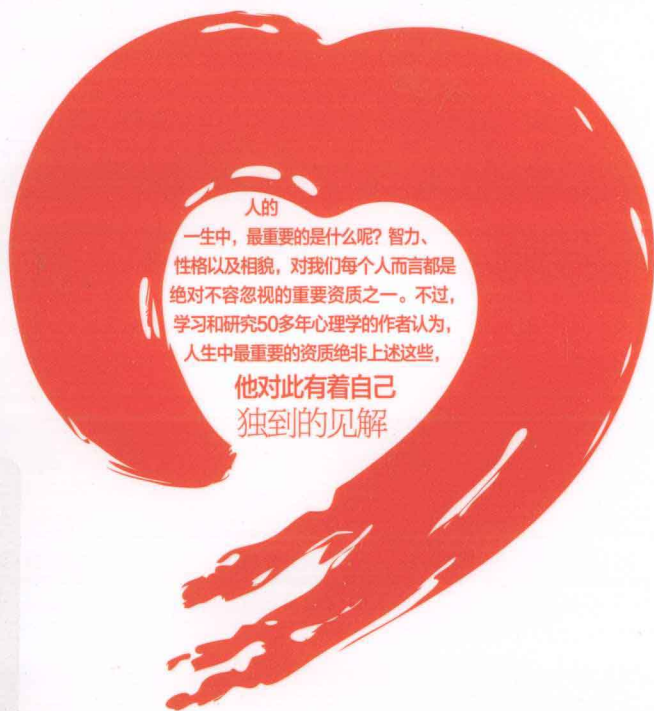


【韩】李勋求 著
千太阳 译

成功的真相

Truth Of Success



人的
一生中，最重要的是什么呢？智力、
性格以及相貌，对我们每个人而言都是
绝对不容忽视的重要资质之一。不过，
学习和研究50多年心理学的作者认为，
人生中最重要资质绝非上述这些，

他对此有着自己
独到的见解

爱因斯坦、爱迪生、史蒂夫·乔布斯等，这些我们熟知的伟人

他们在儿时的学习成绩很差，甚至有的中途辍学，

然而他们却在世界史上留下了辉煌的一页。

他们之所以能做到这一点，就是因为他们与我们不同，

他们有着非凡的动机和热情！有着满腔的热血与欲望！



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

<http://www.phei.com.cn>



電子工業出版社
Publishing House of Electronics Industry
北京 • BEIJING

의욕의 심리학

Copyright © 2008, Lee, Hun-gu

Simplified Chinese Copyright © 2012, Publishing House of Electronics Industry (PHEI)

Simplified Chinese characters translation rights arranged with Book21 Publishing Group through Imprima Korea Agency and Qiantaiyang Cultural Development (Beijing) Co., Ltd.
ALL RIGHTS RESERVED.

本书由BOOK21出版公司授权电子工业出版社以中文简体字版出版发行。

版权贸易合同登记号：图字 01-2011-6692 号

图书在版编目 (CIP) 数据

成功的真相/ (韩) 李勋求著; 千太阳译. —北京: 电子工业出版社, 2012.6

ISBN 978-7-121-17030-0

I. ①成… II. ①李… ②千… III. ①成功心理—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第096164号

策划编辑: 张 昭

责任编辑: 张 昭

印 刷: 北京中新伟业印刷有限公司

装 订:

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编 100036

开 本: 880×1230 1/32 印张: 5.875 字数: 200 千字

印 次: 2012年6月第1次印刷

定 价: 28.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系, 联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。

