



成功一定有方法

『不为失败找理由
要为成功找方法』

如果你希望成功，当以恒心为良友，以经验为参谋，以当心为兄弟，以希望为哨兵。

——爱迪生

在人类历史上，可能没有任何时代的人像今天这样渴望成功，人们对于成功的关注达到了前所未有的高度，成功的涵义被阐述得越来越深刻，成功的方法也被分解得越来越多，以至于人们有时颇感困惑，究竟是哪种方法最直接有效呢？

王 林◎编著



地震出版社





青少年白金版
成功一定**有方法**
藏

王 林◎编著



东方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成功一定有方法：青少年白金版/王林编著. —北京：地震出版社，
2010. 9

ISBN 978-7-5028-3790-7

I. ①成… II. ①王… III. ①成功心理学—青少年读物

IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 166996 号

地震版 XT201000122 (XM0023)

成功一定有方法——青少年白金版

王 林 编著

责任编辑：江 楚 赵艳芳

责任校对：孙铁磊

出版发行：地震出版社

北京民族学院南路 9 号

邮编：100081

发行部：68423031 68467993

传真：88421706

门市部：68467991

传真：68467991

总编室：68462709 68423029

传真：68455221

E-mail: seis@ht.rol.cn.net

经销：全国各地新华书店

印刷：九州财鑫印刷有限公司

版 (印) 次：2010 年 9 月第一版 2010 年 9 月第一次印刷

开本：787×1092 1/16

字数：307 千字

印张：20

书号：ISBN 978-7-5028-3790-7/B (4430)

定价：36.00 元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题，本社负责调换)



在人类历史上，可能没有任何时代的人像今天这样渴望成功。今天，人们对于成功的关注已达到了前所未有的高度，成功的涵义被阐述得越来越深刻，成功的方法也被分解得越来越多，以至于我们有时颇感困惑，究竟哪种成功方式方法是最直接有效的呢？

事实上，很多时候我们都陷入了一个误区——把简单的事情复杂化了，为什么当我们竭尽全力地去追求成功时，成功却迟迟未来？问题就在于我们把成功看得太复杂了，把原本简单的问题复杂化了，这正是大多数人与成功无缘的主要原因之一。其实，成功的法则很简单。

美国成功学大师拿破仑·希尔说：“其实，每个人都具有成功者的机会。”亦即每个人在起跑点上是一样的，至于起跑后的差距则是日积月累发展出来的。虽然每个人都有获得成功的机会，但是，其中总是有些人显得比其他“更幸运些”。幸运会不会落在你的头上，就完全要看你的本事和努力的程度了。

生活，像一条纵横交错的河流，向任何人都敞开着，只要你准备好舟楫，就随时可以荡起希望的双桨。至于你能否闯出那变幻莫测的迷阵，到达理想的彼岸，这就不仅要看你划船的功力与毅力，而且要看你选择航道的本领了。

成功者不一定具有超常的智能，也大都没有特殊的机遇和优越的条件，只是他们知道如何去努力，如何去拼搏而已。

成功并非一场竞赛，也不是一座难以逾越的高山。它只是你生来就具有的权利。人生在世，每个人都有自己独特的禀性和天赋，每个人都有自己独

特的实现人生价值的切入点，你只要按照自己的禀赋发展自己，不断地去努力奋斗，就不会埋没自己的潜能，就能获得应有的回报。

每个青少年都渴望健康成长，都希望创造辉煌和成功。然而，令人十分遗憾的是，我们常常看见周围有为数不少的青少年，他们虽有一颗向上的心，却没有得到正确的引导和呵护；他们虽有远大的理想，收获的却往往是痛苦和失望。何以会这样呢？怎样才能避免这种悲剧呢？

爱迪生告诫我们：“如果你希望成功，当以恒心为良友，以经验为参谋，以当心为兄弟，以希望为哨兵。”这启示我们：追求成功，追求卓越，需要掌握一定的方法，遵从某些基本的原则。

本书通过列举大量的、精当的事例和简明的原则，为青少年改变思维方式、了解生活中的各种规律、摆脱生活中的困惑和烦恼、立足现在、脚踏实地地奋斗并最终实现成功指明了方向。只要你认真阅读并积极尝试，就能够从中受益，努力去创造和把握更多的机会，逐渐改写平凡的人生，开创绚丽多彩的未来。



第 一 章

成功其实并不难

美国成功学大师拿破仑·希尔说：“对于生活，我们有选择权，我们能够选择，改变平庸的生活。”成功其实并不难，照着成功人士的话去做，坚持下来就行了。无论做什么事情，只要肯努力奋斗，是没有不成功的。个人的人生和命运，主要取决于其个性、精神以及后天的努力。生活不会迁就我们，成功的秘诀只有两个：一是适应，二是改变。在很多时候，只有适当改变自我，才能最大限度地适应生活，进而获得理想的人生。要想获得理想的人生，就必须抱持正确的态度，积极面对生活，热情地去努力，生活才会如你所愿。

