



New York Times、Newsweek、The Washington Post、Publishers
Weekly、亚马逊等美国主流媒体推荐的
200部畅销书，倾情给力。

美国人 在读什么

Best Sellers
AMERICAN Love Reading

200部全球顶级畅销作品 × 200位世界顶级文学大师和专家
1000多条精彩书评 × 800多条畅销书排行榜
→文化、情趣、英语多重提升，精英人士的必备单品

家宜 / 主编

Best Selling Biz Works

风云人物追捧
的商务书

石油工业出版社



成应翠 石家宜 / 主编

New York Times, Newsweek,
The Washington Post,
Publishers Weekly、亚马逊
等美国主流媒体推荐的
200部畅销书，
倾情给力。

美国人在读什么

Best Sellers
AMERICAN Love Reading

Best-Selling Biz Works

风云人物追捧 的商务书

200部全球顶级畅销作品 × 200位世界顶级文学大师和专家
1000多条精彩书评 × 800多条畅销书排行榜
→ 文化、情趣、英语多重提升，精英人士的必备单品

石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

美国人在读什么 风云人物追捧的商务书/成应翠 石家宜主编.
北京: 石油工业出版社, 2011.3
ISBN 978-7-5021-8204-5

- I. 美…
II. ①成… ②石…
III. ①英语-汉语-对照读物 ②成功心理学-通俗读物
IV. H319.4 : B

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第254243号

美国人在读什么 风云人物追捧的商务书
主编 成应翠 石家宜

出版发行: 石油工业出版社
(北京安定门外安华里2区1号楼 100011)
网址: www.petropub.com.cn
编辑部: (010) 64523604 营销部: (010) 64252172
经 销: 全国新华书店
印 刷: 北京晨旭印刷厂

2011年3月第1版 2011年3月第1次印刷
880×1230毫米 开本: 1/32 印张: 9
字数: 257千字

定 价: 19.80元
(如出现印装质量问题, 我社发行部负责调换)
版权所有, 翻印必究

编委会

主 编：成应翠 石家宜

文字编委：（按姓氏笔画排列）

毛小信	赵欣然	许 信	田 园
徐睿婕	杨金鑫	蒋佳池	张晓静
曾玲娟	蔡文君	孙 帅	成 琳
吴淑严	王 琴	李文平	张艳萍
严国飞	郑伟强	杨晓丽	张新海
黄 艳	王巧美	王雅琪	原 理
成 翔	王 霞	梁俊茂	高爱琴

序言

忙碌的现代人仿佛深陷纷繁芜杂的网络信息图囿中，与书籍剥离，隐约中渐行渐远的伤感油然而起。我们不再为物色一本好书或一部优秀的作品而焦头烂额，那种“众里寻他千百度，那人却在灯火阑珊处”的执着和欣喜变得越来越陌生。然而，随着社会文化的深度演变，全球经济的一体化，我们又迫切需要了解外面的世界。要了解外界，首先就要学好并掌握英语，而掌握英语的最佳桥梁就是多读欧美优秀作品。在阅读欧美优秀作品的过程中，不仅能提升自身修养和英语各方面的能力，而且还能了解当代欧美文学思潮、社会动态、民俗演变，领略当代欧美文化、风土人情、国民修养、价值观和审美趋向等。在国际化环境和跨文化环境下成长起来的一代，即使不能完全做到“学贯中西”，也应做到略懂“中西文采”。欧美优秀作品就像是一个充满活力、色彩斑斓的瑰丽花园，是人类文化一道亮丽的风景线。

纵览欧美文坛，可谓作家如林、佳作无边、卷帙浩繁，若一本本细读、精读，并非易事。而采用“佳作导读”模式可以很好地帮助忙碌的现代人利用宝贵的时间博览各类优秀作品，同时又能提升英语思维。鉴于此，我们倾力打造并推出《美国人在读什么》系列，本系列共4册，每册各推荐50部极具影响力、代表性及可读性的作品以飨读者，分别从励志、教育、文学、商务等角度推荐最受美国读者欢迎的名篇佳作。本套书以题材为纲，作品为目，体裁为经，作者为纬，帮助读者选读、速读。每册书分别设置以下栏目，即“排行榜”和“好评如潮”，探求作品的影响力和辐射力，暗解当代欧美思潮；“作品速览”和“精彩剪影”，呈现作品的故事梗概和精彩片段；“走进作者”和“贴心资讯”，又能让读者了解作者和作品更多有价值的信息。

