

THE MIRACLES OF BIG THINKING



NO.17

思考决定行动，行动产生结果

THE MIRACLES OF BIG THINKING



思考创造奇迹

刘 津●编译

海潮出版社



袖珍励志馆
(第二辑)

SUCCESS
CLASSIC



思考创造奇迹

海潮出版社

图书在版编目(CIP)数据

思考创造奇迹/刘津编译. —北京:海潮出版社,
2003

ISBN 7 - 80151 - 707 - 5

(袖珍励志馆)

I . 思… II . 刘… III . 创造性思维 IV . B80

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 020721 号

海潮出版社出版发行

(北京西三环中路 19 号 100841)

(电话:010 - 66969738)

全国新华书店经销

北京铁建印刷厂印刷

880 × 1230 1/64 开本 6 印张 220 千字

2003 年 4 月第 1 版 2003 年 8 月第 2 次印刷

ISBN 7 - 80151 - 707 - 5/C·97

定价:10.00 元

目 录

1. 积极的自我认识 (1)

- 成功者对自己所处的环境十分清楚。他们明白,即使身边那些微不足道的事物,也有很多东西值得自己不断学习。
- 诚实不是针对别人的财产或信用而言的,诚实属于自己。
- 尽可能全面地考虑问题,在思想观念和方法上有充足的应变能力,这也是成功的主要因素。
- 人,是随着时代和环境不同而改变的。人,就像一件总未完成的作品,总要变化和成长。

2. 积极的自我评价 (22)

- 正确地评价自己。这也是获得成功的最重要、最基本的条件之一。成功者总是首先在心里确信自己存在的价值。
- 嫉妒容易造成人际关系的伤害,也是导致很多婚姻失败的主要原因。
- 一个人要恰当评价自己,就要着眼于自己已取得的成功。而把失败和挫折当做迈向新目标的动力。
- 提高自我评价的有效方法之一,是把自己平时的优点大声地复述给自己听。

3. 积极的自我控制 (41)

- 所有的人都应该铭记:今天的你和你的地位,都是由你所选择的行动带来的结果。
- 把孩子当做生活的中心,而把自己的人生放在从属的地位,这样的父母是没有责任感的。
- 我们中的有些人是习惯势力的牺牲品,更准确地说,是我们自己制造的各种枷锁下的囚徒。
- 责任感强的人在面临抉择之际,不是过分地强调选择的自由,而是承担自己应担负的责任。

4. 树立积极的动机 (55)

- 人的一切行为,无论是积极的,还是落后的;无论是无意的,还是有意的,都必定含有动机。无论是谁,无论做什么事,都会有自己的动机。
- 动机是驱使我们行动的动力,是从我们自身中涌发出来的一股力量。
- 一个人倘被精神负担压倒,他就永远无法改变自己所处的境界。只有精神的变化,才能带来行动上的变化。

5. 积极的自我期待 (71)

- 不善于准备的人,既没有洞察现状的眼光,也没有利用现状的办法。
- 一个人若处于深深的痛苦状态中,起着保持感情平衡作用的激素分泌就会紊乱。
- 我们每一个人都对自己的行动负有责任,也都要靠自己导演出行动的成果,因此是否选择乐观主义的态度,这也取决于我们自己。
- 失去自由的囚虏,是什么也不能期待的;如果不能战胜自己,便不能期待人生!

6. 积极的自我刻画 (86)

- 一个人并不是靠“我确是这种人”的事实驱动而行动的,而是靠“我就是这种人”的信念支配而行动。
- 我们在日常生活中作出的决定,大多数是基于实际上发生的“事实”而进行的。这些“事实”当然是长期积累存放在脑记忆库中的信息。
- 成功者即使未成功时,也会像已成功的那样去感受事物;胜利者未胜利时就以已胜者的眼光观察人世。

7. 积极的目标设定 (101)

- 弗洛伊德说:“人只在健康的时候,态度和行为才千差万别。而当人们争夺食物的时候,他们就露出了动物的本能,所以行为变得几乎无以区别。”
- 成功者每天的目标,至少是在前一天的傍晚或晚间制定出来,还要为第二天应该做到的事情排出先后顺序,至少要写出六个以上顺序明确的内容。
- 目标,应该是明确的。精神好像一个自动装置,

一个自己不思考的计算机。它只执行你所决定的事项。

- 你要把目光始终看着你自己和每个实现目标的自我意象。为今后人生制订成功的行动计划。你如能做到这些,你将立即赢得人生!