改变这个社会的人，大多数都不是什么天才。

他们往往十分平凡，

但又都是不断提升自己且意志坚定的人。

虽然没有令人羡慕的天赋，

但他们不论置身于哪个领域，都会全身心投入自己的工作中。

目 录

contents

第1章

若想成功，就要唤醒沉睡的欲望

欲望的力量 / 001

聪明就会成功? / 006

若想激发欲望，首先要恢复“自信” / 016

强烈的成就动机就是成功的原动力 / 018

成就动机是被开发出来的 / 022

应把成功归因于努力 / 027

寻找未来的可能性 / 031

本章要点 / 037

第2章

饥饿精神 提高欲望

欲望的进化 / 039

好奇心培养热情 / 044

自卑感引起竞争意识 / 049

欲望是为满足需求的斗争 / 052

一起了解家庭环境和欲望的关系吧 / 056

一起了解社会氛围和欲望的关系吧 / 064

本章要点 / 071

第3章

什么是意志消沉

欲望的本质 / 073

意志消沉也能成为一种学习 / 076

对失去控制的恐惧会引起意志消沉 / 078

意志消沉引起情绪障碍 / 079

从意志消沉中挣脱的方法 / 081

抑郁症与意志消沉十分相似 / 083

我的抑郁程度 / 086

从抑郁症中挣脱出来的方法 / 089

本章要点 / 099

第4章

积极回应能够唤醒孩子的好奇心

欲望的成长 / 101

控制感能够让人更活跃 / 103

失败可以让人变得更加成熟 / 105

通过训练培养成就动机 / 108

进行乐观性训练	/ 110
写 ABC 日记	/ 111
熟悉解释方式	/ 118
积极地面对悲观的信念	/ 122
本章要点	/ 134

第 5 章

重新设定人生目标

欲望的完成 / 137

导入 PERT 方式	/ 141
不要停止启迪	/ 144
对成就的报偿	/ 145
查找失败和成功的原因	/ 149
目标要高，起点要低	/ 151
不要惧怕失败	/ 154
告别坏习惯	/ 157
本章要点	/ 161

后 记 / 163

附 录 / 165

参考文献 / 178

第1章

若想成功，就要唤醒沉睡的欲望

欲望的力量

在人的一生中，最重要的是什么呢？偶尔向人们提出这种问题时，他们总会给出不同的答案。有人回答：“应该是智力吧？头脑聪明，学习成绩才会好，所以智力应该是最重要的。”还有人反驳这一观点说道：“那倒未必，我认为一个人的性格才是最重要的。不管再怎么聪明，如果性格不好，就很难有机会成功，所以比起其他，性格是最为重要的。”还有的人回答：“不是啦，像最近这样形象至上的时代，最重要的莫过于长相了。有句话是这样说的，无知可以得到宽恕，但丑陋是绝对不会被允许的嘛。”

当然，他们所说的智力、性格以及相貌，对我们每个人而言都是绝对不容忽视的资质。不过，学习和研究心理学50多年的笔者认为，人生中最重要资质绝非上述这些，并对此有着自己独到的见解。

已故现代集团名誉董事长郑周永并不是一个高智商的人，也不是一个性格非常好的人。当然，他的相貌也难以称得上是英俊。但是，郑周永董事长是在当代韩国最受尊敬的人物之一，他的功绩也得到世人的高度赞扬。人们认可他的成功，因为他是一个白手起家并成就辉煌事业的人。

郑周永董事长的学历只是小学毕业。然而，他却能够比那些获得世界名牌大学工商管理硕士（MBA）学位的人，更为出色地管理企业。那么，到底是什么让郑周永董事长如此成功呢？支持他不断进取，创建自己事业的动力，就是他内心的欲望。

郑周永董事长大胆地向不可能与不可抗拒发出了挑战。按当时韩国的产业技术水平来看，投资制造汽车和轮船是非常鲁莽的行为，甚至可以说是痴心妄想。当然有很多人为他的决定表示担忧，但是每当郑周永遇到这样的质疑，他就会反问那些人：“你们尝试过吗？”后来，这句话也成为象征他高昂斗志和勇于挑战

的标志。

我们通常认为伟大的发明家都具有超高的智商。通过电灯和留声机等多项发明，让我们的生活变得更加幸福的爱迪生，他真的就如人们所想象的那样，是一个智商超凡的人吗？

爱迪生说过“天才是99%的汗水加上1%的灵感”。就像这句话一样，他认为是努力让一个人成为天才，而不是这个人的智力。实际上，在他获得120多项发明专利之前，也遇到过数不胜数的困难和障碍，然而他却从来都没有出现过放弃的想法。为了克服这些困难，他一直都在坚持不懈地努力着。

有一次，被称为“博物馆”的爱迪生研究室发生了火灾。这场火灾，不仅让爱迪生的众多发明变成了灰烬，而且把他正要发明的留声机制造设备也烧得精光。大家是不是在想，爱迪生肯定会茫然若失地站在化为灰烬的发明品前面。但实际上，与我们所想的相反，他当时这样说道：“我的发明品已经全部储藏在我的大脑中了。现在是时候建立比之前更新、更漂亮的博物馆了。”他为此付出了更大的努力，建设了一个比以前更优秀的研究室，而且，最后还发明出了留声机。爱迪生这种不屈精神从何而来呢？那就是他心中渴望成功的强烈欲望。