你应该自己把握、决定你的未来	(3)
要努力思考和探求生命的价值	(5)
有助于成功的最简明的法则	(7)
培养成功的特质	(10)
培养成功所必需的几种能力	(14)
高情商更有益于你的成功	(18)
善于适应环境的人才能拥有更广阔的空间	(23)

善于利用机会的人容易成为生活中的优胜者	(26)
获得成功的诀窍就是全力以赴	(29)
改变那些阻碍你获得成功的错误态度	(32)

第 二 章

只有学会思考，才能开启成功的大门

巴尔扎克说：“一个会思考的人，才真正是一个力量无边的人。”天才与常人的区别也许就在于是否拥有一双善于发现的眼睛和一个善于思考的大脑。在创造过程中，思考是极为重要的环节。要想很好地进行创造，就必须有专门的时间去思考。不善于思考就不可能发现问题，也就谈不上有更多的想象与创造。假如不在思考方式方面进行调整，不学会独立思考，不会进行批判式思考，不能找到属于自己的道路，在生活中就会遇到障碍。常规是束缚创造力的关键，如果我们能够打破常规，冲出重围，就可以开启成功的大门。

思维决定前途	(39)
养成良好的思维习惯	(41)
养成科学用脑的习惯	(45)
积极培养独立思考的能力	(48)
努力培养创造性思维能力	(51)
创造性思维的核心是丰富的想象力	(55)
每个人都可以激发自己的“新思想”	(57)
“偶然的机遇”只给那些善于独立思考的人	(60)
“思维定势”是一把“双刃剑”	(62)
青少年要学会善作决断	(64)
放弃也是一种智慧	(67)

青少年要掌握的几种高效思维的方法	(74)
一些可能使你变聪明的创造技能	(79)
几种有助于青少年有效解决问题的技巧	(85)
克服有碍创新的不良思维倾向	(90)
要有敢于凭直觉做出决定的勇气	(95)
试着用简单的常识解决难题	(97)

第 三 章

你对自己的看法是决定成败的一个重要因素

在生活中，很多人之所以失败，根本原因往往不是能力低下，力量薄弱，而是信心不足，不敢尝试。平庸和默默无闻在很大程度上都是自己造成的，要抱怨只能抱怨自己。除了我们自己以外，没有人能贬低我们。如果我们坚强，就没有什么不良影响能够打败我们。生活中有些东西我们无法改变比如贫寒的出身、平庸的相貌、不幸的遭遇，但有些东西人人都可以选择，比如自信、乐观、毅力、勇气和奋斗。只要不放弃努力，我们完全能够用可以改变的一切弥补那些我们无法改变的不足。

既要看到自己的弱点和不足，更要看到自己长处	(103)
对自我发展和幸福生活的追求才是最重要的	(105)
相信自己必定会成功才是正确的思考方法	(107)
如何才能树立充分的自信心	(110)
努力树立一个强大、积极的自我形象	(112)
努力克服自身缺陷，战胜自卑	(115)
通过自我暗示培育积极的心理状态	(118)
在信心面前，很多事并不难	(121)
各种难关都不足以阻止一个人成功	(123)

世界上本没有真正的绝境	(126)
设法从失败中获益然后继续尝试	(129)
在挫折面前你必须坚强起来	(132)

第 四 章

采取积极的态度去应对困难

成功更多依赖的是人的恒心与忍耐力，而不是天赋与才华。在人生的旅途上，人人都会碰到艰难险阻。选择逃避是最容易但却是损失最大的。在生活中，很多人失败的主要原因，就是选择了放弃。只要你不放弃，坚忍不拔，勇往直前，迎接挑战，就有成功的机会。不管面对什么样的困境，你都可以对自己说：不要放弃。对于意志坚强的人来说，失败只不过是理智的又一种光芒，而困难则是激发坚毅品格的新动力。沮丧和打击无法击垮他们，反而只能把他们全身的勇力气势磅礴地激发出来。一个人如果有了坚强的意志，在苦难中保持积极乐观的态度，就容易冲破各种艰难险阻，取得最后的成功。

要么你去驾驭生命，要么生命驾驭你	(139)
把视线投向积极的方面，世界就会变得更美好	(142)
你可以通过努力改变现在不如意的生活环境	(148)
全力拼搏的人才会有光辉的前程	(151)
努力从失败中找到正确的方法	(154)
把困难当作磨练坚强性格的磨刀石	(158)
依靠信念冲破生活中的各种阻力	(162)
进行自我暗示，迅速使自己重新鼓起勇气	(166)
努力把信念提升到强烈的地步	(170)
通过努力，提高自己抵御挫折的能力	(172)

