

成功的7种力量

亦人·编著



Thinking 思考的力量
Feeling 情感的力量
Speech 语言的力量
Knowledge 知识的力量
Spirit 心态的力量
Goodness 善良的力量
Action 行动的力量

成功的七种力量

亦 人 编著

中国华侨出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成功的七种力量/亦人编著. —北京: 中国华侨出版社, 2001.5

ISBN 7-80120-526-X

I. 成… II. 亦… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 24312 号

● 成功的七种力量

编 著/亦 人

责任编辑/王伟芳

经 销/新华书店

开 本/850×1168 毫米 1/32 印张/13.5 字数/300 千字

印 刷/华北石油廊坊华星印刷厂

版 次/2001 年 5 月第 1 版 2001 年 5 月第 1 次印刷

印 数/8000 册

书 号/ISBN 7-80120-526-X/G·222

定 价/23.80 元

中国华侨出版社 北京安定路 20 号院 邮编 100029

E-mail: overseashq@sina.com

发行部: (010) 64443051 传真: 64443051

成功其实很简单

(代前言)

每一个人与生俱来就有7种伟大的力量，这是帮助你成功的力量。上帝把这7种力量赋予了人类，同时也开了一个小小的玩笑——他没有解释这7种力量的本质和应用方法。

成功其实很简单，一些男人和女人因为各种机缘，幸运地了解了蕴蓄于自己身上的这7种力量，并找到运用这7种力量走向成功的有效方法，因此——他们成功了。

你也一样，或许你比他们更加幸运，因为你可以直接通过本书了解这7种引导你走向成功的力量，并获得控制它们的有效方法，你将成为你自己的上帝。

上帝给予了人类最聪明的大脑，同时也给予了人类“思考的力量”。“思考的力量”是你的智慧之源，帮助你做正确的判断，做正确的决策，从而引导你做正确的事情。错误的行动只会使你远离成功，正确的行动则来源你“思考的力量”。

上帝赋予你的第二种力量是“心态的力量”。你完

全可以控制自己的心态，只要你愿意。千万不要让消极的心态牵着你走，因为它一定会引导你走向失败，再给你一个自欺欺人的理由。善用“心态的力量”，你就会获得“积极心态”的引导，一步步走向成功的天地。

引导你走向成功的第三种力量是“情感的力量”。情感是人类的通用语言，所有的人都理解它，并且依赖它。如果你想知道别人怎么对待你，看看自己如何对待别人就可以了。尊重别人，给予他人同情和理解，热忱地工作与生活……尝试这样做一做，你会发现自己原来如此受欢迎。

“善良是金”告诉你“善良的力量”的伟大价值。我相信你是一个善良的人，几乎90%的成功人士也把“善良”作为自己的标尺。或许你认为善良在冷酷的现实面前，是多么的苍白无力。其实，忽视“善良的力量”的人，除了很难获得成功之外，即使成功，也是残缺的成功。友善地待人、真心对别人感兴趣、真诚地赞美别人，这些上帝赋予你的最伟大的力量，证明了你是一个多么善良的人，你会因此获得更多的朋友，机会也会更多地来到你的门前。

现在，摸摸你的嘴。它除了吃饭之外，别忘了它还能够说话，这是上帝赋予你的第五种力量——语言的力量。你说的话会流露你的人品与心态，影响周围人对你的看法；同时，这也是你影响他人最有效的途径之一。成功必须善用“语言的力量”，使你的语言充满魅力，

使人折服，打动人心，它是你成功的臂膀。

“知识就是力量”，培根的观点在知识经济时代具有更真实和紧迫的现实意义，“知识就是力量”不再是空洞的口号。

成功人士与普通人的最大差异在于第七种力量——行动的力量。如果你还在等待机会光临，等待他人帮助你，甚至等待天上掉馅饼。那就——算了吧，上帝只会帮助那些善于自救的人。牢记一点，只有行动才会改变现状，其他的都是空谈。

好了，成功必须要行动。你现在要做的就是开始阅读本书。这里有无数成功人士向你揭示7种力量的本质。带着它们上路吧，没有什么能够阻拦你，除了你自己！

目 录

第一章 思考的力量	(1)
下定决心驾驭你的思维	(2)
正确的思考	(6)
洞察问题的本质	(18)
树立目标解决你所面临的问题	(26)
准备自我反思	(32)
工作 + 思考 = 智慧	(48)
第二章 心态的力量	(56)
积极的心态	(57)
强烈的进取心	(65)
超越你的自卑	(72)
从失败中学习	(79)
无论何事，你均能胜任	(88)
赶走忧虑	(90)
培养快乐的心理	(131)
接受不可改变的事实	(163)
把别人的批评当成伪装的恭维	(167)