第三十次尝试

有一些人经历一两失败就会心灰意冷、一蹶不振，甚至还会想要自杀。也有一些人，不管失败七次、八次，还是更多，他们都会重新站起来。如此，容易受挫折的人和百折不挠的人之间，到底存在什么差异呢？

美国前总统林肯可以说是百折不挠的代表性人物之一，在他当选为美国总统之前，经历过许多次失败。他小学只上了9个月，而且从20岁开始，他在事业上屡遭失败。从美国州议会议

员选举开始，他也连续落选，而且还参加过美国副总统竞选，结果却以100票之差落选。不过，屡战屡败的林肯并没有灰心，很快就又为下一次挑战做准备。他听到竞选失败的消息之后，马上跑到餐厅填饱肚子，又去理发店修剪头发。林肯在经历失败的时候，就如不倒翁那样，会马上重新站起来。让他意气风发继续奋斗的秘诀到底是什么呢？

2004年，我在延世大学研究生院为心理学专业招生的时候，曾招收过一个毕业于其他大学，专业也不是心理学的C女生。选择这一专业的学生，多数都是在延世大学攻读心理学专业的，所以选拔C女生，其实不仅对我，对她本人而言也是一次不小的冒险。尽管如此，我还是毫不犹豫地选中了她。理由非常简单，因为在面试的时候，我从她身上看到了对心理学的热爱，以及渴望成功的欲望。

当然，并不是所有的事情只要干劲十足、有着满腔的欲望就能进展顺利、畅通无阻。她在研究生院的生活，一开始并没有那么顺利。第一学期，她听了我的必修课“高级社会心理学”，我的讲座被学生们称之为“死亡讲座”，因为它是一门拥有许多课题，非常难以理解的课程。因此，C女生在完成这些课题的时候，同样也经历了很多挫折和痛苦。她每周都需要读三四篇英语论文和数十页的稿件，所以她感到吃力是理所当然的。她无法积极参与课堂上的讨论，而且她的发言也达不到令人满足的程度。因此，有时候我也会不由地想，我选她是不是选错了。

然而，过了一个半月之后，她的身上出现了令人惊讶的变化。她的发言开始变得准确，也开始逐渐参与课堂讨论，终于达到了提出新的研究思路的程度。后来我才听说，她因为读过很多遍稿子仍一头雾水，所以为了弄明白问题，连续熬了几天几夜。

毕业之后，我听到关于她的就业消息时，再一次震惊了。在她毕业的2006年，就业形式依然严峻，能够找到一个理想的工作，就像摘天上的星星一样困难。即使有着硕士学位，也会因为是女性的缘故，经常被就业单位拒之门外。但是，我却听说她在毕业之后，进了一家保险公司，在那里做的是保险推销员的工作。过了几个月之后，她因在短时间内创下了最高的业绩记录，得到了巨额的奖金，也因此成为保险行业新的“保险之星”。听到她在保险行业步步高升的消息时，我想起她在研究生院时期对学习表现出的极大热情，感到非常欣慰。

去年年末，她突然来到了我的研究室。她为我带来了一份小礼物，还说非常抱歉，这么长时间没能来看望我，接着向我递了一张名片。她跟我讲了自己毕业之后的工作经历。她在保险行业创下令人瞩目的卓越业绩，所以有机会去美国研修一段时间，目前负责针对VIP业务的高级顾问工作。

“啊，对了，教授！我写了一本书，不久之后就要出版了。”

她害羞地笑着，还说了一些关于出版的内容。

“是吗，你写了什么书啊？”

我感到惊讶，马上问她。因为我觉得在她这个年龄，以她目前的经验和名气，出版书是一件非常困难的事情。

“我就是总结之前从事保险推销工作时所积累的经验，然后写了相关的书籍。”

“是吗，不管怎么样，你在联系出版社的时候一定吃了不少苦吧？”

虽然她的经验很丰富，但是之前完全没有过写书的经验，所以在联系出版社的时候肯定吃了不少苦，这一点我完全可以想象。

“一开始，我向多家出版社寄出去的原稿全都被退了回来。尽管这样，我还是没有放弃，继续向第三十家出版社寄了稿子。终于我得到了这家出版社同意出版的消息。”

