

著者 『高效能人士的七个习惯』 认证讲师 史振钧

播种习惯 收获成功

想事
做事
成事

SEE-DO-GET

想事 做事 成事

著者

『高效能人士的七个习惯』

认证讲师

史振钧

图书在版编目(CIP)数据

想事 做事 成事 / 史振钧著. — 长春:吉林出版集团有限责任公司, 2010.9

ISBN 978-7-5463-3785-2

I. ①想… II. ①史… III. ①成功心理学—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第181390号

想事 做事 成事

XIANGSHI ZUOSHI CHENGSHI

著 者: 史振钧

出 版 人: 周殿富

策划机构: 北京中智信达教育科技有限公司
北京乐知信达图书有限公司

责任编辑: 范中华 孟祥婷

书装设计: 孙明晓

出 版: 吉林出版集团有限责任公司

发 行: 吉林出版集团北京乐知信达图书有限公司

电 话: 010-63101362 63104212

印 刷: 北京慧美印刷有限公司

开 本: 880mm×1230mm 32开

字 数: 130千字

印 张: 7.25

版 次: 2010年9月第1版

印 次: 2010年9月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5463-3785-2

定 价: 28.00元

如发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。

想做

唤醒你心中的天使，让我们的——

个人更积极，

家庭更幸福，

公司更兴旺，

社会更和谐！

史振宇

2010年11月28日·广州

习惯

我们首先养成习惯，然后习惯造就我们！

——“高效能人士的七个习惯”创始人 **史蒂芬·柯维**

做

这本书在实践层面上很好地诠释了“七个习惯”，帮助读者去挑战个人效能的高度，从而为所服务的组织和所处的社会作出贡献。

——“高效能人士的七个习惯”课程中国独家代理
睿仕管理顾问有限公司大中华区总经理 **陆强**

戒

像国学一样，本书能很好地唤醒你心中的天使。

傅斯年

序一：挑战个人效能高度，实践“七个习惯”

我是睿仕管理顾问有限公司大中华区总经理陆强，本公司负责《高效能人士的七个习惯》在中国同名课程的独家代理。

由史蒂芬·柯维博士撰写的《高效能人士的七个习惯》这本书已出版二十余年了，由睿仕管理在中国独家代理的同名课程也已开设十年有余，在当今世界范围内，如此长盛不衰的个人效能书籍及其配套课程是极为罕见的。但人们在叹服其理论之深邃、影响之深远、应用之广泛的同时，也深感学习研讨之要义在于付诸实践，而每每谈及于此总觉得缺乏足够的案例和生活事例加以参照。

史振钧先生的这本书在实践层面上很好地诠释了“七个习惯”，帮助读者去挑战个人效能的高度，从而为所服务的组织和所处的社会作出贡献。

作者以“七个习惯”为线索，结合大量的、不同人的工作和生



活中的事例来对其加以解剖，勾勒出了一幅在中国社会背景下个人效能的群像图，以“想事—做事—成事”的理论架构来提问，力图理解践行“七个习惯”的原则和方法的精髓。全书的内容可谓生动、精彩、深刻。

当今社会飞速发展，科学技术日新月异，每个社会组织都被要求以更少的资源创造更多的价值，随之而来的是每个人的能力受到前所未有的挑战。我们可以在现实生活中看到，学生乃至幼儿都面临着考试升学的压力，负担沉重；员工面临着日益提高的绩效目标的压力，精神紧张；退休老人面临着高通胀和低收入带来的经济压力，并且在高昂的医疗费开支下备受煎熬。城市中的居民受到房价暴涨后的压迫，农村的人们为了在城市中谋得一个有高工资、有保障的工作而四处奔波。

但是在社会生活的重重压力之下，我们也能看到巨大的发展机遇。学生有更多的机会选择不同的教育机构，公办、民办、中外合作办学，乃至选择出国留学；员工在市场经济的体制下有更多的机会发挥个人特质和潜能；老年人在社会日益进步的环境中得到越来越多的关注。城市中的老百姓在保障房机制下加快了住房条件的改善；农村的人们也在快速的城市化进程中受益。可以这么说，这是一个人才辈出的年代，也是造就社会精英的时代，“三百六十行，行行出状元”的社会发展规律并没有改变，反而有所加强。这些变化的关键在于如何实践。

