



亚马逊网站畅销书作者

世界著名心灵激励导师的思想札记

The Greatness Guide

Powerful Secrets For Getting To World Class

卓有成效的 启迪

人生与事业成功的秘诀

[美] 罗宾·夏玛 / 著 晨星 / 译

 金城出版社
GOLD WALL PRESS

THE GREATNESS GUIDE
ESSENTIAL SECRETS FOR GETTING TO THE TOP

The Greatness Guide

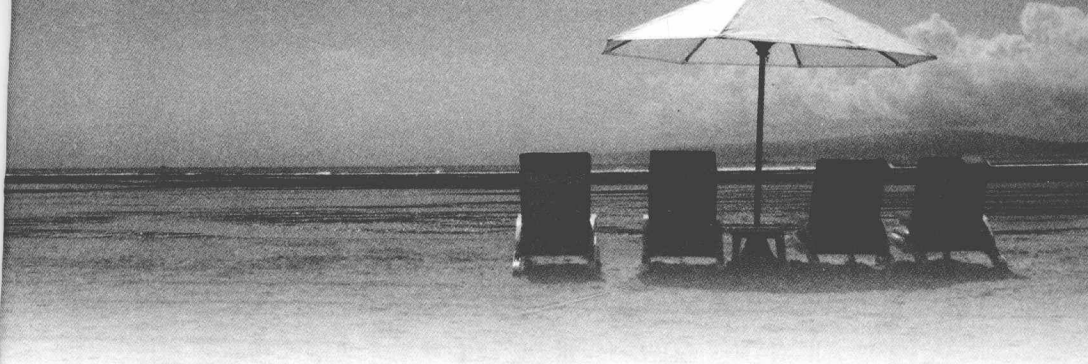
Essential Secrets For Getting To World Class

卓有成效的 启迪

成功者如何管理时间、精力、金钱、人脉、知识、技能、情绪、压力、健康、幸福、快乐、成就、财富、自由、人生

张其成 著

中信出版社
CHITING PRESS



The Greatness Guide

Powerful Secrets For Getting To World Class

卓有成效的 启迪

人生与事业成功的秘诀

[美] 罗宾·夏玛 / 著 晨星 / 译



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

卓有成效的启迪：人生与事业成功的秘诀 / (美) 罗宾·夏玛著；晨星译. —北京：金城出版社，2009. 7

ISBN 978-7-80251-190-3

I. 卓… II. ①罗… ②晨… 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 (2009) 第 090089 号

THE GREATNESS GUIDE: POWERFUL SECRETS FOR GETTING TO WORLD CLASS

by ROBIN SHARMA

Copyright: © 2006 BY ROBIN S. SHARMA

This edition arranged with HARPER COLLINS PUBLISHERS LTD. (CANADA)

Through BIG APPLE TUTTLE - MORI AGENCY, LABUAN, MALAYSIA.

Simplified Chinese edition copyright: 2009 GOLD WALL PRESS

All rights reserved.

著作权合同登记：01 - 2008 - 5539 号

卓有成效的启迪：人生与事业成功的秘诀

编 著 罗宾·夏玛

责任编辑 李 健

开 本 680 × 980 毫米 1/16

印 张 14. 5

字 数 150 千字

版 次 2009 年 7 月第 1 版 2009 年 7 月第 1 次印刷

印 刷 北京金瀑印刷有限责任公司

书 号 ISBN 978-7-80251-190-3

定 价 28. 00 元

出版发行 金城出版社 北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 邮编：100013

发行部 (010) 84254364

编辑部 (010) 64210080

总编室 (010) 64228516

网 址 <http://www.jccb.com.cn>

电子邮箱 jinchengchuban@163.com

法律顾问 陈鹰律师事务所 (010) 64970501



我将此书连同深深的敬意与崇高的爱献给我的父母。你们不仅给了我生命，而且给了我追求生活充实的永不衰竭的热情。因此，我由衷地感激你们！





译者序言

我怀着极大的兴趣并以满腔热情翻译完了《卓有成效的启迪》一书，因为我从心里喜欢这本书。它好似一位循循善诱的师长，又好似一位知心朋友在与你聊天，聊人生，聊事业，聊如何才能使一生过得有意义，聊如何才能取得事业的成功……

