

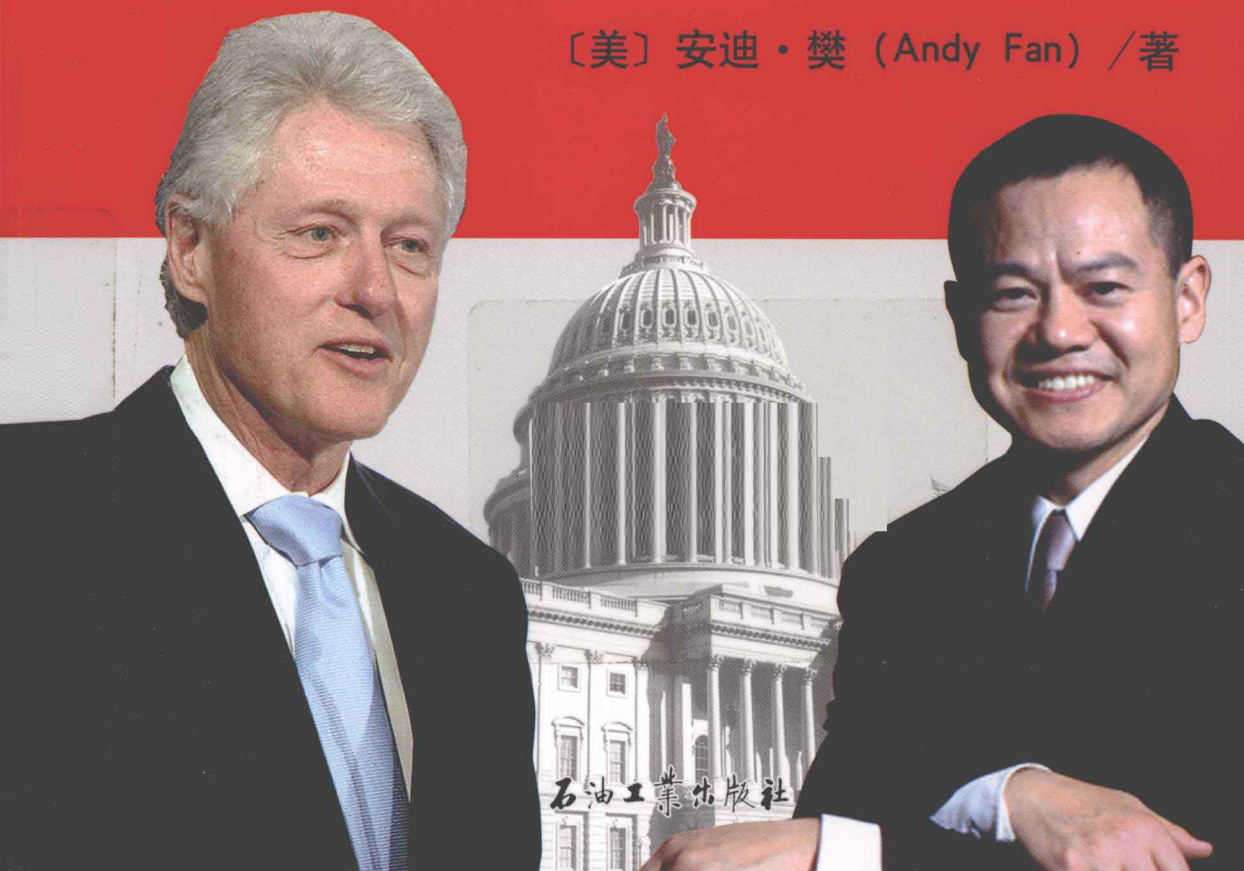
美国前总统克林顿特别为作者题词
尼克松前助理特别推荐

同时拥有财富、爱情、成功、幸福，原来就是5天工夫……

克林顿

教我5天成功的秘密

〔美〕安迪·樊 (Andy Fan) / 著



美国前总统克林顿特别为作者题词
尼克松前助理特别推荐

克林顿

教我5天成功的秘密

〔美〕安迪·樊 (Andy Fan) / 著

常州大学图书馆
藏书章



石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

克林顿教我 5 天成功的秘密 / [美] 安迪·樊 (Andy Fan) 著.
北京: 石油工业出版社, 2012.5
ISBN 978-7-5021-8316-5