听到她这番言论，我不由佩服地点了点头。一个被三十家出版社拒绝的书稿，她竟然没有感到丝毫的灰心，仍然在继续联系出版社。这样的经历，虽然说起来非常轻松，但行动起来却是一件不容易的事情。一般情况下，作者们会向四五家出版社同时投稿，如果每一次都遭到拒绝，一般人肯定会感到气馁，并对自己丧失信心。然后，在低落的情绪中自暴自弃地说：“可能是我写得太烂了吧，所以才会被这么多的出版社拒绝。”

因为丧失了信心，所以就此把原稿丢到一旁，任它在角落里落满灰尘，再也无法鼓起挑战的勇气。

看着她慢慢走出研究室的背影，我再一次深刻地领悟到，成功绝非易事，它更不会自己主动找上门来。在三十次的尝试与失败之后，仍能不惧挫折，只有拥有这样的热情和欲望，才能找到打开成功之门的钥匙。

聪明就会成功？

“从儿童时期就要开始，多多活动自己的手指，这样头脑才会变得聪明！”

“这是真的吗？那么教孩子学习什么科目，才能尽可能多地活动手指呢？把孩子送进钢琴班怎么样？”

很多家长将还不到五岁的孩子，送到钢琴培训班里，日夜练习钢琴。甚至还拜托老师，一定要让孩子尽可能多地运动手指。

“这种理论虽然没错，孩子头脑变得聪明之后，学习成绩自

然也会很好，但这样长大的孩子，将来就一定会成功吗？”

家长们将孩子送进钢琴培训班之后，在独自回家的路上，脑海里总是会浮现出，孩子已经长大成人的模样，脸上还露出了满意的笑容。

很多家长都坚信，高智商可以提高学业成绩，并且能够帮助孩子在将来取得成功。不过，在现实的生活中，高智商真的就是打开成功之门的钥匙吗？

在大多数情况下，如果一个品学兼优的好学生，能够通过自己的努力，在高考中顺利考入延世大学心理学专业，那么他们肯定都是非常优秀的人才。他们所拥有的智力水平，以及各方面素质，都是毋庸置疑的。我在大学中担任心理学教授的时候，非常喜欢去观察这些学生。通过与他们的近距离接触，我发现，这些学生的聪明程度，绝对不亚于美国哈佛大学或耶鲁大学的优秀毕业生。因此，我认为他们将来一定都能取得成功，也相信这必定会变为现实。但是，理想与现实是否一致呢？他们真如“聪明人必能成功”这句话一样，已经在当今的社会中，变成了万众瞩目的成功人士了吗？

当然，在他们之中，也有很多学生在毕业后进入了一流的企业，或者在考入知名学府的研究生院后，又继续深造，完成了博士学位的课程。拥有这些辉煌的履历，似乎已经满足了“聪明人必能成功”的期待。但是，还有另一部分学生，可以说是绝大部分的学生，并没有考入研究生院，甚至有很多大学毕业生，根本没有找到工作。这些学生的数量之庞大，绝对会超乎你的想象。与其相比，那些看似已经取得了成功的人，在数量上已经变得微不足道。如此看来，我们通常所说的“聪明人”，也要进一步划分为两类。一类是在他人眼中，已经拥有了成功人生的聪明人。

而另一类则是与此完全相反的聪明人。综上所述，成功与“聪明”的关联，似乎也没有那么稳固。也就是说，聪明只是成功的条件之一。那么，决定人们是否能够取得成功的最重要因素是什么呢？除了聪明才智之外，成功者身上还拥有怎样的共性呢？

可以让你最大限度发挥出聪明才智的能力，是其他一切能力的基础。在那些能够在成功道路上不断前进的学生身上，都存在一个共同点。他们根本不需要他人的督促，自己就会主动在清晨来到研究室。他们的眼睛因强烈的求知欲望而炯炯发光，他们因为对工作充满了好奇心而拥有永不减弱的热情。这些人总是充满了活力，他们对所有事情都充满着欲望。

