

CHENG GONG DE

LI LIANG

成功 的 力量

泓露·沛霖◎著

成功需要多种能力、品质和资源的组合。

只要我们立志做一个成功者，做一个最伟大的人，
最好的事情就会发生在我们的身上。

我们要想自己杰出，就必须把自己变成最成功的人。



中国商业出版社

CHENG GONG DE

LI LIANG

成功 的 力量

泓露·沛霖◎著

成功需要多种能力、品质和资源的组合。

只要我们立志做一个成功者，做一个最伟大的人，
最好的事情就会发生在我们的身上。

我们要想自己杰出，就必须把自己变成最成功的人。



中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

成功的力量 / 泓露·沛霖著. — 北京: 中国商业出版社, 2014.9

ISBN 978-7-5044-8398-0

I. ①成… II. ①泓… 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(2014)第034072号

责任编辑: 姜丽君

中国商业出版社出版发行

010-63180647 [www. c_cbook. com](http://www.c_cbook.com)

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

北京凯达印务有限公司印刷

*

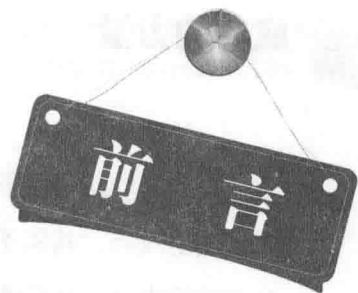
720×1000毫米 16开 18.5印张 200千字

2014年12月第1版 2014年12月第1次印刷

定价: 36.80元

* * * *

(本书若有印装质量问题, 请与发行部联系调换)



| 我们为什么会成功 |

我们从出生的那一天起，便经历着世界对我们的种种考验，会遇到种种艰难和挫折。这是上帝安排给我们的必修课程，我们无法避开这一切，唯一可以做的就是勇敢地去面对，与其逃避不如迎难而上。当我们跌倒的时候，要知道这是为下一次成功所作的铺垫，也是成功之路上的必然，如此一来还有什么坎是过不去的呢？

在人生的路上，我们始终要明白：不经历风雨无法见彩虹！我们要勇敢地踢开阻碍我们前进的绊脚石，而不是抱怨和彷徨，要知道我们的命运掌握在我们自己的手中。如果我们不付出努力，不积极地拯救自己，那么，除此便没有任何人能够使我们走出泥泞，走向成功。只要我们有坚定的目标，远大的理想，有一颗追求梦想、渴望成功的心，同时在失败、绝境面前不退缩，勇敢地向着明确的目标奋进，有自信、有勇气与一切艰难斗争，有着永不放弃的劲头，就能穿越重重障碍，走向成功，走向巅峰。

成功的人生是每个人都渴望的。成功有方法吗？成功有规律可循吗？成功的人是天生就非常优秀吗？答案姑且不论，但那些伟大的成功者似乎都抓住了一些共同的东西，这难道就是成功的秘密？

有这样一句话被不少人奉为经典：“许多人都以为成功是由偶然和运气组成的，其实不然，它是由规律和法则组成的。”规律是事物最本质的内涵，是事物兴衰成败的黄金定律。任何一种事物的规律，不论你遵循它还是违反它，都会起作用。

事实上，成功需要多种能力、品质和资源，不过，首要的一条是，我们要明白自己究竟是做一个成功者，还是一个失败者。如果我们要做一个成功者，需要具备什么样的品质，需要遵循什么样的规律。如果你想成功，就需要明白，无论面对何种情况，都不能只在意一时一事取得了成功或遭到了失败，而要思考如何对待自己的成功和失败、在遭受挫折时表现出什么样的姿态。

无论过去如何看待自己，现在都还有改变的机会、方法与能力，可以使自己变得更美好。造物主给我们的所有礼物中，能够选择自己的人生方向，应该是最大的恩赐了。只要我们立志做一个成功者，做一个最伟大的人，最好的事情就会发生在我们的身上。所以说，我们要想自己杰出，就必须把自己变成最好的人。

你也许从来没有读过如此一本伟大与亲切并存、令人激动而力量倍增的书。来吧，每一位想成功的人士，行动起来，亲手翻开第一页！它可以帮助你快速达到这个目标，相信自己，你一定能成功！

此书就是要让大家了解决定的力量，只要焕发无限的潜能，那么活力、热情、快乐都将为你所有。你此刻就可以作出决定，须臾之间改变人生——改变一个习惯、掌握一项技能、待人接物得体、致电多年未联络的人，也许你联络的人就能助你一臂之力，也许你现在下的决心，就能让你好好感受和培养你需要的积极情绪。你内心想要感受

更多愉悦、更多趣味、更多自信和更多宁静吗？即便是合上这本书，你也能发挥已经存在于内心的力量。做个好决定，你就能为成长和快乐寻找到崭新、积极且有力量的方向。

本书将要为你介绍一种有史以来的最好的成功理念。对梦想、欲望以及和谐关系的不断追求能够帮助你获得成功。错误而顽固的观念是成功的最大障碍。要想与永恒真理保持密切的联系，我们必须保持内心的平静与和谐；要想获得无限的智慧，我们必须与传统智慧的事物保持统一步调。

