

天下文化

心理勵志

全面成功

Over The Top

by Zig Z

陳秀娟

B823
9729

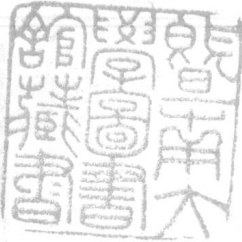
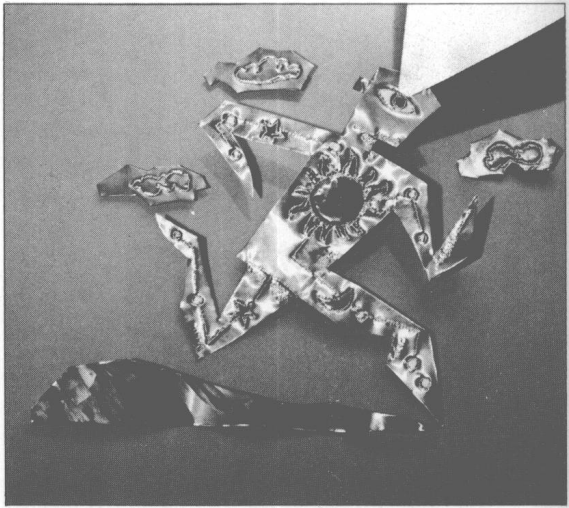
港台書室

金克拉 著 陳秀娟 譯

全面成功

心理勵志 35

封面設計／陳俊良



香港聯合書局

金克拉 (Sio Si-ka)

本書內容豐富，適合各年齡人士閱讀，是心理勵志的佳作。作者金克拉，曾任職於多間公司，現為自由撰稿人。本書內容包括：如何克服恐懼、如何處理壓力、如何建立自信、如何改善人際關係等。本書適合各年齡人士閱讀，是心理勵志的佳作。



774281

全面成功

原 著 / 金克拉

譯 者 / 陳秀娟

特約編輯 / 江孟蓉

封面設計 / 陳俊良

美術編輯 / 李錦鳳

社 長 / 高希均

發行人 / 王力行

法律顧問 / 理律法律事務所陳長文律師、常青國際法律事務所

出版者 / 天下文化出版股份有限公司

地 址 / 台北市104松江路87號四樓

電 話 / (02)507-8627

直接郵撥帳號 / 1326703-6號 天下文化出版股份有限公司

電腦排版 / 極翔企業有限公司

製版廠 / 利全美術製版股份有限公司

印刷廠 / 崇寶彩藝印刷股份有限公司

裝訂廠 / 台興裝訂廠

登記證 / 局版台業字第2517號

總經銷 / 黎銘圖書有限公司 電話 / (02)981-8089

著作權所有・侵害必究

著作完成日期 / 1995年1月

出版日期 / 1995年6月20日第一版

1996年7月15日第一版第5次印行 (11,001~12,000本)

定價 / 300元

原著書名 / **Over The Top**

by Zig Ziglar

Copyright © 1994 by Zig Ziglar Corporation

Chinese Translation Copyright© 1994 by Commonwealth Publishing Co., Ltd.

Published by arrangement with Thomas Nelson Publishing

All rights reserved.

ISBN : 957-621-269-3 (英文版ISBN : 0-8407-9112-7)

※本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本公司調換。

Over The Top

by Zig Ziglar

作者簡介

金克拉 (Zig Ziglar)

美國極富盛名的激勵演說家，足跡遍及世界各地，為各行各業人士傳播有關幽默、希望與熱誠的訊息，他目前擔任金克拉公司 (Zig Ziglar Corporation) 總裁，協助人們開發潛能，追求成功的生命，他同時也是著名的暢銷書作家，甚受大眾歡迎。

譯者簡介

陳秀娟

台大人類學研究所畢，曾任職出版社、雜誌社。現專職翻譯，譯有《科技夢成真》、《失控》等。

序

相信它，就看得見它

石滋宜

我相信，每個人在閱讀本書的任何一頁，都會有一些感情的衝動，也許在剎那間，它就會改變你的一生。

我認為，「知道」到「行動」是蠻遙遠的距離，但「感動」（感情的衝動）與「行動」的距離似乎等於零。

金克拉（Zig Ziglar）就是具有這樣能力的人，他是美國第一流的推銷員、領導者、激勵專家，更是一流的演說家，不但他本人具有這樣的魅力，他的書也具有同樣的感染力。