战胜恐惧	(174)
第三章 情感的力量	(193)
尊重别人，就是尊重你自己	(193)
感谢愚人	(229)
给予他人同情与理解	(231)
激发人类的高贵品质	(244)
热忱感动上帝	(249)
第四章 善良的力量	(259)
友善待人	(259)
与人为善的处世之道	(262)
真心地对他人感兴趣	(280)
第五章 行动的力量	(290)
打造成功的形象	(290)
机会永远存在	(321)
不要迟疑不决	(333)
立即采取行动	(343)
第六章 语言的力量	(351)
充满魅力的通用语言	(351)
使人折服的处世语言	(365)
打动人心的交际语言	(377)
巧妙地控制语言	(385)
神奇的机智应变语言	(393)

种种高超的语言技巧	(398)
第七章 知识的力量	(402)
从美国的“新经济”谈起	(402)
知识改变命运	(404)
知识英雄与知识经济	(414)
知识经济时代教育的发展	(417)
组织才有力量	(420)

第一章

思考的力量

坦率地说，今日世界已不允许人们出现任何失误。托尼·奥赖利公司的最高执行官之一，亨氏（Heinz）公司的首席执行官曾与我一起谈论过工商界的失策问题。我问，“你如何处理失误？”他回答说，“在我犯错之前，我就纠正它。”当今世界偏爱那些能够赶上时代潮流的人。当前，在工商界上层所流行的就是在工作中使用合作者（专家）。在这个例子中，合作者就是你。你可以希望你的老板对你期望得更高些，正如帕特南投资广告所说，“你认为你了解情况，但是你不了解的是情况刚刚发生了变化。”当你自我培训的时候，你必须要为必不可少的条件而做好准备。

自我培训的目标就是帮助你具备更强的能力，使你发挥出最大的潜能，指导你更好地面向未来，以使你成为一名更有价值的员工。辅导专家也会帮助你改变那些可以引起你职业恐慌或是偏离职业需求的行为举止。培训会给你插上发展的翅膀，而不是切掉它。阻碍发展和变化是职业上的杀手或者至少是死胡同。这本书讲述的就是让你变得聪颖并能够早些改变自己，以使你的老板和顾客满意。

大学毕业生可以通过有效的培训——自我约束，大踏步地前进而超越别的同龄人。饱经风霜的中层管理者也可以发现：用好的自我管理训练来充实自我，永远也为时不晚。

每一个人都需要培训。而且每一个成功的人都使用了这种方法，只不过他们没有告诉你！

事实是：即使是最成功的执行官也需要帮助，以使他不断地成长和更具竞争力。卢默水果公司的首席执行官比尔·法雷说，你从自我培训中获得的有价值的信息的数量就像是“从消防栓中饮水”。如果你希望成为对你的机构非常有用的人，那么你就继续读这本书吧，否则你就会错过十分重要的东西。还是今天就开始工作吧，因为你正走在成为一名辅导专家的征途上，你将辅导的是这个世界上最重要的客户——你自己。

下定决心驾驭你的思维

也许你早已决定控制自己对事物的看法，否则你就不会来读本书。这正是你和那些不知道需要驾驭思维以及如何驾驭思维的人的区别之所在。我们以周六为例，几乎每一个人都期盼周六的来临。我们很少会听到有人说“郁闷的周六”，在大家看来周一才是郁闷的。但是不是周六真的和一周当中其他时间有什么不同呢？太阳依旧东升西落，天气也是有好有坏，一天中还是只有24小时。然而大多数人还是喜爱周六胜过周一，因为周六是休息日而周一是一周工作的开始。日子还是一样的日子，只是你的看法不同而已。

回忆一下，当你获悉自己被录用的那天，是不是很棒的一

天？你是否很激动？你与朋友、家人分享喜讯时感觉不好吗？当然是美妙极了。但是随后日复一日的单调工作使你淡忘了这些。可是这到底是怎么一回事呢？工作改变了吗？它是不是真的很无聊、繁冗？或者是因为对工作过于熟悉而失去了兴趣？那么今天——不，这周——我要你感谢上帝赐予你的这份有趣的工作。无论何时，烦恼涌上心头的时候，停下来看一看事情积极的一面。随时提醒自己，直到自己的看法改变并再次拥有了当初的热情。

