

///
事业成功的三大命题丛书

切忌脚踏两条船

面对诱惑要慎重

专注 你的事业

——专注的力量

专注其实意味着获得更多的机会

竞争愈发激烈才更需专注

有两个以上的目标等于没有目标

专注需要的是一颗平常心

机会只青睐有准备有毅力的人

王宇春 主编



中国经济出版社
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

事业成功的三大命题丛书

专注 你的事业

——专注的力量

王宇春 主编



中国经济出版社
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

专注你的事业：专注的力量/王宇春 主编. —北京：
中国经济出版社，2006. 1

(事业成功的三大命题)

ISBN 7-5017-7151-0

I. 专… II. 王… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 087615 号

出版发行：中国经济出版社（100037·北京市西城区百万庄北街3号）

网 址：WWW.economyph.com

责任编辑：聂无逸（niewuyi88@sina.com）

责任印制：常 毅

封面设计：红十月工作室

经 销：各地新华书店

承 印：北京君升印刷有限公司

开 本：A5 1/32 印 张：12.125 字 数：292千字

版 次：2006年1月第1版 印 次：2006年1月第1次印刷

书 号：ISBN 7-5017-7151-0/F·5738 定 价：26.80元

版权所有 盗版必究 举报电话：68359418 68319282

服务热线：68344225 68353507 68341876 68341879 68353624

中国经济书店：66162744 地 址：西四北大街233号



目 录

Contents

第一章 专注其实意味着获得更多的机会

- 第一节 专注的工作是不断提升自己的过程 (3)
 - 一、专注的工作是不断提升自己的过程 (4)
 - 二、专业化为企业带来核心竞争力 (15)
 - 三、以小胜大——中小型企业的利基战略 (18)
 - 四、专注有时意味着意想不到的收获 (19)
- 第二节 灵感的产生需要专注 (22)
 - 一、灵感令人向往而又不可捉摸 (23)
 - 二、灵感的产生 (24)
- 第三节 竞争愈发激烈才更需专注 (27)
 - 一、在激烈竞争中把握放弃的艺术 (28)
 - 二、规避风险的陷阱 (30)



专注你的事业



——专注的力量

- 三、中国民营企业的多元化误区 (32)
- 四、世界知名大企业扩张失误的教训 (35)
- 五、会长大的“饼” (37)
- 第四节 机会只青睐有准备、有毅力的人 (40)
 - 一、缺少机会只是借口 (41)
 - 二、有准备，才能走在前面 (44)
 - 三、准备，体现你的价值 (46)
 - 四、准备无大小 (48)
 - 五、时刻准备着，当机会来临时你就成功了 (52)
 - 六、培养把握时机所必需的耐心 (54)
 - 小游戏：发挥自身潜能 (58)

第二章 有两个以上的目标等于没有目标

- 第一节 盲目终将一事无成，设立属于自己的灯塔 (63)
 - 一、没有目标你就是行尸走肉 (64)
 - 二、人穷不能志短 (67)
 - 三、两个目标等于没有目标 (79)
- 第二节 每个人的终点都不相同，制定属于自己的目标 ... (83)
 - 一、长期目标 (84)
 - 二、中、短期目标 (85)
 - 三、日常小目标 (86)





四、适宜的计划	(86)
第三节 专注与执行力	(90)
一、执行力——公司的发展能否向着目标前进	(91)
二、开始时就怀有最终的目标	(93)
三、一步步接近目标	(95)
小游戏：我有一个梦	(102)

第三章 专注需要的是一颗平常心

第一节 心灵的摇摆是做到专注的最大敌人	(109)
一、两只眼睛只看一个方向	(110)
二、见异思迁只会一无所获	(112)
三、学会自制	(114)
第二节 脚踏实地、认真工作是成功的本钱	(117)
一、脚踏实地才能一飞冲天	(118)
二、专注于工作，而不是专注于“目标”本身	(120)
第三节 从现在开始，停止抱怨	(122)
一、抱怨是软弱的表现	(123)
二、改变自己才是明智的选择	(125)
三、拒绝抱怨，取得成功	(129)
四、克服抱怨的方法	(131)
第四节 不到终点，得失难料	(133)



专注你的事业

——专注的力量



- 一、死盯目标 (134)
- 二、练好“恒”字功 (136)
- 小诗：不要抱怨生活 (139)

第四章 你的态度将影响你的一切

- 第一节 人生态度的重要性 (142)
- 第二节 勤奋——最重要的工作态度 (144)
 - 一、付出勤奋，收获成功 (145)
 - 二、天才出于勤奋 (147)
 - 三、思想需要勤奋 (151)
- 第三节 把目标“放”在自己心上 (154)
- 第四节 良好态度的巨大力量 (158)
 - 一、成就取决于态度 (159)
 - 二、专注是一种良好态度 (161)
- 第五节 态度决定你的人生 (164)
 - 一、改变态度可以改变人生 (165)
 - 二、“乐观”的奇迹 (166)
 - 小游戏：坦然面对 (170)

