

XiangDongZou

XiangXiZou

生活中有许多人常常陷于人生的迷惘中，
迷惘者往往无所事事，终身不成；
相反，那些能够改变自己命运的人，
都有强烈的方向感和明确的目标。

向西走 向东走

乔·杜里/编译
责任编辑/陶伟

寻找合适职业和一生财富捷径

© 中国华侨出版社 GO EAST GO WEST

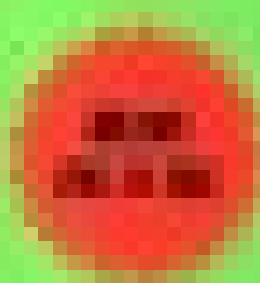
最新
图文版

1000

向來



Age Group	Percentage
18-24	18%
25-34	22%
35-44	15%
45-54	12%
55-64	10%
65-74	8%
75-84	5%
85+	3%

[illegible][illegible]

寻找合适的职业和一生的财富

Go East Go West

向东走，向西走

乔·杜里 编译

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

向东走, 向西走 / 乔·杜里编译, 一北京: 中国华侨出版社, 2003. 3

ISBN 7-80120-691-6

I. 向... II. 乔... III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 012672 号

责任编辑: 陶 伟 封面设计: 迷谷工作室

向东走, 向西走

(乔·杜里编译)

经 销: 中国华侨出版社	印 刷: 北京金华印刷有限公司
社 址: 北京市安定路 20 号院 3 号楼	厂 址: 北京市通州区
邮 编: 100029	邮 编: 101113
电 话: (010)-64443051	经 销: 新华书店

规 格: 850 × 1168 毫米	印 张: 7.75
印 数: 1—5000 册	开 本: 24 开
版 次: 2003 年 3 月第 1 版	字 数: 105 千字
印 次: 2003 年 3 月第一次印刷	校 对: 文波

书 号: ISBN 7-80120-691-6/C · 255

定价: 20.00 元

致读者

生活中有许多人常常陷于人生的迷惘之中，迷惘者往往无所事事，终身不成；相反，那些能够改变自己命运的人，都有强烈的方向感和明确的目标。

正如爱尔兰民谣所说：

我可能双脚迟缓，
但我知道东边是我的家园，
我快乐的走着，
总能达到我的生活乐园！

我可能双脚迟缓，
但我相信西边是我的向往，
我勇敢地走着，
总能达到我的生活理想！

本书则把“向东或向西”象征化，赋予它一种人生指南针的寓意，希望每位读者都能读出其中的韵味和哲理，向自己的成功目标迈进！

第一章

过什么样的生活全在于你自己

1

成功或失败都不是一夜造成的，而是一步一步累积的结果。决定给自己制订更高的追求目标；决定掌握自我而不受控于环境；决定把眼光放远；决定采取何种行动；决定继续坚持下去，这些决定做得好你便能成功，做得不好你便会失败。

第二章

一定要坚持走自己的路

9

作为年轻人，一定要坚持走自己的路——用自己的双腿。父母的精心呵护，也许能使你避免犯一些错误。可是，你必须犯错误——这是学习的必经途径。

第三章

制造心中的指南针

17

有了目标，人生就变得充满意义，一切似乎清晰、明朗地摆在你面前。什么是应当去做的，什么是不应当去做的，为什么而做，为谁而做，所有的要素都是那么明显而清晰。

第四章

你对你的目标思考得愈多，你的愿望也就愈热烈

29

从明确目标中会发展出自力更生、个人进取心、想像力、热忱、自律和全力以赴，这些全都是成功的必备条件。

目 录

Content

第五章

没有失败，只有结果

41

担心失败，是一种毒害心灵的方式。当我们心存消极想法时，理状态、思考方式和心境就都跟着而变，而我们最消极的想法，就莫过于担心失败了。

第六章

让自我的力量爆发出来

49

在罗夫垂死之际，真正帮助他脱离险境的是自我鼓励：“只要相信自己能，你就办到！”——这是他从“PMA成功之道”课程中背下来的一句话。

第七章

机遇就在你颤抖的脚下

58

机遇存在于平凡之中，平凡之中可出机遇；平凡和机遇是统一的，它们之间是不可分割、互相联系的。把远大的理想同脚踏实地的工作联系起来，在平凡的工作中埋头苦干，坚持不懈，总会找到成功机遇的。

第八章

从最重要的事情开始做起

66

每天早上花上几分钟时间订个计划，因为我们每个人的生活并不是固定不变的，因此需要常做些计划。但假如你太精确了，就会对一些无可避免的意外事情感到灰心。写写日记，这样就可以看出你是怎么运

用自己的时间的。

第九章

切忌贪恋速成

79

成功的销售和钓鱼一样，如果你太急躁，鱼儿都吓跑了。而我若是主动表示时间太局促，不好起草合同，一般情况下，特别是关系到大笔金额时，顾客就会愿意再考虑跟我合作的可能性。