享受阅读，从这里开始……

《美国人在读什么 青春飞扬的畅销书》——本书收录了当下美国青少年最喜爱的 50 部优秀作品，如《暮光之城》、《普罗旺斯的一年》、《穿条纹睡衣的男孩》、《纹龙的女孩》、《拯救西西·贺尼卡》、《大女孩》、《迷失之城：亚马逊丛林的绝命之旅》、《生而为跑》等，本书推荐的每部作品都如一只寻梦的风筝，而你正是那个牵风筝线的人。轻抚书页，满纸隽美，令人心旷神怡。

《美国人在读什么 最具品味的文学书》——本书收录了当下美国文学迷们最喜爱的 50 部优秀作品，如《达芬奇密码》、《朗读者》、《艺妓回忆录》、《索菲的选择》、《洛丽塔》、《芒果街上的小屋》、《绿巨人》、《女人：隐秘的地理》、《阿曼达》等，本书如一本精彩的故事汇，抛砖引玉，为你介绍了美国当下最新鲜的文学作品，让你既学地道英语，又览文学风情！

《美国人在读什么 风云人物追捧的商务书》——本书收录了当下美国商界精英和职场达人最喜爱的 50 部优秀作品，如《一分钟经理人》、《赢者的心态》、《决策力》、《二八原则》、《头号原则》、《当下的力量》、《小趋势》、《女人与钱》、《50 步打造名牌你》等，本书犹如一盏指路明灯，教你致富的法宝，为你提供提高领导力的妙招，更有鞭辟入里的职场指南。在业界精英的指引下，相信你可以找到属于自己的那片碧海蓝天。

《美国人在读什么 给你勇气前行的励志书》——本书收录了当下美国大学生和薪水族最喜爱的 50 部优秀作品，如《活在当下》、《唤醒心中的巨人》、《小王子》、《追风筝的人》、《积极心态的力量》、《与人共赢》、《要事第一》、《学出来的乐天派》等，本书推荐的每一部励志作品，都会成为你一次意志的蝶变。生命就如一泓清水，不管经历多少苦涩，我们都不应该变得胆怯，只要勇敢向前，没有什么能够阻挡我们对未来的希冀。

本套书由点到面，点面结合，横向展开，纵向发散，既有走马观花的雅趣，又有驻足观赏的感悟，更有流连忘返的余韵。细心鉴赏作者寄托在作品中的思想和情感，你就会感受到“Jump and get an apple”的喜悦。在不知不觉间，你的英文思维、文化感悟及人文情趣都得到了提升。

阅读本书系，有助于你与美国读者同行，了解美国人的阅读趋向和世

界文坛风向标；

阅读本书系，可以使你更好地了解异域文化，解读不同风情，丰富自身语言 and 思想；

阅读本书系，能增强你对英语的感受力和对正确文法的认识，是学习英文的首选读物；

阅读本书系，可以将文中地道的英语好词、好句、好段摘录下来，灵活应用到平时的交谈和各类写作中，真正做到学以致用，出口成章，妙笔生花；

阅读本书系，一本顶 50 本，一套顶 200 套，帮助快节奏的你花很少的时间领略浩瀚的文学海洋，在最短的时间内汲取最有价值的信息，不仅省时、省力、省钱，更能怡情、怡心；

阅读本书系，能极大地丰富你的谈资，提升自身魅力，增加人气指数。在社交场合，你若能随口谈及某些畅销作品的精髓或故事梗概，定会令对方刮目相看。

编者衷心希望这套书能给你带来更多惊喜和心灵慰藉。品少味多，举一隅而窥全豹，品一册而晓千里，读一套而览万象，博览古今，透知天下，掩卷而视野顿开。

本套书涉及面甚广，囿于时间和水平所限，书中疏漏之处在所难免，望读者朋友和业界同仁不吝赐教。

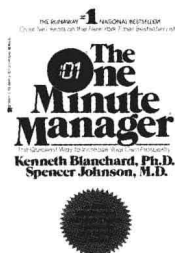
编者

2010 年 10 月于北京

目录

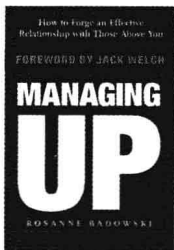
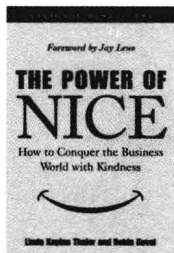
Contents