I. 克…

II. 安…

III. 成功心理 - 通俗读物

IV. B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 036703 号

克林顿教我 5 天成功的秘密

[美] 安迪·樊 (Andy Fan) 著

出版发行: 石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号楼 100011)

网 址: www.petropub.com.cn

编辑部: (010) 64523616 64523611 发行部: (010) 64523603 64252978

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京晨旭印刷厂

2012 年 5 月第 1 版 2012 年 5 月第 2 次印刷

710×1000 毫米 开本: 1/16 印张: 13.5 插页: 4

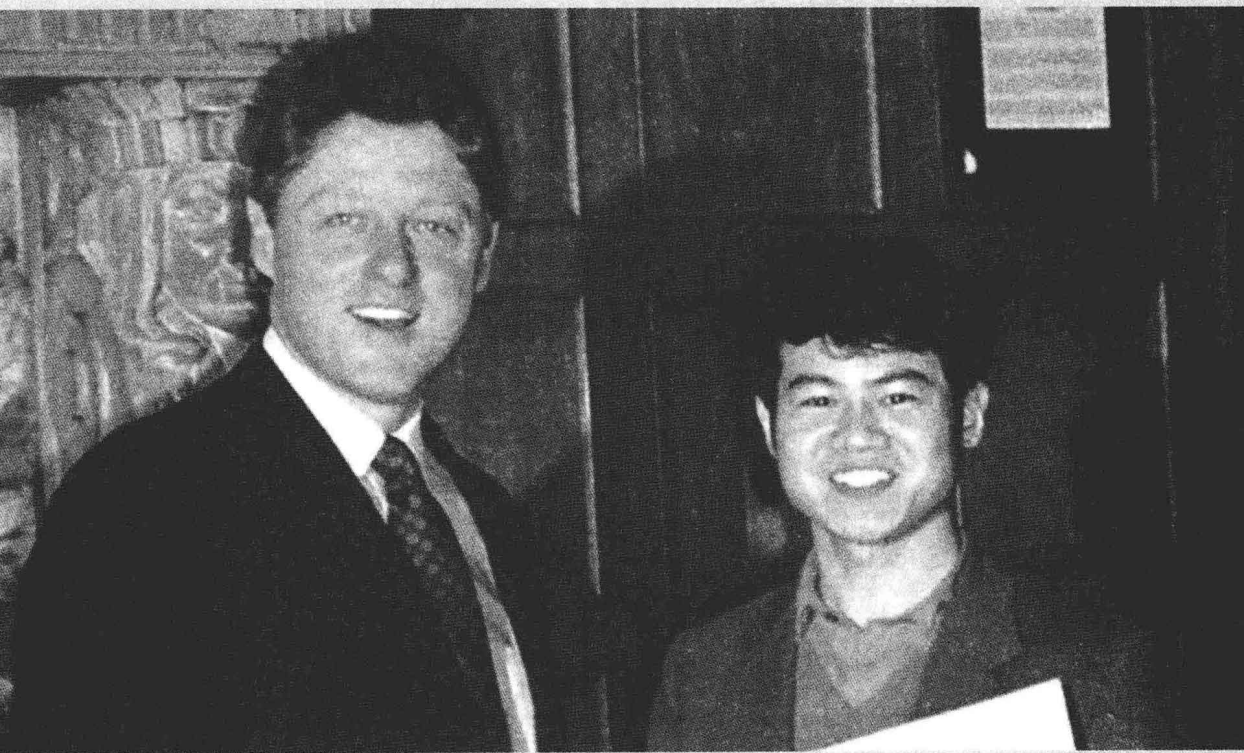
字数: 183 千字

定价: 28.00 元

(如出现印装质量问题, 我社发行部负责调换)

版权所有, 翻印必究

— 序 —
Foreword



Everything in the universe goes in endless cycles: life, matter, seasons ...
It takes but five days to totally change my life ... It can do the same for you ...