如果说柯维博士的书给了我们一个原则，课程给了我们方法，

那么本书无疑是给了我们经验——这将给所有的读者以实践的信心和力量。

希望读者读完此书能与我有同感，并从此书中获得力量去实践“七个习惯”，成为高效能人士，从而造就个人成功，提高组织业绩，推动社会进步。

陆 强

2010年9月18日

序二：如何善用此书

这是一个信息爆炸的时代，似乎出一本书已经十分容易，但能出一本对个人、企业和我们这个社会真正有意义的书则不是那么容易，而这正是本书要挑战的一个高度！

对个人——让每个人都成为精英而不要成为蚁族

这是一个制造白领、金领，制造精英富豪的时代，这也是一个房奴、蚁族、蜗居族产生的时代，而问题是你可曾认真地想过这个问题——现在你属于哪一族？你正在成为哪一族？你将成为哪一族？有没有一些可行的办法，能够帮助人们成为前面的一族，而不至于落入后面的一族？

答案是肯定的，目前已经有很多书——有些还是十分流行的畅

销书——在研究这个问题。比如以史蒂芬·柯维博士的《高效能人士的七个习惯》为代表的理论体的书，比如以《杜拉拉升职记》为代表的小说体的书，又比如我们看惯了的以某一个具体个人的成功为案例的传记体的书，这些书都给了我们很大的人生启迪和心灵冲击。

能不能有一本这样的书——它能将这些起源于国外的理论与我们国家目前的实际情况结合起来，不是以某一个人的独特经历为原本，而是尽量多地让大家看到不同维度的、不同场景下的那些真实的、活生生的、就在我们身边的、我们触手可及的、与我们成万上亿的寻常百姓的实际情况结合起来的案例，来告诉大家如何从现在的处境中走出来，成为一个白领、金领，成为精英富豪。

本书就是帮大家来解决这个问题的。本书所选取的一些案例，全部都是发生在我们周围的案例。例如，一个大学生、一个门外汉如何成功竞聘进入了著名的大公司；如何在5年内拿到30万年薪；一个根本不会游泳的“旱鸭子”如何在3天内学会了游泳；一个白领如何改变了他粗心的毛病；一些敌对的人如何重归于好；很多关系业已破裂的父子、夫妻如何重修旧好；很多棘手的问题如何迎刃而解；一个弱小的团队如何战胜了强大的敌人；一些对生活几乎绝望的人如何重新焕发出青春并成为高效能人士；一些学校的差等生如何走入了亿万富翁的行列等。

在这些成功案例背后，主人公们也曾经历了痛苦与煎熬。他们也曾有过大学里的彷徨，有过找工作的烦恼，找到工作之后也曾面临令人头痛的办公室政治和如何更快晋升的问题；他们也曾面临无

法升入中学乃至大学的残酷现实，也曾面临到社会去创业的困惑，进入社会之后也曾遇到面对纷繁复杂的人际关系、社会关系束手无策乃至闹出笑话的困境。

他们究竟是如何处理考大学、找工作、上班、办公室政治、提拔、落榜、创业、社会关系、与人打交道、财富的原始积累及创造等这些问题，从而走向成功的彼岸的呢？相信每个案例都能给你一个有意义的启迪！

但还不止于此，除了实实在在的就发生在我们身边的这些实际案例之外，作为“高效能人士的七个习惯”这门课程的认证讲师，我还借鉴了这门伟大课程中的理论架构来给大家解剖这些案例。通过对这些案例进行“想事-做事-成事”的理论解剖，使得这些案例的成功密码得以破解，成为可以复制的东西，从而保障了我们能从每一个案例中都得到醍醐灌顶、茅塞顿开的收获！

这样一本书，这样一个安排，加上你的认真体悟，我相信你一定会有一个喜出望外的收获！

对公司和社会——让公司兴旺，让社会安宁

在每个人的心灵深处，都沉睡着一个“天使”和一个“魔鬼”，他们完全是受我们自己控制的。如果公司或者社会，能唤醒人们心中的天使，让魔鬼永远沉睡，公司的发展与社会的和谐就指日可待了。

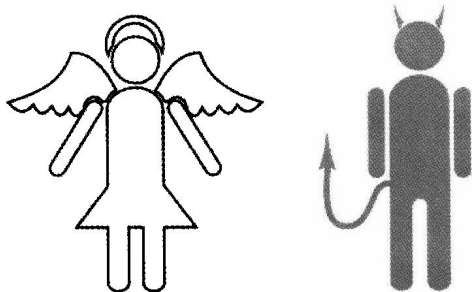
当心中的“天使”被唤醒，那么每个人就会感觉到主动积极的

掌控力，做事就会感觉到操之在我的能量，从而获得美好和成功；相反，当思想和行为唤醒了那个沉睡在心中的“魔鬼”，那么每个人都会变得被动消极，做事就会怨天尤人，团体与社会的发展就会举步维艰。

