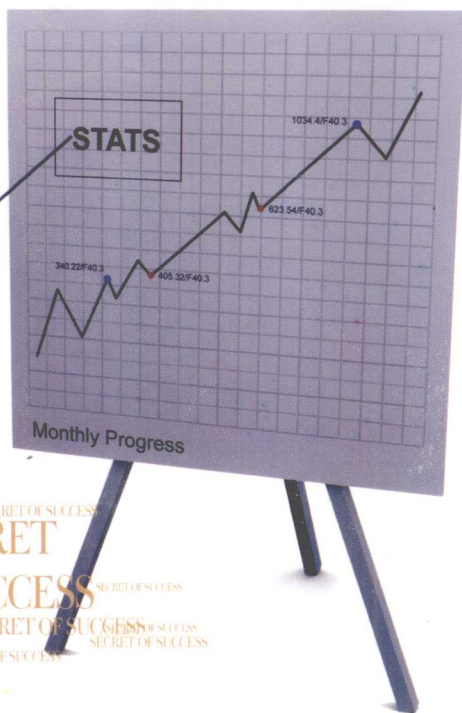
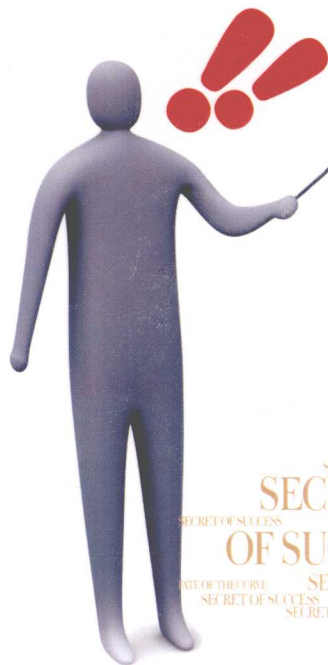


{ 为什么成功的人做什么都能成功，
失败的人却总遭受失败，答案皆在这本书中。
成功就像一枚硬币，
硬币的正面是目标，背面就是正确的方法和坚定的行动。 }

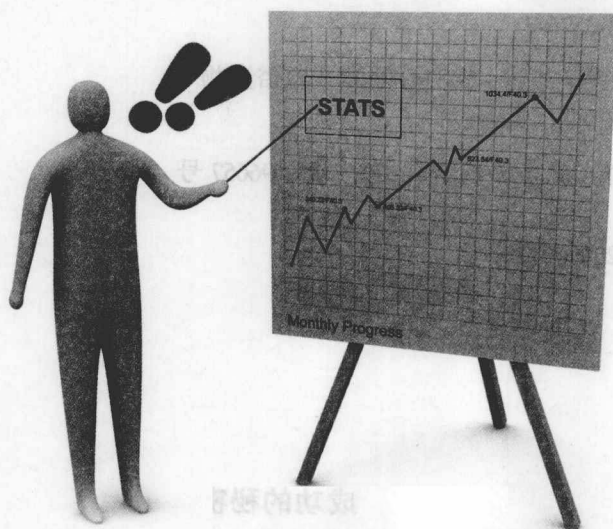


樊青
◎ 编著

成功的秘密

掌握成功的秘密，就能更快速地接近成功，
更有效地实现你的目标。

樊青
◎ 编著



成功的秘密



地震出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

成功的秘密/樊青编著. —北京:地震出版社, 2009.10

ISBN 978-7-5028-3576-7

I. 成… II. 樊… 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 (2009) 第 096657 号

地震版 XT 200900120

成功的秘密

樊 青 编著

责任编辑: 刘 江

责任校对: 庞亚萍

出版发行: 地震出版社

北京民族学院南路 9 号

邮编: 100081

发行部: 68423031 68467993

传真: 88421706

门市部: 68467991

传真: 68467991

总编室: 68462709 68423029

传真: 68467972

E-mail: seis@ht.rol.cn.net

经销: 全国各地新华书店

印刷: 九州财鑫印刷有限公司

版(印)次: 2009 年 10 月第一版 2009 年 10 月第一次印刷

开本: 787×1092 1/16

字数: 305 千字

印张: 20

书号: ISBN 978-7-5028-3576-7 / B (4191)