宇宙万物，周而复始，生生不息 …… 这五天改变了我的一生 …… 它也将
会改变你的一生 ……



在为克林顿做翻译的那段日子，有一次周五分手回家时，我问了一个我一直想问他的问题：If I want to be as successful and as happy as you are, what do I need to start doing next week, Monday through Friday?（如果我希望像您一样成功，像您一样幸福，下周我必须开始做什么，从周一到周五？）他很幽默地脱口而出：Andy, you know I work seven days a week, not five. That's how you get to be as successful as I am.（安迪，你知道我每周工作七天，而不是五天。那样你才可能和我一样成功。）在我还未来得及解释和找借口说“我周六需要和家人在一起，周日需要去教堂时”，他顿了一下，伸出5个手指，很认真地送了我5句话，那天晚上，我在日记里反复写这5句话……多年以后，受这5句话的激励和启迪，我决定总结出我一路走来对人生、成功、幸福的感悟、体会和思考，写下我自己对克林顿送我的这5句“成功秘密”的诠释和理解，《克林顿教我5天成功的秘密》就这样诞生了。

记得，当时克林顿伸出5个手指，扳着一个一个手指，很认真地对我说：“Andy, since you are lazier than me and work only five days a week, I give you five pieces of advice: Number One: first you need to change our mindset. Number Two: after changing your mindset then you can change your behavior and map of action. Number Three: sucess is a decision, you have to make a conscious decision to succeed in life. Number Four: happiness is a choice, you don't "become" happy, you are happy when you "choose" to be happy. Number Five: only passion can make your drem come true.”

（“安迪，既然你比我懒，每周只工作5天，那我就给你5个建议：第一，你首先要改变思维模式。第二：改变思维模式后你才可能改变你的行为和行动。第三：成功是一种决定，你必须作出一生要成功的要意识的决定。第四：幸福是一种选择，你不是“变成”一个幸福的人，你幸福是因为你“选择”要活得幸福。第五：只有激情才能使你梦想成真。”）

20多年来，这5句话成了我的“圣经”……

1997年，我在美国的事业陷入低潮。彷徨郁闷的我有一天在图书馆浏览，突然读到这段令我震惊的文字：

“第二次世界大战后，美国财富500强的公司里，有1000多名董事长，2000多名副董事长和5000多名总经理毕业于西点军校。”

我彻夜难眠，毅然决定申请去西点军校受训。虽然因为年龄超过而未能进入西点军校本部，但我被推荐进入密苏里州的美国陆军训练营，亲自接受了西点军校式“魔鬼训练营”的超强训练，尤其是在射击考核中，我五发五中，荣获美国陆军颁发的“神枪手资格勋章”，成为获此殊荣的第一个中国人。我当时在训练营被戏称为“以枪代拳的李小龙”，一时传为佳话。这段世界顶级的培训为我日后成为美国上市公司老板打下了坚实的心理和生理基础。当博鳌亚洲论坛秘书长龙永图先生用“融贯中西，文武双全”八个字来概括我既能成为美军神枪手又能成为中国畅销书作家的“能文能武”的经历时，我想到了克林顿送我的这5句话。如果说我有一点小小成就，可以说是这5句话成就了我。

我常被邀请参加中国规格最高的企业峰会和顶级论坛，包括2005年应邀参加北京“诺贝尔奖获得者与企业家对话专场”；2006年，我应福布斯邀请参加“福布斯中国城市投资论坛”，并与福布斯全球副主编 Russell Flannery 一起同台演讲。当媒体都说“这次福布斯的亮相和讲演，不仅让安迪在美国政商界的朋友们再次认识到他在中国的影响和地位，也让中国了解到一个已得到美国主流媒体和企业界认可并欣赏的华裔企业家”时，