但是，大多数人却不是这样。与这些成功者恰恰相反，普通人总是喜欢中途放弃。在普通人的眼神中，总是透露出一丝的迷离，他们不知道自己的人生方向。因为没有目标，所以他们失去了找寻人生意愿的热情。他们被迫坐在书桌前听课，对学习失去了兴趣，而且还会经常迟到，对自己发表的论文毫无兴趣。甚至在自己发表结束之后，也从来都不会去倾听他人的论文。因此在课堂上展开讨论的时候，他们就像哑巴一样，一言不发。任由自己的思想云游天外，只剩躯壳傻傻地坐在教室里。他们之所以会这样，就是因为他们已经对学习和工作，没有了丝毫的欲望和热情。

在我的学生当中，也曾有几个军队的委培生，毕业于陆军军官学校的H上尉，给我留下了非常深刻的印象。

“我一定要学犯罪心理学。在军事检察机关工作的这几年，我真切感受到了了解犯罪者心理的必要性。”

我在选中他的时候，最让我担忧的就是他的专业为理科，但是我被他学习心理学的明确目的，以及对心理学表现出的强烈欲

望所深深吸引，所以最后还是决定把他招入我校。不过，就如我所担忧的那样，H上尉因为生平第一次接触到专业书籍，在开学初期为了跟上功课吃了不少苦头。尽管如此，他也没有放弃，每当读学术论文的时候，遇到不理解的部分，就会马上问同学，而且通宵学习对他而言已成了家常便饭。没过多久，他的实力达到了与延世大学心理学专业毕业生相同的水平。当时我既感到非常欣慰，又十分感激那个消除我心中忧虑的他的求知欲。

他对心理学的欲望，在准备毕业论文的过程中也很好地体现出来。我对毕业论文的要求是在写论文的时候，多做实验，而不是多搜集相关资料。因此，不论是论文指导教师，还是写论文的学生，都在想出好的方案并进行实验方面煞费苦心。所以对没有做过心理学实验的军队委培生而言，这种论文可谓是难上加难。

“对了，你打算以什么样的主题写论文？”

“我对虚假招供比较感兴趣。但是如果案例能再多一些就好了……”

我为了减轻H上尉的负担，建议他去找K律师。然后拜托K律师收集了一些关于虚假招供的案例。K律师给H上尉的资料，是几年前首尔某旅馆发生的女子被杀案件。

这一案件大致是这样的，男女二人在旅馆投宿，男子提前离开旅馆，不久之后有人发现同住的女子被杀害了。警察认为犯人就是提前离开旅馆的男子，因此逼他招了供。不过那名男子在法庭上否认了罪行，法庭再次进行调查发现，女子是在男子离开旅馆之后被杀害的。后来，真正的作案凶手被抓获。

H上尉以此案例为基础，成功查明了一个人在处于什么样的情况下，才会进行虚假招供。

在25岁以前，H上尉的生活与心理学这门学问相去甚远。因此，不会有人期待他会有“心理学方面的才能”。然而，这样的他之所以能达到学习四年心理学的学生水平，就是因为他对心理学充满着求知欲。因此，欲望成为其动力的源泉，与“聪明”毫无相干。只有源于内心的欲望，才能够帮助一个人取得高成就。

同时，热情和欲望也拥有巨大的魔力，它们甚至可以帮助我们克服自身所处的恶劣环境，让我们在任何条件下，都拥有永不削弱的热情。史蒂夫·乔布斯，被人们誉为全球IT产业和数码文明的先驱者。毫不夸张地说，他已经通过自己的努力，改变了整个世界。他是苹果公司的最高管理者，也是通过推出iphone和imac系列，好评如潮的计算机天才。他在新产品发布会上的演讲，是所有企业家和企业职员典范，更是一代人心中永不磨灭的记忆。

曾经有人说过：三个苹果改变世界。其中，夏娃偷吃的苹果，让人类拥有了道德观念；而牛顿的苹果，让人类社会拥有了科学理论；但是，最重要的就是第三个苹果，因为乔布斯的苹果，让人们拥有了生活。在新的世纪中，乔布斯用他的苹果征服了整个世界。

然而，当我们每个人都在为乔布斯的成就而赞叹时，却很少有人知道，乔布斯的一生有多么坎坷。乔布斯于1955年的2月24日出生在旧金山。出生后不久就被一对夫妇领养。他的亲生父母，在乔布斯出生时还只是一对未婚的研究生情侣。在抛弃乔布斯之后不久，他们就结了婚，并且又生了一个女儿。乔布斯的童年是在养父养母的陪伴下度过的。

但是，因为受到工程师养父的影响，他对机械产生了浓厚的