

成功者的

44

张中立 著

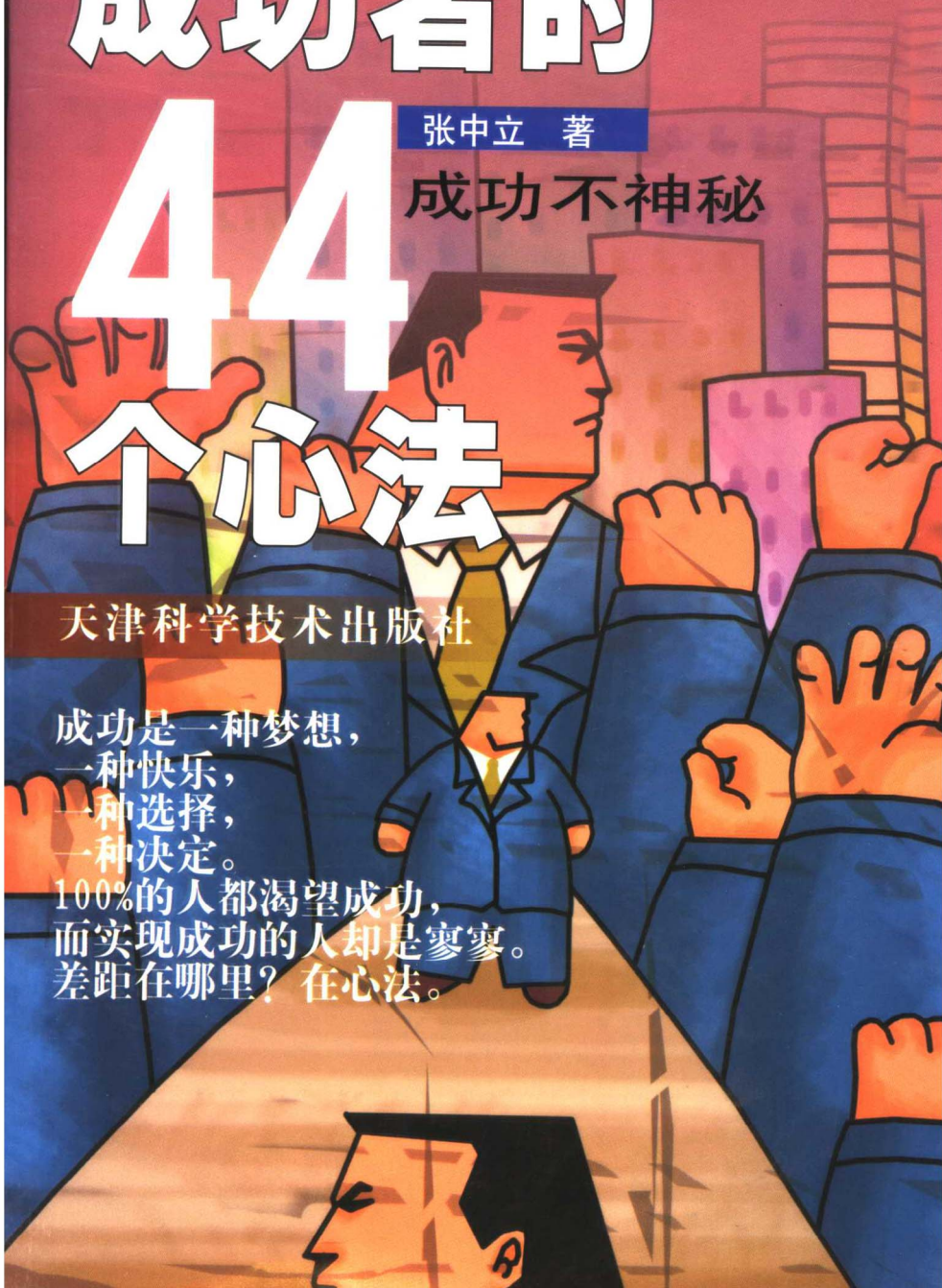
成功不神秘

个心法

天津科学技术出版社

成功是一种梦想，
一种快乐，
一种选择，
一种决定。

100%的人都渴望成功，
而实现成功的人却是寥寥。
差距在哪里？在心法。



图书在版编目(CIP)数据

成功者的 44 个心法/张中立著. —天津:天津科学技术出版社, 2005

ISBN 7-5308-3843-1

I. 成... II. 张... III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 111219 号

著作权合同登记号:图字:02-2004-153 号

责任编辑:张 颖

版式设计:王 冬

责任印制:张军利

天津科学技术出版社出版

出版人:胡振泰

天津市西康路 35 号 邮编 300051 电话(022)23332393

网址:www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

天津新华印刷二厂印刷

开本 850×1168 1/32 印张 7.5 字数 107 000

2005 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

定价:15.00 元

目录

第一章 开创你内在的成功因素 1

- 一、如何开创你的机会 2
- 二、充分利用你的天赋 8
- 三、充实你拥有的每一个日子 13
- 四、不断激励自己 20
- 五、努力摆脱角色的束缚 24

第二章 走向宽松——成功的心理调节 26

- 六、克服羞怯的心理 31
- 七、从工作中获得乐趣的方法 36
- 八、制怒和泄怒的艺术 42
- 九、把嫉妒变成动力 50
- 十、你不必自暴自弃 55
- 十一、怎样对付失望的情绪 60
- 十二、制造你心理上的“保护伞” 65
- 十三、莫让悔恨腐蚀心灵 69
- 十四、如何消除紧张 75
