



成功人生系列丛书

SUCCESSFUL LIFE SERIES

杰出人士常用的成功之法

宿春礼 编著

最新成功
自助畅销书



新世界出版社
New World Press

杰出人士常用的成功之法

宿春礼 编著

新世界出版社

图书在版编目(CIP)数据

杰出人士常用的成功之法/宿春礼编著. —北京:新世界出版社, 2002. 10
ISBN 7-80005-909-X

I. 杰… II. 宿… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 077061 号

杰出人士常用的成功之法

作 者:宿春礼
责任编辑:刘汉太
出版发行:新世界出版社
社 址:北京市西城区百万庄路 24 号
(100037)
电 话:(010)68994118
传 真:(010)68995974
电子邮件:nwpcn@public.bta.net.cn
网 址:www.newworld - press.com
www.nwp.com.cn
邮箱地址:public@nwp.com.cn
印 刷:北京彩虹印刷有限公司
经 销:新华书店
开 本:880×1230 1/32
字 数:30 万字
印 张:11.25
版 次:2002 年 10 月第 1 版
2002 年 10 月北京第 1 次印刷
印 数:1-10000
书 号:ISBN 7-80005-909-X/G·413
定 价:22.00 元

新世界版图书,版权所有,侵权必究
新世界版图书,印装错误可随时退换

前 言

当生命诞生于世的一瞬间，就意味着一段远航的人生旅程开始了。

我们或早或迟要站到舵手的位置，驾驶一叶生命的扁舟驶进人生茫茫大海，是乘风破浪，还是徐徐前行？是逆水行舟，还是顺流而下？每艘航船选择不同，人生的航行也随之千姿百态。

大海中有汹涌的波涛，有致命的暗礁，有狂风骤雨，生命的航程对每个人来说都不可能是一帆风顺的。从本质上来说，人生就不是件轻而易举的事。但既来世上走一遭，在这人生的单行航道上，就应该淋漓尽致地活一回，寻求最大的幸福和满足，也就是要活出成功和精彩，拥有不悔的人生。

成功和精彩，不是某些特定人士的独享物，而是我们每个人都可拥有的，只要你拥有了成功的个性、素质、理念和方法，成功离你就不遥远。

呈现在您面前的这套成功学丛书，就是将这些决定一个人成功的要素和精髓，用通俗易懂的语言揭示出来，让每个人都能从中领悟、掌握、活化这些成功的真谛。

该丛书由《成功的个性》、《成功的素质》、《成功的理念》、《成功的方法》四本书构成。它们是一个连贯的整体，分别从不同角度剖析了一个人走向成功的要素和资本。例如独特不凡的个性、卓越出众的素质、与众不同的理念、独到可行的成功方法等，通过层层深入地阐述，为我们这些还在苦苦探求成功的人们指明了方向，提供了动力，更让我们领悟到：成功是我们每个人人生的必得之品，是我们每个人都能拥有的境界。

《成功的个性》着重叙谈了获得成功的个性因素。因为个性是缔造成功及维持不败的基础。这本书告诉我们，锻造出自己的成功个性就是最大的成功。该书从科学的立场揭示个性的奥秘，研究成功的个性表现，并剖析了个性成因，更指出了培养个性的途径和创造优良个性的法则。书中蕴含着博大精深的智慧和思想，能给人巨大的启迪和帮助，很值得一读。

《成功的素质》从总体上分析了成为成功人士的必备素质。这些必备素质包括健康的身心、情感素养、头脑的智慧、高贵的人格、成功的形象、深厚的文化底蕴、过硬的专业素质及成功的习惯等。这些素质涵盖一个人最基础、最必需的成功条件，它为我们从自身着眼开创成功指明了强化的方向。

《成功的理念》着重从理念思维的角度畅谈正确思维对于成功的重要性。它告诉我们，人的行为取决于人的思维方式，要成功必须有走向成功的思维方式。该书分析了理念与成功的关系，它教给我们从众多方面通过成功理念走向成功的方法。