定价: 39.00 元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

FOREWORD

前言

比尔·盖茨(1955~),微软公司创始人之一,前微软公司主席兼首席软件架构师,世界首富。他的成功一向是令很多人好奇和羡慕的。每个人都渴望成功,但如何才能成功呢?比尔·盖茨给了年轻人一些切实的忠告:

(1) 生活是不公平的,你要去适应它。

(2) 这个世界并不会在意你的自尊,而是要求你在自我感觉良好之前先有所成就。

(3) 刚从学校走出来时你不可能一个月挣6万美元,更不会成为哪家公司的副总裁,还拥有一部汽车,直到你将这些都挣到手的那一天。

(4) 如果你认为学校里的老师过于严厉,那么等你做了老板再回头想一想。

(5) 卖汉堡包并不会有损于你的尊严。你的祖父母对卖汉堡包有着不同的理解,他们称之为“机遇”。

(6) 如果你陷入困境,那不是你父母的过错,不要将你理应承担的责任转嫁给他人,而要学着从中吸取教训。

(7) 在你出生之前,你的父母并不像现在这样乏味。他们变成今天这个样子是因为这些年来一直在为你付账单、给你洗衣服。所以,在对父母喋喋不休之前,还是先去打扫一下你自己的屋子吧。

(8) 你所在的学校也许已经不再分优等生和劣等生,但生活却并不如此。在某些学校已经没有了“不及格”的概念,学校会不断地给你机会让你进步,然而现实生活完全不是这样。

(9) 走出学校后的生活不像在学校一样有学期之分,也没有暑假之说。没有几位老板乐于帮你发现自我,你必须依靠自己去完成。

(10) 电视中的许多场景决不是真实的生活。在现实生活中,人们必须埋

头做自己的工作，而非像电视里演的那样天天泡在咖啡馆里。

(11) 善待你所厌恶的人，因为说不定哪一天你就会为这样的一个人工作。

面对一成不变的生活，你愿意在碌碌无为中度过一生吗？但成功之路并不是“心想事成”。一个人的成功，客观机遇是一个因素，但更主要的是个人的心理素质、抉择水平和应变能力。你能在平凡中奋起吗？你能在竞争中不退缩吗？你能在逆境中承受压力，信心十足吗？你能在复杂环境中保持清醒头脑，作出明智的抉择吗？你能以健康的身心去迎接工作与职业的挑战吗？当机遇找上门时，你能不失之交臂吗？……本书要回答的就是这些问题。本书针对即将进入职场的年轻人，提出一些忠告。年轻的朋友们，如果你能够静下心来，细细地认真把它读上一遍。你会发现成功离你并不遥远。

