

Unlock Your Potential
for Success & Happiness

释放你的成功与幸福潜能

Succeed for Yourself

人生赢家 18法则

[英] 理查德·邓尼 / 著



中信出版社
CITIC PUBLISHING HOUSE

Unlock Your Potential for Success & Happiness

人生赢家 18法则

[英] 理查德·邓尼 / 著
沈德静 / 译

中信出版社
CITIC PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

人生赢家十八法则 (英) 邓尼著; 沈德静译. — 北京: 中信出版社, 2003. 4

ISBN 7-80073-359-9

原书书名: Succeed for Yourself

I. 人... II. (1) 邓... (2) 沈... III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第029484号

本书原版权所有者为英国 Kogan Page 出版公司, 由贝塔斯曼亚洲出版公司 (Bertelsmann Asia Publishing) 提供在中国内地独家出版之中文简体字版权, 中信出版社独家出版发行。

人生赢家十八法则

著 者: 英 理查德·邓尼

译 者: 沈德静 策划编辑: 张陆武

责任编辑: 方 希 葛 磊 责任监制: 朱 磊 王祖力

出版发行: 中信出版社(北京朝阳区东外大街亮马河南路11号塔园外交办公大楼 邮编10000)

经 销 者: 中信联合发行有限公司

承 印 者: 上海市中印刷装订厂

开 本: 787 × 960 1/32 印 张: 11.5 字 数: 115千字

版 次: 2003年1月第1版 印 次: 2003年1月第1次印刷

京权图字: 01-2003-350

书 号: ISBN 7-80073-359-9 B·7

定 价: 22.80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 / 85322522

E-mail: sales @ citicpub.com



前 言

这本书是为那些想在生活中取得成功的人而作——你肯定属于这类人。

在书中，我同你分享的每个想法，都是基于我个人的经验，而且，我可以向你保证，我提供的这些经验肯定是有用的。

我个人保证，我在书中所叙述的规则给我、我的家庭以及我有幸遇到的无以计数的其他人带来了成功和欢乐。

现在，我希望你也会如此——按照你在本书中所读到的规则去实践，那么，你也能发挥你的潜能，获得成功和欢乐。





引言

成功是最难定义的一个概念：对不同的人，它意味着不同的内容。不管成功对你来说意味着什么，这本书将向你展示如何能够达到你最终的愿望，获得属于你自己意义上的成功。

可惜，出于耸人听闻和追求刺激，成功的意义被媒体扭曲了。我们大多数人习惯于相信，成功完全同金钱有关。拥有数百万英镑以及其他一些所谓成功的象征，诸如：劳斯莱斯汽车、李尔喷气飞机以及度假岛就是成功的一切。

还有，成功被限定在那些在体育领域达到顶峰或者在政治、工业或者商业上取

得权力的人士身上。而在稳定、快乐的家庭中抚养子女的父母,或者带领团队获得更大成就和收获的经理们,似乎经常会被人们忽视。

◀ 成功是什么? ▶

对某个人来说,成功也许只是下顿能够吃饱饭;对另一个人来说,可能是能够获得稳定的工作;而对还有的人来说,可能是不再焦虑。然而,对于我们大多数人来说,成功就是能够达到我们的目标,生活幸福,并得到我们周围人的尊重。

对某个人来说,成功的意义可能同另外一个人完全不同。对于我个人来说,下面这个例子就很好地说明了这个问题,尽



管这个故事有些令人伤感：

尼古拉斯·达瓦斯，他获得了难以置信的成功。他为自己积聚了超过一百万英镑的个人财富。在那之后，他精明地投资于美国股票市场，并获得了另外一个一百万。接着，他写了一本书，名叫《如何在证券市场上赚得一百万》，这本书又给他不断增加的财富带来了新的一百万。

当我遇到他时，他一个人过着单身生活，在伦敦多尔切斯特宾馆、巴黎乔治五世宾馆和纽约瓦道夫宾馆之间过着迁徙的日子。我们在一起经过许多次讨论以后，我发现他是一个活得非常苦涩、非常孤单的人。我向他指出他所拥有的巨额财富以及昔日我所谓的成功之处。他对我说，同比尔·盖茨、巴克莱兄弟、文莱苏丹以及威敏斯特公爵相比，他并不成功。相比较这些人所拥有的财富，他的金钱数量微不足道。这也许是一个相当





负面的例子,但是,这个例子对我理解不同的人对成功的不同看法却是巨大的帮助和指导。

◀ 这本书怎样来帮助你? ▶

这本书按逻辑顺序展开,但是,我仍然对它的结构作了精心安排,这样,读者在浏览这本书时,就可以各取所需。

我并不愧疚于本书中许多理念和概念的不甚新颖,因为,这些理念和概念都是成功的伟大准则。在我努力理解人类成就之时,通过阅读和听取那些比我更有智慧、更加成功人士的话语,我获益匪浅。我个人运用了这些理念和概念,也很幸运能够传授“自我成功”的方法,并能同数不清的同样获得巨大财富和成功的其他人士一起分