他重視的是看不見的東西，但卻是可以感覺到的最珍貴的東西，那就是人格的素質，也是邁向成功或攀登巔峯不可或缺的力量，這種力量是來自內心深處超意識境界裡

的自我。

正如金克拉所說的：當你體會出生活中的價值觀、品格、誠實、正直及感性的意義時，你才會更心平氣和地憑自己的毅力獲得更大的成就。

我非常喜歡他寫的書，因為：

當你得意忘形時，

它給你一瓢自省的清泉；

當你意志消沈時，

它給你一股莫名的鼓舞；

當你悲傷絕望時，

它給你一個振奮的希望；

當你迷失方向時，

它給你一盞指引的明燈。

我相信金克拉所寫的，我曾體驗到他所寫的許多小故事；甚至於我沒體驗過的，我也深信不疑。因為我相信它，所以我看得到它。

（本文作者為中國生產力中心總經理）

作者序

自助助人的哲理

有人說，真理可以否認，卻不容忽視。我同意。

《全面成功》(Over the Top)這本書在探討人生重大真理，並由此帶給你希望。我在書中將以許多真實的故事、範例、說明或寓言，闡釋各項重要觀點。這些觀點結合起來所呈現的，是一張以事實及原則為架構的人生藍圖，而不只是理論而已。同時，書中的素材都經過我從心理、生理及神學的角度加以研究、評量，每項原則也都得到許多人的支持與肯定。

本書堪為你的指南，可助你排除昔日的恐懼、罪惡感、憤怒，建立穩固的基礎，期望光明的未來。當你逐頁閱讀此書，你會發現，那些秉持倫理原則行事，以服務他人為人生目標的公司或個人，才能真正享受到成功的果實。

扎實的訓練

本書乃是訓練工具。田納西州的羅傑仕博士（Adrian Rogers）指出，字典中所謂的「訓練」（train）有五義：一是「為競賽而準備」，而人生本來就是場競賽；二是「在練習中學習」，我將給你一些著手的步驟；三、訓練亦即「演練」，書中的行動部分正好符合這一項；四、訓練是要「塑造正確形態」，在本書中，你也將會學到如何在心中描繪出你的「正確形態」；五是「接受紀律規範，以利使用」，而本書在紀律方面也提供一些極富啟發性的資訊。

在開始進行羅傑仕博士所說的訓練過程之前，我要先問你一些問題。當我提出問題後，請你先深思片刻再作答，特別是在每一章結束時，請暫停一下，回答以下的問題：我學到了什麼？對於所學到的東西，我有什麼感想？如何將所學的道理應用在日常生活之中？

更重要的是，本書是一本充滿希望、信念、鼓舞及樂觀的書。華德（William Arthur Ward）說得好：「當個樂天派有趣多了。悲觀者總是受疑慮、恐懼及不確定性所網縛；樂觀者則為信念所釋放、為希望所激發、為信心所鼓舞。」

