

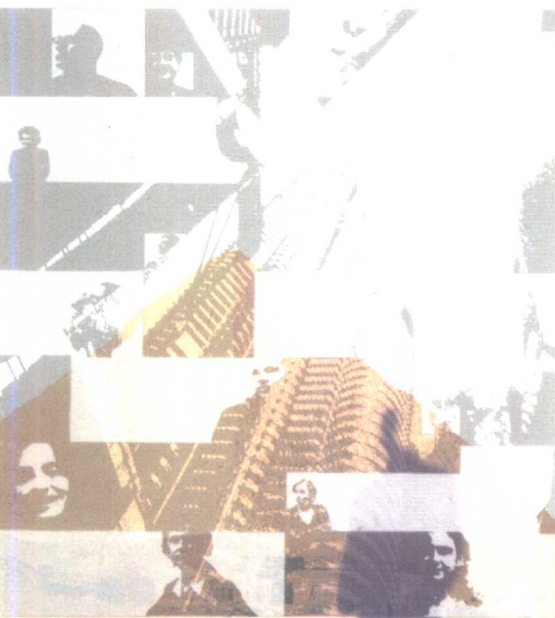
KANAIJI
CHENGGONGRENSHENG
JINGDIAN

卡耐基 成功人生 经典

编著：蔺红英



卡耐基成功经典



卡耐基是 20 世纪伟大的人生导师，卡耐基的成功靠的是他对人生的深晦而超然的理解，靠的是他那高超的智慧、不朽的思想，以及充满睿智而又富有涵养的说服语言艺术。

 中国时代经济出版社

●《卡耐基成功经典》丛书

卡耐基成功人生经典

蔺红英 编著

中国时代经济出版社

图书在版编目(CIP)数据

卡耐基成功人生经典/蒯红英编著. —北京:

中国时代经济出版社, 2002.1

(卡耐基成功经典)

ISBN 7-80169-193-8

I. 卡… II. 蒯… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 089782 号

《卡耐基成功经典》丛书

卡耐基成功人生经典

蒯红英
编著

出版者	中国时代经济出版社 (原中国审计出版社)
地 址	北京东城区东四十条 24 号青蓝大厦 11 层
邮政编码	100007
电 话	(010)88361317 64066019
传 真	(010)64066026
发行经销	新华书店总店北京发行所发行 各地新华书店经销
印 刷	北京密兴印刷厂
开 本	850 × 1168 1/32
版 次	2002 年 1 月第 1 版
印 次	2002 年 1 月第 1 次印刷
印 张	16.625
字 数	445 千字
印 数	1 ~ 5000 册
定 价	28.00 元
书 号	ISBN 7-80169-193-8/C·028

版权所有 侵权必究

《卡耐基成功经典》丛书

编 委 会

主 编：蔺红英

副 主 编：冯振翼 吴 华 刘鹏宇 惠恩才 高民杰
张秀英

编 委 会：丁 磊 王乐华 张 利 李德思 陈晓君
刘大军 李 彪 杨 松 王蓓珊 谢 思
李 忠 周 程 刘伟德 孙 辉 郭 涛
杨征军 徐 莹 黄家斌 李再伟 陈 迅
赵克勤 徐 凯 孙 颖 夏 晨 刘 慧
程 娜 李 静 张 冰 李 卉 杨 洋
张一帆 马 聪 周 龙 焦 英 刘秀娟
张小丽 张 艳 杨 谊 陈 兵 舒玉祺
陈龙华 刘 祥 牛丽波 乔 艺 郑 强
李成华 牛爱静 夏 玲 孙向峰 刘玉军

序

卡耐基是二十世纪伟大的人生导师,半个多世纪以来,越来越多的人知道了卡耐基的大名,从西方到东方,卡耐基的著作被译成几十种语言,几乎世界上任何一个语族都有卡耐基的译著,他也因而被誉为“人类出版史上第二大畅销书作家”。美国《时代周刊》曾这样评价他:“——或许,除了自由女神,他,就是美国的象征!”

