

经营自我

个人生存战略 2

在纷繁复杂的现实社会，营造
“个人品牌”的不败金律

93 胜律

JINGYING ZIWO
93 SHENGLV

JINGYING
ZIWO93SHENGLV

庆裕 / 编著

与成功人士为伍的最佳捷径

阅毕此书你将是一个

- ◎ 行动率较高的人
- ◎ 充分展示个人魅力的人
- ◎ 迅速纳取钱财善用金钱的人
- ◎ 善于利用别人的长处与己合作的人
- ◎ 善于贮藏资源、管理人才的人
- ◎ 善于捕捉信息、实用率很强的人

经营自我 Q3 胜律

ZIWO93SHENGLV

与成功人士为伍的最佳捷径

庆裕 / 编著

内蒙古大学出版社

书 名	个人生存战略丛书(1-4册) ·市场策略高手 ·经营自我 93 胜律 ·黄金心态 69 法则 ·管人速成策略
著 者	庆 裕
责任编辑	文 君
封面设计	老 乡
出 版	内蒙古大学出版社 呼和浩特市大学西路 235 号(010021)
发 行	新华书店
印 刷	河北省高碑店印刷厂印刷
开 本	850×1168 1/32
印 张	52
字 数	680 千
版 期	2000 年 5 月第 1 版 2000 年 5 月第 1 次印刷
标准书号	ISBN 7-81074-072-5/C·3
全套定价	91.20 元(全四册)
本册定价	22.80 元

本书如有印装质量问题,请直接与出版社联系

人的一生只有三天：昨天，今天，明天。

昨天已经过去，我们无法挽留；明天还未到来，我们无法预料；我们所能掌握的只有今天。

但是，困惑、失落、愤怒、沮丧、孤独、脆弱……这些情绪像恶梦一样深深地纠缠住了每一个活在今天的人的心里。每天早上，当你茫然地睁开眼睛时，你在叹息中又迎来了无聊的今天。夜深人静，当你疲倦地闭上眼睛时，你又漠然地送走这乏味的今天。

人们突然发现自己不知道今天该做些什么来打发这无聊的日子，今天所做的一切都是那么的毫无意义，今天总是有说不清、道不明的苦闷。人们总是在期待着明天的美好，却无法摆脱对今天的困扰。

今天，你要为自己的情绪所苦闷；今天，你要为人际关系的复杂而困惑；今天，你要为讨好上司而煞费苦心；今天，你要为赚钱而四处奔波；今天，你要为赢得情人的欢心而绞尽脑汁；今天，你要……

总之，今天，你活得很累，活得很烦，活得很无聊。你讨厌今天，你想坐等明天。

这一切到底是什么原因造成的？

毫无疑问，每个人都渴求成功与辉煌，期盼幸福与欢

乐。每个人都想成为社交场上的大师，生意场上的赢家，情场上的高手。秘诀在哪里？

从今天开始，做今天的主人。

只有把握住了今天，才能掌握将来。所以，每个人都要努力从今天开始，都要明白今天应该做些什么，只有这样，你才能赢得今天，同时，你也就赢得了明天。

正基于此，一日生存法应运而生。虽然它不敢说是灵丹妙药，包治百病，但它却是大师们的精心所传，在实际生活中屡试不爽。它毫无保留地告诉了你这样一些方法：破译心灵密码在今天，挖掘智力潜能在今天，成为交际大师在今天，学做读情高手在今天，创造不败先机在今天，获取富人人生在今天。

相信它会在你孤立无助、困惑痛苦之时，给你指点迷津，为你打开思路，使你在各个方面都能得心应手、左右逢源、游刃有余，既能讨的上司的信任、同事的友情、下属的爱戴，又能享受金钱的快乐、爱情的甜蜜、家庭的温馨。