现在试想一下，假如你像期盼周六来临那样怀着快乐的心情去等待周一、周二、周三的到来，会发生什么事？我可以告诉你，你就会拥有快乐的周一、周二、周三……，正如人们所说的，那只不过是你对它如何看待它，这就是一种思维管理。

世界上只有一个人可以给你自尊，那就是你自己！公众的评价比起你个人的评价来说是无关紧要的。你对自己的看法，你对自己讲的话将决定你的命运，你可以把握你自己的思维方式。事实上，在你面前有一个开关，如果你对自己持怀疑态度，并通过语言或非语言的方式传达给了他人或自己，那么可想而知别人又怎会不怀疑你呢？正如 UCLA 的篮球教练约翰·伍德所说，“不要让你做不了的事情干扰你可以做的事情。”这些都是思维管理和自我谈心的表现。

自我肯定首先要说服自己，树立对自己的信心，表现出积极的行为和举止。积极的目标来自于积极的思想。如果每个人看上去都有问题，那么有问题的很可能就是你自己，问题的症结可能在于不良的思维管理和消极的自我谈心。如果你用消极或者批判的眼光看待别人，你就是在对自己的思想施以巫术。还记得吗？那些伏都巫术（Voodoo doll talk）用的木偶都被装扮得和你恨的人一模一样，你用针刺那些木偶使自己恨的人疼痛。当你沉浸于

消极的思维方式时，你就是在对自己施以巫术，你很容易陷入其中无法自拔。从每个人身上都可以找到伏都巫术的影子：“我一直在为自己火上浇油，每当我想起那些不公平的事时，我就变得怒不可遏，开始在胸中怒吼，我感觉我完全被自己的愤怒俘获了。”

如果你改变主意——改变自我淡心的方式，你可以在 30 秒中之内获得成功。这可以从下面这封来自于弗吉尼亚（Virginia）洲诺福克（Norfolk）郡的劳伦斯（Lawrence）律师的信中得到证实。

“大家都有非常强烈的正面自我印象和负面自我印象。阻挡我们成功的障碍正是我们自己，因为我们害怕被拒绝或失败。我们想出了一个能让我们改善现状、提高自己地位的好主意，但我们马上会认为别人已经想到了这一点，因此打消了付诸实施的念头。我深信，如果我们一想到一个主意，就应该将它在 30 秒中之内变成实际行动。我们可以把它用录音机录下来，写在纸上，输入计算机里，或者打电话告诉自己可以信赖的人。我们必须每天尝试在 30 秒中之内，将想法化作行动所获得的小的成功，这样随着自信心的逐渐增强，你就会开始获得可以影响你的生活，甚至别人的生活的巨大成功。

我第一次见到妻子时，如果我没有压制自己内心害怕遭到拒绝的负面想法，我就不会有现在美好的生活。当我在舞会上看到她之后的 30 秒内，我就采取了行动，尽管当时我的朋友们都警告我说她身边有 5 个男生在追

她，我是不会有机会的，但是恰恰正是这 30 秒钟开始了我们俩的美好生活。如果我听了我的话，或者听了内在的自我消极的话，我的生活也许就完全不一样了。最近，我偶然间给雷克萨斯汽车公司想出了一个主意，我立刻写信给公司的总裁，希望他们能在新的产品系列中采用该建议。6 个月之后，我收到了一个来自雷克萨斯公司总裁公关部的电话，说他们要采纳我的主意并希望征得我的许可。我非常高兴他们能采纳我的想法。作为酬劳，无论我在哪个城市旅游，我只需事先给雷克萨斯公司的经销商打个电话，他们就会提供一辆新车供我使用。”

另外一个客户也提供了一个关于自我谈心的很有用的例子。

“工作中，我的情绪会像过山车一样跌宕起伏，但是我必须为下属树立一个好榜样。有时我发现自己每天有 20 多次不得不停下来理清自己的思绪，阻止它像一匹脱僵的野马一样放荡不羁。我努力记住驾驭思维就像开车一样：我必须在自己的车道里开，如果偏离车道，我就要纠正自己。我也这样驾驭我自己的思维，如果它开始偏离正常的轨道，我会调整它。管理自己的思维方式，可以使我们保持清醒、冷静，我想这也是周围与我们共事的人愿意看到的。”