- 十五、切莫自寻烦恼 80
- 十六、战胜忧郁 85

第三章 实现自我创造力——成功的行为秘诀 93

- 十七、到从来没有去过的地方 94
- 十八、每天做点困难的事必有所得 98
- 十九、马上动手,克服拖拉习惯 101
- 二十、如何发掘你的时间 105
- 二十一、到“班门”处“弄斧” 110
- 二十二、好马也吃回头草 114
- 二十三、来一点“鸡蛋碰石头”精神 118
- 二十四、“东施”何妨“效颦” 121
- 二十五、业精于勤 124
- 二十六、培养你的创造力 127

第四章 广结人缘的艺术 135

- 二十七、微笑的魅力 137
- 二十八、怎样才能使你成为有幽默感的人 142
- 二十九、如何获得好的第一印象 146
- 三十、信任是获得人心的关键 150
- 三十一、学会原谅别人 156
- 三十二、勇于承认自己的错误 160
- 三十三、如何对待无聊之辈 163
- 三十四、学会和不同性格的人相处 168
- 三十五、求人的诀窍 172
- 三十六、谈话的艺术 177
- 三十七、获得合作的技巧 183
- 三十八、使你成为受欢迎角色的方法 188

第五章 走向成熟的人生 195

三十九、对自己的行为负责 196

四十、成熟不等于世故 201

四十一、成熟是什么 206

四十二、35岁前你应把这些事做完 211

四十三、成功者的自画像 218

四十四、潇洒的人生,成功的人生 224

成功者的心法
◇
◇

开创你内在的成功因素

1

Chapter

如何开创你的机会
充分利用你的天赋
充实你拥有的每一个日子
不断激励自己
努力摆脱角色的束缚

一、如何开创你的机会

常常有人提出这样的问题：一个人如果要想在事业上获得成功，需要的是什麼？天赋？勤奋？还是毅力？

我们的回答是——在成功的道路上，天赋、勤奋、毅力和方法都是重要的；然而，机会也不可缺少。再好的种子如果落在沙漠上，也是很难发芽成长的。一个人能否有所成就，往往与是否得到良师指导、知音赏识、伯乐提携等机遇有很大关系。否则，再勤奋也很难成功。