今天你能看到这些方法，你就要去学去做；

今天你能认真去学去做，你就能得到顺利与快乐。

MULU 目 录

第一章 今天给自己当回心理医生 /1

● 世界上从来就没有真正的“平庸者”，任何人都具有巨大的潜能。人的自知之明就是发挥自己所长，而不是用其所短。

● 成功始于觉醒，心态决定命运。世界上没有任何人可以击败你，只要你不被自己软弱的心智所打败。

1. 今天你能对自己了解多少 /3
2. 今天你想成为什么样的人 /8
3. 今天教你管理自己的五招秘学 /12
4. 今天给自己照照镜子 /17
5. 今天试着去享受一下生命的欲望 /18
6. 今天最重要的是如何帮助自己 /20
7. 今天你能否成为情绪的管家 /25
8. 今天教你逃离抑郁之门的六记秘策 /30
9. 今天你如何面对挫折(上) /33
10. 今天你如何克服挫折(下) /37
11. 今天量量自己在他们心里的尺度 /43
12. 今天教你如何塑造个人形象 /53
13. 今天你关注的重要问题——健康 /58

- 14. 今天教你如何身心健康的小秘诀 /62
- 15. 今天教你如何调剂大脑的四大配方 /64
- 16. 今天送你一贴快乐药方 /67

第二章 今天自己到求生学校上堂课 /73

◎ 朋友之间的合作是愉快的，商人之间的合作是慎重的。将商人变成朋友需要高超的技巧。掌握了与人沟通的技巧，你就掌握了成功的捷径。

◎ 倾听是最有效的沟通，但是也是最容易忽略的。

◎ 每个人的能力都有一定的限度，善于与人合作的人，能够弥补自己能力的不足，从而达到自己原来达不到的目标。

◎ 最有力量的人是那些善于组织资源、管理人才的人。

- 17. 今天拿个秤称称自己 /75
- 18. 今天如何去重视别人生存的份量 /77
- 19. 今天让“读心”大师教你几招 /80
- 20. 今天教你如何飞黄腾达的几大要素 /85
- 21. 今天抽抽时间练练“站桩功” /89
- 22. 今天学会给自己化化妆 /94

- 23. 今天如何把握自己的好运气 /98
- 24. 今天留个心眼给别人 /102
- 25. 今天把尊重放在天平上 /105
- 26. 今天多喝点“开朗药” /109
- 27. 今天教你寻找自己与别人的相通点 /111
- 28. 今天教你一鸣惊人的四个小绝招 /113
- 29. 今天给你一方“合作”秘帖 /116
- 30. 今天教教你成为“人物”的能力 /120
- 31. 今天授你一招斗心大法 /123
- 32. 今天教你配制“融洽油” /127
- 33. 今天教你如何偷上司的心 /136
- 34. 今天让你学会“摄心大法” /143
- 35. 今天教你掌握偷心秘术 /148
- 36. 今天教你如何走出人性的“茅厕” /156
- 37. 今天去算算你的“品质”的价钱 /159
- 38. 今天给自己添上“左膀”和“右臂” /162
- 39. 今天让你学会用舌头向人敬礼 /166
- 40. 今天教你避免晦气的妙策 /170
- 41. 今天让自己做个“不倒翁” /175

第三章 今天给自己跟金钱签订契约 /183

JINGYINGZIWO

◎ 金钱虽然买不到幸福，但是有计划地善用金钱，却可以让你富有快乐。

◎ 条件完全具备之际，往往就是最佳机会消失之时。一味地追求完善，就会坐失掌握“财运”的良机。

- 1.1 今天你对金钱应有个新看法 /185
- 1.2 今天你作为穷人最重要的美德就是会赚钱 /190
- 1.3 今天你要去“吝啬银行”学学赚钱术 /192
- 1.4 今天自己不惜血本讨教“炼金术” /197
- 1.5 今天你要信奉现实的上帝——金钱 /205
- 1.6 今天自己当一回金钱的主人 /210
- 1.7 今天自己不要做金钱的奴隶 /213
- 1.8 今天教你懂得金钱有时是婚姻冲突的导火索 /217
- 1.9 今天教你如何扑灭婚姻中的“金钱战火” /221
- 1.10 今天自己要学会开发孩子赚钱潜力的“钱途” /225
- 1.11 今天教你掌握“财运”的预兆 /232
- 1.12 今天你要学会用小钱去赚大钱 /235
- 1.13 今天让你学会以信誉打开财运大门 /238
- 1.14 今天向你传授借钱的秘学 /241