● Chapter 1 第一章

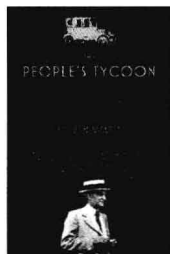


TOP 1	Who Moved My Cheese? 《谁动了我的奶酪?》	2
TOP 2	The One Minute Manager 《一分钟经理人》	7
TOP 3	The Difference Maker 《赢者的心态》	12
TOP 4	The Fred Factor 《邮差弗雷德》	17
TOP 5	How to Get Control of Your Time and Your Life 《如何掌控自己的时间 和生活》	23
TOP 6	The Power of Your Subconscious Mind 《潜意识的力量》	27
TOP 7	Winning 《赢》	34
TOP 8	Teach Your Team to Fish 《教你的团队如何钓鱼》	41
TOP 9	Dream-Biz.com 《梦想生意》	47
TOP 10	The Power of Now 《当下的力量》 ...	52

● Chapter 2 第二章



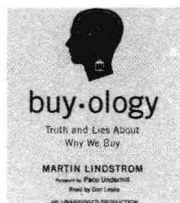
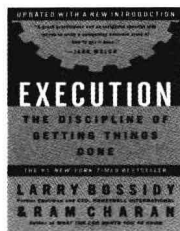
- TOP 11 When Everything Changes, Change Everything 《当一切改变时改变一切：动荡世界的安身之道》 60
- TOP 12 You Can If You Think You Can 《只要敢想你就行》 65
- TOP 13 Trump: How to Get Rich 《亿万富翁教你如何致富》 70
- TOP 14 The Power of Nice 《善意的力量》 ...75
- TOP 15 Managing Up—How to Forge an Effective Relationship with Those above You 《向上，向上！做副手的学问》 80
- TOP 16 Microtrends 《小趋势》 86
- TOP 17 Lifelong Capital 《一生的资本》 ... 92
- TOP 18 When Genius Failed 《当天才不再天才》 97
- TOP 19 Bang: Getting Your Message Heard in a Noisy World 《大爆炸——闹世中传达思想》 103
- TOP 20 The Automatic Millionaire 《自动百万富翁》 109



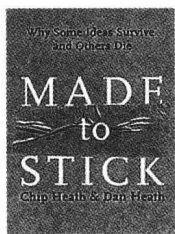
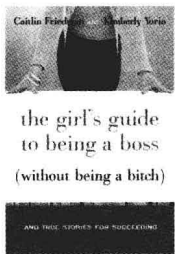
Chapter 3 第三章

- TOP 21 The Art of the Steal
《偷窃的艺术》 116
- TOP 22 The People's Tycoon
《人民的大腕》 121
- TOP 23 New Job, New You
《全新的工作，全新的你》 126
- TOP 24 Thinkertoys 《思考玩具》 131
- TOP 25 Adland 《广告天地》 135
- TOP 26 Women & Money 《女人与钱》 ... 140
- TOP 27 Getting Past No
《和“不”说：不！》 145
- TOP 28 101 Toughest Interview Questions
《101 个最难的面试问题》 151
- TOP 29 The Strategy Paradox
《策略的两难》 155
- TOP 30 The Brand You 50
《50 步打造名牌的你》 160

● Chapter 4 第四章



TOP 31	Execution 《决策力》	168
TOP 32	The Encore Effect 《经典重现》	175
TOP 33	Freedom, Inc. 《自由集团》	180
TOP 34	MBA in a Box 《MBA 大礼包》	185
TOP 35	Buy-ology 《消费生理学》	190
TOP 36	The World's Most Powerful Leadership Principle 《世界上最强大的领导准则》	196
TOP 37	Ask for It ! 《我要! 》	201
TOP 38	Cut to the Chase 《争分夺秒》	206
TOP 39	Rule #1 《头号原则》	211
TOP 40	It's All Politics 《一切都与政治有关》	217