第十章

克服瞻前顾后、优柔寡断的毛病

93

最可怜可叹的是那些一直游荡、徘徊不定的人。他们也很想上进，但他们不能使自己像子弹一般不曲不折地直飞向目标，他们不曾断绝自己的后路，他们不曾抱着义无反顾的气概。

第十一章

走不通的路，就立即收住脚步

102

我们常形容顽固不化的人是“一条路上跑到底”、“不碰南墙不回头”。这些人有可能一开始方向就是错误的，他们注定不会成大事。

第十二章

没有适度的野心，人生就会平淡

112

适度的野心是成功的动力。

目 录

Content

第十三章

创造你真正想要的生活

122

你要选择最好的生活，就要依自己手中的彩料，绘构绚丽的人生。

第十四章

把握自己积极的心境

134

如果你不能够积极、主动、全心全意地把握自己的航向，那你就
会迷失自我，随波逐流。

第一章

过什么样的生活全在于你自己

给自己定位的准则

成功或失败都不是一夜造成的，而是一步一步累积的结果。决定给自己制订更高的追求目标；决定掌握自我而不受控于环境；决定把眼光放远；决定采取何种行动；决定继续坚持下去，这些决定做得好你便能成功，做得不好你便会失败。

每个人在不同的人生阶段都会存在向东走还是向西走的困惑，常为目标

渺茫、做事盲目而心灰意冷，甚至有放弃生活、无所事事的想法。其实，“过什么样的生活全在于你自己”——这虽然是一句老话，但仍有许多人不能明白其意。我们想告诉每一位渴望主宰自己一生方向的人——你的工具一应俱全，所有资源在握，如何运用全赖你的决定——抉择在你。

玛汀·威弗，一位天主教修女，55岁开始参加运动。后来，她在各项运动中赢得了44面金牌、银牌及铜牌，包括5千英尺竞走、雪靴

整个世界是一个舞台，
而所有的人只不过是演员
而已。

All the world's stage,
and all the men and women
merely players.

——莎士比亚

为把明天的工作做好，
最好的准备是把今天的工作
做好。

The best preparation for
good work tomorrow is to do
good work today.

——哈伯德

赛跑、快速及花样滑冰、跳投篮球等项目。“大家变得软弱无力，”她说，“我并非仅指体能而言。任何逾越极限的事，大家都不想做。但除非你去尝试，否则不会有任何结果。年龄绝不是全心投入及热爱生活的绊脚石。最重要的是，要尽情享受生命全部的丰富与甘美。为他人做事，与他人共事，永远不要畏惧延伸你的极限。要选择在生活中获胜！”

成功或失败都不是
一夜造成的，而是一步
一步累积的结果。决定
给自己制订更高的追求
目标；决定掌握自我而
不受控于环境；决定把
眼光放远；决定采取何
种行动；决定继续坚持
下去，这些决定做得好
你便能成功，做得不好
你便会失败。

人生要想永远快乐，

你必须做一件重要的事情，那就是善用人生所给你的一切，做决定要有远见。如果你确实明白自己努力的目标，如果你真愿意奋力去做，如果你知道什么方法有效，如果这时你能调整做法并好好运用上天给你的一切，那么人生就沒有任何做不到的事。

既然做决定是这么地简单却又深具威力，那么为何大家都不做呢？其中一个原因可能是大家不明白做决定的真正意义，不了解认真决定所带来的改变的力量。之所以会这样，全是因为长久以来大家滥用了“决定”这个字眼，扭曲了它真正的意思，使得原先用于表达做一件事情的坚定意志的这一字眼，成为可以只是随口说说而已的词语。一个认真的决定，可不是随口说说便算了，它代表除了这么做以外不做其他考虑，比如说：“我决定戒烟。”就表示从此绝不再碰任何一根烟，任何情况下都不考虑破戒。

如果你是一位具有这样决定“水准”的人，相信必能体会上面所说的话。一位酗酒的人清

生长与变化是一切生命的法则。昨日的答案不适用于今日的问题——正如今天的方法不能解决明天的需求。

Growth and change are the law of all life. Yesterday's answers are inadequate for today's problems——just as the solutions of today will not fill the needs of tomorrow.

——罗斯福

当工作是乐趣时，生活是快乐；当工作是任务时，生活是苦役。

When work is a pleasure,
life is a joy! When work is a
duty, life is slavery.

——高尔基

楚地知道，哪怕是戒酒多年，只要他存心想试探自己的定力而痛饮一次，就有极大可能再度沦为酒鬼。当认真地做了个决定后，不管这个决定是经过几番煎熬，大部分的人都会有如释重负之感，内心再轻松不过了。这样的决定能够带给人真正的力量。遗憾的是，我们很少有人认真去做出这样的决定，这全是因为太久没做而导致自己不知怎么去做，这种做决定的“肌肉”便因此萎缩了。

你可知道如何使这种肌肉发达吗？那就是经

常地去锻炼它，你锻炼越勤，就越能做出好的决定。你要从每次所做的决定中吸取经验，即使是短期内未能奏效的决定也一样，它们可以给你提供宝贵的教训，告诉你日后如何做出更好的判断、做出更佳的决定。做决定就跟运用你的潜能一样，你越常锻炼，运用起来就越顺手，从而就越能掌握自己的人生。这样你便敢于向未来挑战，把它视为是使自己更上一层楼的大好机会。

在任何时刻里，都有三个做决定的要素主宰着我们的人生，它决定了日后我们的成就，这

生活中没有什么可怕的东西，只有需要理解的东西。

Nothing in life is to be feared. It is only to be understood.

——居里夫人

三个要素分别是：

(1)你要决定怎么看；

(2)你要决定怎么想；

(3)你要决定怎么做。

你到底能否主宰自己人生的方向——是选择向东走还是选择向西走，都应该考虑这三个要素，不可糊里糊涂。

只要一个人还有追求，
他就没有老。直到后悔取代
了梦想，一个人才算老。

A man is not old as
long as he is seeking
something. A man is not old
until regrets take the place
of dreams.

——巴里摩尔