在这个理念的帮助下，你一定能够获得健康、勇气、成功、财富以及一切你想要的东西。有需要才会有要求，有要求才会有行动，而行动将让你有所收获。这一演变过程将帮助你创造与今日截然不同的绚烂明天。个人发展就像宇宙进化，二者都是一个循序渐进的过程，其中必然伴随着量变和质变。

大家都知道，如果做出损人利己之事，我们必然会受到道德的谴责，而且前进路上也不会一帆风顺。这个道理给我们的启示是：要想成功，就必须具备崇高的道德理念，做到“为最多的人谋求最大的利益”。



第一章 成功的梦想

在人类所做的一切事情中都包含了努力和结果，努力程度的衡量标准就是结果，而不是机遇。天赋、力量、物质、智力和精神的财富都是努力的结果：他们是完成的思想，是取得的成就，是实现的理想。

梦想与理想 	3
成功的梦想 	9
命运之梦 	13
梦想就不在远处 	18
敢于梦想 	22
做一个成功的拼搏者 	26

第二章 一切取决于自己

每个人的一生都不可能是风平浪静、一路平坦的，会遇到许多的坎坷和困难，若不去正视与克服这些关隘，就会彻底地堵塞通往成功的大路，而克服这些困难就需要我们具备知难而进的精神，这便是我们通向成功的必经之路，也同样能够成为我们通向成功的捷径。

做自己的救世主 	31
自胜者，战胜自己 	35
成功就是不断开发自己的潜能 	38
成功青睐乐观的人 	44
成功就是每天进步一点点 	48

第三章 发挥决定成功的力量

每攻克一个困难，每获得一次成功，你就会对自己的力量更自信，就会拥有更强的能力。力量源于心态。如果具备成功的心态和坚定的目标，那么你就能从无形的精神世界中汲取力量。

先做成功者，然后成功 	55
做自己忠实的信徒 	62
完美地表现自我 	65
正确地暗示自己 	72

第四章 构建成功的内在系统

魏尔曼说：“内心世界与外在世界息息相关是不争的事实，是绝无例外的法则。正是因为这个法则，也就是观念与目标相互关联的事实，人类自古以来才会相信‘天意’。”即使尚未仔细思量，你的脑海中也已经建立了一个清晰的内在系统，这一系统由潜意识驱使，是一股无形的力量，无时无刻不在主宰着你那些或好或差的想法、行动和情绪，控制着你的价值观。

内在的力量是什么 	81
成功的内在要求 	88
成功从内在的改变开始 	94
增强内在的勇气 	100
成功的外在要求 	105
成功永远是一个过程，而且没有终点 	110
成功是一种倍增效应 	115
成功就是胜利 	118

第五章 成功需要改变自己

在我的观念里，要想成就一番事业，需要遵守两大原则：一要具备专业素养；二要勇于迎接挑战。对于自身的专业素养，我一直颇具自信，我所拥有的高超的知识和技巧非常管用，这些知识和技巧以我对于人类行为的深刻了解为基础，相比而言传统的心理医生就逊色于我；同时我也相信我和我的团队勇于接受挑战，找出扭转之道。

生命如何改变 	123
认清成功背后的阴谋 	125
掌握成功的秘诀 	129
成功照亮人生 	133

第六章 成功让心灵更丰富

如果你能常常迫使自己去完成一些你认为应该做的事，并且努力克制贪图安逸的恶劣本性，全力以赴，那么你的品格与判断力必定可以大大增进，而你自然也会为人所承认，成为“头脑清醒，判断力准确”的人。

不要用“心灵之套”把自己套住 	139
不要让别人把你绑住 	146
要有清醒的头脑和准确的判断力 	150
真诚为人服务 	153

第七章 把握成功的机会

不要把机会想得过于惊心动魄，我们都是平凡的人，没有多少人会成为英雄或伟人。因此，我们所关注的应是自己的生活，把握最普通的机会。当你掌握每一个机会时，那些关键的被称为转折点的机会也属于你。

你做好准备了吗 	159
机会靠自己把握 	163
成功离不开机会 	167
机会何来 	171
机会是平等的 	174
从需求中发现机会 	177
适当的机遇往往能扭转命运 	186

第八章 成功源自健康的心理

弗洛伊德说：“凡对一切有益于心理健康的事件或活动做出积极反应的人，其心理行为便是健康的。反之，就是病态的。”