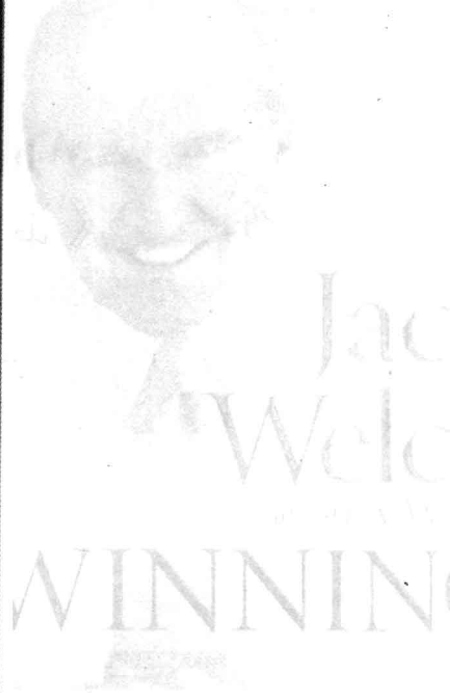
● Chapter 5 第五章

- TOP 41 **Creating Magic** 《创造魔力》 … 224
- TOP 42 **Power Ambition Glory**
《野心的魅力》 …… 230
- TOP 43 **Happy at Work, Happy at Home**
《快乐工作，快乐生活》 …… 235
- TOP 44 **The Girl's Guide to Being a Boss**
《如何做个女上司》 …… 240
- TOP 45 **The Inner Game of Work**
《玩转办公室》 …… 245
- TOP 46 **The Drunkard's Walk**
《傻瓜富翁》 …… 249
- TOP 47 **Made to Stick**
《卖掉你的观点！》 …… 254
- TOP 48 **The Girl's Guide to the Big Bold Moves for Career Success**
《女孩升职记》 …… 260
- TOP 49 **The 80/20 Principle**
《二八原则》 …… 266
- TOP 50 **Good in a Room**
《时时刻刻做“麦霸”》 …… 271

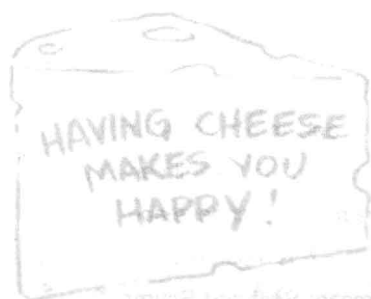
HOW TO SELL YOURSELF
[AND YOUR IDEAS] AND
WIN OVER ANY AUDIENCE

good IN A room

Stephanie Palmer



Chapter 1 第一章

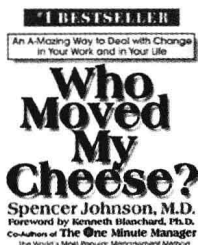


Top 1 Who Moved My Cheese?

《谁动了我的奶酪?》



排行榜



- ▶ Sold over 2.1 million copies worldwide
- ▶ Translated into 39 languages
- ▶ *The New York Times* Bestseller
- ▶ Recommended by governments, schools and companies
- ▶ 销量达 2100 多万册
- ▶ 39 种语言的翻译版本
- ▶ 《纽约时报》畅销书
- ▶ 备受政府、学校和企业力荐

好评如潮

Change can be a blessing or a curse, depending on your perspective. The message of "Who Moved My Cheese?" is that all can come to see it as a blessing, if they understand the nature of cheese and the role it plays in their lives. "Who Moved My Cheese?" is a parable that takes place in a maze. Four beings live in that maze: Sniff and Scurry are mice, non-analytical and non-judgmental; they just want cheese and are willing to do whatever it takes to get it. Hem and Haw are "little

people”, mouse-size humans who have an entirely different relationship with cheese. It’s not just sustenance to them; it’s their self-image. Their lives and belief systems are built around the cheese they’ve found. Most of us reading the story will see the cheese as something related to our livelihoods—our jobs, our career paths, the industries we work in—although it can stand for anything, from health to relationships. The point of the story is that we have to be alert to changes in the cheese and be prepared to go running off in search of new sources of cheese when the cheese we have runs out.