- 每一天，生活都向你开启一扇扇机遇的小窗。你的命运最终将由你如何回应这些机遇之窗来诠释。
- 集中精力 + 天天提高 + 时间 = 天才。深刻理解这一公式，你的人生将永远不会在原地踏步。
- 我们必须继续勇敢地面对我们的胆怯畏惧并使我们的生命做出更多的贡献。
- 失败，是伟大成功必付的代价。失败，是获取辉煌成就不可或缺的组成部分。

这个星球上最优秀的公司遭遇的失败比普通公司多。同样，这个星球上最成功人士遭遇的失败比芸芸众生多。对我来说，唯一的失败是未去尝试、没有梦想和不敢有所作为。真正的风险隐藏在风平浪静的生活中。

- 疾病，损失，失望，没有谁生活中没经历过这样的东

西。但是，你和我都有力量选择驾驭外界环境。当情况突变险恶，我们总是选择坚强和积极应对。我们有权力把前进路上的绊脚石变为我们走向伟大成功人生的垫脚石。

- 个人的和事业的伟大成功是日积月累劳作的结果。我从来没说过：你不必以奉献和自我克制的名义做出一些牺牲和付出一些代价就能实现自己的梦想。
- 具有非凡气质的人与我们其他人的不同之处在于：在生活出现不可避免的挫折时，他们所作的反应。
- 我想在我依然年轻的时候，就有老年人的经验。而且，我认为我已悟出实现这一目标的途径：彻底摧毁人生世俗的时间表。……经历越多，人生越精彩。胜利属于阅历最广的人。
- 胡蹦乱跳地即兴爬山，你是攀登不上珠穆朗玛峰之巅的。只有一步一步，持之以恒，你才能登上峰顶；只有一步一步，坚持不懈，你才能达到目标。
- “做好事并在身后留下岁月风暴永远无法摧毁的美德。”

没有任何居高临下的说教，也没有咄咄逼人的高谈阔论，而是作者从自己的亲身经历或身边实实在在的人与事说起，谈自己的感悟和所得到的启迪，言简意赅，画龙点睛，道出人生之真谛，揭示世间哲理之精髓，亲切而自然，如行云流水萦绕你的脑际，注入你的心田。

译完这本书，近几年来我心头的一个疑团也烟消云散：西方文化似乎不强调人生观、世界观，而是偏重于强调“彰显个性”、“实现自我价值”。这本书澄清了我的这一模糊认识。仅



管西方人不强调人生观、世界观，但是“人为什么活着？”和“怎样活着？”依然是其价值观的核心。他们同样提倡人生在世要有所作为，特别是能为那些需要的人做些事情；强调能为所在的组织机构、社团乃至社会做些贡献，为使世界更美好而贡献自己的一分力量。

由此可见，世界各地的人们，尽管民族不同，语言不同，风俗习惯不同，对世界的看法不同，思想方法不同，然而理想是相通的。西方文化强调“彰显个性”、“实现自我价值”本身没有错，重要的是看其在什么前提下强调。作者在书中说，人内心最深切的渴望或许是：活着是为了比“为活着而活着”更高尚的目标。“物质财富并不能使人永远快乐。而且，生活中还有许多东西远比这更为重要。”他还援引西蒙·佩雷斯的话予以说明：“发现比自身更重要的事业并为其奋斗终生。”倘若为了这更高尚和更为重要的目标“彰显个性”、“实现自我价值”，不是应该提倡和鼓励的吗？

任何观点和主张都不能片面和走极端，偏颇难免出问题。作者在书中特别强调一种平衡，我认为很有道理。他说：“奉献出自己并尽可能地帮助你身边所有的人。……成为那些特殊人物中的一位，他们离开时使身后的人们比初见时更好。但是，我也建议你不要成为殉道者。……在善待他人、关心他人与善待自己、关心自己之间保持平衡，在释放你的能量、激励他人奋发图强与重新注入能量、持续激发自己之间保持平衡。努力保持爱他人与爱自己之间的微妙平衡。”

可以说，《卓有成效的启迪》是作者用实例对自己所尊崇的价值观的解读，字里行间闪烁着真知灼见，涌动着真情实感。作者称：“我今生的使命相当简单明确：我想帮助人们成

为出类拔萃的人和帮助组织机构达到世界水平。我豪情满怀决心实现这一梦想并为把这个世界变得更美好而尽自己的一分力量。对我来说，这不仅仅是事业，而是我的天职。”由这席话我们不难理解，作者罗宾·夏玛为什么会成为一位享誉世界的领导才能培训专家，为什么微软、IBM、谷歌、Nike 和美国国家航空航天局等都成为其麾下国际领导才能培训公司的客户。