8. 积极的自我训练..... (116)

- 自我训练,实质就是一种“精神训练”。是给储存在潜意识的“记忆库”中的情报信息——即思考或感情的记忆——以刺激。
- 成功者常做成功的模拟。他们演习胜利,仿佛自己的挑战在人类是首次,必胜无疑。
- 仅靠自我训练,就能养成习惯或打破习惯;也能对自我意象和自己本身的变化产生永久的影响。

9. 积极的人生观念..... (130)

- 一个人若能树立积极的人生观,就会有超越自我、赢得一切的豪迈的胜利感。
- 成功者善于从自己身边发生的事情中吸取经验,并从中了解时间的价值,培养自己对时间流逝的敬畏感。

- 成功者不把目光朝着连想象都达不到的遥远未来,却考虑什么“安全”。他们的目标,只确定在可以预测的将来。
- 成功者并不是想把一切事情都放在“现在”去做。他们并不是那种“反正什么时候死都没关系”的所谓“想得开”的人。

10. 积极的自我表现…………… (147)

- “给人以良好印象”,这与获取人生的成功有着密切的关系。有的人固执己见,有的人过信朋友之言,还有的人怀着强烈的自卑感。
- 我们没有必要非当个富翁。也没必要为了告诉人们自己取得了成功,而把自己的全部财产都抛出去以示庆贺。
- 无论在工作上,社交上,家庭里,成功者都全力争取良好的人际关系。对于这种努力,他们决不半途而废。

11. 积极的自律自制…………… (162)

- 对思想的控制,是你的个人进取心、积极心态和热忱控制的关键因素,而自律则是结合所有这些

努力的过程。

- 一个人能达到自律的要求后,在其他原则方面必然也会有所进步。
- 大多数人都是先行动再思考行动的后果,自律则要求相反的程序,你要学习“谋定而后动”。
- 你必须控制并引导你的情绪而非摧毁它,况且摧毁情绪是一件不可能的事情。情绪就像河流一样,你可以筑一道堤防把它挡起来,在控制和导引之下排放它。

12. 积极的身心健康..... (185)

- 你身体和思想的健康是不可分的,任何影响你健全思想的因素,同样也会影响你的身体;反之,任何影响到你身体的因素,也会影响你的思想。
- 人类是惟一能够思考的动物,而这种思考力量使你能够改变你的周遭环境,并学习自然法则,你只需要思索观念,相信它并且实现它。
- 培养健全思想,最重要的一项特质,可能就是积极心态和伴随积极心态一起出现的特质了。
- 短暂的恐惧,不但是一种正常现象,而且也是一种重要机能,它会使你远离即将飞驰过来的火

车;或提醒你别太靠近暗礁,并且把你的注意力完全集中在一个特定的问题上。

13. 积极地培养信心..... (202)

- 只要你有信心坚持奋斗,纵使移山填海,你也能够办到。世上没有一件你不能做的事。
- 信心是一种最坚强的内在力量,它能够帮助你度过最艰难的时期直到曙光终于出现。
- 信心好像一粒种子,除非播种,否则不会结果,然而播种只是第一阶段而已。
- 伟大并不在于你的职位,而在你是否看重自己的积极想法。

14. 积极地与人相处..... (217)

- 一个人如果只关心自己,他很难成为一个被人喜欢的人。
- 如果你希望别人喜欢你、敬重你,你必须先学会去爱别人。要真地去关心别人、爱别人,激励他们展现出最好的一面。
- 更不幸的是,我们大多数人甚至不知道如何倾听别人谈话。倾听的艺术是成为受人喜欢的人最

大的秘诀之一。

15. 积极地摒除忧虑..... (237)

- 想办法克服忧虑非常重要,因为忧虑是快乐的敌人,它影响你思考的能力,进而影响你的工作效率并对健康有危害。
- 焦虑和烦恼的人比较容易感染上细菌或其他微生物。
- 会运用积极思想排解忧虑的人,会获得奇妙的结果。

16. 积极地面对逆境..... (246)

- 几乎每一个伟大的构想在开始的时候,都被认为不可能。今日的不可能,会变成明日的事实。
- 成就事业需要时间、金钱、体力、脑力、以及人力等各项条件的配合。

17. 积极地正视问题..... (274)