在生活的磨难面前使自己成为强者	(175)
不要坐待好运从天而降	(178)
多行一步就会离成功更近一步	(181)
努力越过困难和障碍的栏杆	(183)
努力成长，在经历中使生命变得更成熟	(185)
坦然面对孤独，努力发展自我	(188)

第 五 章

有了明确的目标，生活就有了方向

在很大程度上，命运掌控在我们自己的手里。我们只有采取积极的态度去努力，去拼搏，才能够获得成功，活得精彩。在现实生活中，有太多太多的人，因为没有目标而白白耗费了一生。理想是指路明灯，没有理想，就没有奋斗的方向，没有方向，就没有成功的生活。要达成伟大的成就，最重要的秘诀在于确定你的目标，然后采取行动，朝着目标前进。唯有如此，你才能赢得辉煌的人生。

要有生活的理想和实现计划	(193)
欲追求卓越人生，须精心规划未来	(195)
在青少年时代确定理想和志向至关重要	(200)
一定要根据自身的特长来设计前程	(202)
找准方向，矢志不渝	(205)
确立得体的目标作为人生奋斗的方向	(207)
准确合理地确定自己的优势目标	(210)
有限的目标会造成有限的人生	(214)

第 六 章

一定不要低估了自己的发展潜力

许多人终生一事无成，往往是因为他们低估了自己的能力，妄自菲薄，戴尔·卡耐基说：“多数人都拥有自己不了解的能力和机会，都有可能做到未曾梦想的事情。”每个人都有很多潜在的才能和能量。为了更好地生存下去，我们应该尽量开发、利用自身的潜能，使它们都化成人生实实在在的成就，让生命在多个方向实现突破。

每个人都有巨大的潜力等待发掘	(219)
青少年要学会尽量将自身的潜能正确引导出来	(222)
青少年该如何充分发挥和运用自己的才能	(225)
增强你的信念才能更好地发掘潜能	(228)
给自己创造条件激发前进的动力	(233)
抬头远眺，攀上更高的山峰	(236)
不断进取的人才能更好地实现人生的价值	(238)
为了成功，你要永葆追求的热情	(241)
努力开拓人生，成为超越时代的不凡之辈	(243)
正确引导自己勇往直前	(248)
抱持坚忍不拔、旺盛持久的进取心	(252)
努力战胜成功路上的心理障碍	(254)

第 七 章



只有抓住现在，才能创造灿烂的未来

黑格尔说：“抓住时间，以改善自己、改善环境、改善世界，就是生命的意义。”时间对于每个人都是公平的。但对于抱持不同生活态度的人，又有截然不同的回报。世上不知有多少本来能够成功立业的人，都因为把难得的时间轻易放过而致默默无闻。杰出者总是努力成为时间的主人，他们十分地珍惜时间，善于高效地利用时间。同样，如果你希望出类拔萃，你必须重视时间的价值，认真对待眼前的每一天。

为了追求卓越必须充分利用时间	(259)
生活节奏是一个人能否取得成就的重要因素	(262)
克服怠惰的习惯，不断地去努力	(264)
将有限的资源投入特定的目标	(266)
合理安排时间，争取更高的效率	(268)
稍加改变，摆脱“时间总是不够”的窘态	(272)
让时间更加充裕的简便实用的技巧	(274)
茶余饭后的时间都有可利用之处	(278)

第 八 章



最重要的是把自己力所能及的事情做好

在岁月的长河中，我们所做的每一件事，都如同我们随手撒下的一粒种子，在时光的滋润下，慢慢地生根、发芽、抽枝、开花，最终结出果实。漫长的一生中，我们的命运看似变化莫测，但实际上，我们今天所走的每一步都已为明天埋下了伏笔。也就

是说，我们的明天，是由今天的所作所为决定的。要想爬到最高的山峰，必须脚踏实地地迈好每一步。成功都是由一件件小事积累而成的。要实现远大目标，就必须踏踏实实地把手边的事情做好。因为，手边的每一件小事，正是你理想大厦的一砖一瓦。

要从小事做起，成功是积累的结果	(283)
为了要达成主目标先设定一些“次目标”	(285)
青少年要懂得“循序渐进”地积累知识	(287)
成功与不成功的差别只在一些小小的动作	(289)
为了日后的顺利发展要尽早注重性格的培养	(292)
青少年可通过多种途径培养良好的性格品质	(296)
促进精神的成长，培养成熟的心理素质	(299)
努力完善自己的个性，不断超越自我	(301)