我想到了克林顿送我的这5句话。如果说我有一点小小成就，可以说是这5句话成就了我。

2008年8月14日，北京奥运的第七天，我的新公司完成了美国上市审批的全部手续，在美国成功上市，正式成为美国一万多家上市公司中骄傲的一员，Yahoo，Google，MSN，PRWEB News等网络媒体都进行了全球财经新闻报道。从4月14日Yahoo等美国媒体第一次新闻报道我公司启动上市，到8月14日全面报道其成功上市，一共120天。当媒体都说“安迪创造了一个中国人强势闯入堡垒重重的美国上市公司圈的‘上市神话’，安迪也因此成为屈指可数的成功闯入美国上流精英阶层的海外华人的骄傲”时，我想到了克林顿送我的这5句话。如果说我有一点小小成就，可以说是这5句话成就了我。

2009年，我作为华商领袖之一，我和王石、潘石屹、柳传志、李开复、王中军等一同应邀参加“全球华人企业领袖峰会”，当媒体都说这次峰会“奠定了安迪在世界华商界的地位和品牌”时，我想到了克林顿送我的这5句话。如果说我有一点小小成就，可以说是这5句话成就了我。

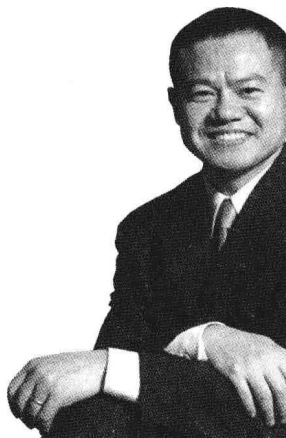
2009年，在《求是》杂志社主办的《红旗画刊》举办的全球商业领袖推选活动中，我荣获《2009·中华杰出商业领袖》奖，获奖理由：“青年才俊，用不懈努力成为美国总统翻译、畅销书作家和美军神枪手多项身份；商界天才，敢于打破固有惯例，运用崭新概念和策略，缔造100天上市神话；是融贯中西、文武双全的商界翘楚。”当媒体都说“安迪在企业界多年的奋斗和耕耘再一次赢得商界和社会的高度赞赏并赋予最高荣誉”时，我想到了克林顿送我的这5句话。如果说我有一点小小成就，可以说是这5句话成就了我。

2010年5月的一天，当我在中央电视台看到我亲赴灾区捐款救灾的镜头时，我想到了克林顿送我的这5句话。如果说我有一点小小成就，可以说是这5句话成就了我。

2011年1月18日，我与马云、刘永好、牛根生、龙永图、李稻葵、李东生、施正荣、蒋锡培、吴鹰、冯军等中国经济的领军人物一起参加2010年CCTV年度经济论坛，当在电视上看到我的特写镜头时，我想到了克林顿送我的这5句话。如果说我有一点小小成就，可以说是这5句话成就了我。

我的四本书多年畅销全国各地，一版再版，包括：《克林顿和我的一生》、《秘密：改变一生命运的宇宙法则》、《秘密：梦想成真的人生法则》、《融资：奔向纳斯达克》、《融资：奔向中国创业板》等，其中《融资：奔向纳斯达克》已跃升为财经类第二畅销书。另外，我的最新作品，由柳传志、王石、俞敏洪、潘石屹、李开复等联袂推荐的《融资：奔向中国创业板》也很快登上了畅销书第五名。据不完全统计，至少有四本杂志已经把我选登为封面人物，包括《Chinese Business Leader（华商）》，《发现》，《World Chinese Businessman（世界华商）》，《VIEW（大视野）》等。另外，《Commerce（商会）》杂志也将我选登为2010年特刊的封面人物。当媒体都说我“四书四刊、粉丝万千”时，我想到了克林顿送我的这5句话。如果说我有一点小小成就，可以说是这5句话成就了我。

2009年，为庆祝中华人民共和国建国60周年，表扬、纪念海内外为中华人民共和国成立60年在经济、政治、文化作出杰出贡献的60位华人楷模，由中国国家邮政总局和中国集邮总公司推出《复兴之路——共和国建国60周年、海内外60位华人楷模》肖像珍藏邮票及邮册，我荣幸当选，当选评语是：“三次辉煌：担任克林顿总统翻译；亲历美国‘西点军校’式魔鬼训练营；100多天将公司在美上市。著有《克林顿和我的一生》、《秘密：改变一生命运的宇宙法则》、《融资：奔向纳斯达克》等畅销书”。作为60位华人楷模之一，当我的肖像被印在2009年的中国邮票上作为永久纪念时，我想到了克林顿送我的这5句话。如果说我有一点小小成就，可以说是这5句话成就了我。



目录

第一天 改变思维

First you need to change your mindset.

