

成功者与失败者只有一个差别，那就是是否拥有做事的资本。

ZUOSHI DE ZIBEN

做事的资本

全集



雪心◎编著



将每一件事情做到最好，是一种精益求精的态度、一种脱颖而出的资本，更是一种卓越的品质。做事的过程，就是磨砺身心的过程，就是一步步迈向成功的过程。

北京工业大学出版社

成功者与失败者只有一个差别，那就是是否拥有做事的资本。

ZUOSHI DE ZIBEN

做事的资本

全集



雪心◎编著



北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

做事的资本全集/雪心编著. —北京: 北京工业大学出版社, 2006. 1

ISBN 7-5639-1590-7

I. 做... II. 雪... 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 (2005) 第 141795 号

做事的资本全集

雪心 编著

北京工业大学出版社出版发行

邮编: 100022 电话: (010) 67392308

各地新华书店经销

北京秋豪印刷有限责任公司印刷

*

2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

787mm×960mm 16 开本 21.5 印张 310 千字

ISBN 7-5639-1590-7/F·203

定价: 27.00 元



制定目标的资本

眼光放远的资本

正确思考的资本

精力专注的资本

敢想敢干的资本

积极行动的资本

时间管理的资本

关注细节的资本

创新能力的资本

良好习惯的资本

能说会道的资本

合作双赢的资本

人际关系的资本

开发潜能的资本

控制情绪的资本

保持健康的资本

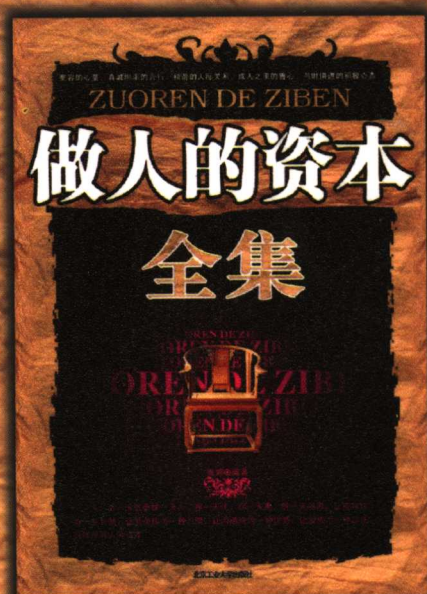
随机应变的资本



借助外力的资本

巧用机遇的资本





责任编辑：黄 帅

装帧设计：✱ 大家设计工作室
010-84803033



前言

在不同的时间、不同的地点，我们经常会遇到相同的一群人：每当他做事不顺心、成绩不理想、工作不如意的时候，他就会埋怨，埋怨公司、埋怨老板，埋怨制度……在埋怨了半天之后，他做事还是原来的样子，没有半点改变。

不久，他换了一个工作。没几天，他又开始埋怨上司、埋怨同事、埋怨客户……在埋怨了半天之后，他做事还是原来的样子，没有半点改变。

……

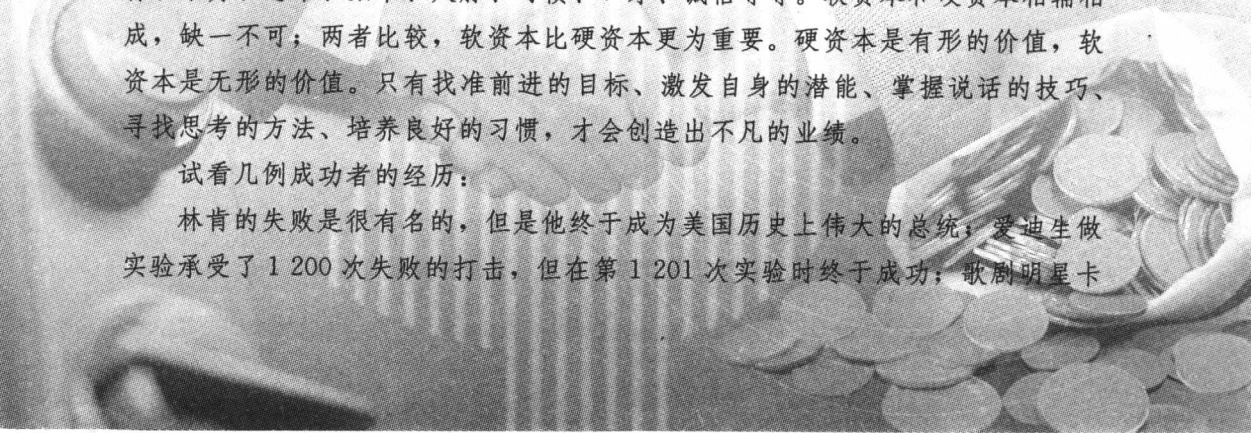
换了工作，他做事的方式方法有没有改变呢？没有。为什么？因为他在遭遇挫折时，只知道埋怨别人，而不知道问题恰恰出在自己身上，不知道试着换一种做事的方式和方法，不知道试着换一种做事的情绪和心态。