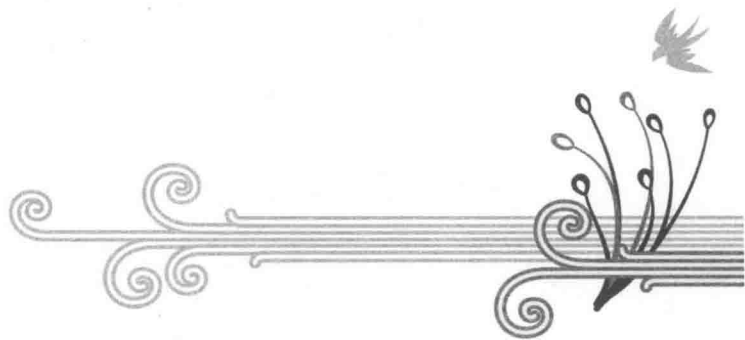
伟大的思想家詹姆斯说：“我们这一代最伟大的发现，就是人类可以凭借改变态度而改变自己的命运。”如今，心理问题已经是世界上最受关注的话题之一，如果一个人调整出好的心态来，他就能在人生成功路上无往不胜。

抑郁是生命的大敌 	205
把忧虑清出你的头脑 	214
恐惧往往源于无知 	219
驱逐恐惧 	225
克服烦闷情绪 	228
说出你的心事 	231
抵制无聊的情绪 	234
懒惰使人畏缩 	238

第九章 成功的关键因素

我们若想成功，就必须培养自己的前瞻眼光，用超前的意识去想一想、看一看，有没有什么潜在的契机可以抓。若有，就要抓而不放，并让它成为我们打开成功之门的钥匙。只要有目标、有梦想、有渴望，就放手去追求！即使是在日常生活中，我们也要发现机会，而把机会转化成为事业确实要独具慧眼。

将成功进行到底 	245
毅力可以让人跨越挫折 	250
持之以恒可以创造伟业 	258
做成功的自己 	264
成功就是再坚持一下 	267
始终坚持，走向成功 	272



第一章 成功的梦想

在人类所做的一切事情中都包含了努力和结果，努力程度的衡量标准就是结果，而不是机遇。天赋、力量、物质、智力和精神的财富都是努力的结果：他们是完成的思想，是取得的成就，是实现的理想。



| 梦想与理想 |

在以智慧求生存的年代里，正是因为我们有了梦想与理想，我们才有了更大的发展空间。作曲家、雕塑家、画家、诗人、预言家、智者，他们是天堂的建筑师，是未来世界的创造者。这个世界因他们的存在而美丽，没有他们，人类会在艰苦劳动的压迫下走向消亡。

这一发现简直就是一个奇迹。这意味着精神在质量上是超凡的，在数量上是无限的，而且其中还包含着无数的可能性。意识到精神力量的存在后，你就会变成一条“火线”（有电流的电线）。这跟将一根普通的电线接到电路上一样。宇宙就是一条火线，它的能量足以让你应对各种人生问题。一旦个体精神与宇宙精神建立联系，人就能实现一切梦想。这就是在世界的力量。所以科学门类都承认这个世界的存在。一切力量都取决于我们对这个世界的认识。

另外，那些心中怀有美丽梦想和崇高理想的人，也终会有一天能够将之变为现实。哥伦布梦想着另一个世界，他发现了新大陆；哥白尼梦想世界的多重性和一个更广阔的宇宙，他揭示了宇宙的奥秘，因此将人类的视野扩展到了广袤的天宇间；释迦牟尼梦想着一个纤尘不染、宁静平和的精神世界，他进入了其中。理想为我们树立了对未来的一种憧憬，梦想为我们支撑起了属于我们的心灵世界。所以，尽管

我们会在人生的旅途中遭遇各种打击，经历各种苦难和艰辛，但正是由于我们有了梦想，才让我们感受到了社会的美好。换言之就是，美丽的梦想滋养、抚慰了我们自己的心，让我们无时无刻地不在经营着我们的内心净地。这就是说，只要我们不放弃理想，不放弃梦幻，我们就会让我们的梦想永远不褪色或者消逝。毕竟我们生存在思考里，只要我们活在梦想之中，并能付诸行动，我们会坚信，只要我们努力了，只要我们付出了，我们所有的理想都将在某一天变成现实。

尽量保持蓝图的整洁与清晰，让它扎根心底，然后你才能逐渐地向它靠近。你一定能成为“想成为的人”。

这又是一个著名的心理事实，但遗憾的是，仅仅知道这个事实并不能为你带来一切，甚至不能帮你构建精神蓝图，更别提去实现梦想了。要想达到目的，人类必须付出对等的努力，而且是精神上的努力，但很少有人愿意做出这样的努力。

第一步是理想化。这一步至关重要，因为它好比房子的根基，而这根基必须牢固而持久。在建造高楼大厦之前，建筑师会预先在心中描绘出所有线条和细节。而在挖掘深渠时，工程师必须先确定各个部分需要多大的力。

在行动之前，他们已经“胸有成竹”了。因此，你也要先描绘出理想的图画，然后再开始行动，这就好比播种之前一定要知道将来收获什么一样。这个过程就是理想化。如果你对未来感到迷茫，那就回到房间，日思夜想，直到理想蓝图变得清晰明了为止。一开始，这幅图画可能比较模糊，但久而久之它一定会成形并细化。你的能力会逐渐增强，理想蓝图也将逐渐清晰，并最终在客观世界实现。你会清楚