你首先要改变思维模式。

择己所长，挖掘潜力 /5

大胆创新，改变观念 /14

人能改变心态，从而改变自己的一生 /23

坚定信念，有梦想才能成功 /31

第二天 改变行为

Then, you can change your behavior and map of action.

然后你才可能改变行为和行动。

总有一种角色适合你 /45

积极行动，把握机遇 /51

言出必行 /57

只有勇敢地改变才能迈向理想的境地 /59

第三天 选择成功

Success is a decision.

成功是一种决定。

笃信自己，不达成功誓不罢休 /70

好习惯是开启成功的钥匙 /78



要么做自己热爱的事业，要么热爱自己现在的事业 /90
愚者错失机会，智者善抓机会，成功者创造机会 /96

第四天 选择幸福

Happiness is a choice.

幸福是一种选择。

人生观决定个人幸福观 /108
珍惜拥有，你就是一个幸福的人 /113
心态是命运的控制塔 /120
世间最珍贵的是把握此时此刻的幸福 /131

第五天 激情人生

Only passion can make your dream come true.

只有激情才能使你梦想成真。

爱可能创造奇迹 /139
善于发现人生的价值 /147
用心去感悟生活，用快乐去拥抱今天 /149
良好的沟通需要充满激情的表达 /151

附录 1：百万富翁们白手起家、功成名就的 12 个秘密 /157

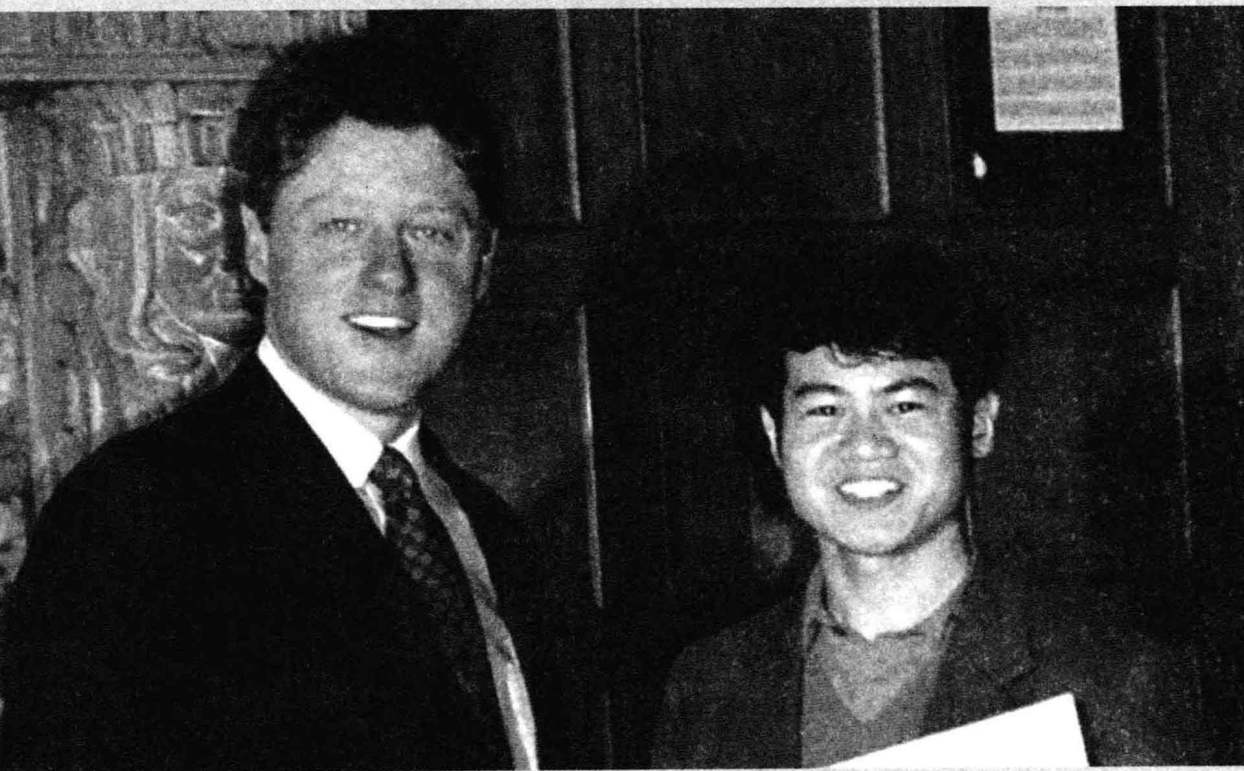
附录 2：安迪·樊 (Andy Fan)：

集“六大传奇”于一身的华商领袖 /193

Day 1

— 第一天 —

改变思维



…… First you need to change your mindset.

你首先要改变思维模式。



古代有位秀才在第三次进京赶考时，住在一个他经常住的旅店里。考试前两天他做了三个梦：第一个梦是自己在墙上种白菜；第二个梦是下雨天，他戴着斗笠还打伞；第三个梦是跟心爱的邻家小妹躺在一起，但是背靠着背。