唐代以画马称绝的大画家韩干，少年时曾是一家酒店的佣工。有一次，他到诗人兼画家王维家里送酒，正好王维不在家。韩干平素喜欢绘画，苦于没有时间，这会儿便蹲在地上画起来。王维回来见了，很赏识他的绘画才能，鼓励他专门学画。韩干诉说家境贫困，王维便解囊相助，使韩干得以离开酒店跟着当时的名画家曹霸学画。韩干勤学苦练，画艺进步很快，没几年就声名远扬，被唐玄宗召进宫作宫廷画家。可以设想，如果没有得到王维

的赞赏与帮助,韩干的绘画才能很可能被埋没于贫困之中。

可见,机会在成才的路上是何等可贵的。但是,和天资、禀赋一样,机会也毕竟只是提供一个机缘、一个条件、一种可能。机缘、条件的利用,有可能变成现实,但要通过自己的艰苦奋斗。

宋代大诗人陆游很疼爱长子子遯,经常辅导他习诗作文,指点他:“汝果欲学诗,功夫在诗外。”子遯的机会可谓好极了,但他不肯在诗外下功夫。不但没有成为诗人,后来还成为一个敲诈勒索、胡作非为的暴吏。可见,一个人的成功固然有机会的因素,但它不是最重要的,更不是惟一的因素。

努力奋斗不仅可以充分利用机会,它还可以为自己抓住机会、创造机会。巴斯德说:“机会只垂青那些有准备的头脑。”

生活中处处都有机会,只要你能留心它,发现它,并能勇敢地去实践它。莎士比亚曾经写道:“人间万事都有一个涨潮的时刻,如果把握住潮头,就会领你走向好运。”怎样才能握住潮头,开创你的机会呢?

1. 要使你的愿望更加强烈,愿望是成功的一半

一个人追求目标的愿望愈强烈,他的行动就愈加坚定。美国画家查理·巴索帝在得克萨斯州度过了他的童年时光。他从小就开始画卡通画,向往着将来能成为一名职业卡通画家。但长大后,他却发现这似乎并不是理想中的职业。于是,他就到一所专为调皮捣蛋儿童设立的学校里当了一名职工。在这所学校里,他的画倒成了那些顽童的宠物。

校长很看重查理的画,为他提供了去纽约的经费,这才使查理得以在那些杂志编辑的面前展示他的画。查理原先的愿望又重新萌发了,并且更加强烈,这种强烈的愿望又驱使他辞职回家,潜心提高自己的绘画技术水准。如今,他的卡通画已经出现在公众所熟悉的画刊、杂志上,像《纽约人》《今日美国》等。

每个人在一生中都有成功的机会,但是大多数人都没有成功。因为他们不愿付出代价。他们有能力,但缺乏捕捉成功机会至关重要的因素——成功的愿望。成功的愿望仅仅是观念的一个部分。如果你具备了这一条件,培养起成功的愿望,形成了成功的观念,你就会无所

不能,最终成为一个胜利者!

2. 要培养艰苦奋斗的作风

法国著名的“短篇小说之父”莫泊桑,他有幸出生在一个文学气氛浓厚的家庭,母亲有很高的文学素养,舅舅阿尔弗莱·勒·普瓦勒万是诗人和小说家。两人都想培养莫泊桑的文学兴趣。莫泊桑念中学时又有幸得到语文老师、诗人布耶的不倦教诲。他的这几位老师都与当时的文坛大师福楼拜交情很好,他们常常带莫泊桑到福楼拜家里去,因而莫泊桑又有幸得到福楼拜的教诲。

在这些老师的指导栽培下,莫泊桑在 30 岁便以《羊脂球》一举成名,像新星一样骤然升起在法国文坛。

许多朋友都认为,莫泊桑的成功是由于有良好的环境。不错,但要知道,莫泊桑的成功除了因为有良好的机会之外,还通过自己的艰苦奋斗来抓住机会。

莫泊桑 23 岁开始写小说,写完送给福楼拜看。福楼拜是一位严师,看后几乎视为废品,禁止他拿去发表,只是鼓励说:“我不知道你有没有才能。在你带给我的东西里表明有些聪明。但是年轻人,你永远不要忘记,才能就是长期的坚持不懈,你努力干吧!”莫泊桑根据导师的指

导,几乎用了整整10年的功夫进行观察和写作训练。据说,他的写作稿在福楼拜的书房里堆积得像书桌一般高。正是由于经过严格的训练,有了充分的准备,莫泊桑才写出了被福楼拜称为“杰作”的《羊脂球》,成为文坛新星。

从这里我们可以看到,坚持不懈的奋斗,是莫泊桑把握机会、开创机会的原因。试想,如果莫泊桑急于发表作品,不愿做长期艰苦的准备,老师再多再好不也是没用吗?