成功的路上，我们与你同行！

CDNTENTS

目 录

第一章 成功蕴含在对自我的深刻认知中

一个非常自卑而没有信心的人，对自己的优点和长处常常是漠视、忽略的；

一个非常自负而不懂谦逊的人，对自己的优点和长处常常是夸大、渲染的；

一个过分自怜而显得沮丧的人，对自己的需求、动机实现的可能性缺乏合乎实际的认识，因而放弃了希望和努力；

一个过分自尊而又虚荣的人，对自己的形象太在意，不能放下不必要的架子。

所有这些都与不能直面现实有关，所以古希腊哲人说：认识你自己吧。

给自己做个“全身检查” / 2

认识现在的自己，也要认识将来的自己 / 5

随时展现自我，过分谦虚反遭埋没 / 8

自傲会将你拖进失败的泥潭 / 11

倾听别人意见，挖掘另一个我 / 14

第二章 苦练内功才能把握成功的脉搏

要在工作中站稳脚跟、受到重视，要争取到更高的职位、更丰厚的薪酬，只靠空想是没用的，社会中人最重要的是通过学习不断提高自己的“内功”，打造自身的核心竞争力。

核心能力是成功之本，那么你的核心能力就是需要你苦练得来的。只有将自己的“内功”修炼到炉火纯青的地步，才能把握住成功的脉搏。

掌握制人之术，先要修炼自己 / 18

汲取新鲜血液，不要追求过时的成功 / 21

发怒是向对手暴露弱点 / 24

保持情绪稳定，才能踏上成功之路 / 27

别带着抱怨去做事 / 30

第三章 赢在心态，永不言败就不会失败

人与人之间其实差异很小，但往往就是这种看起来很小的差异，最后造成了巨大的差距。很小的差异，就是你所具备的心态是积极的还是消极的；巨大的差距，就是心态的不同导致的结果不同。

如果一个人的心态是积极的、健康的，他就可以乐观面对人生中的挫折的困难，不断挑战自我，迈向成功之路。反之，成功就会离你越来越远。

积极的心态可以引导我们迈向成功的大门，你觉得自己的心态是怎样的呢？

心态，恰似能力，胜于能力 / 34

拼的是实力，赢的是心态 / 37

制作心态晴雨表，建立成功档案 / 41

消极心态，给你的成功蒙上一层迷雾 / 44

强改事实，头撞南墙；扭转心态，柳暗花明 / 47

第四章 挖掘潜能，收获成功，方能创造奇迹

人的潜能犹如一座待开发的金矿，蕴藏无穷，价值无比，我们每个人都有一座潜能金矿，但是，由于没有进行各种潜能训练，每一个人的力量都没有得到淋漓尽致的发挥。

并非大多数人命中注定不能成功，只要发挥了足够的潜能，任何一个平凡的人，都能成就一番惊天动地的伟业，都可以成为一个领航者。

潜能是一股无可比拟的力量 / 50

用信念擦亮潜能表面的浮尘 / 53

想象力往往能够创造奇迹 / 56

激发创新潜力，做“超级巨星” / 59

给自己施压，让潜能尽快爆发 / 62

第五章 笑傲挫折，才能搭上成功的快车

每个人都渴望成功。

失败与成功之间，往往只有那么一丁点儿的距离，但是，这微小的距离却足以让人失魂落魄，甚至放弃自己。但是，失败乃成功之母，因此，有失败的地方就存在成功的影子，失败与成功又是密不可分的。

有的人会因为失败了而灰心丧气，从此一蹶不振，然而却不知道，再迈出一步，前方就是成功的彼岸，再走一步，光明就会与你牵手。

人生不可能步步都顺利。从呱呱落地的婴儿到会说一点话的孩子，我们曾多次妄想成功地走过脚下的路，但无数次地跌倒，失败总是痛苦的，

而只有这种痛苦，才能磨练出我们现在坚韧的精神，就是这种失败的洗礼，才能使我们看到成功的曙光，才能让我们感受到成功的喜悦。

别预定“失败套餐” / 66

失败之人掌握着成功的钥匙 / 69

怨天尤人，永远不会从失败中受益 / 72

坚定必胜的信念 / 75

第六章 相信自己，成功就会变成现实

古往今来，有许多失败者之所以失败，究其原因，不是因为无能，而是因为不自信。自信，使不可能成为可能，使可能成为现实；不自信，使可能变成不可能，使不可能变成毫无希望。

一分自信，一分成功；十分自信，十分成功。自信与不断取得的胜利有关，不自信与接连遭受的挫折有关。当你不自信的时候，你难于做好什么，当你什么也做不好的时候，你就更加不自信，这是一种恶性循环。若想从这种恶性循环中解脱出来，重建自信心，你不妨先从最有把握做好的事情做起，当你不断取得成功的时候，你的自信心也就逐步重新建立了。