《卓有成效的启迪》是他继《卖掉法拉利的修道士》等一系列畅销书之后又一力作，在美国和其他一些国家都已赢得众多读者。希望你也喜欢这本书，希望它能成为你的一位知心朋友，在人生的旅途中时刻陪伴着你走向人生与事业的伟大成功！

晨星

2008年12月28日



① 我不是“古鲁”.....	1
② 哈维·凯特尔与机遇之窗.....	3
③ 没有什么像成功那么失败.....	6
④ 成为工作的摇滚歌星.....	8
⑤ 日常生活定义你的人生.....	10
⑥ 与甘地一起品咖啡.....	12
⑦ 付出得多 收获得多.....	14
⑧ 沐浴在清风里.....	16
⑨ 挤时间多思考.....	18
⑩ 领导才能始于额外一英里.....	20
⑪ 米克和参照点.....	22
⑫ 生意就是公关.....	24
⑬ 海绵鲍勃给人的生活启迪.....	26
⑭ 如何成为更快乐的人.....	28
⑮ 勤奋工作 幸运临门.....	30
⑯ 了解自己的天赋.....	33
⑰ 多听少说.....	35
⑱ 顾客用心购买.....	37
⑲ 学会说“不”.....	40

- 20 破釜沉舟..... 41
- 21 快速培养领导人..... 43
- 22 你的1英里/4分钟记录..... 45
- 23 突破原有的局限..... 47
- 24 让告和人生的意义..... 49
- 25 领导并非是人见人爱..... 51
- 26 你在宣讲什么福音?..... 53
- 27 保持最佳状态的最好做法..... 56
- 28 文化为王..... 58
- 29 你的时间表不会撒谎..... 61
- 30 像父母一样出类拔萃..... 63
- 31 做令人叫绝的商人..... 66
- 32 爱你所有 追你所思..... 68
- 33 像首席执行官一样思考..... 70
- 34 向运动员学习..... 72
- 35 热情奔放..... 74
- 36 成功并非妩媚动人..... 76
- 37 拥抱派对与世事悲哀..... 79
- 38 好人的价值..... 80
- 39 压力下的优雅..... 82
- 40 更放松 更开心 更高产..... 85
- 41 两个魔力单词..... 88
- 42 天天死一次的价值..... 90
- 43 客户聚集与外出午餐..... 92
- 44 做无头衔的领导..... 94
- 45 尽自己的一分力量..... 96



46	你玩吗?.....	98
47	避免“4F综合症”.....	100
48	问题透露敏锐.....	103
49	喜欢惹恼你的人与事.....	105
50	像明星一样讲话.....	107
51	学习还是任衰老.....	109
52	建立良好人际关系的简单策略.....	111
53	摇滚明星酷似诗人.....	113
54	创新者的咒语.....	115
55	愉快与幸福.....	118
56	600 美元的一个三明治.....	119
57	优秀公司有益于业务.....	121
58	旨在成功的工作安排.....	123
59	胜利属于阅历最广的人.....	125
60	效仿 Diddy 创品牌.....	127
61	尽享恩赐.....	130
62	早起——聪明之举.....	132
63	谁把“成功”变成一个贬义词?.....	136
64	善于生活.....	138
65	史蒂夫·乔布斯的问题.....	140
66	你的酷少点什么?.....	142
67	不问不得.....	144
68	卖掉你的办公桌.....	146
69	强健体魄 胜任领导.....	148
70	卓越的领导才能和孩子们的衣服.....	150
71	财富的七种形式.....	152

- 72 应用 U2 标准..... 155
- 73 学得更多 挣得更多..... 157
- 74 透过理解的眼睛观察..... 159
- 75 你家的心脏..... 161
- 76 成为激励人奋进的人..... 163
- 77 崭露头角 引人注目..... 165
- 78 并非所有的领导都一样..... 167
- 79 确定目标的六大理由..... 169
- 80 牢记回镖效应..... 172
- 81 让人感觉愉快..... 174
- 82 致力于一流水平..... 176
- 83 进行大扫除..... 179
- 84 遵循百万美元宝贝的规则..... 181
- 85 地球是小的..... 183
- 86 客人是上帝..... 185
- 87 时间之美..... 187
- 88 登上峰巅和驾驭变化..... 189
- 89 关于“请”，怎么啦？..... 191
- 90 博恩·乔维与专一的力量..... 193
- 91 开列“我去世之前要做的 101 件事”清单..... 195
- 92 与你的孩子们在一起欢度时光..... 197
- 93 认真工作与生活乐趣..... 199
- 94 尊重优秀的设计..... 201
- 95 艾威扬矿泉水和顶呱呱梦想家..... 203
- 96 成为加思那样的人..... 205
- 97 永不放弃..... 207



