

SKILL | **本领篇** **5** | 成功从这里起步 | SUCCESS STARTS FROM HERE



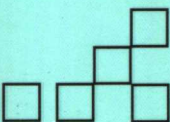
励志金典
LIZHIJINDIAN

陈书方 主编 ||  中国长安出版社

SUCCESS

成功从这里起步

本领就是你在某一关键时刻激发出来的爆发力和冲击力。假如你不具备巨大的本领，那么先向本领强的人学习，最后击败他！



SKILL

5
本领篇



励志金典

LIZHIJINDIAN

5

SKILL

本领篇

SUCCESS

成功从这里起步

本领就是你在某一关键时刻激发出来的爆发力和冲击力。假如你不具备巨大的本领，那么先向本领强的人学习，最后击败他！

陈书方 主编



中国长安出版社

图书在版编目(CIP)数据

成功从这里起步/陈书方主编. —北京:中国长安出版社,
2005.9 ISBN 7-80175-345-3

I.成... II.陈... III.成功心理学—通俗读物 IV.B848.4-49
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 116334 号

成功从这里起步(本领篇)

陈书方主编

出版:中国长安出版社

社址:北京市东城区北池子大街 14 号(100006)

网址:<http://www.ccapress.com>

邮箱:ccapress@yahoo.com.cn

发行:中国长安出版社 全国新华书店经销

电话:010-65271800(编辑部) 010-65270593 65270433(发行部)

印刷:北京蓝空印刷厂

开本:1/32

印张:40

字数:60 万字

版本:2005 年 12 月第 1 版 2005 年 12 月第 1 次印刷

印数:1-5000

书号:ISBN 7-80175-345-3/C·133

定价:90 元(全六册)

(如有印装错误 本社负责调换)

目 录

一 改变自己:渴望自己一天一天强大起来

- 1 你是命运的主人 /2
- 2 世上没有什么不可能的事 /6
- 3 涌起“向上的愿望” /11
- 4 机会往往是靠自己捕捉来的 /15
- 5 提高自信力 /19
- 6 唤醒自己的潜能 /25
- 7 有什么样的抱负,就有什么样的收获 /30
- 8 走自己的路 /35

二 强化自我:锻炼竞争力

- 9 擦掉生活中的“不”字 /40



10 激发“我行”的欲望 /45

11 重视今天 /49

12 要做就做最好 /53

13 永远继续下去 /61

14 发挥创造力 /66

15 一生之计在于勤 /68

16 强化自己的竞争力 /72

三 磨砺个性：“我能行”

17 缺乏自信，就不能自立 /78

18 把“决心”进行到底 /82

19 有勇气超越自我 /87

20 最美好的事往往是最困难的 /94

四 生存本领：把自己的能力当作最大的资本

21 培养逆向思维的能力 /102

22 眼睛一定要亮起来 /107

23 展露你的实力 /113

24 按照“尽善尽美”的标准去做事 /116



25 和你佩服的人在一起 /126

26 克制自己的冲动情绪 /130

27 钻研自己的领域 /137

五 开始行动:体验收获的感觉

28 立即行动,使你成为一位卓越的人 /142

29 咬着牙关走下去 /146

30 做事半功倍的事 /152

31 去找有趣的事情做 /162

32 做你最喜欢做的事 /170

33 靠热情克服困难 /176

34 扎实活过每分钟 /178

35 拖延的后果 /183

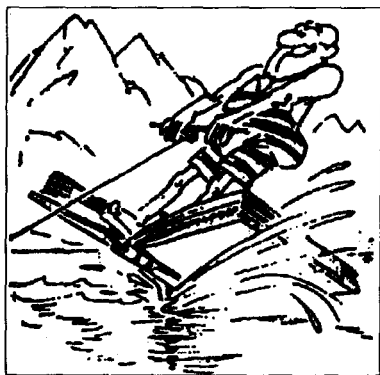
36 拒绝优柔寡断 /190

37 找到行动的有效方法 /193



—

改变自己：渴望自己一天一天强大起来





你是命运的主人

脱颖而出是人们的最大目标，因为这意味着出类拔萃。而只有扼住命运的咽喉，才能达到这一步，也就是说，要敢于挑战命运、改变自我，才能成为脱颖而出者。

世界上没有什么救世主，只有你自己，才是你人命运的主人；选择自己的路，才能更接近自己的奋斗目标。

当我们处在战争、自然灾害等不可抗拒的环境中时，人显得是如此弱小，选择命运的余地也显得如此狭窄。一场战乱，可使百姓生灵涂炭；地震、龙卷风、山体滑坡、雪崩、泥石流、洪水等等自然灾害不知使多少人死亡或无家可归。但就是在最恶劣的境况下，人还是可以做出选择的。我们谁都不会忘记纳粹集中营的一位幸存者维克托·弗兰克尔的一句名言：“在任何特定的环境中，人们还有一种最后的自由，就是选择自己的态度。”战争中拿起武器为自己为国家的命运抗争的人，他们的选择更是令人钦