《成功的方法》则从更实处着眼，直接讲述成功的众多实用、实际可行的方法。这些方法包括播种梦想、树立目标、把握机遇、发掘优点、打造形象、借助外力、练就口才、正确思考、充实才学、挑战失败等，为我们走向成功列示了操作性极强的成功方法，从而在成功的道路上少走弯路，步入自由的殿堂。

当您读完这四本书，再看那遥远的成功，您对理想和实践便会有一个全新的认识 and 变化，从而愈加接近成功。

真诚祝愿您的生命航程会有更多的风和日丽。

编者
2002年8月

目 录

第一章 播种成功的梦想

——成功的动力	(1)
第一节 唤醒心灵的巨人	(1)
梦想是现实之母	(1)
梦想的力量超乎想象	(3)
激励心志的精神家园	(6)
第二节 光荣与梦想同在	(7)
实现梦想的历史英雄	(7)
梦想成真的现代精英	(9)
第三节 梦想要有章可循	(12)
梦想，也有讲究	(12)
梦想，不是空想	(13)
梦想，要远大而具体	(17)
梦想 $\neq$ 成功	(19)
第四节 实现梦想	(23)
你也能梦想成真	(23)
不断播种梦想	(25)
梦想里不应有失败	(26)
实现梦想的步骤	(28)

第二章 树立远大的目标

——成功的航标	(32)
第一节 目标明确 有的放矢	(32)
目标是成功的第一推动力	(32)

设定明确的目标	(36)
愿望不等于目标	(39)
第二节 立足自我 订立目标	(40)
揭开你的“庐山真面目”	(40)
你该订立怎样的目标	(42)
写下你的十大目标	(44)
设计好自己的生活目标	(45)
设计人生目标的法则	(48)
订立目标要避免陷入误区	(52)
第三节 坚持不懈 实现目标	(54)
分解目标, 循序渐进	(54)
制定计划, 为行动作准备	(56)
实现目标, 要全力以赴	(58)
修正目标, 完善成功结局	(61)
第三章 把握宝贵的机遇	
——成功的关键	(64)
第一节 万事俱备 只欠东风	(64)
机遇从何而来	(64)
机遇只垂青有备之人	(68)
机会来了, 莫失之交臂	(70)
第二节 蓄积优势 迎接机遇	(71)
机遇无亲, 常予善人	(71)
强化机遇意识, 走上成功之路	(73)
第三节 灵活应变 捕捉机遇	(74)
抓住灵感, 无中生有	(74)
持之以恒, 耐心等待	(76)
争分夺秒, 把握时机	(78)
保持警惕, 准确出击	(80)
不入虎穴, 焉得虎子	(82)

第四节 主动出击 寻求机遇	(84)
积极寻觅机遇	(84)
在平常中寻求机遇	(87)
从问题中寻求机遇	(89)
第五节 孜孜以求 创造机遇	(92)
“我制造机会!”	(92)
创造机遇并不难	(95)
几把钥匙开一把锁	(97)
创意带来机遇	(100)
第四章 发掘人性的优点	
——成功的催化剂	(102)
第一节 抛掉忧虑 走向成功	(102)
发现心中的忧虑	(102)
祛除忧虑的良药	(104)
寻找快乐的心情	(107)
第二节 克服自卑 增强自信	(111)
战胜心中的魔鬼	(111)
丧失自信, 就丧失成功	(114)
培养强烈的自信	(116)
第三节 燃烧热忱 开阔胸襟	(120)
热忱是行动的动力	(120)
获得热忱	(123)
满怀热忱的积极心态	(125)
第四节 提升胆魄 挑战风险	(128)
胆魄催生成功	(128)
勇于冒险, 敢于挑战	(129)
当断不断, 反受其乱	(132)
治愈怯懦的药方	(134)
第五节 笑对逆境 追求卓越	(136)

坦然面对生命中的逆境····· (136)

冲出逆境的理智选择····· (139)

坚韧不拔, 战胜逆境····· (140)

第五章 打造完美的形象

——成功的筹码····· (145)

