

“运用本书的观点，你会变得极其成功——而且以超高速取得成功。”

——全球畅销书《心灵鸡汤》、《一分钟百万富翁》

作者马克·维克多·汉森

The DNA of Success

成功不缺什么？

（美）杰克·M·朱菲尔特 ◆ 著

中信出版社
辽宁教育出版社

成功不缺什么？

(美) 杰克·朱菲尔特 ◆ 著
朱丽华 张宇 李琰 ◆ 译

中信出版社
辽宁教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成功不缺什么? / (美) 朱菲尔特著; 朱丽华等译. - 沈阳: 辽宁教育出版社, 2002.12

书名原文: The DNA of Success

ISBN 7-5382-6536-8

I. 成… II. ①朱… ②朱… 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 (2002) 第099285号

The DNA of Success

Copyright © 2002 by Jack.M.Zufelt.

Chinese (Simplified Characters Only) Trade Paperback Copyright © 2002 by CITIC Publishing House/Liaoning Education Press.

Published by arrangement with HarperCollins Publishers, Inc. (USA) through Arts & Licensing International, Inc. USA

ALL RIGHTS RESERVED.

成功不缺什么?

CHENGGONG BUQUE SHENME?

著 者: 杰克·M·朱菲尔特

译 者: 朱丽华 张 宇 李 琰

责任编辑: 罗建强

责任监制: 朱 磊 王祖力

出 版 者: 中信出版社 辽宁教育出版社

经 销 者: 中信联合发行有限公司

承 印 者: 霸州市长虹印刷厂

开 本: 880mm×1230mm 1/32 印 张: 6.75字 数: 138千字

版 次: 2003年3月第1版 印 次: 2003年3月第1次印刷

辽权图字: 06-2002-230

书 号: ISBN 7-5382-6536-8/B·51

定 价: 15.00元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。服务热线: 010-85322521

E-mail: sales@citicpub.com

010-85322522

献给你及你灵魂深处一切的渴望

关于作者

杰克·M·朱菲尔特因为教授人们成功的真正动力而得到了全世界的认可。通过研讨班、讲台现场演示和广播节目，他将自己改变生活的启示传达给世界。他，因为有关成功的讲述及与观众的互动方式，而被称为“可怕的巫师”。

他生活的使命就是将成功和成就的真理传授给全世界的人们和组织，驱散成功和成就的神秘。自从他第一次发现成功DNA的概念后，他就一直在帮助人们获得更好的结果，创造拥有更大幸福、快乐和更美满的生活。

乔治·布什总统曾授予他总统价值勋章，他还荣幸地受到美国参议院的邀请去教授美国人如何在个人生活和职业生涯中取得更多的成就。

作为得到高度称赞和荣誉的演说家，杰克在许多地方演讲过，包括美国、中国香港、中国台湾、澳大利亚、新加坡、大开曼岛和处女岛。《赢家文摘》，一家有关500名主管的财富的出版物，将他评选为本国最有影响的演说家之一。在《人物》杂志上他被列为人类潜在的超新星。有42个国家销售他最畅销的广播节目。

他是6个孩子的光荣父亲。他和妻子生活在克罗拉多州的李特尔顿。

致 谢

本书的出版得到了许多人的鼓励和支持；我只将其中一些人的名字列了出来。

首先，要对我妻子——马尔丝表示永远的感谢。她是我灵感的源泉和最大的支持者。感谢我的孩子们光荣而诚实地生活，也感谢他们热爱真理，他们是我的教育发挥作用的鲜活的证据。

感谢我的文稿代理商——鲍伯·西尔弗斯坦，他对我的观念和本人的信任是直接而坚定不移的。我真的很感谢我热情的出版商——里根图书的朱迪斯·里根。我的信息对每个人会有怎样的意义，她很清楚。还要感谢里根图书的莉斯。