佩，更有意义非凡，他们的选择是为自由而献身，为真理而斗争。

自己的命运完全可以自主选择。当然说每个人都可以完全掌握自己的命运，有些绝对，外因对人的作用和影响是不可否认的，但说命运完全不可知，不可把握，显然不正确；命运是一种人生的规律，当然要受外界的影响，但这种隐含着无数机遇与挑战的人生规律自己也是可以选择把握的。

在安定的环境中，把握自己的命运也要有所选择。2001年5月10日，美国对一位炸毁联邦政府大楼外号“杀人机器”的人处以死刑，这名33岁的男子本是一名复员军人，曾在海湾战争中为美国政府立下战功，但战后他在思想上仍未解除武装，仍然相信凡事只有通过暴力方能解决，最终他走向了自我毁灭。临刑前，他静静地看着这个世界，眼神中没有一丝悔改之意，他的同龄人在事业上都已有所成就，他却在牢中呆了六年后被打入地狱，如此多舛的命途，不正是他自己选择的结果吗？

也有这样一个人，他靠着自信和执着，改变了自己的人生，他就是美国的菲尔·强森。菲尔·强森的父亲开了一家洗衣店，他把儿子叫到店中工作，希望他将来能接管这家洗衣店。但菲尔痛恨洗衣店的工作，所以总是懒懒散散的，提不起精神，只做些不得不做的工作，其他工作则一



概不管。有时候，他干脆“缺席”。他父亲十分伤心，认为自己养了一个没有良心且不求上进的儿子，使他在员工面前深觉丢脸。

有一天，菲尔告诉父亲，他希望做个机械工人——到一家机械厂工作。什么？一切又要从头开始？这位老人十分惊讶。不过，菲尔还是坚持自己的意见。他穿上油腻的粗布工作服，从事比洗衣店更为辛苦的工作，工作的时间更长，但他竟然快乐得在工作中吹起口哨来。他选修工程学课程，研究引擎，装置机械。当他在1944年去世时，他已是波音飞机公司的总裁，并且制造出“空中飞行堡垒”



轰炸机，帮助盟国军队赢得了世界大战。如果他当年留在洗衣店的话，他和洗衣店——尤其是在他父亲死后，究竟会变成什么样子呢？也许，整个洗衣店会经营得一塌糊涂而破产。

所以，我们要奉劝年轻朋友们：不要只因为你家人希望你那么做，就勉强从事某一行业。不要贸然从事某一行业，除非你喜欢。不过，你仍然要仔细考虑父母给你的劝告，他们的年纪可能比你大一倍，他们已获得那种从众多经验及过去岁月中才能得到的智慧。但是，到了最后分析时，你必须自己做出决定。将来工作时，感觉到快乐或苦恼的是你自己。因为只有你自己，才是你人生命运的主人。



2

世上没有什么不可能的事

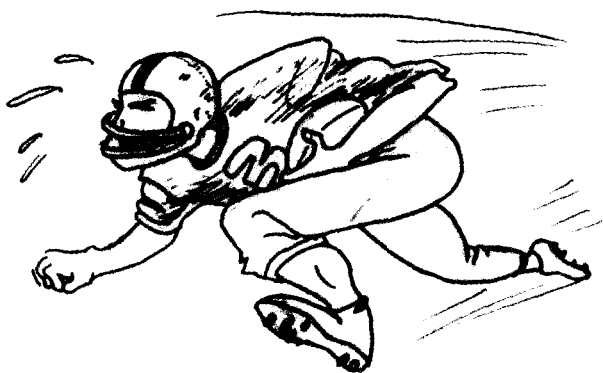
一般而言，人生中的许多事情我们是能够做到的，只是我们不知道自己能够做到；但如果我们坚持前进，就能做到。

汤姆·邓普西就是一个好例子。他生下来的时候只有半只左脚和一只畸形的右手，父母从不让他因为自己的残疾而感到不安。结果，他能做到任何健全男孩所能做的事：如果童子军团行军10公里，汤姆也同样可以走完10公里。

后来他学踢橄榄球，他发现，自己能把球踢得比在一起玩的男孩子都远。他请人为他专门设计了一只鞋子，参加了踢球测验，并且得到了冲锋队的一份合约。

但是教练却尽量婉转地告诉他，说他“不具备做职业橄榄球员的条件”，促请他去试试其他的事业。最后他申请加入新奥尔良圣徒球队，并且请求教练给他一次机会。





教练虽然心存怀疑，但是看到这个男孩这么自信，对他有了好感，因此就收了他。

两个星期之后，教练对他的好感加深了，因为他有一次友谊赛中踢出了55码远并且为本队挣得了分。这使他获得了专为圣徒队踢球的工作，而且在那一季中为他的球队挣得了99分。