- 问题的产生总会为某一些人创造出机会。一个人的困难很可能就是另外一个人的机会。
- 强者能够胜利,因为他们在面临问题时总是作出

积极的反应。然而,要想做到这一点并不简单。

- 逆境不久,强者必胜。坚强的人学会处理问题,采用最积极的方法。“积极处理问题”,才是关键的所在。

18. 积极地处理问题..... (287)

- 我们周围的很多人以积极的态度,成功地解除了许多危机。那些态度积极的人大都能扭转情势,创下辉煌的记录。
- 一个人对问题的反应态度,将决定结果的好坏程度。
- 每个问题都包含着无限的机会。你能够化腐朽为点石成金。
- 大多数人的失败,并不是因为他们缺乏智慧、能力、机会或是才气,他们的失败,往往只是因为没尽全力以赴。

19. 积极地掌握情势..... (304)

- 如果你想成功,在处理问题时,必须把握机会、承担责任、好好掌握,三者缺一不可。
- 千万不要受自筑的藩篱或禁闭的思想的影响,而

放弃追寻理想的勇气。

- 一位著名的心理学家曾说过：“态度比事实更为重要。”你必须保持积极乐观的态度，千万别受事实恫吓。
- 许多人在平时能够控制全局，做出正确的抉择，而一旦发生突然事件，他们却惊慌失措。

20. 积极行动的准则…………… (325)

- 一般人遭遇困境，往往丧失面对未来的勇气，变得悲观而不知所措。
- 勇敢尝试，勇敢地爱，勇于冒险，敢做承诺，鼓起勇气，全力以赴。
- 如果你不敢冒险，你就不可能解决任何问题，也就永远别想取得任何进步。
- 你要发掘自己的才华及潜力，寻找时间和金钱的支助，规划行动方针，全力以赴，才能获得最后成功。

21. 积极思考箴言…………… (359)

- 很多人直到无法挽回时才明白，事情的真相是，他们越不想受罪，受的罪却越大，因为那些微不

思考创造奇迹

足道的小事给你带来的折磨与伤害与你对它们的恐惧成正比。

- 我们很容易就原谅一个害怕黑暗的孩子；生活的真正悲剧是成年人害怕光明。
- 人要有一种伟大的愿望，要有能够实现这种愿望的技能和坚忍。



积极的自我认识

成功者的名言：“我深知自己的能力，深知我应做的事情。”

失败者的名言：“世间该怎样就怎样，非以努力分经纬。”

成功者的画像：正确的自我认识、广阔的视野、同情心、宽容性和适应性。

失败者的画像：逃避自我、漠不关心、无动于衷、偏见、顽固、以自我为中心。

你是否曾经这样想过——生活中有许多理所当然的事情，但这些并非你所需求的东西？这个“理所当然”是否客观？是否对你“理所当然”，而对别人并非如此？

成功者对自己所处的环境十分清楚。他们明白,即使身边一些微不足道的事物,也有很多东西值得自己不断学习。成功者能敏感地察觉到自己与他人认识上的差别。而且还应清楚自己获得这些认识的根源。一个人要想取得成功,必须从深知自己开始。具体来说,至少应做到以下几点:

1.清楚地了解自己。也就是要正视自己,而不能欺骗自己;经常检查自我认识的状况,并不断验证自己的这种认识。相信自己的能力,时时勉励自己向上往前,这就是成功的秘诀。

2.诚实,也是一个人获得成功的条件之一。诚实不是针对别人的财产或信用而言的,诚实属于你自己。你是否一直玩世不恭,是否迎合上司投机取巧,是否曾将自己份内的工作推塞给别人吧?如果这样,那你正远离成功,而一位真正的成功者应该毫不吝惜地为成功付出努力。如果你窥探自己的灵魂深处,还有什么保留或搪塞的话,成功就可能成为水中月与镜中花了。只有当你的思想、你的感觉与你的行动相一致,没有太大偏离的时候,你的脚才能坚实地落在现实的基地上,并迈向成功之路。

3.经常了解自己与周围事物发展的差距,这也是十分必要的。你身边正在发生什么事情?你应该对自己提出什么要求?经常留意世间事物的变化和转换,不惜力量地扩充自我世界;思考世间