感谢编辑助理鲍尔，在我写作本书时提供想法和观点。也要感谢肯·谢尔顿提供的帮助，感谢他为我提供了《杰出个人》杂志上的一些额外事例。

我将永远感谢那些在我家庭、事业和精神方面作过导师的人，他们极大地帮助我改变了生活的方向。

对于世界各地成千上万参加过我的研讨班的人，不仅接受了我的教育还通过他们努力的结果证实了我的观点的人表示感谢。

前言

当我们静下心来反思的时候，绝大多数人都会承认，生活中总会有某些事物与我们失之交臂，另一些是半途而废，还有一些则是白日做梦。而这些事物通常涉及到某种“脱节”，即“我们是谁”与“我们做什么”，“我们想要的”与“我们得到的”，或者“我们决定做什么”与“我们做出了什么”之间的“脱节”。我们意识到，相对于自身的潜力和发展前景来说，我们做的一直不够理想。我们无法实现自己制定的目标，不能从自己做出的决定中受益，不能像他人那样遵守自己的诺言。而这一切都使我们同失败联系在一起。

首先，让我问你3组问题：

1. 你制定目标吗？会把他们写下来并经常看吗？即使无法实现全部目标，你也能实现其中的多数吗？

若你正在为实现目标而历尽艰辛，那么本书正适合你。

2. 每天你都确认一下自己要去完成的计划吗？为了总能看到它们就把它放在显眼的位置？

若计划中的大部分从未得到兑现，本书正适合你。

3. 在听完励志演说家的演讲后，独自一人时就不再受鼓舞，你会这样吗？

如果是，本书正适合你。

和过去相比，生活为我们提供了更多的途径来追求幸福和成功，但我们当中绝大多数人仍然过得不如意。为了过上幸福、

快乐和满意的生活，我们一直在寻找秘诀。我们积累书籍、录音带和知识，却不积累智慧或成效；我们取得了更多的学位，却不是更大的成功；我们学会了如何生存，却不知如何生活；我们可以使生命变得更长，却不能使生活过得更好。

关于“如何过上满意的生活”的信息、技术和方法多得惊人。既然这样，为什么还有上面的情况发生？虽然这方面的“专家”比以前更多了，可我们还是被这一古老的难题所困扰。在我们的个人生活和职业生涯中，我们遇到各色的人物、思想、成功观念和方法。尽管拥有如此丰富的资源，某些东西仍然同我们失之交臂。

无数的人们在寻找所谓的“被遗失的东西”、“秘诀”和“特别窍门”，然而，那些将给我们带来快乐的“东西”、“秘诀”和“特别窍门”却总是遥不可及。可悲的是，许多人以错误的方式寻找成功、幸福和满足，因此变得更为沮丧，这样的事例随处可见。

请看：

- 几乎一半的婚姻以失败告终
- 每4个成人中就有3个不满意目前的工作
- 信用卡拥有者人均负债急剧增至近8 000美元
- 酗酒和滥用麻醉品的人数仍居高不下
- 美国人花在合法赌博上的钱比在杂货店里的要多

我们当中成千上万的人似乎在说：“但愿我能找到更好的工作、更苗条一点、挣很多钱、有一辆新车、不再欠债或能中彩，那样就万事如意了。”但这些并不是幸福的源泉。很久以来，我们在错误思想的引导下去追求快乐而有意义的生活，可想而知，

结果只能使我们失望、幻灭和沮丧。

即使在达到了事业的顶峰后，我们仍会想：“这样就是最好的么？”我们发现曾为之努力奋斗的东西——一旦得到——就失去了意义。那时我们会纳闷儿：“出什么错了，为什么我会不开心？”

其实这都是因为：我们通过错误的途径去追求错误的目标。

电视上、书店里、无线电台和报亭里充斥着成千上万专家的忠告，对于如何达到目标，专家们提出的建议听似一语中的。他们的成功秘诀几乎一样：少许的心理臆语，少量费解的术语和大部分大量积极的思考。但最后的产品就像一份放置了10天的面包——发霉、走味、没有营养、又难消化。因此一点也不奇怪，为什么在试用这些方法几个星期、几个月甚至几年后，我们仍然不会为自己的发现和成果感到开心和满意。

5种有缺陷的成功方法

许多教授成功方法的教师曾经告诉我，一定是缺少了什么重要的东西，因为他们不断地看到他们的学生，在运用了全部所学的方法后仍然不能成功。

在研究了全部流行的成功方法后，我发现，这些标准的成功方法并不奏效。

制定目标

在所有成功方法中，“制定目标”就像国王一样占据着最重要的地位。多少年来，我们一直被告知，如果把目标写下来并每天翻看，总有一天会实现目标。我的研究表明，一个人记在目标单上的事情，十之八九不能实现。每个人都有他们无法实现的目