第一节 注重仪表 打扮黄金形象····· (145)

形象延展魅力····· (145)

着装的正确方法····· (147)

坐立行走的姿势····· (150)

言行举止的规范····· (152)

第二节 完善自我 塑造健全人格····· (154)

士有百行, 以德为首····· (154)

诚实守信, 以心示人····· (157)

宽容妥协, “无为”处世····· (160)

第三节 张扬个性 展现迷人魅力····· (166)

释放快乐, 奋发向上····· (166)

稳健成熟, 力戒浮躁····· (168)

自尊自强, 不卑不亢····· (171)

敢想敢干, 魄力至上····· (173)

文明礼貌, 气质非凡····· (176)

坦诚直率, 亲善近人····· (178)

第六章 借助强大的外力

——成功的跳板····· (181)

第一节 完善做人准则 巩固交际基础····· (181)

做个让人喜欢的人····· (181)

做个让人信服的人····· (185)

第二节 发掘交际资源 编织关系网络····· (188)

巧用五个交际圈····· (188)

编张大网好捕“鱼”	(192)
怎样编织关系网	(195)
第三节 借重他人支持 培养“强力外援”	(197)
借重亲人的支持	(197)
借重老乡的支持	(200)
借重朋友的支持	(202)
第四节 强化合作精神 弥补自身不足	(206)
合作弥补能力不足	(206)
获得合作的技巧	(208)
诚信延长合作寿命	(210)
第五节 攀援权贵人物 提高成功几率	(212)
结识“贵人”，寻觅成功捷径	(212)
殚精竭虑，利用“权贵”赚钱	(214)
第七章 练就出色的口才	
——成功的基石	(217)
第一节 魅力：说话艺术的理想境界	(217)
培养良好的说话态度	(217)
积极修炼你的口德	(220)
把握正确的说话分寸	(222)
掌握委婉的含蓄手法	(225)
控制动人的语言节奏	(228)
全面加强基本锻炼	(229)
消除说话时的恐惧	(231)
第二节 幽默：高雅风趣的说话艺术	(233)
树立幽默的个人形象	(233)
幽默艺术令人愉悦	(235)
幽默创造和谐环境	(237)
几种常用幽默技巧	(239)
防止陷入幽默误区	(244)

第三节 技巧：超级口才的真正源泉	(246)
提高说话的技巧	(246)
说话应注意的问题	(248)
交谈的一般技巧	(254)
交谈的非常技巧	(260)
第八章 运用灵活的思考	
——成功的法宝	(265)
第一节 思考：打开成功宝殿的钥匙	(265)
巧妙思考的魅力	(265)
养成思考的习惯	(268)
学会勤奋地思考	(270)
第二节 方法：走向思考制胜的桥梁	(272)
培养正确思考的方法	(272)
积极思考的方法	(277)
异想天开的思考方法	(280)
创造性的思考方法	(283)
科学的思考方法	(287)
第九章 充实有限的才能	
——成功的阶梯	(289)
第一节 学习：成功制胜的基石	(289)
不学无以致用	(289)
“书山有路勤为径”	(291)
学会学习：注重学习能力培养	(295)
终身学习：树立人生全新理念	(297)
第二节 读书：充实才学的捷径	(300)
书中自有黄金屋	(300)
读书与健全人格培养	(303)
把握读书求知的方略	(304)

第三节 实践：充实才学的关键	(308)
实践方能出真知	(308)
能力比学历重要	(310)
第十章 挑战失败的经历	
——成功的反经	(313)
第一节 直面失败 寻找原因	(313)
成功从失败开始	(313)
保持健康的心态	(315)
成功，不需要借口	(317)
人生失败的二十二种原因	(319)
第二节 挑战失败 擦亮人生	(322)
敢于冒险，不怕失败	(322)
端正心态，避免失败	(323)
吸取教训，超越失败	(327)
鼓起勇气，冲击失败	(329)
坚韧不拔，抗拒失败	(331)
抓住机遇，扭转失败	(333)
第三节 重拾信心 走向成功	(335)
面对败局，寻找出路	(335)
走出失败，重新生活	(338)
第十一章 脚踏实地的行动	
——成功的发射塔	(341)
第一节 行动至上 成功关键	(341)
行动是成功的关键	(341)
行动改变人生，行动发挥潜能	(343)
行动创造运气，成功着眼起步	(346)
第二节 具体目标 切实行动	(347)
明确目标，忠诚目标	(347)
立即行动，告别拖延	(352)

