

NINE KINDS OF  
INDISPENSABLE LABOR  
TO SUCCESS

# 成大事必备的 9项修炼

王志刚◎编著

修炼自己 成就一生

心灵的提升

决定命运的成败

# 成大事必备的 九项修炼

◎王志刚 编著

中国华侨出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

成大事必备的9项修炼 / 王志刚编著. -北京:中国  
华侨出版社, 2005. 1

ISBN 7-80120-920-6

I. 成... II. 王... 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(2004)第136706号

**●成大事必备的9项修炼**

---

编 著 /王志刚

责任编辑 /沙 子

经 销 /新华书店总店

开 本 /640×960毫米1/16开

字 数 /290千字

印 刷 /北京银祥福利印刷厂

版 次 /2005年1月第1版

印 数 /6000册

书 号 /ISBN 7-80120-920-6/G·422

定 价 /30.00元

---

中国华侨出版社

北京市安定路20院3号楼 邮 编:100029

发行部:(010) 64443051 传 真:(101) 64439708

# 成大事与修炼

(代序言)

现今市面上关于成大事的书很多,诸多书籍,良莠不齐。一时间让读者无所适从,至于能不能从中受到启发就更不用说了。

何谓成大事,是一个很难解释的问题,仅举几位历史与现代名人说明一下:秦始皇千古一帝,功成六国,可谓成大事;唐太宗之功业令历代帝王难以超越,可谓成大事;范仲淹“先天下之忧而忧,后天下之乐而乐”的高尚情操无人能比,可谓成大事;岳武穆精忠报国,千百年来受人景仰,可谓成大事;曾国藩被奉为内圣外王的晚清第一完人,可谓成大事;李嘉诚制造出富可敌国的财富神话,可谓成大事。凡此种种,皆可谓成大事。

何谓修炼,修炼一词来源于道教,意指道家修养练功、炼丹等活动。引申开来即为:人在品行、学问、能力等方面进行学习和锻炼。

一本书,无非要给读者传达一种信息,这是书籍的功能之一。而一本好书则需要有精彩可看的内容,这样才能吸引读者,本书最大的看点是告诫人们如何通过修炼成就一番事业。

在很长一段时间里,卡耐基的成功学风靡中国,原因何在?其实归纳起来只有一点:无非是让人从中隐约感觉到,一个人要想成大事该做什么,不该做什么。

一些人消极地认为:成大事只是少数人的事情,所以空自慨叹命运不公,把难成大事归为不得天时、地利、人和。其实不然,正如中国古代先贤孟子所言,天时、地利、人和只是外部条件,并不起决定作用,起决定作用的还是在于自己本身。所以说,在现实生活中,要想成就一番事业不能寄希望于别人,只能靠自己。

要想成就一番事业,还需要打造自我,锻造自我,这就要看运



用什么方法和手段。为此,经过精心准备,推出了此书,从以下九个方面阐述了如何才能成就一番事业:

- 锤炼心智——要有成大事的想法;
- 绝妙口才——练就能言善辩的好口才;
- 完美交际——成为一个交际高手;
- 锻造才智——做一个才智出众的人;
- 良好习惯——让好习惯成就你的事业;
- 雕琢性格——别让负面性格连累你的一生;
- 修身养心——身心健康自然事业有成;
- 丰富学养——做一个有修养的人;
- 敢想敢为——有胆识,才会有成就。

修炼,顾名思义不是空洞的说教,要付诸于实际行动才叫修炼。

诚然,以上九个方面并不能把成大事的所需条件全部涵盖其中,这还要看读者诸君如何运用到现实中去,与自身的条件相结合。成就大事绝非易事,但也并不是无法企及,正所谓大有大成,小有小就。九项修炼是画龙点睛之笔,有拨云见日之功,就看读者如何理解运用及个人的造化了。



## 修炼之一：锤炼心智

古人说：“哀莫大于心死。”又说：“兵强于心而不强于力。”这就强调了心智的重要性；高士伟人“泰山崩于前而色不变，猛虎趋于后而心不惊。”这也是心智的作用。

成大事者善于锤炼心智，无论是顺境，还是逆境，他们都能胜不骄、败不馁。正如安东尼·罗宾所说：“除非我的意识同意，否则任何事物都无法左右我！”

1. 锤炼心智，是成大事的基本功 /3
2. 有所得必有所失 /6
3. 打造意志力，构建成大事平台 /10
4. 认清自我，设定目标 /14
5. 坚持到底，重新塑造自我 /19
6. 标新立异，寻找心灵智慧 /23
7. 另辟蹊径，从思路上的创新突破 /26
8. 换位思考，难题就会迎刃而解 /29
9. 心思敏捷，把弱点变成优点 /32