在平常的闲暇时光里，你能反思自己做事的方法、做事的心态吗？你做事是否也像上面提到的那人一样，在遭遇失败时只知道埋怨别人，而不知道稍微停一下，让自己有时间积累做事的资本？

不识庐山真面目，只缘身在此山中。做事，需要有一定的资本，包括硬资本和软资本。所谓硬资本，包括学历、货币、产业、身体等等；软资本，包括目标、眼力、思维、细节、人脉、习惯、口才、诚信等等。软资本和硬资本相辅相成，缺一不可；两者比较，软资本比硬资本更为重要。硬资本是有形的价值，软资本是无形的价值。只有找准前进的目标、激发自身的潜能、掌握说话的技巧、寻找思考的方法、培养良好的习惯，才会创造出不凡的业绩。

试看几例成功者的经历：

林肯的失败是很有名的，但是他终于成为美国历史上伟大的总统；爱迪生做实验承受了1200次失败的打击，但在第1201次实验时终于成功；歌剧明星卡



罗素无法唱到高音，所以他的歌唱老师好几次劝他放弃，但他继续歌唱，最后被认为是世界上最伟大的男高音之一；爱因斯坦曾数学不及格，但他还是成了影响人类历史发展进程的100位伟人之一；亨利·福特在40岁时破产，但他制造的汽车遍布全球……

成功者与失败者只有一个差别。什么差别？就是是否拥有做事的资本。那些成功者，他们也失败过，沮丧过，自卑过。但我们和他们一样，一生下来就被赋予同等的成功权利。你可能在硬资本上比他们稍逊一筹，但在软资本上没有什么区别。只要你肯努力，在关键时刻能调整自己，保持积极的心态，强化自我意识，那么，你将寻求到你想要的结果。

本书《做事的资本全集》从制定目标、放远眼光、正确思考、专注精力、敢想敢干、积极行动、管理时间、关注细节、创新能力、良好习惯、能说会道、合作双赢、人际关系、开发潜能、控制情绪、保持健康、随机应变、借助外力、巧用机遇等多个层面解析成功做事的密码，古今鉴用，中外融通，知识面广而可读性强，观念新颖而入情入理。

书中不妥之处，敬请批评指正！

编者



目 录

第一章 制定目标的资本	1
确定成功的奋斗目标	2
目标专一才能进取	3
目标引导成功	5
目标创造前途	7
做一个伟大的梦想家	8
制定目标应参考的 4 个因素	10
制定目标应遵循的 5 个原则	11
快速达成目标的 9 个步骤	14
第二章 眼光放远的资本	15
眼光有多远成就就有多大	16
做一个具有敏锐观察力的人	17
站得高才能望得远	18
脚踏实地，不好高骛远	20
追求长期效益，不急功近利	21
想长远发展就多结交社会名流	23
重要的是如何使自己变得更强大	24
改变心态才有美好的未来	25
暂时的付出是为了长远的收获	27