秀才第二天就赶紧去找算命的解梦。算命的一听，连拍大腿说：“你还是回家吧。你想想，高墙上种菜不是白费劲吗？戴着斗笠打雨伞不是多此一举吗？跟邻家小妹都躺在一张床上了，却背靠着背，不是没戏吗？”

秀才一听，心灰意冷，回旅店收拾包袱准备回家。店老板非常奇怪，问：“不是明天才考试吗，你怎么今天就回家了？”

秀才如此这般说了一番，店老板乐了：“哟，我也会解梦的。我倒觉得，你这次一定要留下来。你想想，墙上种菜不是高种（中）吗？戴着斗笠打伞不是说明你这次有备无患吗？跟邻家小妹背靠着背躺在床上，不是说明你翻身的时候就要到了吗？”

秀才一听，更有道理，于是精神振奋地参加考试，结果中了个探花。

积极的人，像太阳，照到哪里哪里亮，消极的人，像月亮，初一、十五不一样。思维决定我们的生活，有什么样的思维，就有什么样的未来。

挪威著名剧作家易普生年轻的时候，曾经热衷于工人运动。有一天，当他正在写一些秘密联络信函时，忽然有一群警察包围了他的住宅。警察的呐喊声夹杂着敲门声，让人胆战心惊。

眼看警察就要破门而入，来不及烧掉这些机密文件了，怎么办？他心

想：警察进来一定会到处搜查机密文件，藏起来不是办法。他强作镇定，思考片刻之后，将所有的重要机密文件都一一揉成纸团，丢在桌椅下、纸篓里，并且把无关紧要的文件，藏在了床底下的一个小箱子中，这才打开大门。

一开门，警察就冲进来四处翻箱倒柜，他假装十分惶恐地朝床底下看了几眼。

经过训练的警察哪能放过他的眼神，立即搜寻床下，得意地拿走了大批无用的文件，也带走了易普生。自然，这些无用的文件使得易普生很容易就被无罪释放了。

要想突破困境，就要跳出僵固的思维习惯，甚至要逆向思维，才能取得主动权，通过引导别人的思考方式，来达到自己的目的。

再向大家讲述一个小故事。

有一天晚上，我与一个美国朋友过天桥时碰到了一位乞丐，这位乞丐刚开始像平日里的乞丐一样，张着双手向美国朋友乞讨。也许在中国这种情况太多了，所以这个美国朋友刚开始没有一点怜悯乞丐之意，出人意料的是，那位乞丐竟说了一句英文：“Please, mercy on me.”（可怜可怜我吧）。当时，美国朋友听到后就又走了回来，掏出 5 美元递给了乞丐。这个看似不起眼的事件其实蕴涵了一个深刻的哲理：什么事都有可能，成功随时都有可能，只要你能够创新，改变常规的思维。那个乞丐的成功乞讨无疑在于他用了不同于一般乞丐的乞讨用语。