卡耐基从一个农村小孩,成长为响彻世界的名人,靠的是是什么,这是许多人都在思考的问题。尽管“失败是成功之母”,但谁不希望摘得成功的桂冠,谁不希望求取成功的秘诀?

卡耐基的成功靠的是他对人生的深晦而超然的理解,靠的是他那高超的智慧,靠的是他不朽的管理思想,以及充满睿智而又富有涵养的交际语言艺术。我们根据卡耐基成功学的特征以及卡耐基本人的思想侧重,将卡耐基成功的一生浓缩为四部经典,即《卡耐基成功人生经典》《卡耐基成功智慧经典》《卡耐基成功管理经典》和《卡耐基成功说服经典》。力透纸背,你将看到这位人生导师、这位智慧之神、这位经营奇才以及语言大师的睿智和风采,领略他不朽的成功艺术,相信它对你定将有所助益。

卡耐基是一位经营人生的高手。世上最难了解的人是

“你在镜子里看到的那个人”。你认识自我吗？你有自己的人生信仰吗？你会设计自己的人生吗？你能把握住自己的人生吗？

生活中总是有太多的不如意，而这种不幸就发生在我们身旁甚至自己身上，你也许就是那个感到心灰意冷、无所适从的失落者。而卡耐基就是失败者和失落者的良师和救星。他以一种靠近生活的近视和纵观全局的远视，改变由于生存、成长、发展过程中受到局限和压抑造成的人类的遗憾，卡耐基的思想有助于我们的自视和自我超越。

卡耐基是一位智慧之神，卡耐基没有揭开宇宙中的什么深奥秘密，但他擅于动用自己和他人的智慧，卡耐基的思想就是一部智慧的锦囊。人们在工作中、学习中、生活中无时不在展示着和运用着自己的智慧，但很多时候还是感觉做不到挥洒自如，甚至有时会力不从心。卡耐基认为人的潜能是无限的，关键在于开发和挖掘，他以在平常的工作、生活、处世中表现出来的智慧施惠于后人，为我们做了全面的注解。

卡耐基是一位经营管理奇才，它的管理理念享誉全世界。它的自我管理、公关管理、营销管理、用人管理等思想更是令世人称奇，在他一生的管理生涯中，积累了丰富的可供借鉴的经营管理经验，也有不少值得后人吸取的教训，这些经营秘诀为后人打开了一道通往经营成功的大门，造就了一批又一批巨贾富商。卡耐基经营管理才能和卓越的经营艺术令每一个成功人士神往。卡耐基业已成为这个世

界上管理完美主义的化身，而深受世人的崇拜和敬仰！

卡耐基还是一位语言大师，在当今互联网时代，人际关系的模式正以“倍速”的速度进行更新和重建。许多人常会同不同背景、不同性格、不同爱好的人打交道，在商界政界和个人生活中若有迅速地说服他人的好口才，会赢得令他人羡慕的机遇：受到上级的重视，获得同辈的尊重、赢得下级的爱戴、得到客户的信赖，乃至赢得爱情和友谊。能否在尽短的时间内，以清晰、简明有感染力的语言说服他人，是一个人能否出人头地的关键。

滚滚的历史长河，淹没了世间无数成功得失，卷走了人生多少喜怒哀乐，许多人在生命黄昏时，回首人生不禁喟然长叹：若上天能让我重活一次，我绝不是这个活法……其实，失败与成功，有时仅在咫尺之间，其转换也只在瞬息。卡耐基要我们坚信，成功离我们并不遥远，人生中许多失败是可以避免的，世上也没有一成不变的失败。

从绝对意义上说，世界上没有一个一无是处的人。是所谓“上天生我，自有我存活的理由”。通过对《卡耐基成功经典》的研究，你会发现每个人都有成功的机会，而成功的关键就在于人生实践，正如卡耐基所说：“一百种想法不如一个行动。”