## 修炼之二：绝妙口才

什么是口才？苏秦、张仪之流把众诸侯玩弄于掌股之上，诸葛亮舌战群儒，靠的是口才；一篇逻辑缜密、论据确凿的学术论文，要经过答辩才能通过，靠的是口才；外交讲坛，陷阱重重、尔虞我诈，而出色的外交家能应对自如，靠的是口才……难怪古人说：三寸之舌，强于百万之师。

可见，没有良好的口才，已跟不上现代社会的步伐，因为这是一个推销自我的时代。

1. 良好的口才在于机智热情 /37
2. 语言精炼，事半功倍 /41
3. 言语缜密，无懈可击 /45
4. 博闻强学，锻造能言善辩的本事 /48
5. 运用反唇相讥的语言智慧 /51
6. 说话要抓住关键，直奔主题 /55
7. 用曲折委婉的语言化解争论 /58
8. 机敏健谈，对症下药 /61
9. 用巧妙的语言激励他人的斗志 /65



## 修炼之三：完美交际

卡耐基说：“一个人获得成功，15%靠自己的能力，85%靠人际关系。”可见良好的人际关系是事业有成的重要条件之一。任何人都不是生活在“孤岛”上的，总要与各种各样的人打交道、建立关系。对于那些成大事者而言，他们时刻注意识人辨人，营造自己良好的关系网，寻找可以合作的契机，扩展成功局面。

1. 沟通时把握好尺度 /71
2. 多用赞美语言 /74
3. 良好的交往从记住别人的名字开始 /78
4. 善用委婉的批评 /82
5. 和谐是人际交往的基础 /85
6. 用友善的方式开始交际 /88
7. 交好朋友，成大事业 /91
8. 沟通增进友谊，交流利于发展 /94



## 修炼之四：锻造才智

一个才智出众的人，一定是一个事业有成的人，因为才智是一个人具体能力的表现。

但才智平庸也并非注定一事无成，大诗人李白高唱“天生我材必有用，千金散尽还复来”，不愧是诗仙，一语中的。

一个人的才智不是天生的，是后天努力学习的结果。一个人纵使才华横溢，如果经过社会实践的检验，恐怕也一事无成。三国名将吕蒙“三日不见，非吴下阿蒙矣”就是最好的例证。

1. 改变自己能力上的弱点 /101
2. 锻造发现人才的能力 /104
3. 激发潜能，全面提升自己 /108
4. 先扫小屋，再扫天下 /112
5. 成大事要有好的策划能力 /117
6. 锻造因事而变的能力 /122
7. 发挥想象力，造就大事业 /127
8. 既能统观全局，又要明察秋毫 /131



## 修炼之五：良好习惯

成大事最好的办法就是养成一种好习惯。因为习惯的力量是强大的，它每时每刻都在影响着生活。

俗话说：好习惯成就人，坏习惯摧毁人。一种好的习惯是一种坚定不移的高贵品质，是一种改善自我、打造自我、激励自我的力量，是对一个有志于成大事者的最大帮助。

1. 养成统筹的习惯 /139
2. 去除依赖的习惯 /144
3. 养成创造的习惯 /147
4. 养成良好的时间习惯 /150
5. 凡事都向自己问几个“为什么” /155
6. 独立的习惯是走向成功的第一步 /159
7. 勤于思考胜过盲目蛮干 /163
8. 十个想法不如一个行动 /168



## 修炼之六：雕琢性格

所谓性格，是指对人、对事的态度和行为方式上所表现出来的心理特点。人生是个大舞台，每个人在舞台上都扮演着不同的角色：有人吹出了横笛的婉转与悠扬；有人弹奏出了古筝的隽永与深长；有人拉出了二胡的缠绵与忧伤……这就是每个人的性格。

性格本是天生，但环境却能改变性格，改变了性格，也就改变了命运。现实中，事业的成败的确与性格有关，还是重新审视一下自己的性格吧。

1. 性格坚强，才能事业有成 /173
2. 成大事要有决断的性格 /177
3. 宽容的性格可以征服一切 /181
4. 抑制浮躁性情，打造稳健性格 /188
5. 拒绝抑郁，尝试开朗 /193
6. 自信成就事业，自卑毁掉一切 /197
7. 不让坏情绪左右你 /200
8. 性格好，则生活畅、事业旺 /203