98	多关心些自己.....	209
99	猜猜谁激励我?.....	211
100	如何获得永生.....	213
101	有权成就伟大成功.....	215



我不是“古鲁”^①

媒体有时称我是具有领袖魅力的（或者自助自立的）“古鲁”，其实我不是。我是一名普普通通的人，只不过碰巧学到了一些思想和掌握了一些工具。这些思想和工具已经帮助许多人实现了最辉煌的人生和帮助许多组织机构达到了世界先进水平。

但是，我必须讲清楚：我与你没有任何不同。我怀有希望、抱负和梦想，我奋斗不止，但也遭遇过一次次挫折，心里也有胆怯和恐惧。我有过春风得意的美好时光，但也有过深切痛苦的时刻。我曾经做过多次非同寻常的漂亮选择，但也犯过一些不可饶恕的严重错误。我就是一个人——一个不懈劳作的人。如果我有的思想，你认为精辟有见地，请理解为：那只是因为平日里，像你将做的那样，把时间与精力都用在了求知上。冥思苦想各种切实可行的途径，帮助你去表演今生最精彩的戏剧和登临伟大成功的巅峰。苦苦思索我怎样才能帮助一些公司脱颖而出鹤立鸡群。无论做什么事，只要持之以恒，你的

^① 古鲁（guru），原指印度教、锡克教的宗教领袖或教师，后泛指精神领袖、导师、专家、权威。

见解就会有一定深度，而且更接近真理。然后，人们就会称你为“古鲁”。

在印度，在班加罗尔一家书店举行的签名售书会上，一个人听见我说“我不是‘古鲁’”，便向我走过来，问：“你为什么听人家叫你‘古鲁’那么不舒服？‘古’在梵文里意指‘黑暗’，‘鲁’的意思是‘驱逐’。所以，‘古鲁’一词即指这样的人，他驱逐黑暗，带来更多理解和光明。”观点独到！令我深思！

我有过春风得意的美好时光，但也有过深切痛苦的时刻。我曾经做过多次非同寻常的漂亮选择，但也犯过一些不可饶恕的严重错误。我就是一个人——一个不懈劳作的人。

我想，我的不舒服源自这一情况：如果你认为我与你不同，那么你就会说“好了，罗宾讲的那些事情，我做不来，因为我没有他的天赋和能力。他所讲的那些事情，对他来说，做起来易如反掌。他是‘古鲁’呀！”事实不是这样！很遗憾，让你失望。我只是一个勤勤恳恳工作的人，力求充分利用我每天的时间，成为两个讨人喜爱的孩子的称职的单身父亲，并且希望——某种程度上——能对人们的人生产生影响。这儿没有什么“古鲁”。不过，我的确喜欢“驱逐黑暗”这一想法，为此应该学习更多的东西。或许哪位“古鲁”能助我一臂之力。



哈维·凯特尔与机遇之窗

我不是总做得那么好（我已经告诉你：我不是“古鲁”）。但是，请相信我一直不遗余力地信守诺言和保证言行一致。然而，我只是一个普普通通的人，这就是说，有时候我也摔跤（虽然迄今还没有摔过大跤）。我就是这个意思。

我花了很多时间鼓励我的读者与参加我举办的个人与组织领导水平研修班的人们“勇敢地面对自己的胆怯畏惧”，抓住出现在你面前的“机会的立方”（种种机遇）。我鼓励我的客户去梦想、去发光、去挑战，因为对我来说，生活得好就是达到自己的最高水平和做到最好。而且，在我看来，阅历最丰富的人才能成功。大多数时候，我是一个爱走访那些曾经令我惊恐和发生过令我难堪尴尬的地方的人。不过，最近我不这样做了。很遗憾！

有一次，在多伦多商业区的四季宾馆的前厅里，我正准备前往先进医学光学仪器公司做演讲，这家公司是我们领导培训的一个老客户，也是一个给人印象深刻的组织。我一抬头，猜我看到了谁？哈维·凯特尔（Harvey Keitel）。是的，是主演《落水狗》（Reservoir Dogs）的大电影明星哈维·凯特尔。能