如何实现目标更重要	151
如何提高决断力	152
矢志不渝	153

让梦想变成现实	155
价值连城的个人成功计划	156
决定关乎成败	158

第三篇 心态和自信成就一切

培养积极的心态	159
通过积极的行动来达成积极的态度	161
培养乐观的精神	164
积极心态不是与生俱来的	167
变消极心态为积极心态	169
积极心态是看不见的致胜法宝	171
用积极的态度面对生活	173
取得积极的效应四种方法	175
用“谎言”来激励自己	177
永不言退	180
每天一句格言	181
使用自我激励的提示语	183
自我激励是成功的血液	184
用誓词来激励自己	185
信心是成功的主要因素	187
自信就是 Confidence	188
自信心使人与人之间产生差别	190
强化自信心	192
建立信心的五个阶段	194
获得成功的自信	196
树立成功的信念	199

做一个热情的人	201
善用热忱	202
让激情占据你的内心	203
热情是成功的助推器	205
拥有热情就拥有了一切	207
永远沐浴在热情的光芒中	209
热情、热情、更加热情	211

第四篇 培养成功的习惯

说干就干,决不拖拉	213
现在就开始行动起来	215
克服犹豫不决的心理	217
行动的 24 条准则	219
立即行动	222
当机立断	224
立即去做	226
坚持不懈	228
培养恒心与毅力	230
坚持到底	232
决不放弃	233
毅力上的弱点是你的真正敌人	235
百折不挠	237
使用自我激励的语言	240
以简单解决复杂	242
承诺	244
成功的共性因素	245

推销你自己	247
培养积极的心理暗示	249
使心理放松	251
成大业者的心理品质	253
心理暗示的方法	255
持续成功的三个因素	257
释放你的创造性机制	258
赢家的七个战胜	259
改正不良的习惯	261
根除坏习惯	263
最不好的工作习惯及改正的方法	264
必须避免的恶习	265
改掉粗心的习惯	266
变坏习惯为好习惯	268
好习惯助你获得杰出成就	270
重新开始	272
抓住今天	273
只为今天	277
把握好自己的每一天	279
从今天开始的十一个要点	281
充分利用每一秒钟	283
提高自己的精力	286
提高工作效率的原则	287
高效人的七个习惯	289
克服拖延的习惯	291
每日高效	295
找回更多的时间	296
节约时间的诀窍	298

正确对待压力	299
改变消极的人生	301

第五篇 克服忧虑,迈向成功

灰心泄气是成功的最大破坏力	302
治愈情感创伤	305
克服意志力上的薄弱	306
克服消极的心态	310
消极心态的表现	312
自卑的表现形式	314
控制坏心情	316
治疗烦恼的方法	318
忘掉忧虑	320
解除忧虑	322
远离忧虑	323
消除恐惧	325
战胜忧虑	327
阻止忧虑的习惯	329
排解忧虑	331
恐惧何惧	333
战胜焦虑	335
消除忧虑	337
克服忧虑	338
失败者与成功者的 110 个对比	339
如何区分胜者和败者	363
真正认识导致失败的原因	366

导致失败的性格	370
成功的障碍	372
避免落入成功的陷阱	375
失败并不可怕	379
优秀的人也难免失败	383
完美主义	385
你的弱点导致失败	387
你的惰性是你的成功障碍	389
化失败为动力	391
战胜失败的秘密武器	392
走出低潮	394
如何反败为胜	396
正确对待失败	398
失败是成功的序曲	400

第六篇 积极思考创造奇迹

七步思维法	402
水平思考法	404
创造性思维的头脑风暴	406
创造发明的四条基本原理	408
创造性思维的六个步骤	409
向思维优异者学习	411
头脑风暴的法则	413
创意的力量是无穷的	416
发明守则	417
如何进行创造发明	418

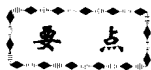
如何解决难题	420
解决问题的阶段	422
为成功作准备	424
解决问题的好方法	426
态度和方法决定结果	427
别让困难将你击垮	429
先做最重要的事	430
力争做一名干大事的人	432
做事越快越好	434
做事的法则	436
不找借口,只重结果	441
做事的关键在于方法	443