——你能做好人生的选择吗？你能成为人生的驾驭者吗？你的生命是否真正变成自己的生命，而不是千篇一律的重复！

人人都有智慧，很多时候甚至需要表现高超的智慧，你

擅用智慧吗？你能够提升自己的智慧吗？

“管理就是使工作生活秩序化”——你懂得管理吗？你难道不想成就一番和卡耐基一样的管理伟业吗？

成功的语言如同摆动的钟摆能以一种和谐的方式来牵动对方到主动自发的方向去，你发挥了伴你终生的有效工具——语言的最大功能吗？

成功的关键不是你的出身、教育程度、经济基础，成功的关键是必须具有一种谨慎又勇往直前的实践精神。用你的人生理念、用你的智慧、用你的管理思想、用你的语言去进行伟大的人生实践。

《卡耐基成功经典》不仅仅是对卡耐基成功之道和成功艺术的阐述，更是卡耐基一生思想精华的浓缩。本书对于那些有志于挑战人生，有志于获取成功，有志于提升自我的人都有参考价值。

俄罗斯总统普京说：“一个人只要不被自己吓倒，就不会被任何力量吓倒！”那么，请让我们从现在开始就进行伟大的人生实践吧！

请打开本丛书的第一部《卡耐基成功人生经典》。

丛书编委会

二〇〇一年九月

第一章 卡耐基论人生观

一、认识人生

成功的人生离不开一个科学合理的人生观的指导,一个人为什么而生活,以什么样的心态去生活,决定着这个人人生发展的大方向,是成功人生必然要面对的第一课题。而科学的人生观,犹如大海中的灯塔,为人生指引了航向。卡耐基的人生观包括人生的目的、人生态度、人生价值三个方面,理解卡耐基的人生观将有助于我们认识人生,实现成功人生。

人生的本质

人生是什么?这是很难用一句话说明的。通常的说法:人生就是人的生活。可是这样说不过是同义反复。“生活”又是什么呢?用“生活”一词概说人生,实际上并没有多说什么,因为“生活”本身还是需要加以说明的。当然,可以揭示概念的外延,说它包括个人生活和社会生活,物质生活和精神生活等;也可以把生活加以具体描述,说人生就是生存、劳动、恋爱、交往、精神活动等等。但是,这样虽然可以从生活的范围、形式上、经验上说明人生,但不能体现出人生的本质特征,使人对人生有一个概括的把握。

从本质上认识人生并不容易。二千多年的中西哲学家对人和人生作了无数的描绘、说明,但至今没有一个统一的、公认的关于“什么是人生”的概括定义,说明“人生是什么”几乎成了一个斯芬克斯之谜。我们并不奢望说出一个人赞成的一劳永逸的人生定义,但我们认为每个自觉地把握人生的人,必须有一个对人生是什么的正确认

识,从而指导自己的人生行为。

其实,人这个小宇宙同大宇宙一样,是可以认识的,并不是一个深不可测的问题。问题在于是否以实事求是的态度和方法对待人生。这就是说,要从人生的实存中寻求人生的本质,回答人生是什么。

卡耐基认为,人有着大体与动物相同的生理活动,需要有一定的外部环境和物质条件。但是,人毕竟与一般动物不同,不能脱离社会而单独存在。人作为社会动物,虽然不能完全摆脱动物性需要的方面,生理活动要受生理法则支配,但由于人在社会生活中能够自觉地、有目的的控制自然和改造自然,控制生理和调节生理,因此也使生理活动的自然实现了社会化改造。这种改变之大,使动物和人类之间有一条明显的鸿沟。

人类不是通过简单的刺激——反应来适应环境,求得生存,而是用自己的智力和体力去改造环境,创造物质财富和精神财富,主动地生存和发展,在社会实践中,不断发展自我、完善自我。