约瑟夫·科斯特洛，节奏设计系统的前首席执行官，现任节奏设计实验室主席，有这样一条人生哲理：“从头脑中积极的目

标开始做每件事情。”这并不是什么过分乐观、糖衣般的或玫瑰色的观点，而是一种良好的感觉和天性。它给你的是一种自尊，就像你给予别人的一样。你不必是一个完美的雇员、完美的经理、完美的配偶、完美的家长、完美的子女，只要你自己觉得能够胜任就可以了。

显然，就像《家庭新闻论坛》（Home News Tribune）中迈克尔·赖利讲的那样的，我并不否认神经病的现实性。每个人有时都会感到想要听天由命，像演员彼得·方达所回忆的：“我总在想我和我姐姐相互疏远是命中注定的，是不可挽回的。”然而，你首先要完成的一件事是接受这样一个观念——恰到好处，适可而止。

正确的思考

把你的思想当作一块地，经过辛勤且有计划的耕耘，就可把这块土地开垦成产量丰富的良田，或者也可以让它荒芜，任由它杂草丛生。

想要从你的思想中得到丰收，你必须付出努力和投入各项准备工作，这些工作的安排和进展就是正确思考的结果。

所有计划、目标和成就，都是思考的产物。你的思考能力，是你惟一能完全控制的东西，你可以以智慧，或是以愚蠢的方式运用你的思想，但无论你怎么运用它，它都会显现出一定的力量。

思考的原生力量

一位默默无闻的裱糊匠，充分运用他的思考能力，改变了他的一生。他被监禁在一间监狱里，就在他心情最恶劣的时候，他思索着生命给了某些人权力和财富，而他却被囚禁在监狱里的事实，他的思考改变了他一生。

过了不久，整个监狱的人都听说了他；因为他写了一本书。在这本书中，他诚实地写出了他的目标，并且使整个监狱的人都知道他的目标。有些人读了这本书之后只是笑一笑，而有些人干脆觉得这本书就是疯子写的东西。

大约 10 年之后，这位“疯子”脚踩着半个欧洲，而另外半个欧洲，则恐惧地逃离他的铁爪并和他战斗。他的行动震惊了全世界，他就是希特勒！

希特勒找到了以破坏的手段运用思考力量的机会。虽然他的思考，并非我们所要谈论的正确思考，但它仍然发挥了力量，并使得数千万人陷于死亡和痛苦的深渊之中，虽然他所思考的都是一些令人痛恨的事，但毕竟它是有力量的。当然，这是邪恶的力量。

集中正确思考的力量

在本书中，你所读到的所有成功者的故事，都可证明正确思考的好处——包括对个人和对社会的好处。

沙克的正确思考，使他发明了小儿麻痹疫苗。马歇尔的正确计划使得他得以振兴经过希特勒蹂躏之后的欧洲经济。布什对

“沙漠风暴联军”有系统的组合，以及像斯瓦兹科甫夫和鲍威尔将军的精确计划，成就了美国的利益。

没有正确的思考，是不会成就这些伟大的事情的，如果你不学习正确的思考，是绝对成就不了杰出的事情的。

思考的过程

正确的思考是以下列两种推理作为基础：

△归纳法

这是从部分导向全部，从特定的事例导向一般事例，以及从个人导向宇宙的推理过程，它是以经验和实证作为基础，并从基础中得出结论。

△演绎法

以一般性的逻辑假设为基础，得出特定结论的推理过程。

这两种推理方法之间有很大的不同，但二者可以一起运用。例如每当你用石头丢窗户的时候，只要石头不变，则窗户一定会被打破，反复几次用石头扔窗户之后，你可归纳出一个结论，亦即玻璃是易碎的，而石头不会碎。

从这个结论出发，你可进行演绎推理，将了解其他不易碎的东西例如棒球也会打破玻璃，而石头也会打破其他易碎的东西。

但我们很可能一不小心就做出错误的推理，进而导出错误的结论，你必须严格地要求推理的正确性，也就是严格地要求自己要进行正确思考，必须审查你的推理结果，并找出其中的错误，除了审查自己的思考过程之外，你还可以运用这两种推理方式，审查别人的思考结果是否正确。

为了要成为一名正确的思考者，你必须采取下列两个重要步