良好开端，事半功倍·····	(356)
第三节 正确行动 完美结局·····	(357)
突破现状，告别妥协·····	(357)
人无我有，成功秘诀·····	(358)
循序渐进，精益求精·····	(360)
自我监督，坚持到底·····	(365)
集中精力，全力以赴·····	(369)

第一章 播种成功的梦想

——成功的动力

人类因梦想而伟大。

——爱因斯坦

第一节 唤醒心灵的巨人

梦想是现实之母

回顾人类发展的每一个历史阶段，我们可以发现：人类每一个进步，最初都源于人类自身的梦想。同样，许多成功人士的经历也表明，他们在成功之前都有他们为之奋斗的梦想。梦想激励人们去努力、去奋斗，推动人们不畏艰难、坚韧不拔地追求成功。梦想是我们成功的原始动力。

人类的梦想就是一种祷告，它激发了人类内心深处渴望成功的勇气和力量，假如你心中有了梦想，那么，就请在心底虔诚地祷告。并坚韧地、一贯地去实现它。

梦想总有一天会扶助你走向成功！

唤醒心灵的巨人！你也可以成就伟大！

你是一个梦想者吗？

使人类的生活更有意义，把很多人从困境中解脱出来的，都应归功于一些梦想者。——我们都得感谢人类的梦想者啊！

梦想者是人类的先锋，是我们前进的引路人。如果把梦想者的事迹删去，谁还愿意去读那些枯燥无味的历史呢？他们毕生劳碌，不辞艰辛，弯着背，流着汗，替人类开辟出平坦的大道来。现在的

一切，不过是过去各个时代梦想的总和，不过是过去各个时代梦想的现实化。

如果没有梦想者到美洲西部去开辟领地，那么美国人至今还徘徊在大西洋的沿岸。

对世界最有贡献、最有价值的人，就是那些目光远大，且有先见之明的梦想者。他们能运用智力和知识，来为人类造福，把那些目光短浅、深受束缚和陷于迷信的人解救出来。有先见之明的梦想者，还能把常人看来做不到的事情，一一变为现实。有人说，想象力这东西，对于艺术家、音乐家和诗人大有用处，但在实际生活中，它的位置并没有那样的显赫。但事实告诉我们：凡是成功者都做过梦想者。不论工业界的巨头、商业的领袖，都是具有伟大的梦想、并坚持以坚定的信心、付出努力奋斗的人。

马可尼发明无线电，是惊人梦想的实现。这个惊人梦想的实现，使得航行在惊涛骇浪中的船只一旦遭受到灾祸，便可利用无线电，发出求救信号，由此拯救人的生命。

电报在没有被发明之前，也被认为是人类的梦想，但莫尔斯竟使这梦想得以实现了，电报一旦发明，世界各地消息的传递，从此变得是多么的便利。

斯蒂芬孙原先是一个贫穷的矿工，但他制造火车机车的梦想也变成了现实，使人类的交通工具大为改观，人类的运输能力也得以空前地提高。

横跨大西洋的无线电报是费尔特梦想的实现，这使得美欧大陆能够密切联络。

这许多功成名就者之所以拥有惊人的梦想，部分应归功于英国大文豪莎士比亚，是他教人们从腐朽中发现神奇，从平常中看出非常之事。

人类所具有的种种力量中，最神奇的莫过于有梦想的能力。如果我们相信明天更美好，就不必计较今天所受的痛苦。有伟大梦想的人，即使阻以千难万险，也不能挡住他前进的脚步。

一个人如果有能力从烦恼、痛苦、困难的环境，转移到愉快、舒适、甜蜜的境地，那么这种能力，就是真正的无价之宝。如果我们在生命中失去了梦想的能力，那么谁还能以坚定的信念、充分的希望、十足的勇敢，去继续奋斗呢？