四字宝典

阿妮塔·罗迪克是 Body Shop 化妆品的创始人,她的公司业务蓬勃发展,在 40 多个国家开设了 1000 家分店。她曾说:“我开 Body Shop 的一个很大优势就是我从未进过商学院。”在《四字宝典》一文中,她认为她的成功经验一直以来都与一些四个字母的词语联系在一起,这些词语贯穿了她的整个工作,它们是她最钟爱的四字词。

下面是她所归纳的成功的 8 个四字词:

1. 爱(love)
2. 给予(give)
3. 关心(care)
4. 感受(feel)
5. 希望(hope)
6. 公平(fair)
7. 灵魂(soul)
8. 真实(true)



阿妮塔·罗迪克说:“我相信每个人在工作中都能全身心地投入。我们大多数人都把时间花在工作上,工作中与他人发生着广泛的联系,建立起我们的人际关系。在工作中,大家为了共同的目标,互相沟通,建立起良好的友谊和伙伴关系。我们的精神不断得到洗礼,自尊赋予我们自我表现的能力,大家为了伟大的事业无私地奉献着。”

真正的成功

19 世纪英国著名的法学博士、政治家、历史学家、人文学家、成功学家埃米尔·赖希，在被誉为“人类成功的圣经”——《生命中的成功》一书中为想要成功的人推荐了 10 条真正成功的原则。

1. 正确认识自我——如果你善待自己，那你就不会认为自己无所不能。有些道路可能对你畅通的，有些则注定会让你失望。你对自我的认识越准确，你选择正确道路的可能性就越大。你选择的道路越正确，你取得更大成功的可能性也就越大。如果你不能正确认识自我，你取得外部成功的机会就会减少。在你感到不适应或注意力不集中的时候，你的判断就会动摇。你可能会分不清积极的风险与消极的风险，可能会缺少解决问题的决断力。即使你在技术上胜任某一角色，但如果你感到自己无能力、无责任心，你也发挥不出最佳状态。

2. 对自己负责——对自己负责是指利用你已经拥有的自由实现成长、发展。它意味着在判断的基础上行动，而非在习惯和设想的基础上行动。它不仅包括你为自己做什么，也包括你为周围人做什么。随着你负责任的能力提高了，你的重要感、意义感也就增强了。这就是成功的真正实质。

3. 区分你的需要与你的欲望——我们通常把欲望和需要混为一谈，以致于我们看不到真正本质性的东西。由于这种混淆容易扭曲我们对成功的界定，因此时而把我们真正需要的事物与那些我们不需要、但仅仅是欲望对象的事物区别开来，这是很重要的。

4. 把生活作为一张网络——把生活作为一张由彼此联系、不可

分割单元所组成的网络。一幅描绘真正成功的精妙图画要把家庭、社区分为不同等级。我们没有必要整天把家庭变为办公室或牺牲休假时间。是为孩子在睡觉前读故事,还是去完成尚未编辑的报告,当你处在两难选择中,问一问自己哪一个更为紧迫。

5. 在过去的基础上发展——过去包含着许多重要的信息。它可以说明你为何以独特方式对冲突作出反应。它可以帮助你了解你的恐惧和愿望。它可以在你怀疑自己之时使你坚定信心。它包含了兴趣、能力及可以在过渡时期给予你指导的思想。你甚至可能会通过重新审视年轻时的所爱,发现寻求新的职业、爱好的灵感。但可能最为重要的是,过去产生了一种给你安慰、给你力量的连续感。

6. 重视每时每刻——你是否被不能控制的力量,包括外来的经济、社会力量和来自内部的迷惑、恐惧所压迫?你也可以以直接、积极方式面对事件、人们和问题,以此增加你生活的价值。想想当你在工作中遇到难题或要解决与一个朋友的个人纠纷,你的感觉会如何呢?如果今天是你在一起的最后时刻。你是要在闪烁其词、愤愤不平中度过,还是要解决问题、轻装前进呢?