第五章 不要让挫折扰乱你的专注

- 第一节 不经历风雨，怎能见彩虹 (174)





一、没有不带伤的船	(175)
二、不要因为挫折而乱了阵脚	(177)
三、从挫折走向成功	(178)
第二节 专注会帮助你打败挫折	(181)
一、适时收缩战略是企业必不可少的	(182)
二、让专注带领企业走出困境	(185)
第三节 坚持不懈，不达目的不罢休	(189)
一、没有失败，只有放弃	(190)
二、用“专注”来面对困难	(191)
三、“成功是屡遭挫折而热情不减”	(193)
第四节 把压力和不幸转化为奋进的力量	(195)
第五节 让挫折无法打倒你的办法	(201)
一、挫折是对人生的考验	(202)
二、给你十个调试挫折的办法	(203)
三、给自己和管理者的“灵丹妙药”	(205)

第六章 拒绝诱惑，为自己赢得时间

第一节 人的时间精力有限，要学会说“不”	(208)
一、珍惜有限的时间	(209)
二、面对诱惑要慎重	(210)
三、拒绝不是机会的诱惑	(212)





——专注的力量

四、拒绝，让你拥有更多的时间	(214)
五、完美地利用你现有的时间	(216)
第二节 怎么说“不”，有没有策略?	(218)
一、为什么我们要说“不”	(219)
二、怎么去说“不”	(220)
第三节 赢得时间就是赢得成功和生命	(225)
第四节 完美地运用时间	(227)
一、时间就是金钱	(228)
二、如果想成功，必须重视时间的价值	(230)
三、每天都列出计划	(231)
四、用具体行动节省时间	(232)
五、科学管理时间的方法	(238)

第七章 成功 = 高出一筹

第一节 进入新行业也需要专注	(243)
一、执着——守候互联网泡沫下的金子	(244)
二、汉普的专注精神	(247)
第二节 专注要有坚持自我的勇气	(251)
一、坚持自己的信念	(252)
二、有自信才会成功	(254)
三、坚持自我	(257)





第三节 在力所能及的范围内做到完美	(260)
一、追求完美，是一种心理状态和存在	(261)
二、拒绝平庸	(263)
三、追求完美，开始就要做到最好	(267)
四、追求完美，没有任何借口	(269)
第四节 不要停下自己的脚步	(273)
一、让自己跑起来	(274)
二、加强自我管理	(277)
附录 坚持自我自测题	(280)

第八章 坚毅——成功者的必备品质

第一节 坚强的意志是你成功的利剑	(283)
一、坚强的意志是成功的秘诀之一	(284)
二、拥有坚强的意志	(285)
三、坚强的意志需要什么	(287)
第二节 坚强的意志将使你无往不胜	(289)
一、能否多坚持一分钟，是人才和平庸之徒的分水岭	(290)
二、这真的是你一生中最艰难的时刻吗？	(292)
第三节 专注贵在执着	(297)
一、专注的可贵	(298)
二、爱迪生和流浪汉：执着的力量	(300)





第四节 坚韧，让生命更加精彩	(304)
一、坚韧是生命的脊梁	(305)
二、为目标，坚持到底	(308)
意志力小测试	(312)

第九章 永远不会停歇

第一节 心无旁骛才能做到专注	(316)
一、拒绝拖拉	(317)
二、将思想聚焦在寻求解决方法上	(320)
三、主动去寻找机会	(322)
第二节 在有限的时间内，专注地做好一件事情	(326)
一、从小事做起	(327)
二、一次只能解决一件事	(330)
性格测试：小事情，你能发现什么？	(332)
第三节 为了自己而奔跑	(334)
一、不能为了工作而工作	(335)
二、用目标激励自己	(338)
第四节 专注就是不断向自己挑战	(342)
一、战胜别人，首先须战胜自己	(343)
二、永争第一	(345)
三、进取心是摆脱颓废的最佳手段	(347)





四、工作没有任何限制	(348)
五、在缺陷面前不退缩、不消沉	(352)
六、不要让经验成为障碍	(353)
第五节 专注的人才能够追求卓越	(356)
第六节 用专注化战略迎接全球化挑战	(359)
一、全球化的挑战	(360)
二、专注化战略是中国企业的必然选择	(361)
三、怎样把专注化战略落在实处	(363)
附录：赢得时间的互动测试	(365)