第三章 正确思考的资本	30
思考方式决定所作所为	31
思考的力量	32
勤于思考出效率	34
给思考留些时间	36
做事要三思而行	37
平衡左右脑的思维支点	39
将思考的权利掌握在自己手里	40
走出思考的 4 大陷阱	43
第四章 精力专注的资本	47
精力集中是做事的本能	48
不是焦点的阳光不能燃烧	50
防止注意力分散	52
用心看待身边的世界	53
做生活中的有心人	55
用一生的时间凿一口深井	57
一次做好一件事	58
做一个工作狂也未尝不可	60
掌握事情的重点	62
你是活在现在的人吗	63
心在哪里，你的财富就在哪里	65
毅力是做事专注的关键	67
第五章 敢想敢干的资本	69
扫除否定性的想法	70
推翻权威的理论	71
不要躲在别人的身后	73
在别人说“不”的时候说“是”	74
想人之所不敢想	76

敢想敢干的胆略	77
敢于走进某些禁区	78
敢于突破经验	79
要有“光荣孤立”的准备	80
冲破盲从的怪圈	82
突破假想的失败	84
 第六章 积极行动的资本	86
成大事需从第一步开始行动	87
把思考转变为行动	89
只有行动才能成功	91
只有行动才有灵感	93
比别人先行一步	95
比别人更努力	97
改掉拖延的恶习	99
用坚忍的意志实现设想	101
抓住最大的鹅卵石	103
成功源于做决定的一刹那	104
早决定胜于晚决定	106
做一个自我实现预言的高手	107
不让放弃入侵头脑	109
行动的 3 个要点	110
比尔·盖茨的 11 条行为准则	111
 第七章 时间管理的资本	113
具备时间观念	114
精确地计算时间	115
时间的价值	117
支配属于自己的时间	119
提高每天的工作效率	121

避免淹没于琐事中	123
把 24 小时变成 48 小时	126
利用空当时间的技巧	129
节约交际时间的妙招	131
第八章 关注细节的资本	134
成也细节，败也细节	135
细节表现修养	136
在细节处下工夫	138
追求细节上的完美	139
甘做凡人小事	141
疏忽细节的代价	144
日常交往中应注意的 10 个细节	146
工作中应注意的 7 个细节	152
第九章 创新能力的资本	155
换一种思路去变革	156
神奇的第四只眼——创造力	157
打破思维的定势	159
打破思维的枷锁	161
驱动想像力的双轮	163
创新是“点石成金”的食指	164
成功拒绝生硬的模仿	166
别让你的天分睡着了	167
从零到无限，把光线引向黑暗	170
逆流而上，化劣势为优势	171
“趋害避利”，将错就错	173
一切成功与财富都源于创意	174
创意不以成败论好坏	176
知足常乐是创意的敌人	177

第十章 良好习惯的资本	180
习惯一：要有条有理	181
习惯二：要小心谨慎	182
习惯三：要留有余地	183
习惯四：要准时赴约	184
习惯五：要遵守规则	186
 第十一章 能说会道的资本	188
你会说话吗?	189
说好第一句话	191
展现说话的亲和力	193
说话的姿态尽量放低些	194
避免过分的客套话	196
不做没有意义的争论	197
有商量地说	199
边看人边说话	200
注意说话的场合	204
正面说，反面说，侧面说	205
不到时候不说	208
用事实来说	209
说话的 4 种禁忌	211
 第十二章 合作双赢的资本	214
合作能弥补个人能力的缺陷	215
在合作中获得双赢	216
协调好各方面的人际关系	218
做一个统筹兼顾的人	219
道不同则不相为谋	221
不能将自己的意志强加于人	222
良好的心态是合作的基础	224

宽容是与人合作的重要因素	225
与人合作的绊脚石——猜疑	227
与人合作的致命弱点——嫉妒	230
你的人格魅力是与人合作所必须具备的	232
合作需要双方共享利益	235
放弃和别人对抗	236
 第十三章 人际关系的资本	 239
与人交往的学问	240
搭建人际关系网	241
善待身边的每个人	243
重视感情投资	245
主动适应对方	246
不刻意表现自己	248
试着与你不喜欢的人交往	249
协调人际关系的 4 个招数	251
和谐人际关系的 9 条准则	251
讨人喜欢的 27 个原则	252
与人相处的 8 个要点	253
社会交往的 10 个禁忌	254
 第十四章 开发潜能的资本	 256
潜意识的力量	257
激发心理潜力	258
进行有效的自我暗示	259
相信自己的潜力	261
心灵的投影	263
开发潜意识的 3 条渠道	265
引爆潜能的 6 点建议	266