卡耐基认为,人的生存和发展决不能脱离社会生活,不能脱离一定的社会环境及其历史过程。人类社会历史,是按照生产力和生产关系辩证发展的规律,按照一定的社会发展规律向前发展的,因此,人生不能离开社会历史的制约性,实现绝对自我。在这个意义上说,任何个人都是按照一定规律发展的历史车轮上的一个齿轮,一个螺丝钉;任何一个人的生活过程,都不过是在社会历史所提供的舞台上进行的有限活动罢了,而不可能相反,从自己的头脑里去创造、外化社会历史。因此,绝对自我的说法是错误的,不现实的。精神活动、自我意识,不过是人脑活动的性能,是实际生活过程的反映。

那么,人生是否就是完全顺从历史规律的消极被动的生活过程呢?是否如斯多阿主义者所说的,像狗一样被拴在历史车轮后面跟着跑或被拖着走的呢?当然不是。对待人生,不但要肯定人生必然受制于社会历史条件,而且应该看到由历史规律所左右的社会历史条件下,人能够发挥主观能动性,事先按照理想的目标,安排自己的

行为,改造自己的生活环境,从而实现自己的人生价值。以生产劳动为核心的人生产活动,不仅在人类产生的过程中起了决定作用,而且在人类产生后,在人的生存和发展中,也起着推动作用。卡耐基认为,劳动创造了世界,也创造了人生。所以人生的本质是以生产劳动为核心的主动适应和创造生活的过程。

这一对人生本质认识的思想,在卡耐基人生论中居于核心地位,它肯定了劳动在人的一生中的重要地位和作用,同时,他将人生归结为主动适应和创造生活的过程,因而同时肯定了人生态度和人生目的对于人生的重大意义,所以抽象出来人生的本质,可以概括为,人生的本质就是以劳动实践为核心的,用科学的人生态度来追求人生目的实现人生价值的过程。

人生环境

每一个人当刚刚降临到人世的时候,就遇到前人所创造的现成的社会环境。对于这种既成的事实,人们是无法选择的。人们面临的社会环境有大环境和小环境之分,社会大环境是指整个社会环境及其发展趋势、水平、性质和状态。在大环境范围内,不同时代、不同国家、地区的社会制度,生产力状况、社会结构的特点、科技的发展水平、教育事业的发达程度以及民族的特点、阶级的属性、传统和文明水平等等都会影响和制约着人的生存方式,人离不开社会环境。

人与社会大环境有着极为密切的关系,从个人的一生到时间、空间都依赖于社会大环境。人只能在一定的社会大环境的范围内活动,但是决不等于说人只是消极地适应社会大环境。在一定程度上人是可以改变社会大环境,创造和发展社会大环境的。

卡耐基在其著作中谈的最多的是社会小环境。社会小环境是指个人直接接触的生活范围,如家庭、学校、住区、单位及社交活动的范围等。社会小环境对个人的影响是明显的,个人离不开社会小环境。在社会小环境内,家庭成员的思想、政治观点、道德、文化教育程度及经济生活水平,学校思想政治教育水平、教学质量、学风、校风、系风、

班风的情况,单位的文明建设、科技教育、政策措施、人员的组成、物质条件、居住环境的风气,以及个人接触的社会成员等等,都在不同程度上直接或间接地影响着个人的一生,社会小环境对个人的影响集中表现在人的社会化过程中。

卡耐基非常重视家庭对一个人的影响。家庭是个人所接触的第一个社会小环境,家庭是个人人生旅途的大本营。个人从生理成长、心理发展以及生活技能的学习和积累上,都要紧密地依靠家庭。家庭是一所指导儿童踏上生活的第一所学校;家庭里的一切物品是孩子面临的第一个世界;家庭里的欢声笑语、悲啼哭泣,是孩子耳闻的最初音响;家庭里的父母兄妹,是孩子接触的第一个群体;家庭里的一言一行是孩子学习的第一个典范;家庭对于儿童少年来讲具有重要的教育职能,家庭教育的优劣往往影响人的一生。家庭不仅有教育的职能,而且家庭给人带来温暖,给人以心理上、精神上的满足。