当你总是在问自己：我能成功吗？这时，你还难以撷取成功的花枝；当你满怀信心地对自己说：我一定能够成功，这时，收获的季节与你已经近在咫尺了。

自信面前，任何阻碍都会变得渺小 / 80

插上信心的翅膀，飞越自卑的围墙 / 83

建立自信账簿，记录每一次收获 / 86

自信让你的能力最大发挥 / 89

第七章 盯住目标才能把成功锁定

张瑞敏说：“什么是不简单？能够把简单的事千百遍做对，就是不简单；什么是不容易？大家公认的非常容易的事情认真地做好，就是不容易。”执行的真谛就在于此，把简单的事情重复做就很不简单，能够锁定目标，不断重复一件事，用一生去做一件事，就是执行。因此，“结果提前，自我退后，锁定目标，专注重复”，这16个字，不仅指出了成功的道理，而且还告诫我们，之所以不能取得成功，很可能就是因为忽视了那些最简单的道理。第一个最容易被忽视的就是结果，从自我出发，想当然地做事；第二个最容易出现的现象是花心：一件事做两下就以为自己会了，就不再用心钻研，或者做一点儿觉得差不多了就去做别的事，不断变化的结果是一事无成。

目标让你不偏离成功的轨道 / 94

思想专注，把力量集中到一个成功点上 / 97

目标属于自己，别去实现别人的梦想 / 100

再伟大的目标也害怕半途而废 / 102

将成功模拟，目标才能更清晰 / 105

第八章 成功源于一颗进取的心

拿破仑·希尔告诉我们，进取心是一种极为难得的美德，它能驱使一个人在不被吩咐应该去做什么事之前，就能主动地去做应该做的事。胡巴特对“进取心”作了如下的说明：

“这个世界愿对一件事情赠予大奖，包括金钱与荣誉，那就是‘进取心’。

“什么是进取心？我告诉你，那就是主动去做应该做的事情。

“仅次于主动去做应该做的事情的，就是当有人告诉你怎么做时，要立刻去做。

“更次等的人，只在被人从后面踢时，才会去做他应该做的事，这种人大半辈子都在辛苦工作，却又抱怨运气不佳。

“最后还有更糟的一种人，这种人根本不会去做他应该做的事，即使有人跑过来向他示范怎样做，并留下来陪着他做，他也不会去做。他大部分时间都在失业中，因此，易遭人轻视，除非他有位有钱的老爸。但如果是这个情形，命运之神也会拿着一根大木棍躲在街头拐角处，耐心地等待着。”

你属于上面的哪一种人呢？

进取为成功创造机会 / 110

固步自封只能原地踏步 / 113

抬头才能看见成功 / 116

先把眼前的事做好 / 119

适时知难而退 / 122

第九章 惜时如金，切莫虚度宝贵的光阴

从古到今，有不少人惋惜时间的流逝，于是感叹“时间之快，人生行乐需及时”“黄河之水天上来，奔流到海不复回……”的确，时间的流速令人难以估测，无法形容。那么，一个人怎样才能在有生之年生活得更有意义，作出应有的贡献呢？这就是应该珍惜属于自己短暂的时间。古人有诗云：“三更灯火五更鸡，正是男儿读书时，黑发不知勤学早，白首方悔读书迟。”“少壮不努力，老大徒伤悲”等诗句都是告诫人们：人生有限，须惜时如金，切莫虚度宝贵的光阴，而是要趁着年轻多学一些东西，才能成就一番事业。

闲谈，莫过五分钟 / 126

机会不会重新再来	/ 128
高速时代，效率就是成功	/ 131
时间有限，重在安排	/ 134
成功者都是抓紧时间的高手	/ 136

第十章 好习惯为你开启成功之门

事实上，成功与失败的最大区别，来自不同的习惯。好习惯是开启成功的钥匙，坏习惯则是一扇向失败敞开的门。

习惯是一种长期形成的思维方式、处事态度。习惯是由一再重复的思想及行为形成的。习惯具有很强的惯性，像轮子的转动一样。人们往往会不自觉地启用自己的习惯，不论是好习惯还是不好的习惯，都是如此。习惯有巨大的力量，可能在不知不觉间影响了我们。