同样，因为我们自己的思想和行为，也会影响和唤醒他人心中相应的“天使”或者“魔鬼”。如果每个人心中的天使被唤醒了，这个世界就会变得美好祥和；如果每个人心中的魔鬼被唤醒了，这个世界就会到处都是狂魔乱舞。

从我们个人开始，由此延伸下去就影响到我们所在的家庭、所在的公司、所在的社区、所在的民族和国家，进而决定了我们每个人的生活是否幸福、家庭是否美满、公司是否兴旺、社区是否平安、民族是否昌盛、国家是否和谐、世界是否和平！

“天下兴亡，匹夫有责”，本书所讲的这些唤醒自己心中“天使”的方法，小可修身，大可齐家、治国、平天下。相反，如果唤醒了人们心中的“魔鬼”，小则毁己，大则败家、误国、乱天下（如下图所示）。



天使魔鬼图

这绝不是危言耸听。在中国传统文化中，儒家的“性本善”和法家的“性本恶”早已解释了这个问题，儒家的“修身、齐家、治国、平天下”也是在讲这个道理。西方心理学的很多学说也是在帮助人们进入自己的内心世界，唤醒自己心中的“天使”，从而自觉、自发地弃恶从善、主动积极。

史蒂芬·柯维的《高效能人士的七个习惯》，前三个习惯实际上就是写如何唤醒自己心中的“天使”的，后四个习惯则是写如何在与他人相处的过程中唤醒他人心中沉睡的“天使”。

还有著名的自然语言处理，主要包括催眠、完形和萨提亚三大部分。其中的催眠和完形主要就是讲如何进入我们个人的内心世界，学会自我审视，从而唤醒我们自己心中的“天使”；而萨提亚则是在此基础上，告诉我们如何与自己最亲近的人——父母、孩子、爱人等，建立亲密的关系，乃至如何与工作中的上下级、同事、朋友等更好地相处，实际上讲的就是如何唤醒他人心中的“天使”的问题。

纯粹的中西方哲学、心理学的思想难免让人产生距离感。通过很多活生生的案例，我们将这些高深的思想拉近到我们每个普通人身边，来告诉我们如何去唤醒自己和他人心中的“天使”，而不要去触动那个给这个世界制造麻烦的“魔鬼”，从而让我们个人、公司和这个世界变得更美好。

更难能可贵的是，本书不仅提供了很多生动的案例，而且还提供了很有用的、很具体的方法和工具，比如个人部分中“闭眼一分钟”、“自我审视四步法”和公众成功部分中的“天使卡”等。只

要你充分利用，那么你的人生一定会因此而改变，你的人际关系也一定会发生改变！

当我们个人是正确的时候，这个世界就正确了！

学习本书的三个步骤

为了使大家更有收获，我将本书大致分为三个部分，与大家一起分享：

第一部分，本课程的一些基本内容。主要向没有接触过课程的一些读者介绍，也希望使一些已经接触过课程的读者能够回忆起其中的一些主要观点和方法。这部分以两种形式出现：一是前面的总概要，二是放在每个习惯之首的介绍，有总有分，便于大家了解课程的内容。

第二部分，本书的核心部分。主要是本课程讲授过程中的一些所思所悟、动人故事和案例等。通过案例形式讲述高效能人士是如何应用这七个习惯的，而不遵循这七个习惯又会带来什么样的结果。相信每个案例都足以发人深省，能够带你走向“高效能”之路。

第三部分，想事—做事—成事。这部分主要通过提问的方式，让大家加深在原则、思维、行为层面的印象，从而获得更高效能的结果。

另外，我还在这些故事和案例的关键地方，标注出了其中所讲的习惯属于七个习惯中的哪一个，以便读者更好地理解和在实践中应用。值得说明的是，七个习惯是天然的、相互关联的、自成一体

的，所以你会发现，每个成功的案例往往体现了多个习惯，但这并不妨碍我们以其所体现的主要方面把它编入某一个章节。

衷心感谢吉林出版集团北京乐知信达图书有限公司，让我能够潜心将讲授七个习惯过程中的感动整理成册，呈现在这里与大家分享，并衷心希望凭借此书将这种“高效能”的能量传递给你，创造高效能的人生！

史振钧

2010年9月10日