卡耐基也非常重视教育和培训工作。学校是人社会化的重要场所,是影响个人的极为重要的社会小环境。学校对人进行社会化是有目的、有系统、组织性较强、育化性较大的场所。学校不仅传授给学生一定的文化知识,而且培养学生的行为规范。教导、培养行为规范是社会化的一个重要内容。学校的作用之一就是要将各种类型的社会行为规范教给学生,使学生在自己的一生中都能自觉地遵守。在人生的整个过程中,需要学习的行为规范很多,大多是在学校中学到的。我们可以把行为规范分为一般规范和角色规范。一般规范是指社会全体成员都要遵守的规范,如法律、法令、社会公德等。角色规范是指处于一定社会地位的人需要遵守的行为准则,如职业道德等。每一个人在社会中按其所处地位来扮演不同的角色,社会化的最后结果就是要培养一个合格的社会成员,能够认识到自己的社会地位,学会恰如其分地扮演社会角色,并且做到在不同场合扮演好不同的角色。

住区对个人的影响也是不可低估的。古代有孟母三迁的故事,就是说明住区对个人有较大的影响。同一住区的人们相互依赖、共

同生活、经常交往,无论是在物质上,还是在精神上、心理上、知识上、信息上经常进行交流。彼此之间互相影响,以至影响到每一个人。住区内好的风气将使人奋起、进取;住区内庸俗的风气使人无所事事,混日子;住区内坏的风气将使人堕落。

此外,一个人所接触的社会成员对个人的影响也是很大的。是所谓“近朱者赤”。与生活的强者来往将给你力量,与品德高尚的人来往将给你精神,与学者来往将给你知识,与正直者来往将给你勇气,与聪明者来往将给你智慧。相反,与市侩来往你得到的是庸俗,与无为者来往你得到的是消沉,与强盗来往你得到的是残忍和肮脏。总之,与好人来往你将得到真善美,与坏人来往你将得到假恶丑。

社会小环境对人的社会化有着巨大的影响,对人的个性发展也有着极为重大的影响。卡耐基认为,社会化对于个人来说,既是发展人的社会性的过程,也是完善人的个性的过程。人的个性是在社会化的过程中形成的。通过社会化,人们学习了基本的生活技能,养成了一定的生活习惯,接受了社会的生活目标和社会规范,确立了一定的世界观、人生观、价值观、理想、道德、情操。在社会化过程中,人们接触社会的各个方面,直接参与社会生活,逐渐地形成一定的兴趣、能力、性格。人的个性受先天素质、个人经历、家庭背景、学校教育等影响,同时也受社会大环境的影响。在人的继续社会化和强制教育的再社会化的过程中,社会大环境的影响更大一些,而社会小环境对人的个性的影响则更具体一些。

卡耐基认为,个人受社会小环境的影响和制约。但是个人也不是消极地受制于社会小环境,而是能动地反作用于小环境,这种能动作用较之个人对社会大环境的能动作用来得更大一些。一个人可以通过自己的言行去影响自己所在的住区、学校、单位,可以用自己的思想品德去感染教育自己周围的社会成员,影响他人的人生。总之,人生活在社会小环境之中,每个人都是这个小环境的主人,应当以主人的姿态去影响小环境,净化小环境,改变小环境。努力使自己所生活的社会小环境树立起优良的风气,成为塑造美好人生的学校。