成功和失败，都源于你所养成的习惯。

习惯决定做事方式	/ 140
----------	-------

成功是好习惯的衍生物	/ 144
------------	-------

良好的生活方式是成功的前提	/ 147
---------------	-------

不良习惯是成功的最大阻碍	/ 150
--------------	-------

养成关注细节的习惯	/ 153
-----------	-------

第十一章 多付出一点，成功其实很简单

喜欢清新的花香，却不喜欢麻烦的栽培；喜欢花钱时的痛快，却不喜欢挣钱时的辛苦；喜欢成功后的喜悦，却不喜欢付出艰辛的劳动。无论你要做什么事，都必须记住：“一分耕耘，一分收获；别总想不劳而获，白日做梦。”

成功是无数汗水的积累 / 158

勤能补拙，付出才得机会垂青 / 161

多流汗才能少流泪 / 164

懒惰必然碌碌无为 / 167

把劲儿使到点上，莫做无用功 / 170

第十二章 积蓄胆量才能拥抱成功

《约翰·克利斯朵夫》是法国著名文学家和社会活动家罗曼·罗兰的代表作。这本书的主人公克利斯朵夫出生在一个贫穷的音乐家庭，6岁时能够弹奏一手好琴，于是在乐坛上被称为音乐神童，11岁时担任宫廷乐师，成为引人注目的音乐家。青少年时代，他是在困苦和艰难中成长的，虽然受到许多挫折与失败，但他仍然正直善良、疾恶如仇、勇于反抗。这也使他的音乐生涯充满了坎坷和不幸。但是他并不灰心，在异国他乡，他顽强地与命运作斗争，以勇敢和乐观的态度面对失败和不幸，他的真诚换来了友谊，同时艰苦奋斗，终于成为伟大的音乐大师。

克利斯朵夫在困苦和艰难的成长中，碰到过许许多多困难和挫折，但他依然顽强不屈，艰苦奋斗。这能够给即将进入职场的年轻人很多启示。在成功的道路上，在未来的道路上我们可能会遇到许多其他人的偏见、误解，面对这些，我们要敢于反抗，据理力争，坚信自己正确的观点，不怕他人批评和嘲笑，做一个坚持正确观点的人。

勇者时时有机遇，畏者处处遇墙壁 / 174

大胆些，胜负就在出手间 / 177

下定决心就能拥有胆量 / 180

畏首畏尾，百事无成 / 183

胆大还要心细 / 186

第十三章 用热情点燃成功的激情

一个人要想成功，就要充满热情地做事情，并努力使自己喜欢上这件事情，因为当你喜欢一件事情时候，你就会产生无限的激情；激情，是成功的保证。换算成一个公式就是：喜欢—激情—奋斗—成功！

热情是做事的动力 / 190

不要带着情绪去工作 / 192

心里牢骚，手上没劲儿 / 195

回忆初次做事的感觉 / 197

保持温度，但别热过了头 / 200

第十四章 脚踏实地，把成功的脚步凿实

很多年轻人在成长过程中，是缺乏“自我认定”的。他们对自己是个什么人、有什么样的特点、自己的兴趣是什么、自己的优点和局限是什么都认识不清。于是，很容易把别人当成标准来打量自己，也很容易受外界刺激而无目的地改变自己。

导致年轻人不踏实的又一个重要原因是对成功的片面认识。很多年轻人只看到成功的结果，对于成功需要什么样的素质，需要付出什么样的努力了解不够。于是，在做事情的时候，容易产生急功近利的思想，渴望马上达到成功的结果，而在过程中的投入和坚持却不够。

一个做事情不踏实的人，最终很可能步入“四处播种，却没有收获”的境地。另外，不踏实的人，也很难取得其他人的信任，让很多好机遇偷偷溜走。

因此，要想真正获得成功，必须克服不踏实行为。除了要逐渐加强对自己的认识，了解成功需要的品质外，还要加强长远规划的能力，避免

“常立志”现象。同时，要注重在每一项具体工作中培养自己的踏实精神，可以先将工作分成若干个步骤，然后按照步骤逐步完成，以克服浮躁行为的出现。当踏实认真地完成一项工作后，要给自己适度的奖励，用来强化踏实行为，把成功的脚步凿实。