7. 在常规与自发性间保持平衡——有许多人从外表上看很成功。他们往往会抱怨说,没有经历过新鲜、令人激动的事情。他们还抱怨说,他们太忙碌了以致于忘记了要在生活中获得什么。一定数量的生活规则使我们感到安全、具有控制能力。它使我们有组织、集中,并产生了稳定。太多的规则当然会导致麻木不仁。有时,我们都需要有所突破,向新的方向伸展或表现狂野一些。

8. 把自己当作社会中独特而又与他人相联系的一员——我们不是生活在真空中。实际上,我们做的每一件事,从开公司到冲厕所对人类社会都有影响,社会中发生的事情对我们也有影响。如果我们完全生活在孤立之中,如果我们对那些爱我们的人们置之不理,我们就不能真正成功。如果我们从社交上、道德上、情感上脱离我们周围的世界,那我们就不能真正地健康成长。

9. 制订个人成功方案——要取得生命中的成功,你很有必要制

订个人的成功方案。问一问自己为实现个人的抱负、能力、价值,你必须达到什么特定阶段。这些也许与典型的职业轨迹不相吻合,所以应注意那些自身可以说明问题的阶段标志。认识到随着你事业的发展而积累起来的成果的真正价值也很重要。金钱可以是有价值的,也可以是有害的,就看你如何在生活中使用它。金钱的真正价值不在于它的面值,而在于它使可能性变为现实。为把金钱作为获得成功的工具加以使用,你必须把它花到刀刃上,不是为了个人享乐或生财,而是用于支持自己的理想和愿望。

10. 把失败视作一个有助于成功的机会——我们习惯于对各种失败加以抵制或愤愤不平。但并非所有的失败都必定是坏事。在你成功在握之前,你需要理解失败的不同类型。

高贵的失败包含为了事业而勇敢地进行尝试。高贵的失败产生自尊、赢得他人的敬仰、增强人格的完整性。我们最经常犯的错误可以被归结为教训性失败。由于诚实、然而错误的假设或不正确的理解,这些失败让我们知道我们不得不改变思维或行为。它们促使我们在失败的废墟中寻找原因并制订计划防止同类事情再次发生。重要的是,把这种情形看成一个机会,一个有助于成功的机会,而不是一个威胁。失败决不应是屈服的借口。



为使自己的发展有延续性,大约每到一年就做一番全面的个人评价,这是个很好想法。其中要包括你的身体、知识、感情特征——优点与缺点。然后列出你为实现个人目标必须具备的特性及实现你职业目标所要求的品质。如果你真实的自我与你希望的自我是一致的,这意味着你的目标是合理的。

成功:S-U-C-C-E-S-S

美国著名的成功学奠基人之一奥里森·马登,创办的《成功》杂志,在美国无人不知,无人不晓。他创造性地传播着成功学,改变了无数美国人的命运,被公认为美国最伟大的励志导师之一。他认为成功有七大要项,这七大要项为:S-U-C-C-E-S-S,拼起来正好是英语的“成功”(SUCCESS)一词。

1.S——方向感(Sense of direction)——你必须设定对你有意义的目标。你必须知道何去何从。假如现在没有通畅的公路,即使你有一辆崭新的流线型汽车,又有什么用?

2.U——了解(Understanding)——在我们的目标中,有不少必须与他人共同进行,因此,我们必须了解他们是怎样的想法;希望什么;我们又如何与他们交往。我们必须能与他们互通沟通,必须了解他们跟我们打交道的方式——不论多么含混分歧——因为他们都有着自己的恐惧。

3.C——慈善(Charity)——了解别人已经很好,但只了解而不体谅或慈善,你的反应便不成熟,而会引起别人的反应。因为,假如我们了解而又责备自己所了解的人或事,怎么能改善人际关系而达成目标?体谅别人——特别是体谅自己——这种态度之所以成为必要,是因为我们在了解别人或自己的同时,也认识了人类本性的许多脆弱之处。

4.C——勇气(Courage)——积极地设定目标,了解彼此,相互善处,有了这些,你已踏上成功之路了。但是,你要有勇气去进行;要有勇气跃下跳板才行,否则的话,你的成功契机还是不能算成熟。因