角色与人格

不论在社会大环境下,还是在社会小环境下,人总有一个面对环境压力去适应和改造环境的过程,这就涉及到一个面对环境压力的应变问题。实际生活中的每个人,都有一定的应变能力。个体的人虽然是一个人,但实际表现出来的,活动着的这个人,却是百种、千种,表现出千奇百怪的姿态。正因为这样,许多人把人生看成演戏,每个人都是人生舞台上的演员,有规定的上台和下台时间,在台上时都要演出各种不同的角色。不过,这种看法如果不是在否定的意义上使用,也可以说人生就是要在人生舞台上做演员,有一定的生命时间,在这段时间内,每个人要扮演各种各样的角色,“戴上”各种面具。有时做父亲,有时做丈夫,有时做领导,有时做被领导;有时做思想家,有时做务实者。有时认真,有时马虎;有时严肃,有时诙谐;有时发怒,有时温和;有时要争夺,有时要谦让;有时要欢笑,有时要苦恼;有时要互爱,有时要争斗;有时要互助,有时要竞争;有时要尊大,有时要谦卑;有时要机灵,有时要装傻,如此等等。每个人都在扮演着几个角色,变化着数不清的面具,真如卡耐基所说:“人总的说来越文明便越像个演员。”

那么,怎样看待人生中的这种现象呢?人生的面具、角色与人生的真实和本质是什么关系呢?

有人认为,角色不是表现个人的真实性,而是掩盖了个人的真实性。面具、角色,都是假象、假面具,以假盖真,正是面具和角色的意义。

有人认为,人不能永远真实,也不能永远虚假。真实中有点虚假,虚假中有点真实,都是动人的。真中有假,假中有真,真假相间,是人之本性。

有人认为,人就是他的面具,以为在面具、角色背后还有一个真实的自我,那是幻想。认识人只是认识他的面具,面具就是人。

也有人认为,面具虽然是假的,人生扮演着各种角色以表现出迎

合世俗的德行,但久而久之也会由假变真,唤醒人的真性,转化为人们内心高尚的思想品德。

卡耐基认为,以上种种看法的共同缺点是把面具和真相、角色和自我对立起来,孤立地片面地看待人生。其实,面具和真相、角色和自我,是在社会生活实践中统一的。“面具”一词原意是指个体特征,人的社会地位、身份,因此也与角色相通。引申其意也称人格。这种词义就表明了面具和真相、角色和自我的统一。

面具的多样性、角色的多变性,是人们主动去适应社会和环境的表现。诚于中而形于外,诚为一,形为多。这可以说是面具与真实、角色与自我的辩证法。因而卡耐基认为,面具并不是假脸,而是一定个性的模型,或行为品性的样态。所以它不能脱离自我而存在,也不能对自我真实保持中立。人们选择某种面具,是适应外部环境的需要,它体现着社会环境迫使个人顺应的客观要求。正因为这样,面具也就有很大的随意性,与真实的自我保持着一定的差距,还不等于自我。这种差距如果扩大到一定的程度,面具就成为假相。

面具与真实的差异是相对的,不是绝对的。面具的选择最初往往是勉强的、不得已的,或者是仿效他人的模式。但是在以后的生活实践中,由于不断重复此种面具,也会习惯成自然,使所选择的面具成为自己的代表物,或称“第二天性”。从这个意义上说,它就是真实的自我,而个人自以为真实的自我反倒成为虚幻的、不真实的东西。这就是说,面具是一个适应机制,它使个体能够适应一定的社会关系要求,表现真实的自我。卡耐基认为,作为社会关系中的个体,都必然要带上一张面具。

这里需要强调指出,面具、角色的选择,虽然是由个人自觉自主作出的,但并不是完全根据自我而设计的。应该说,它决定于社会存在,决定于生活,也体现个人对社会的适应程度。而这一切都决定于特定的社会关系。这是演员角色的脚本。

卡耐基认为,人的生活中总是假中有真,真中有假,都不失为人生的真实,最令人厌恶的假是半真半假。这句话说明人们对伪善者

的愤恨。做人还应力求真而不假。人生应当是真实的,而不应当是虚假的。一切财富、权力、地位、职称、文凭、服饰,以及华而不实的“知名度”,它们只不过一个人的遮丑布罢了。俗话说:发光的并不都是金子。我们应该分清人生的真实和虚假,力求真实而高尚的人生。