美国人尤其善于梦想。无论多么苦难不幸、穷困潦倒，他们都不屈从命运，始终相信好的日子就在后面。不少商店里的学徒，都梦想着自己开店铺；工厂里的女工，梦想着建一个美好的家庭；出身卑微的人，幻想着掌握大权。

人只有具有了这些梦想，才可能有远大的希望，才会激发人们内在的智能，增强人们的努力，以求得光明的前途。

仅有梦想还是不够的，有了梦想，同时还须有实现梦想的坚强毅力和决心。如果徒有梦想，而不能拿出力量来实现愿望，这也是不足取的。只有那实际的梦想——梦想的同时辅之以艰苦的劳作、不断的努力，那梦想才有巨大的价值。

像其他能力一样，梦想的能力也可以被滥用或误用。如果一个人整天除了梦想以外不做别的事情，他们把全部的生命力，花费在建造他们那无法实现的空中楼阁上，那就会弊害无穷。那些梦想既劳人心思，又耗费了梦想者固有的天赋与才能。

要把梦想变成事实，全靠我们自己的努力。有了梦想以后，只有付以不懈的努力，才可使梦想实现。

在所有的梦想中，造福人类的梦想最有价值。比如说约翰·哈佛用几百元钱创办了哈佛学院，就是后来世界闻名的哈佛大学。

人不仅要有梦想，还要信仰梦想，更要激励自己去实现梦想。人人具有向上的志向，志向就会像一枚指南针，指引人们走上光明之路。

梦想的力量超乎想象

梦想的力量有多大？它能让梦想成真，这种力量是超自然力的。

在你渴望成功的心中，梦想着前程充满光明和希望，期待着好梦成真。梦想和期待，就激发了一种力量。梦想给了你期待更好、更高的积极的态度，期待着成家立业、安富尊荣，期待着社会中出人头地，崭露头角。正是这种梦想与期待，不断地促使着人们进步。

世界上，平凡的人太多；也有同样多的人，认为世间尽管有着种种幸福、以及成功的喜悦、种种高级的物质享受，不是为他们所有的。你在骑自行车上班吗？不梦想有一天开自己的汽车上班吗？你在为走过饭店而囊中羞涩而望而却步吗？不梦想有一天你坐在星级酒店里潇洒地买单吗？如果你固执地认为，这世间，这样那样的享受不是你能企及的；如果你连梦想那种成功的喜悦的念头都不曾有，或已失去，你这辈子，就肯定与成功无缘了。

所以，你必须否定现在的状况，记住世界上有许多东西是应该属于你。只要你还梦想着拥有你羡慕的一切，就会有这样的希望：有一天，你回首往事，你会为当初的梦想而欣喜，你会为自己的成功而骄傲，你让梦想成真了。假如你老是志趣卑微、自甘低下；对自己没有多大的期待；并且麻木地把一个个梦想掐死在心灵的襁褓中，不相信你有一天可以成功，那你直到老死，也还是卑微。

人在梦想什么，才可能得到什么。如果连梦想都没有了，如果常常怀疑自己的能力，那成功就是根本没影的事儿。你现在贫穷，将会继续贫穷；现在平凡，将会继续平凡。前后的区别在于，现在贫穷、平凡，尚有情可原，将来贫穷、平凡，就是一种可悲的事情了。

每一位梦想成功的人，他的心理是积极的、向上的、乐观的，这些心灵的财富可以换做成功的筹码，可以换来成功的无限的力量。也有许多人，因为其精神态度与其实的努力不相应和，梦想着一事，却又从事另一事，这种努力是徒劳的。因为，梦想仅仅是目标，只有用行动才能实现这个目标，每一个人必须更多地去行动，而不是空想。只有这样，你才可以想得到什么，你就能得到什