第一章

成功其实并不难

美国成功学大师拿破仑·希尔说：『对于生活，我们有选择权，我们能够选择，改变平庸的生活。』成功其实并不难，照着成功人士的话去做，坚持下来就行了。无论做什么事情，只要肯努力奋斗，是没有不成功的。个人的人生和命运，主要取决于其个性、精神以及后天的努力。生活不会迁就我们，成功的秘诀只有两个：一是适应，二是改变。在很多时候，只有适当改变自我，才能最大限度地适应生活，进而获得理想的人生。要想获得理想的人生，就必须抱持正确的态度，积极面对生活，热情地去努力，生活才会如你所愿。



^

^

^

^

^

成功
一定 方法

The Wisdom Of Success Inspiring Teen-agers To Greatness



你应该自己把握、决定你的未来

1965年，一位韩国学生到剑桥大学主修心理学。在喝下午茶的时候，他常到学校的咖啡厅或茶座听一些成功人士聊天。这些成功人士包括诺贝尔奖获得者、某一些领域的学术权威和一些创造了经济神话的人，这些人幽默风趣，举重若轻，把自己的成功都看得非常顺理成章。时间长了，他发现，在国内时，他被一些成功人士欺骗了。那些人为了让正在创业的人知难而退，普遍把自己的创业艰辛夸大了，也就是说，他们在用自己的成功经历吓唬那些还没有取得成功的人。作为心理学系的学生，他认为很有必要对韩国成功人士的心态加以研究。1970年，他把《成功并不像你想象的那么难》作为毕业论文，引起了很大轰动。

《成功并不像你想象的那么难》后来鼓舞了很多。它从一个新的角度告诉人们，成功与“劳其筋骨，饿其体肤”、“三更灯火五更鸡”、“头悬梁，锥刺股”并没有必然的联系，只要你对某一事业有兴趣，或者有自己的优势，长久地坚持下去，你就会有收获。

美国最成功的广告人之一 S·肯尼迪曾这样写道：

“近20年来，我做专业演讲师，每年都可以获得几万美元的回报。但我小时候却结巴得厉害，我很害羞，不善于与他人相处。当我刚开始演讲时，我浑身不对劲，极不舒服。我早期录制的演讲磁带十分糟糕，如果现在能在市场上发现的话，我想把它们都买回来毁掉。我现在基本上靠写书维持生计。我出版过6本书。我出版的书籍、使用手册、课程等等远销世界各地，每年赚钱超过百万元。每年有成千上万的人愿意掏钱订阅我的刊物。可是我

还记得，当年我在学校里的写作成绩却是 C，新闻学成绩是 B。我在中学时，语文老师建议我将来做个管道工人，后来也有人给过我类似的建议。

“我想，所谓的‘天赋’这种想法和问题根本不相关。才华究竟是遗传得来的，还是后天培养而成的？这一问题的争论也不相干。倒不一定是无稽之谈，只是不相关而已。如果你受限在某一领域中，即使你真的没有天赋，只要你肯干，还是有补救的机会。如果你很想在某个领域出人头地，又恰巧在该领域具有‘天赋’，那就太值得可喜可贺了。不管你身处哪种情况，你决心要做的事情，十有八九都能实现。”

大多数的成功人士尽管在各自的领域里表现卓越，看起来轻松自如，但他们绝对不是天生就做得到的。比如，英国“维金航空公司”的理查德·布朗森，他称得上是最成功、最杰出、最知名的企业家之一。他盯上航空界巨人“英国航空公司”，打得人家落花流水。这 25 年来，他涉足的领域无不火爆。作为资产数亿的企业集团首脑，他真是令人不可思议，他连计算机都不会用，全靠纸和笔记本，又常常喜欢一头栽进自己完全不了解的行业中去。最有意思的是，他从 19 岁以来，借助个性鲜明的自我推销及媒体的报道，深受众人瞩目。然而，私下里他却很害羞，表达也有时含糊不清。在中学时他曾辍学，丝毫没有成就今日事业的教育背景。尽管几十年来他也频频接受采访，在电视上抛头露面，公开演讲，但他显然对这一切觉得很不自在。一位熟悉他的作家认为，布朗森缺乏安全感和不自在的感觉，是由于他小时候在学校时成绩不好，书也没念完。因此，如果把布朗森的成功说成是“天生的”，实在是不合情理。尽管如此，布朗森还是成为了亿万富翁。

如果你很想做某件事，却有人告诉你缺乏这方面的天赋，你一定不要信以为真。你不妨放开手脚去拼一把。你不亲自去试一试，怎么能知道你到底行不行呢？

你过去对自己天赋及能力的看法，你过去发挥或缺乏天赋及能力的经验，别人对你的天赋及能力的意见等，都可能影响你的前途，你不应该任由这一切主宰你，你应该自己把握你的未来。

事实上，有些关于工作的金玉良言，都是建议你如果想成为什么样的人，就朝着那个方向发展。因为你的努力会促使你达到既定目标。正如俗话说：“立大志，才能成大器。”