56. 今天让你学几招迅速赚钱的小点子 /244

第四章 今天自己和情感聊聊天 /249

◎ 自信就是魅力，一种能够自己照管好自己的魅力。你越快活，越有信心，就越能掌握自己的生活。

◎ 最好的女人，是善解人意的女人，是善良的女人。

◎ 恋爱更多的是一种自我情感体验，而婚姻则是一种生活方式，是一种以爱情为基础的权利、义务、责任关系。

57. 今天教你破译爱情密码 /251

58. 今天让你解读爱情的这一半——男人 /254

59. 今天让你了解爱情的那一半——女人 /256

60. 今天教你学会剖析爱情的“黑幕” /260

61. 今天帮你揭开女人爱情的秘密 /263

62. 今天教你如何保护女人的“醋罐子” /265

63. 今天教你使用敲开恋爱大门的六大利器 /266

64. 今天教你如何成为“读情高手” /269

65. 今天让你通晓求爱的大忌 /272

JINGYINGZIWO

- 66. 今天让你学会讨芳心的五大高招 /274
- 67. 今天让你懂得讨芳心的五大禁忌 /276
- 68. 今天抽时间看看女人对婚姻的十大有毒想法 /278
- 69. 今天用放大镜看破她(他)的心 /280
- 70. 今天赠你一个赢的男人的杀手锏 /283
- 71. 今天传授你一套捕获花心的私宝 /288
- 72. 今天教你一套求爱秘术 /292
- 73. 今天教你学会掌握情人的妙策 /294
- 74. 今天向你特别奉献恋爱大法 /298
- 75. 今天送你一丸感动情人的“爱丹” /301
- 76. 今天教你讨欢情人亲朋的良方 /302
- 77. 今天请你理解一下“小别胜新婚” /304
- 78. 今天给自己的婚姻加把锁 /306
- 79. 今天教你一种夫妻融合的秘密武器 /311
- 80. 今天免费赠送白头偕老的法咒 /313
- 81. 今天送你一瓶粘合破裂婚姻的“万能胶” /316
- 82. 今天送你一把夫妻感情的调校器 /321