有一则故事，讲的是一个犹太商人用价值 50 万美元的股票和债券作抵押向纽约一家银行申请 1 美元的贷款。乍一听，似乎不可思议。但仔细思考，你就不得被那位犹太商人的聪明才智而折服。那位犹太商人申请



1 美元贷款的真正目的是为了让银行替他保存巨额的股票与债券。按照常规，像有价证券等贵重物品应存放在银行金库的保险柜中，但是犹太商人却悖于常理地通过抵押贷款的办法轻松地解决了问题，由此，他省去了昂贵的保险柜租金，每年只需要付 6 美分的贷款利息。

只有先改变思维，才能改变生活；只有先改变人，才能改变人生。思维完全可以改变，只要你有足够的勇气。

美国有一家生产牙膏的公司，产品优良，包装精美，深受广大消费者的喜爱，业务蒸蒸日上。记录显示，前 10 年，每年的营销额增长率为 10% ~ 20%，这令董事会兴奋万分。

但进入第 11 ~ 13 年时，营销额则停滞下来，每月大体维持在同样的数字，董事会对这 3 年的业绩表现十分不满，便召开高层会议，商讨对策。会议中，有位年轻的经理站起来，对总裁说：“我这里有一张纸条，里面有个建议，若您要采用我的建议，必须另付我 5 万美元。”

总裁听了很生气地说：“我每个月都支付你薪水，另有分红、奖金，现在叫你来开会讨论对策，你还另外要求 5 万美元，是不是太过分？”

“总裁先生，请别误会，您支付我的薪水，让我平时卖力地为公司工作。但这是一个重大而又有价值的建议，您应该支付我额外的奖金。若我的建议行不通，您可以将它丢弃，1 分钱也不必支付。但是，您损失的必定不止 5 万美元。”年轻的经理说。

“好，我就看看它为什么值这么多钱？”总裁接过那张纸条，阅毕，马上签了一张 5 万美元的支票给那个年轻的经理。

那张纸条上只写了一句话：“将现在的牙膏开口直径扩大 1 毫米。”

总裁马上下令更换新的包装。试想，每天早晚，消费者多用直径扩大 1 毫米的牙膏，每天牙膏的消费量将多出多少倍呢？这个决定，使该公司第 14 个年头的营业额增加了 32%。

一个小小的改变，往往会引起意想不到的变化。当你习惯于旧有思维模式而走不出一条新路时，何不将你的思维打开1毫米？

下面，我们就开始第一天的训练：改变思维。第一天是最关键的一天，是迈向成功的基础和根本。思想乃万物之源……我梦我思，所以我存在……改变思维是改变任何事情的前提。

第一天，改变思维。

择己所长，挖掘潜力

每个人都有潜在的能量，只是很容易被习惯所掩盖，被时间所迷离，被惰性所消磨。

1858年，瑞典的一个富豪人家生下了一个女儿。然而不久，孩子染患了一种无法解释的瘫痪症，丧失了走路的能力。

一次，女孩和家人一起乘船旅行。船长的太太告诉孩子船长有一只天堂鸟。孩子被这只鸟的描述迷住了，极想亲眼看一看。于是保姆把孩子留在甲板上，去找船长。孩子耐不住性子等待，她要求船上的服务生立即带她去看天堂鸟。那服务生并不知道她的腿不能走路，而只顾带着她一道去看那只美丽的小鸟。奇迹发生了，孩子因为过度地渴望，竟忘我地拉住服务生的手，慢慢地走了起来。从此，孩子的病便痊愈了。女孩长大后，忘我地投入到文学创作中。她就是茜尔玛·拉格萝芙——第一位荣获诺贝尔文学奖的女性。