—Lou Schuler, Amazon.com

塞翁失马，焉知非福？《谁动了我的奶酪》传递的信息就是所有人都能将所有改变看做是福气，只要他们懂得奶酪的本质和奶酪在其生活中所占的位置。《谁动了我的奶酪》是一则发生在迷宫里的寓言。在一个迷宫中生活着四个小家伙：两只小老鼠嗅嗅和匆匆，不会分析和判断；他们只想要奶酪，并且为了得到奶酪不惜一切代价。两个“小人”哼哼和唧唧，这两个只有老鼠大的小人对奶酪持有完全不同的态度。奶酪对于他们不仅只能维持生计，还是他们的自我形象。他们的生活和信仰体系均围绕着各自发现的奶酪形成。尽管奶酪可以代表从健康状况到朋友关系的任何东西，看这个故事的人，大多都会将奶酪看做和我们生计相关的东西——工作、职业道路、为之工作的企业。故事的精髓在于我们必须时刻对奶酪的改变保持警惕，并时刻准备在奶酪用光的时候去寻找新的奶酪资源。

——娄·舒勒，亚马逊图书网

作品速览

Cheese is a metaphor for what you want in life—be it a good job, a loving relationship, money or possessions. And the maze is where you look for what you want—your organization, family

or community. This book shows how to anticipate change, adapt quickly, enjoy change, and be ready for more.

Written for all ages, this story takes less than an hour to read, but its unique insights can last for a lifetime. “*Who Moved My Cheese?*” is a simple parable that reveals profound truths. It is an amusing and enlightening story of four characters who live in a maze and look for cheese to nourish them and make them happy. Cheese is a metaphor for what you want to have in your life—whether it is a good job, a loving relationship, money or a possession, health or spiritual peace of mind. And the maze is where you look for what you want—the organization you work for in, or the family or community you live in. This profound book from bestselling author, Dr. Spencer Johnson will show you how to: anticipate change; adapt to change quickly; enjoy change; and, be ready to change quickly, again and again. Discover the secret for yourself and learn how to deal with change so that you suffer less stress and enjoy more success in your work and in life.

奶酪是对我们在生活中想获得的事物一种比喻——一份好工作、一种充满爱的关系、金钱或财产。迷宫就是我们要寻找这些事物的地方——公司、家庭或社区。本书展示了如何预测改变，迅速适应，享受变化并为更多变化做准备。

这个故事老少皆宜，尽管花不了一个小时阅读，但其独特见解会影响终生。《谁动了我的奶酪？》寓言虽然简单，但却揭示了深刻的真理。它是一个充满趣味和启发性的故事，四个主人公都生活在迷宫中，寻找滋养他们并使他们快乐的奶酪。奶酪象征着我们生活中想要得到的东西——不论它是一份好工作，一种充满爱的关系，还是金钱或财产、健康或精神层面的安宁。迷宫象征着我们寻找这些东西的地点——我们为之工作的企业、我们所在的家庭或者我们生活的社区。这本书出自畅销书作家斯宾塞·约翰逊博士之手，影响深远。他向我们展示如何预测变化、如何迅速适应变化、如何享受改变，并在不断地变化中时刻蓄势待发。为你自己发现秘密并学会如何处理变化，这样你就会减少自己的压力，享受工作和生活中更多成功。

They weren't surprised. Since they had noticed the supply of cheese had been getting smaller every day, they were prepared for the inevitable & knew instinctively what to do. They were quickly off in search of New Cheese.

Later that same day, Hem & Haw arrived. "What! No Cheese? Who moved my Cheese? It's not fair!", Hem yelled. They went home that night hungry & discouraged. But before they left, Haw wrote on the wall:

The More Important Your Cheese is To You, The More You Want To Hold Onto It.

The next day Hem & Haw left their homes, & returned to Cheese Station C. But situation hadn't changed. Haw asked, "Where are Sniff & Scurry? Do you think they know something we don't?" Hem scoffed, "What would they know? They're just simple mice. They just respond to what happens. We're little people. We're smarter."

他们并没有感到惊讶。自从他们注意到奶酪的供应会日益减少，他们就准备好采取必然和本能的应对措施。他们会迅速启程寻找新的奶酪。

那天迟些时候，哼哼和唧唧到了目的地。“什么！奶酪不见了？谁动了我的奶酪？这太不公平了！”哼哼喊道。

那天晚上他们饿着肚子，十分沮丧的回到家。但是在他们离开之前，哼哼在墙上写道：

你的奶酪对你越重要，你就越想要守住它。



第二天哼哼和唧唧离开家，回到奶酪储备地 C。但是情况并未发生任何改变。唧唧问：“嗅嗅和匆匆哪里去了？你觉得他们会知道一些我们不知道的事情么？”哼哼嘲笑着说：“他们知道什么啊？他们只不过是两只笨老鼠，只会应急反应。我们是两个小人，我们要更加聪明些。”