第五章 今天自己和赢家们谈谈心 /329

◎ 自尊，是成功者共同的秘诀。自信，则是迈向成功的第一步。相信自己，你就会攻无不克战

JINGYINGZIWO

无不胜。

● “该出手时就出手”。那些坐在树荫下乘凉,看着别人做事的人,无论什么时候都不会产生自信心。信心只能来自于行动。

● “从来没有什么救世主,也不靠神仙皇帝,要创造人类的幸福,全靠我们自己。”你就是自己的救世主,你就是拯救自己的上帝。

83. 今天去偷学赢家们的成功大法 /331

84. 今天自己要学会掌握运气的先机 /333

85. 今天送你一个克服逆境的指南针 /338

86. 今天送你一套“心赢十一招” /340

87. 今天自己调配一瓶“适应牌”感冒通 /344

88. 今天按自己的尺码去买一双“工作”鞋 /353

89. 今天让自己养成做“小事”的习惯 /357

90. 今天学会给自己定定位 /359

91. 今天教你“一帆风顺”的三大法宝 /362

92. 今天送你一套“转运八大法” /365

93. 今天教自己勤读时代“圣经” /367

DI YI ZHANG

第一章

今天给自己当回心理医生



世 界上从来就没有真正的“平庸者”，任何人都具有巨大的潜能。人的自知之明就是发挥自己所长，而不是用其所短。

成功 始于觉醒，心态决定命运。
世界上没有任何人可以击败你，只要你不被自己软弱的心智所打败。

1. 今天你能对自己了解多少

现实中，我们有许多人缺乏“自知之明”。他们不大知道自己具有巨大的潜能，当然也就不知道怎样开发自己的能动性和创造力的大宝藏。

出人头地的人都是主动寻找自己所企求的命运；如果找不到，他们就去创造运气和机会。因此，机遇不会从天而降，它是积极的自我意识为核心的积极心态、成功心理带来的。

而许多人却总是把自己的成功寄托在社会背景、家庭关系、机遇上，这种思想是一种典型的消极的自我意识。给他们带来的后果是自卑，不能正确认识自己，没有积极的自我意识，因而也就不能发现自己的优缺点。

本来，他们对于自己的未来都曾有过美好的憧憬，但是，随着年龄的增长和阅历的复杂，他们又常常用那些传统的世俗的道理来说服自己安分守己，放弃梦想，并说明自己就这样也能过得去。

在这些说服自己放弃梦想的“道理”中，有一条似乎很有说服力，自己太普通，太渺小，这个世界不属于自己！那么属于谁呢？在他们看来，这个世界属于名人、强人、富人；属于有权力、有地位、有背景的人；属于幸运的人、漂亮的人、特殊的人。

这个世界太不公平了，因为它是如此的偏见：对于女人来说，属于男人；对于老年人来说，属于年轻人；对于年轻人来说，属于有资历、有经验的人；对于出身贫寒、上学不多的人来说，属于出身尊贵、学历很高的人……总之，这个世界属于名人和别

人，而不属于自己这样平凡的人。

于是，他们经常感到自卑、渺小、孤单、苦恼，他们常常低眉顺眼，沉默寡言，躲避出头露面，暗自唉声叹气……

难道普通人就没有出路吗？就只能安于现状吗？就不能出人头地吗？难道这个世界果真属于那些名人、强者和富人，而不属于他们普通人吗？

不！事情不是这样的！

他们的卑微之感，并非真实自然，而仅仅在于他们还没有觉醒，还缺乏“自知之明”。他们缺乏的不是机会而是自知之明，是自我意识。因为觉醒的内涵、自知的精髓就在于他们可以主宰自己的命运，在于发现自己本来是可以成功的。

只要抹去身上的灰尘，他们的巨大潜能就会象原子反应堆里的原子那样充分发挥出来，就一定会有所作为，创造奇迹！

人的潜能到底有多大？

根据一份科学研究成果，令人惊讶地发现：一般来说，普通人只发展了他潜藏能力的不足 1/10。与应当取得的成就相比较，可以说，我们不过是半醒着的。我们只利用了我们身心资源的很小的一部分……

人在绝境或遇险的时候，往往会发挥出不寻常的能力。当人没有退路，面对绝望时常常就会产生一股自己都无法预料到的“爆发强力”。

我们经常听到许多让人不可思议的例子。比如，在一次洪水中，一位上了年纪的妇女竟然把一个大橡木柜子从楼下搬到 5 楼。大水退后，家中 3 个强壮的男人费了九牛二虎之力才勉强把那个大橡木柜子抬下到原先的位置。这时，再让这位妇女重来一次，她却一点也挪不动。

事情常常如此,人们在某种紧张情绪的驱使下,能使自己的体力和耐力达到正常情况下绝不能达到的程度。这是因为人的身体潜能的存在所决定的。

人的潜能表现在哪些方面呢?



——非同寻常的感觉能力

你也许还常常回忆起童年的时光:当你到郊外去游玩,空气是何等的新鲜,阳光是何等的绚烂,万物是何等的多彩!

你也许常有这样的体会:当爱人或父母回到家里,虽一言未发,然而你已经预感到他们将要说什么,有什么事情将会发生。

这种感觉能力包括各种非语言的暗示。一个陌生人来到你的房间,在椅子上坐下来,虽然还没讲一句话,但如果你是一个