一个值夜班的工人半夜回家，想趁着皎洁的月光，他决定穿过坟场抄近路回家，不小心跌进一个墓穴。他急着要爬出去，可是墓穴太深，他爬得筋疲力尽，仍然无济于事。最后，他决定干脆休息一下，等明天早上再向路人求救。

这位工人在墓穴一角半梦半醒时，忽然一个醉汉也从上面掉了下来，那人没有注意到坑里已经有一个人了，一心想要爬上去，双手在两旁乱抓，可是怎么爬都爬不上去。那位工人不忍看他白费劲，就好心伸手抓住醉汉的脚说：“老兄，我试过了，不可能从这里爬出去的。”

谁知他话音刚落，那醉汉尖叫一声：“鬼呀！”然后三下五除二地从坑里蹿了出去。

人在紧要关头完全能激发他的全部潜能，实现他原来根本就不敢想象能够达到的目标。

有位师傅带着小徒弟在山涧漫游，忽然，小徒弟一声惊叫，指着远方急切地喊着：“师傅，你看，一只饿狼在追着一只仓皇而逃的兔子。”

小徒弟问道：“师傅，要不要救救那只兔子？我看它跑得好可怜。”师傅笑笑说：“不急，我出个题目：你猜这只恶狼能不能追上那只兔子呢？”徒弟想了想，回答道：“应该很快就追上了吧。”师傅正色道：“不对，追不上。”徒弟诧异问：“为什么？”

师傅慈祥地说：“因为恶狼在乎的不过只是一顿午餐，追不上兔子，它可以转而追捕其他东西。但是对兔子而言，那就大不同了。它若是被恶狼追上，自己的性命也就完蛋了，所以兔子会用尽全部力量来逃命，所以我说，恶狼追不上兔子，你看吧。”

果然，狼与兔子之间的距离越来越远，终于，狼放弃了。小徒弟又问：“师傅，照这么说来，恶狼永远也追不上兔子了？”师傅摸着小徒弟的

头说：“只要狼群一起行动，兔子跑得再快，还是逃不出它们的围捕。”

人之所以能够成功，或许他正如兔子般凡事全力以赴，故而得以完全激发潜能。而有人遭遇失败，或许就如狼一般，只是为了糊口。

讲这两个故事，就是让大家明白，我们每个人身上都有无穷的潜力，只要你善于挖掘，善于利用，最终都会走向成功。

挖掘潜力是改变思维的基础，一个人只有先认识到自身的潜力，才能建立自信心。

成功 = 正确的思想方法 + 信念 + 行动。

要想成为思想方法正确的人，必须具备顽强坚定的性格，挖掘潜力，不时进行“我行”、“我是优秀的”、“还需再改进”等心理暗示。

著名心理学家威廉·詹姆斯指出，要使一个人真正努力确实很困难。他以“疲乏的层面”来解释。通常人经过短暂的努力之后会感到很疲倦，然后想半途而废。我们很少能推动自己穿透疲乏的层面，挖掘下面隐藏的潜力。但是，如果真正推动自己，挖掘自己的潜力，往往会取得惊人的效果。

人体是一个无穷的宝藏，根据科学研究显示，如果把世界上最先进的计算机摆满纽约帝国大厦的每一层楼，其智力总和还不如一个小孩的大脑！苏联科学家发现，如果只开发人大脑一半的潜能，就可以讲 40 种语言，可以把百科全书全都背下来，和完成几十所大学的全部课程。可见，人大脑的潜力有多大。人体的能量真是无法估量的，人类进化到现在，本身就是一个奇迹！所以我常常跟我的员工说：“我们还没有意识到自己有多大的潜能！”

拥有如此巨大的潜能，每个人生下来就都应该成功。可有的人常常以自己傻、笨来搪塞他的失败，如果他能意识到自己的能量是如此的巨大，他也许就不会如此自我贬低。上天和父母赐给我们的能量远远超过了我们需要的能量，如果没有生理上的缺陷或不足，是不可能不够用的。只能说