第十五章 控制情绪的资本	268
探寻情绪的来源	269
成功者善于控制情绪	270
成功者需要情绪的约束力	272
与怒气对话	273
宣泄怒气的 7 个步骤	276
改变生气状态的 6 点建议	277
清扫情绪垃圾	277
勿被情绪摆布	280
加强情绪锻炼	282
获得好情绪的 11 个方法	283
第十六章 保持健康的资本	284
健康是做事最大的资本	285
零风险投资	286
既工作又游戏	288
挺直腰杆	290
防止心理衰老	291
不要透支睡眠时间的账单	294
不要和生物钟唱反调	295
缓解心理疲劳	298
保持健康的 5 点建议	299
健康十标准	301
第十七章 随机应变的资本	302
做事要因人而变	303
做事要因事而变	305
做事要因势而变	306
做事要因境而变	310

第十八章	借助外力的资本	312
	马克·吐温的故事	313
	借别人的名气做事	314
	借别人的权威做事	315
	借别人的才干做事	316
	借别人的资本做事	317
	借别人的知识做事	318
	借别人的经验做事	319
	借用外脑,“趋炎附势”	320
	本事再大的人也要人照应	321
	借助外力,共创大业	322
第十九章	巧用机遇的资本	325
	机遇与成功	326
	机遇是金	327
	机遇偏爱有准备的头脑	328
	机遇属于敢冒风险者	329
	机遇的掌握力	331
	机遇的决断力	332
	机遇的选择力	334
	机遇的3个特性	335
	掌握机遇的3个方法	337

第一章

制定目标的资本

目标，对于成功有不可估量的价值，成功的定义就是达成预期的目标。有了目标，我们做事就有了热情，有了积极性，有了使命感和成就感。有了目标，我们就会知道自己该做什么，知道自己不该做什么。一句话，目标为我们指明了做事的方向。



确定成功的奋斗目标

曾有人巧妙地把人生比喻为一条船。在人生的海洋中，大约有95%的船是无舵船。他们总是漫无目的地漂泊，面对风浪海潮的起伏变化，他们束手无策，只有听其摆布，任其漂流。结果他们要么触礁，要么撞岩，以沉没而告终。

还有5%左右的人，他们有方向、有目标，又研究了最佳航线，同时学习了航海技巧。这些船从此岸到彼岸，从此港到彼港，有计划地前进，那些无舵船一辈子航行的距离，他们只要两三年就达到了。他们像现实中的船长一样，既熟知下一个停泊或通过的港口，也深知航船的目的地。即使航行的目的地暂不明确（譬如探险航行），也能清楚地知道目标的特性、目的地上应有什么和现在航行在什么水域。如果出现狂风巨浪或者其他意想不到的天灾人祸，他们不会慌张，因为他们知道，只要把应做和能做的都做到，那么抵达目的地就是确定无疑的事。

人生需要仔细规划，如果不能规划就只能使自己每天过粗糙的生活。做事的资本之一就是要善于规划自己的人生。

法拉第22岁那年到英国皇家研究院当了一名助手，干一些洗烧杯、试管、准备实验用品的琐碎事情。

一天晚上，法拉第看到丹麦物理学家奥斯特的一篇文章，里面写到，他在做实验的时候偶然发现，一段导线用电池通上电流后能使附近的磁针摆动。法拉第怀着极大的兴趣找到电池、导线、磁针，自己也做了这个实验。简直像“魔术”一样，导线一通上电流，导线附近的磁针就像有一只无形的手在拨动，灵活地偏向一边。更有趣的是，通电导线放在磁针上面，磁针偏向一边，放在下面，磁针又偏向另一边了。法拉第被这个奇特的现象迷住了。他联想翩翩：“电能够使磁针转动，磁可不可以产生电呢？”

有些事翻过来想一想会让人进入另一种境界，法拉第当即就在笔记本上写下了“磁转化为电”几个字。