3. 永远不要认为“已经太晚了”

辛蒂是一家公司的兼职雇员,干得不错。后来,丈夫跟她一起从事这一工作。然而不幸降临——女儿染上重疾,房子起火,许多同事辞职,工作经常处于停滞状态。两辆轿车卖掉了,钱花得一干二净。情况越来越严重。

祸不单行,婆婆又突然生病。对45岁的辛蒂来说,一切都要从头开始似乎太难了。可是辛蒂并不认为自己老了。一切都还来得及。

在这种信念的支持下,辛蒂重新振作起来。她跟丈夫商量,她继续从商,丈夫到外面去工作。他们身无分文,背着庞大的债务。在这种情况下,他们又开始工作。

一点一点地，一天一天地，一次还一点债，他们终于熬过来了。现在，辛蒂在某一知名的商业公司任总经理。当有人问起她成功的经验时，她没有在经营告诫上费时间，而是劝告人们从现在开始一切都来得及，永远不要认为已经太晚了。

美国西北大学社会教育专家伯尼克·纳加坦教授说：“三十年前，人们做事情喜欢循规蹈矩。今天，人们的生活环境变化太大了，无论多大岁数，都有机会改变自己。”

4. 不要认为自己不行

运气好的人一般都是自信的，相信自己什么都行。胆小怕事的人往往觉得运气不好。幸运可能会使人产生勇气，勇气又会帮助你得到好运。

一个曾为自己是文盲而感到非常痛苦和自卑的妇女，在她女儿出生以后，这种自卑感就越发强烈。作为母亲，能为自己的孩子念些什么？

有一次，她在电视上看到了有关当地举办识字班的通知。刚开始她不敢报名，但最后还是克服了公众面前出丑的羞怯心理，用颤抖的手拨通了报名的电话。尽管这样，她还是认为自己不行。经过一年的学习，她说：“现

在变化多大啊！我已经能为自己的女儿念故事书了。再也不会为邮件的到来而感到束手无策了。”

我们一旦许下了诺言，就要看到它成为现实。发现了新的生活之路，就意味着战胜了旧生活中的自己。如果你梦想得到它，就要开始行动；每行动一次，它就倍增你的信心。理想和诺言都出自你自己，它将引导你走向成功之路。

朋友，机会就在你的眼前，而能否抓住它，取决于你的行动。新的生活姿态和新的努力，可以使失败变为成功。我们不要作茧自缚。我们都需要把握住随时出现的机会并能够果敢行动。

二、充分利用你的天赋

程秋是1980年的高中毕业生，连续几年参加联考都不能如愿。因为他对当年那种以背诵为主的学习方法很不习惯。到了1984年，他却以优异的成绩考上了一所学院的美术系。这究竟是怎么回事呢？

原来,他很小的时候就表现出特别的绘画才能,未上学的时候就经常趴在地上画飞机、大炮。10岁时就跟大人一起创办连环画墙报,逢年过节,都替左邻右舍画一些年画。假日到野外写生,围观者都推测他父亲一定是一位画家。其实,他父亲只是银行的一名小职员,母亲也认不了几个字。正因为如此,他的美术天才迟迟没有被发现。