他一生中最伟大的时刻到来了。那天，球场上坐了6.6万名球迷。球是在28码线上，比赛只剩下了几秒钟。这时球队把球推进到45码线上。“邓普西，进场踢球。”教练大声说。

当汤姆进场时，他知道他的队距离得分线有55码远，那是由巴第摩尔雄马队毕特·瑞奇踢出来的。

球传接得很好，邓普西一脚全力踢在球身上，球笔直



地前进。但是踢得够远吗？6.6万名球迷屏住气观看，球在球门横杆之上几英寸的地方越过，接着终端得分线上的裁判举起了双手，表示得了3分，汤姆队以19比17获胜。球迷狂呼乱叫，为踢得最远的一球而兴奋，因为这是只有半只脚和一只畸形的手的球员踢出来的！

“真令人难以相信！”有人感叹到，但是邓普西只是微笑。他想起他的父母，他们一直告诉他的是他能做什么，而不是他不能做什么。他之所以创造出这么了不起的记录，正如他自己说的：“他们从来没有告诉我，我有什么不能做的。”

这个生动的事例告诉我们：永远也不要消极地认定什么事情是自己不可能做到的。首先你要认为自己能，要去尝试，再尝试，最后你就会发现你确实能。

谈到“不可能”这三个字，我们可以再来看一看拿破仑·希尔——著名的写激励文章的作家用的奇特办法。年轻的时候，他抱着要做一名作家的雄心。他知道，要达到这个目的，自己必须精于遣词造句，文字将是他的工具。但是，由于他小的时候家里很穷，接受的教育并不完整，因此“善意的朋友”就告诉他，说他的雄心是“不可能”实现的。

年轻的希尔存钱买了一本最好的、最完全的、最漂亮的字典，他所需要的字都在这本字典里面，而他的想法是



要完全了解和掌握这些字。可是他做了一件奇特的事，他找到“不可能”这个字，用小剪刀把它剪下来，然后丢掉。这样，他有了一本没有“不可能”的字典。以后，他把自己的整个事业建立在这个前提上，那就是对一个要成长，而且要成长得超过别人的人来说，没有任何事情是不可能的。

当然，我们并不建议你从你的字典中把“不可能”这三个字剪掉，而是建议你从你的心智中把这个观念铲除掉。谈话中不提它，想法中排除它，态度中去掉它。抛弃它，不再为它提供理由，不再为它寻找借口。把这三个字和这个观念永远地抛开，而用光明灿烂的“可能”来代替它。

我们当中的许多人认为，自己不是有经验的失败者就是无经验的胜利者。其实，我们无需在有经验的失败者与无经验的胜利者之间作抉择。我们可以成为胜利者，获胜的经验愈多，就愈具备胜利者的特征。这不但适用于球队、个人，也适用于你。

当我们全力以赴时，不管结果如何，我们都是赢了。因为全力以赴所带来的个人满足，使我们都成为赢家。兰狄·马丁在1972年参加了第一届波士顿马拉松比赛。这次比赛全程超过26英里，而且是在起伏很大的山坡地进行。马丁博士后来说，每一位到达终点的人都有奖品。大部分



赛跑者在参加比赛时，都不相信他们会赢，但是每一位跑完全程的人都是胜利者，因为好好做完一件事的真正报酬，就是把它做出来。你在跟自己竞争，这是最重要的。没有一件事比尽力而为更能使你满足，也只有这时候你才会发挥最好的能力。尽力而为给你带来一种特殊的权利，一种自我超越的胜利。一位世界冠军曾说：“尽你最大的努力做这件事，比你做得好还重要。”





涌起“向上的愿望”

向上的力量是每一种生物体所具有的本能，不仅连蜜蜂和蚂蚁都具有这种本能，这种本能还存在于所有昆虫和动物身上；而且树和小草都具有这种本能，甚至连埋在地里的种子也存在这样的力量。正是这种力量激发它破土而出，推动它向上生长，并向世界展示自己的美丽与芬芳。

这种激励也存在于我们人体内，它推动我们完善自我，追求完美的人生。

一旦我们有幸受这种伟大推动力的引导和驱使，我们就会成长、开花、结果。但如果我们无视这种力量的存在，或者只是偶尔接受这种力量的引导，我们就只能使自己变得微不足道，不会取得任何成效。

这种内在的推动力从不允许我们停息，它总是激励我们为了更加美好的明天而努力。人类的发展就像一条永无尽头的河流，因此，我们的进取心和欲望也是无法满足