后 记



本书由九章构成

你现在阅读的是本书的第一章

1

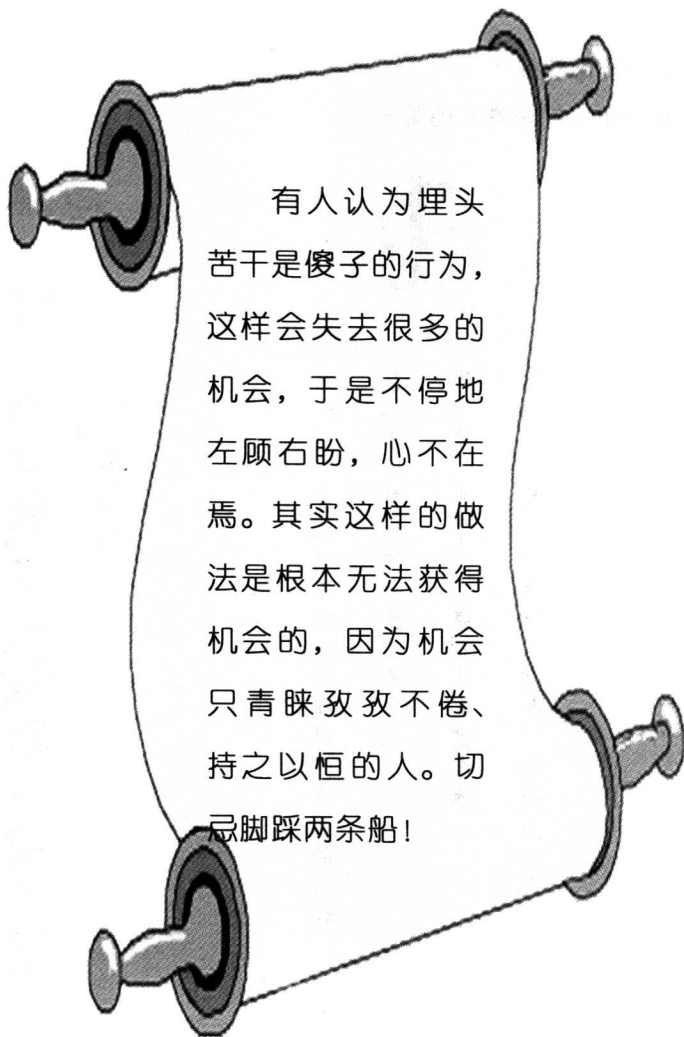
第一章 专注其实意味着获得更多 的机会

第一节 专注的工作是不断提升自己的过程

第二节 灵感的生产需要专注

第三节 竞争愈发激烈才更需专注

第四节 机会只青睐有准备、有毅力的人





专注其实意味着获得更多的机会



第一节

专注的工作是不断提升自己的过程

本节导读：第一章第一节包括以下内容……

- 一、专注的工作是不断提升自己的过程
- 二、专业化为企业带来核心竞争力
- 三、以小胜大——中小企业的利基战略
- 四、专注有时意味着意想不到的收获





不停的专心工作，就会成功。

—— [查尔斯·修瓦夫]

一、专注的工作是不断提升自己的过程

1. 平庸者的成功和聪明人的失败

世界上许多成大事者都是一些资质平平的人，而不是才智超群、多才多艺的人。我们怎样解释这个现象呢？

一些人取得了远远超过他们实际能力的成就，使很多人感到疑惑不解：为什么那些看上去智力不及我们一半、在学校排名末尾的学生却取得了巨大成功，在人生的旅途上把我们远远地抛在了后面？

历史上，平庸者成功和聪明人失败一直是一件令人惊奇的事。通过仔细分析，发现出现这个现象的原因在于，那些看似愚钝的人





第一章

专注其实意味着获得更多的机会

有一种顽强的毅力，一种在任何情况下都坚如磐石的决心，一种从不受任何诱惑、不偏离自己既定目标的能力。相反，那些聪明却不坚定的人，往往没有一个明确目的，四处出击，结果分散精力，浪费才华。

一个聪明的孩子，不管是否在大学里遥遥领先，不管是否比社区的其他同龄人更引人瞩目，如果不专心致志就永远不会成功。

杜邦公司创始人伊雷尔的哥哥维克多可以说是一表人才，他口齿伶俐、头脑敏捷、身材挺拔、相貌英俊，外表上简直没什么缺点。他是一个社交明星，给每个人留下的第一印象都是完美的。但是熟悉他的人知道，他从来就没有认真地办过一件事，就是答应别人的事，他也可能会忘掉。他仅仅是个吃喝玩乐的专家。如果派他外出考察，他回来后拿不出多少有价值的商业情报，却能绘声绘色地描述旅途中的美味佳肴和美女。伊雷尔做火药买卖时，维克多在纽约给他做代理。维克多凭社交手腕发展了一些客户，但是其中一位，拿破仑的弟弟杰罗姆，一位花花公子，却毁了