享这个方法。在本书中，我列举了许多故事和比喻来让读者理解这些理念、方法和教训。

这本书是针对所有人的：适用于那些想成为百万富翁或者千万富翁的人、想成为体育冠军的人、获得并能够保持权力的人、想成为伟大的父母亲的人、想成为一个受人钦佩和尊重的人以及那些想达到人类最终追求的人：成为快乐的人。

在你浏览本书时，你会发现，我在书中研究了心智的不可思议的力量以及自我投资的重要性。我探讨了安排时间、个人计划、自我管理以及设置目标等内容。在书中，我提出了评估自身力量和弱点、建立自我形象的方法以及获得成功形象的信心、



技巧。

为了强化读者对贯穿本书的思想的印象,本书每一章在最后都明确写明并注上“袖珍警言”的内容。我曾经尝试过这些准则,而且,我要重点说明,这些准则是有用的——其余就看你的了。

绝对可以肯定的是,成功就在那儿等着你!

告诉我那个古老的故事
经常告诉我那个故事
因为我经常会忘记
这是个老故事,也是个新故事



目 录

前 言	1
引 言	1
第一章 成功之路	1
第二章 你最大的资产	21
第三章 相信自己	39
第四章 走上幸运之路	65
第五章 时间：你最大的资源	77
第六章 自我管理	101
第七章 目标：生活的目的	119
第八章 个人计划	143
第九章 运用想像	159



第十章	成功的心态	177
第十一章	战胜困难	195
第十二章	征服拒绝	217
第十三章	消极：成功的破坏者	231
第十四章	不可抗拒的热情	257
第十五章	自我激励	271
第十六章	交流	291
第十七章	成功的家庭	311
第十八章	金钱上的成功	335



第一章

成功之路





保证能够获得成功、财富和快乐——这是不是想得太美了？我们都生而拥有这些高度的期许。在我们的童年时代，这些期望不成问题，也不会有什么挑战；随着年岁的增长，从那积极的开端，我们开始习惯于变得消极，而且我们的期望值也降低了。

对这三个有力的词，成功、财富和快乐，许多人或玩世不恭或有所怀疑，认为是不可能达到的，是属于少数幸运儿的事。

所以，让我们努力从这些我们早年没有疑问的积极期望出发，踏上获得更大成功、更多财富和欢乐的道路。是的，让我再说一遍，对那些准备在征程中，选择正确途径的人来说，保证能够实现这样的期望。在这条路上，只有你一个人在跑，而且，这不是一次练习，而是一次真正的比赛。

想想吧，在仲夏的某一天，你驾车驶离高速公路，转上“A”号公路，然后转到“B”号公路，最终，在某个不知名的地方，你到达了一个风景绝佳之处，然而，突然，你不知道该往哪儿去了，因为你到了路的





尽头。你在拐弯掉头时，决定停下来，享受乡间的美好景色，并进行一次野餐。在路的尽头附近，你发现了一个废弃的小木屋。当然，很自然，你要进行一番调查，并要确信它真正是一个废弃的小木屋。根据周围杂草丛生的情况判断，这个小木屋已被废弃多年了。

在透过窗户向里张望时，你注意到，后门在摆动着，所以，这座木屋对你的诱惑太大了，你很想进去四处看看。在壁炉里，都有了鸟窝，到处都是蜘蛛网和灰尘。一两件家具上，散布着丢弃的炊具。

在向楼上看时，你发现了一个通向阁楼的出入口，再仔细看时，在一个角落里，你看到了一扇仿佛古老船只的舱门，在门周围有着金属的边，门上有着一个大大的金属挂锁，你打开锁，想看看舱门里面的情形。

在你看第一眼时，你发现，里面似乎是空的，但是，你注意到，在屋子的角落里，有一张羊皮纸。你小心翼翼地把它拿到光线底下，发现这是一张地图，





进一步研究，你发现，这张地图显示了一大批埋藏珍宝的位置。这份地图显示了这些珍宝的准确坐标和埋在地下的深度。

现在，如果你果真相信这是一个重大发现，你会怎么办呢？我认为，在最初的激动之后，你就必须有所准备了。

你必须获得工具和丈量的尺子，在出发之前，你还必须准备好周密的计划。

一旦行动开始，你就不要因为你认为有了更好的主意而改变路线、抄捷径或者更改步骤——你必须坚持地图上的指示，检查行动的每一个步骤。如果指示说要挖六英尺，你就不要在四英尺时停下来。

我讲这个故事，是非常认真的。当你开始某一惊人之旅时，要按照路线行进；中途不要改变或者抄