几度名落孙山之后,程秋开始对自己走过的路进行思考。他发现自己的天赋不是在语言文字方面,而是在美术方面。这个发现使他敲开了美术学院的大门。

天赋对于人一生的影响是巨大的,对其开辟新道路是重要的因素。一般来说,天赋是天生的,自然给予的,包括一般的能力如音乐、数学或体育等方面的才能。天赋转换成技能要经过训练、学习而获得。你有音乐天赋,对音乐的旋律、节奏等的感觉都比较精确,但仅有这些你还不能成为钢琴演奏家或指挥家,还必须经过专门的技能培养。当然,这些技能的获得,有音乐天赋的人比没有音乐天赋的人容易得多。对任何人都是这样,最有效的做法就是找到他的天赋所在,然后在那个领域里培养

本领。

假如你拥有一种天赋，能够与各种类型的人相处得很好，你就应该倾尽全力培养一种和大家一块和睦工作的本领——那就是筹备并主持会议、处理争端、促使人们协调工作。假如你的天赋在美术方面，你应该去学习一些特殊的本领，如写生、雕塑、工艺设计等。

在莎士比亚的著名歌剧《哈姆雷特》中，大臣波洛涅斯告诉他的儿子：“至关重要的是，你必须对自己忠实，正像有了白昼才有黑夜一样对自己忠实，才不会对别人欺诈。”波洛涅斯在劝告儿子要根据自身最坚定的信念和能力去正视不同的生活。

然而，大多数人总发现自己在犹豫之中。怎样做才能不虚度一生？怎样才能知道自己选择了合适的职业或恰当的目标，最有效地开发自己的潜能呢？

社会心理学家的研究结果和经历证实，与其让双亲、老师、朋友或经济学家为我们制定长远规划，不如了解自己的天赋是什么，了解自己擅长做什么。举例来说，有人在数学运算中表现速度快而准确，但有人却不然；有人能很容易地写成一份报告，但有人却觉得难之又难；有人适

宜独立工作,从头到尾一个人进行,有人善于协调,乐于团队合作。那么你呢?你应充分了解你自己擅长做什么,即了解自己做哪一类事情是最轻而易举的,而对别人是棘手的,因为你的天赋会帮助你成功。

只要你对自己的过去做一个小小的回顾,你就会发现自己的天赋。假如你小时候就能拆装手电筒和其他小玩意儿,你就很可能胜任在实验室里的工作;你过去一直口齿伶俐、思路敏捷,那语言文字方面的天赋将使你有更多的职业选择,如小说家、诗人、新闻记者、秘书等。还有外交联络、科学家、企业经理的工作以及任何涉及到通讯联系的工作都需要有好的文字表达能力。

常常听到有人这样说:“他真是糟蹋了自己的天才!”你自己又如何呢?为了使你自己变得更加有用,你应尽量地发挥自己的天才。因此,你应该抓住一切机会,从事相当程度的冒险。譬如说,你不确定自己能不能打网球,却根本不让自己有机会到球场去,拿起拍子实地打球,那你怎么知道自己有没有打球的潜能呢?当然,到球场去有相当的冒险性,但能不能打球,还需要到球场上去才能得到证实。没有这样的冒险,你怎能发现自己确实有打

球的天分呢？总之，你一定得尽力抓住一切机会发现自己的潜能。

天赋，对一些人来说确实是得天独厚的。天生的盲人，就难以发展包括绘画在内的许多方面的能力；而当其他条件大致相当时，一个身材高一些的人比身材矮一些的人在篮球和排球等体育运动中要有利得多。

可是在我们的社会里，大多数人只有普通的天赋，即普通的智力水准和身体素质，他们或在农村种地，或在工厂开车，或当警察，或做理发师、售货员，或是小店的老板。但也有很多例外的情况，这些职业中的一些人天资聪颖，这就意味着他们没有获得机会到更精深更专业化的部门工作，或意味着没有充分运用他们的潜能。或许，你就是其中的一个！尽管你现在极其普通，但只要你不低估自己的潜力，你就能学会更充分地发挥自己所具备的天赋。

举个例子来说，要是有人说你的菜烧得很好，也许你会说：“哪里，哪里，其实烧得不好。”或者说：“这算不上什么特殊的才能。”可是菜烧得好，可能会发挥你的特殊才能。菜烧得好需要相当的条件：不但要有创造力，时间要