标，有许多目标他们甚至根本不打算去实现。

可笑的是，面对极具说服力的反面证据，人们仍然相信，如果你记下目标，就能实现目标。反过来，没记下的目标就实现不了。事实上，有许多成功的事情并不是我们写在目标单上的目标。列出一份目标单并期待每一项内容都能实现，这是无益的活动，更是常常使人沮丧或消极的经验。制定目标并不是人们成功的原因，而仅仅是他们对这种方法信以为真时的经历。

在写下目标6个月后，当你发现目标单上的大部分目标都还没实现时，你会有什么样的感觉？目标单中的一些工作可能根本还没开始，有很多工作可能刚开始就结束了。在发现制定的目标比当初设想的更难于实现的时候，你就可能会沮丧地停止工作，那么在发现大部分目标都无法实现时，你又会有何感想？

如果只达到目标的十分之一或十分之二，面对这样的现实，没人会感觉良好，更别说很棒。这种情况下，我们就会下定决心加倍努力地坚持下去。或者，我们会认为自己原先的目标订得太高，而把目标放低一些，并满心希望将来会成功。

我们从不去思考“制定目标”的建议是否有误，而总是把失败归咎于自身。毕竟，如果专家和权威说这是成功的道路，谁能和他们争辩。但是，盲目地信仰他们大肆宣扬的所谓的成功诀窍，只会使我们浪费更多的时间、精力和金钱。

励志演说家

大部分励志演说家，虽然自身很有趣，也很有启发性，但并不能使人们发生改变。听完励志演说家的演讲后，大部分人在

大约两天内会保持受激励的状态。显然，这些励志演说家运用的故事、事例和观念的确能激发和启迪人们，但是这种效果最终持续不了多久，他们的冲击力难以持久。他们的一些建议很荒唐，例如，一位演说家说，如果想避免发生拖延，你应该在某个任务实际应完成的前几天，注意到该去完成这个任务。这就像把钟调快10分钟，却期望准时到达一样可笑。当然，励志演说家可以使我们快乐并受到启发，让我们相信自己能做任何事情。但等我们一回到家，这种兴奋就会降低，干劲也消失了，我们就又变回老样子。

一个年轻人参加了一个励志演讲集会，在会上，一个励志演说家提出了创造美满婚姻的方法。年轻人听后非常激动，因为他正对自己的婚姻不满，于是他做了大量的笔记。两周后，我问他所学的方法奏效没有。他不好意思地回答：“我还没行动，太忙了。”一个月后，我再次问他那些方法是否有助于他的婚姻时，他说：“我还没用上。”

既然这样，为什么还有那么多人仍坚持要听这些演讲呢？可能是因为，我们觉得在权威身边是件让人激动的事。我们就这样变成了权威的崇拜者，励志演讲的上瘾者和痴迷者。即使他们只会使我们产生一时的高昂情绪，很多人还是会花大量的金钱去上额外的课程。我们总是希望，下次参加的课程能最终教给我们成功需要的东西。

自助书、录音带和研讨班

很多人都有满满几书架的书和录音带，又因为参加各类现场专题研讨会和讲习班，书和磁带不断地得到补充。这些书、录音带和活动大部分都含有可贵的信息和真知灼见。但是，在我们

的书架上，大多数都变成了昂贵的收藏品而被束之高阁。

而且，我们所听的大量内容，即使不会在几小时内忘记，也会在几天内忘记，更不要说真正用上了。

复诵、想像和潜意识暗示

许多作者和演说家都极力宣扬把“复诵”，“想像”和“潜意识暗示”作为实现目标的重要方法。我们常常会听说，只要不断地重复、积极地复诵，目标就能实现，而这只是因为我们把目标大声说出来了。每天的复诵要求我们这样说：“我的婚姻幸福”，“我年薪8 000美元”，“我已经偿还了贷款”和“我不再负债”等等。这些如果并不是事实，那会是什么？是谎言。事实上你可能很胖，开着1989年产的Chevy Impala（奔跑的黑斑羚），住在贷款极高的房子里，信用卡里负债8 000美元，而且婚姻不幸。