本書乃是為你而寫，而且與你切身相關。葛德納（Andy Gardener）曾說：「金克

拉，你我屬於不同的世代，來自不同地方，政治理念相差十萬八千里，信仰也大不相同。然而，不管對於哪一個行業而言，你所提出的真理卻人人皆能受用。」

序 相信它，就看得見它 石滋宜 I

作者序 自助助人的哲理 III

第一章 攀越顛峯 1

第二章 做好準備，上路吧！ 13

第三章 爲自己的未來負責 33

第四章 繪出正確自我圖像 51

第五章 成功的基石 73

第六章 動機是關鍵 99

第七章 樂觀看世界 131

第八章 找出你的成功特質 159

第九章 爲夢想打樁 183

第十章 相準目標，全力以赴 207

第十一章 步上成功的階梯 233

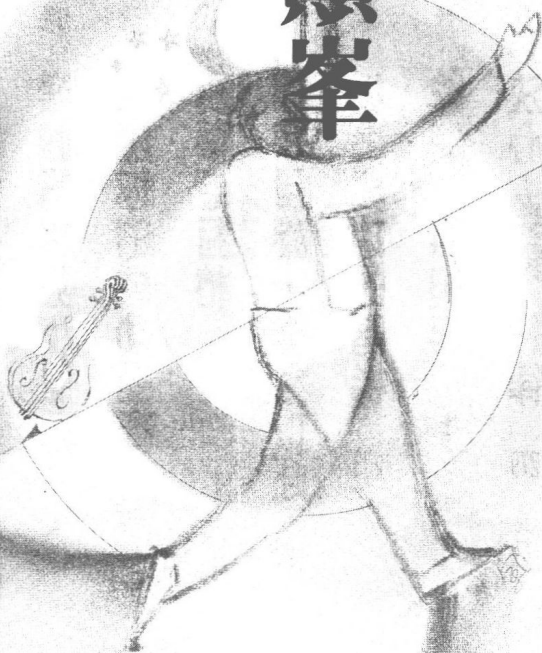
第十二章 跌倒，再爬起來！ 253

第十三章 決心・勇氣・紀律 279

第十四章 圓滿人生 305

攀越顛峯

第一章



人所受到的限制，不是來自國籍或膚色，
而是來自他懷抱的「希望」。

強森（John Johnson，強森出版集團總裁）

強森出版集團總裁強森何其有幸，能生長在阿肯色州的阿肯色市。這實在是無上的幸運，因為從地理位置上看，阿肯色市正好位於世界的中心。從此地出發前往世界任何角落，最長的距離都不會超過一萬二千英里。強森所到的最遠處，距出生的鐵皮屋雖然不到二千英里，卻已經夠遠了，足以讓他與知名藝人鮑伯·霍勃（Bob Hope）為鄰，並且成為全美排名前四百的巨富。

而你也同樣是個幸運兒，因為無論你住在何處，都一樣位於世界的中心，可以隨心所欲前往各個地方，而你所指的絕不僅限於地理位置而已。我必須事先警告你，這趟旅程一點也不輕鬆，在你攀上顛峯之前，免不了要經過一番跋山涉水，然而只要你的意志夠堅定，手中自然會握有如何前進的資訊。儘管旅途艱辛，倒也樂趣無窮，因為峯頂的景觀美不勝收，而金錢可能無法買到的回報，將使這趟旅程值回票價。更美妙的是，你會發現，達到目標這一過程本身的收穫，遠比登上高峯更重要。

他們可以，你也可以

你的出發點無關緊要，父母或祖先的職業對你的成就也不構成決定因素。魯登斯坦（Neil Rudenstein）的母親當女侍，父親是個獄警，可是他卻能當上哈佛大學校長。

財星五百大公司的總裁中，五二%若不是出身中下階級，就是貧困家庭。美國百萬

富翁中的八〇%，也都是白手起家。

艾洛伍德（Gerry Arrowood）本來只是個麵包師傅兼裁縫師，但後來卻成爲一家產值數百萬美元的化妝品公司副董，擔任銷售訓練的工作。

前不久，一項針對三百位世界級領袖所做的研究顯示，其中七五%的人若不是在貧苦中成長，或是幼年飽經虐待，就是身體重度殘障。

魏德邁爾（Charlie Wedemeyer）只有嘴巴能動、眼睛會眨，但他所調教出來的足球隊卻摘下全州高中的冠軍。

朗特絲（Pam Lontos）原本是個體重逾常、心情沮喪的管家，心理醫生告訴她這輩子是沒指望了，她卻著書出版，並成爲一流的演說家。

傅普（John Foppe）生下來就少了一隻手臂，卻在一九九三年由美國青商會遴選爲全美十大傑出青年。

強森的曾祖父是個奴隸，他本人則是個木訥寡言、缺乏安全感、又有O形腿的人，經常遭人譏笑，日後卻成爲美國的巨富。

麥伯倫——李伯瑞托（Jan McBarron-Liberatore）曾任護士八年，體重超過二百磅，菸不離手。如今的她體態輕盈，也戒了菸，同事都稱呼她麥伯倫醫師。

以上諸人的成功，都是遵循「攀越顛峯」的原則而來。我深信，只要你肯努力，這