选择物质还是选择精神

世界上许多学说都强调人的精神:马克思主义认为人首要的是世界观问题;佛教认为人关键是树立真正见解;道家认为人关键在得道。世界观、见解和道都是主观的,属于精神的范畴。为什么各种学说都强调人的精神?因为人的一切事情都先从思想开始,精神对人来讲起着主导作用。卡耐基认为作为一个人,应当明了精神的重要,重视精神的修炼,而不应当过于看重物质和把追求物质放在过高的位置。

人的精神产生于物质,又高于物质。精神对物质具有反映、领导和改造的作用。人类在与客观世界的斗争中,总结了许多精神反作用客观物质世界的诀窍,例如祈祷、团队生活中制造氛围、新官上任三把火和首战告捷等形式,需要我们去认真研究探讨。

卡耐基人生楷模之一的拿破仑认为,思想比武力更重要。他以为,在战争中,精神与物质的力量是三比一。其实这个精神与物质的比例也适用于其他许多社会工作,也适合于我们的日常生活。

人生是自己决定自己的,或者说是自己的精神决定自己。决定自己的主要因素是自我的角色认定,是自己的信仰、理想、兴趣和爱好。这些无形的东西在与外部客观世界作用中发挥着主导作用,而不是自身所拥有的客观物质条件在起决定作用。人类社会实践经验证明,一个明确了自我角色,肯在信仰、理想、兴趣和爱好上狠下功夫的人,要比那些角色含糊、盲目而为或只重视金钱与物质的人,成就要大得多。

常言说:“人生就是一出戏。”这一个“戏”字,就深刻地揭示了人的理想信念与生活实践效果的关系,即你选择经商就要首先认为自

己已是百万富翁而后再去经商；你选择做官就要先摆出做官的做派……无论你选择什么角色，要先从理念上着手，在“扮相”上下功夫。

精神虚弱的人多病；不重视精神的人决不会有什么大的成功。人活着首要的是要相信精神的力量，解放思想，振奋精神，要消除对自己的各种担心和疑虑，站起来是一座山，躺倒是一道岭，树立成功、幸福与我同在的心理，潇潇洒洒地生活，要有豪气冲天、光耀宇宙的气概。

一个崇尚物质享受的人，就会失掉雄心壮志。一个崇尚物质的社会，人心必然腐化，社会也会堕落，国家也会走向衰亡。你只要精神文化存在，这个国家就一定能存在和延续。

一切伟大人物都是重精神轻物质的。他们特别自信，为理想所驱使，能够团结人民，教育人民，带领人民前进。伟大的思想演绎伟大的行动。他们的思想就像风暴，横扫一切；人民就像狂潮，随风而入。

作为万物之灵的人，他本身是兼物质与精神并存的统一体。对于人来说，精神部分是统帅，是灵魂，是管方向，管谋划的，比他的物质部分占据着更重要的位置。因此说“人是靠脑袋站立着的”。放大了说，庞大的人类社会起主导作用的还是精神。所以说我们不重视精神不行！

人的精神可以概括为三种层次：第一种叫“心想事成”型。这种人不用劳作，一想事就成。第二种叫“一想一做”型。这种人一想而后一做就能成。第三种叫“反复思索反复实践”型。这种人要靠反复思索，多次努力才能成功。前两种人是少数，后一种人是多数。第三种人往往不相信精神的力量，缺乏假想能力，且精神不能集中，疑虑重重，即想即否定自己，这是问题的根源。但是只要后一种人认识到自己的不足，认识到世界上没有不可能，只要变怯懦为勇敢，树立人一己百，持之以恒，坚持不懈的精神，生命不息，奋斗不止，就一定能成功。这三种层次不是一成不变的，通过锻炼可以升华。

不要太重视自己的生命，不要太重视自己的名誉，不要太看重自