意志给你选择的能力，而支配着你的环境和命运给你选择的机会。

成功教练们说，你的潜意识不能区分事实与谎言，所以如果谎言更动听，你不妨说个谎，因为从根本上说是潜意识在控制着你。我不知道潜意识能不能区分事实与谎言，但我肯定意识能将两者区分开来。

曾有段时间，我每次都一连几个小时坐着，闭上眼想像需要的东西。我任凭想像力驰骋，想像Mercedes（奔驰公司最新车型）的每一细小结构，我连仪表盘和装饰材料都一清二楚，更别说法外表的颜色、轮圈和轮胎了，我甚至能闻到它的新鲜气息。我想像过所需的一切，但从未真正得到过。这些心理活动可能感觉不错，但不会有什么结果。

另一种流行的观念是潜意识暗示，即在聆听着海浪的声音或下雨声的时候，无意识地受到各种积极的暗示，建议和复诵的影响。这样会有效吗？也许会有效，但只有包含了你真正需要的内容时，它才会奏效，潜意识录音带并不能让你做你不想做的事情。

如果你的老板要你完成一项销售配额，但你根本不想去做，那么世界上任何的每日复诵，想像力和潜意识暗示都不能促使你去做。

仅靠热情、激情、实证主义和训练并不能成功

大多数的励志专家认为，要想成功，必须满怀热情和激情，态度积极且训练有素。毋庸置疑，这些品质非常重要，确实应当具备。但如果缺少正确的指导，你的行动就像踩水，难以取得进步。

在明白了“成功不缺什么？”是怎么回事后，你就不再会理会上述说法以及其他一些方法了。他们现在对你一点作用也没有——而且永远也不会有，因为他们的基础是错误的成功模式。我仅仅是因为不赞成几十年来被普遍接受的权威的成功观念，所以就反对整个体系吗？当然不是！我只是说有更好的方法而已。成功并不像某种技术或方法论那样是外在的因素，它是一项内在的工作，即成功是人本身内在因素的外在表现。

人们对成功的强烈渴望造就了成功培训这年产值几十亿美元的行业。然而，尽管有各种各样的自助方法可供利用，人们对成功的渴望依然是那么强烈。我们进入了一个怪圈，个人发展产品的人均年消费高达1 145美元，每个人都期待买到所需的东

西。但我们总在错误的地方寻找成功。别再浪费时间、金钱和精力了！让我们开始寻找真正的成功源泉吧！

建议你看看自身，发现自己真正内心的渴望，找出你一直向往的精彩事物。从今天起，开始获得最大的成功！

目 录

致谢

前言

第一章 核心欲望

第一节 成功源自欲望 2

第二节 渴望胜过决心 18

第三节 确认核心欲望 32

第二章 无敌力量

第四节 内在的力量 62

第五节 成功的态度 73

第六节 导师的作用 85

第三章 实际应用

第七节 创造良好的家庭关系 98

第八节 实现你的经济欲望 127

第九节 提升你的自我形象 142

第十节 构建你的社交网络 155

第十一节 提高你的智力水平 169

第十二节 关注精神领域 177

结论 191

第一章
核 心 欲 望

第一节 成功源自欲望

◆ 艾伯特·施韦策 ◆

成功不一定会带来快乐，但快乐却是成功的关键。
如果你热爱你的事业，就会成功。

对每个人来说，成功往往不是源自外界，而是来源于自身。你生命中早就包含了成功的因素，你所需的一切出生时就有了。出生证不能保证你以后会成功，但你天生就有各种天分、能力、欲望和选择的权利。慢慢长大，经历了人生的各个阶段，你会发现有些东西是真正需要的——让你心驰神往。一旦找出这些东西并做出明智的选择，你就能成功。

◆ 斯蒂芬·R·科维 ◆

如果你希望渐渐地取得小进步，就照着老方法做下去。如果想取得突破性的进展，就照着范例做吧。

本书将介绍一种全新的追求成功的模式。这是一种观察事物的方法——你行动的态度。采纳它，你会在生活的每个领域取得巨大的飞跃和成就。有了这种新观念，你前进的步伐不但神速而且每一步都充满自信。你会创造出一种渴望的，也是应得的生活经历，你再也不会理会那些错误的模式和观念——你原以为它们是成功的关键，实际上却总使你失败。

为什么会失败？

多年来我一直研究人们成功和失败的原因，发现在追求成