成功是做出来的，不是想出来的 / 204

不要嫉妒别人的成就 / 207

好高骛远将离成功越来越远 / 211

罗马城不是一天建成的 / 214

不要忽视“异想天开”的作用 / 216

第十五章 思维为成功提供方法

只有勤劳是不够的。我们都知道爱迪生曾经说过一句话：天才是1%的灵感和99%的汗水。可是爱迪生在后来给朋友的一封信中说，如果没有那1%的灵感，那么99%的汗水就是白费！在实际工作中，我们太需要思维了，知识、能力、勤劳是成功的基础，是很多人所具备的，但是成功的人非常少，所以并不是有了知识、能力和勤劳就能够成功。成功还需要你的头脑。

在头脑中孕育思维模型 / 220

让逻辑思维串起成功元素 / 223

突破惯性束缚，培养逆向思维 / 226

多角度思考，才能多方法成功 / 229

想象要合理，思维要缜密 / 232

第十六章 好人缘能够托起成功

英国著名成功学家保罗·罗宾逊曾对 3000 多人进行了长达 20 年的跟踪研究，最后得出一个惊人的结论：一个人的成就大小，往往和他拥有的支持者、帮助者的数目成正比。由此，保罗指出：影响人生成功的最重要因素不是人的才华、家庭背景等，而是人的社会关系或好人缘。

有些人的好人缘看似生来就有，他们对人对己都非常自然，不费力就能拥有良好的人际关系，生活、事业顺风顺水。而有些人却很难受到他人的欢迎，朋友对他们来说，简直如天外来物般珍稀，更有甚者，闯荡“江湖”数十年，不仅没交到一个好朋友，反而将同学同事都得罪了个遍，将自己“打造”成真正的孤家寡人。一众一寡的差距就是能否成功的基石。

人脉网就是信息库 / 236

站在巨人肩膀上，让你离成功更近些 / 239

人最易从朋友处得到帮助 / 242

圆熟处事，树敌如林事难成 / 245

不要陷入无休止的无谓应酬中 / 248

第十七章 寻求合作，使你的力量膨胀起来

现代社会，海内外越来越多的大企业通过组建联盟参与全球竞争。竞争之中有合作、合作之中有竞争，这是对传统的竞争理念和模式的超越，是适应形势发展的必然选择。我国也有一些企业开始提出并实践这一理念。实践证明，过去那种仅仅把同行看成是“冤家”，认为有竞争就不能有合作的观点是片面的、有害的，它往往造成不必要的摩擦、内耗及浪费。而把竞争与合作结合起来，既竞争又合作，就能突破孤军奋战的局限，把自身

优势与其他企业的优势结合起来，把双方的长处最大限度地发挥出来，既提高自己也提高别人的竞争力，实现双赢或多赢。

我们应该更明智地处理竞争与合作的关系，在积极竞争的同时，发扬、光大团结协作精神。这样，才能把我们的事业发展壮大，越办越好。因为：团结就是力量，联合就有优势

再强的人也有虚弱的时候 / 252

因为他人存在，所以你才存在 / 255

竞争时代，合作是谋求生存的最好方法 / 258

忠诚于你的团队，唇亡齿必寒 / 261

善做“领头羊”，带着团队去成功 / 263

第十八章 拥有强健的身体，才能为成功打拼

健康是支撑我们一辈子的物质和能量资源。只有健康资源的连续可用，我们的成功才有保证。考察成功人士，一个显要特征就是精力充沛，他们把健康资源优势发挥到最大程度。而还有一些人，终因健康资源的断缺而成为悲剧英雄，如曹雪芹的病逝给自己给后人都留下了不可弥补的遗憾，而更多人是因为精神的疾病而无法完成自己想做的事。

积累健康比积累财富更有价值 / 268

身体是安全系数最高的“股票” / 271

输掉什么也别输掉健康 / 274

身体要健康，心理更要健康 / 277

成功难以弥补身体的“黑洞” / 280