## 修炼之七：修身养心

身心健康是成就伟大事业的重要条件之一。不一定要有结实的肌肉或魁梧的体形，但一定要有旺盛的生命力和巨大的精神力量。

健康还应有着昂扬的精神、蓬勃的生气和充沛的精力，这才是身心健康的标准。一个人如果没有健康的体魄，又如何能成就大事业呢？即便是事业有成，到老来疾病缠身又怎能欣赏自己所建立的功业呢？

1. 健康是获取成功的重要筹码 /209
2. 进行有益于健康的运动 /213
3. 打造健康体魄离不开体力劳动 /216
4. 常思髀肉复生，戒除饱暖无求 /222
5. 身心健康才能事业兴旺 /226
6. 生于忧患，死于安乐 /230
7. 身心健康是成大事者的第一资本 /233
8. 保持健康心态 /237



## 修炼之八：丰富学养

学习是一个人一生的大事，因为“学然后知不足”，有多大的学问能成多大的事业，学问和涵养决定着一个人事业的起点。

一个人的知识储备越多，发展空间越大。知识丰富、品行高尚、很有涵养是成就事业的先决条件之一。一个不注意学习知识、积累知识的人，是很难成大事的。

一个人如果注重学识修养，视学习为生活中不可缺少的一部分，又拥有着高尚的品行，极深的涵养，那么又何愁事业不成呢？

1. 用知识铸造成大事的基石 /243
2. 用知识武装头脑，用行动成就事业 /247
3. 好学能成大事，怠学一生平庸 /252
4. 读万卷书，行万里路 /256
5. 学以致用可助事业长足发展 /260
6. 创新的捷径来自于学习 /263
7. 终生学习，一生受用 /266
8. 知识是一切力量中最强大的 /269



## 修炼之九：敢想敢为

“事业诚可贵，智慧价更高，若是没勇气，二者皆可抛。”勇气是和自信相伴的积极品质。它产生于人的意识深处，是对自我力量的肯定，是这样的信念：“我的能力能够压倒一切，我能坦然面对一切紧急情况、清除一切障碍、控制任何局面。”一个永不丧失勇气的人是永远不会被打败的。

1. 勇气决定事业的成败 /275
2. 敢于正视失败 /279
3. 勇气催人奋进，懦弱使人停滞 /284
4. 有冒险精神，才有成功的机会 /289
5. 事业的梦想需要勇气去实现 /292
6. 要培养决断大事的能力 /296
7. 敢于发扬优点，决不回避缺点 /300
8. 成功始于胆量 /304



## ■ 修炼之一：锤炼心智 ■

古人说：“哀莫大于心死。”又说：“兵强于心而不强于力。”这就强调了心智的重要性；高士伟人“泰山崩于前而色不变，猛虎趋于后而心不惊。”这也是心智的作用。

成大事者善于锤炼心智，无论是顺境，还是逆境，他们都能胜不骄、败不馁。正如安东尼·罗宾所说：“除非我的意识同意，否则任何事物都无法左右我！”



## 1、锤炼心智，是成大事的基本功

每个人都想成就一番辉煌的事业，但成就大事业并不是一帆风顺的，要经过一番磨练，才可能有豁然开朗的境界，功成名就的业绩。

成大事者不会在任何困难面前屈服，他们的生活理念是永远热情地工作。在每天的工作中锤炼心智。

小时候，阿莲就非常羡慕画家，渴望有朝一日也能像他们一样，拿起手中的画笔画出生活，画出情感，同时还能收获荣誉。这个美好的愿望支撑着她，让她拥有一股强大的动力，一直激励着她坚持不懈地追求着这个目标。

阿莲把自己的作品邮寄给画界的老师。但是，所投的作品都如石沉大海，杳无音信。

每幅画都认真真地画出来，却一次次地被否定，那种感觉是相当痛苦的，就如同把自信一点点地击碎。

梦想是美好而又美妙的，而一旦将它付诸于行动，则是相当艰辛和苦涩的。

为了自己的梦想，阿莲告诉自己必须坚强。阿莲说：“我知道，成功的过程是相当漫长的。但我怎能沮丧不前？我要把失败当做垫脚石，走到成功的高境界去！”

阿莲相信只要自己踏实认真地去走，心地坦然，就会慢慢地走向成功，定会有一番作为。

阿莲在追求的过程中找到了一种享受，面对困难没有气馁，坚信自己能成功。就这样她仿佛获得了一种领悟，冷静地面对成败得失，使意志更加坚定。

经营好过程，必然有一个好结果。阿莲就是在这个过程中逐步走向成功的。