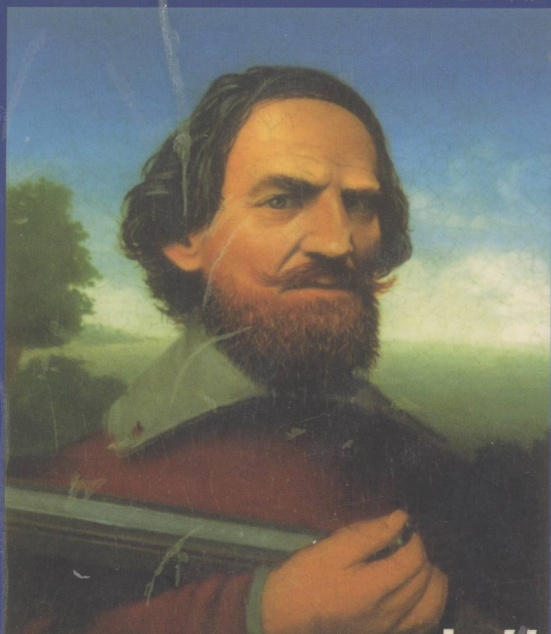


8 Successful master's experience of lifetime WISDOM OF ALL ONE'S LIFE



8位顶级成功学大师一生的智慧

聆听 大师的声音

乔治/著 丁夫/编译

下

九州出版社

8 Successful master's experience of lifetime

WISDOM OF ALL ONE'S LIFE

聆听大师的声音

乔治 / 著 丁夫 / 编译

(下册)

聆听 8 位全球顶级成功学大师的教诲
领悟 8 位全球顶级成功学大师的智慧

九州出版社

第六章 充分挖掘自身的潜力

在每个人的身上都隐藏着一份特殊的才能，那份才能有如一位熟睡的巨人，就等我们去唤醒他。成功学大师发现，成功和失败之间仅仅只有毫厘之差，只要你挖掘出自己所具有的才能，培养良好的思维方式，就能够事半功倍，赢得财富和成功。

1. 不要埋没了你的潜能“宝藏” (361)
 - ◎要设法利用你的才能，否则就会失去 (361)
 - ◎成功和失败之间仅仅只有毫厘之差 (362)
 - ◎挖掘出自己所具有的才能 (364)
2. 良好的思维能帮助你更好地发挥你的潜能 (366)
 - ◎良好的思维能够“事半功倍” (366)
 - ◎大脑愈用愈灵活 (368)
 - ◎成功人士一定都是积极思考者 (373)
3. 保持思维的先进性 (376)
 - ◎人人都是创造之人 (376)
 - ◎效仿“绿蔬菜” (379)
 - ◎要敢于突破“经验” (380)
 - ◎转换心灵素质 (383)
 - ◎把思维训练得更灵活 (385)

4. 自我突破思考法 (389)

◎良好的思维能赢得财富 (389)

◎新思想产生的五个步骤 (390)

◎拓展思路的四项原则 (392)

◎增加创造力 (395)

◎借鉴别人的经验时也要关于突破 (396)

第七章 把握赢的契机

每个人都是自己命运的设计师，每个人都是自己命运的建筑师。可以说，人一生的命运就是由一连串的机遇连结而成。自己的一生是否精彩，关键在于能否抓住这些机遇。小机会常常是大事业的开始。如果客观条件类似，成功与否通常都掌握在人们自己手里。愚蠢的人一次次以种种借口坐失良机；而聪敏的人能够把贫瘠的机会利用到极限，甚至创造机遇。苏格拉底说：“最有希望的成功者，并不是才干出众的人，而是那些最善利用每一时机去发掘开拓的人。”

1. 人的命运由一连串的机遇连接 (405)

◎机会对每一个人都是平等的 (405)

◎成功者是那些善于利用每一时机的人 (405)

◎机遇就是财富 (408)

2. 机遇无处不在	(412)
◎生活中到处是机会	(412)
◎压倒一切的是时机	(413)
◎在目前的环境中把握机会	(416)
3. 机遇偏爱有准备的头脑	(422)
◎成功的人生来自于超人的预见力	(422)
◎机不可失，失不再来	(425)
◎头脑灵活，才不会坐失良机	(425)
◎克服阻碍你成功的各种障碍	(428)
4. 为自己创造机遇	(432)
◎愚蠢的人等待时机，聪明的人创造时机	(432)
◎前进一步，剑就长了	(434)
◎制造出一个你所需要的环境	(436)
◎危机时的制胜法	(436)

第八章 坚韧不拔，挑战挫折

在肥沃的土地上盛开着美丽的花朵，而那些枝拂天堂的参天大树，却生长在岩石缝中。美国的赖斯利指出：“人生的游戏不在于拿了一副好牌；而在于打好坏牌。”从人生的根本意义来理解，冒险失败胜于安逸平庸。轰轰烈烈地奋斗一生，到头来失败了，他

目 录

LEARN FROM THE MASTERS 聆听大师的声音

的一生仍然是伟大的、壮烈的。失败，是超越自我的动力，没有失败过的人，是从来没有尝试过的人。每一次失败，就是一次超越的机会，逃离失败，躲避失败，就会把一个人的活力与成长力剥夺殆尽，形同一个行尸走肉。没有与艰困斗争的经历就不是真正的人生。败者总想找捷径，但赢家以达成目标为信念，卷起袖子来努力迎接挑战。

1. 每人都有改变逆境的能力 (442)

- ◎人只要运动就难免摔跟头 (442)
- ◎面临破产之际，罗宾找到了出路 (443)
- ◎知道如何面对拒绝，便能得到你所要的东西 (444)
- ◎不管处境多么恶劣，都可能很快改变 (446)

2. 不矢志就不会“失败” (451)

- ◎大部分的失败是输在心理上 (451)
- ◎“上帝”创造的奇迹 (451)
- ◎百折不挠的总统 (454)
- ◎卡许找到了“上帝” (457)
- ◎金牌属于能够顽强坚持的人 (459)

3. 挫折面前不矢志 (462)

- ◎永远不要放弃 (462)
- ◎要敢于应付挫折 (467)
- ◎坚韧、决心和勤奋才导致成功 (470)

4. 把失败当作成功之母	(472)
◎逆境常常是一种祝福	(472)
◎把“笨蛋 (Chump)”改成“冠军 (Champ)” ...	(479)
◎感谢生活的磨练	(481)
◎找出失败的原因	(484)
◎扭转逆境中的人生	(494)

第九章 不断进取，增进生命的价值

“哀莫大于心死”，人生需要不断进取和超越。只有敏锐地不断自我成长的人，才有可能生存、成功。你的能力是无穷的，你的前途是无量的。树立积极进取的心态，不满足于现状，不断否定自己，不断超越自己，不断给自己树立新的目标，努力往上攀登吧！

1. 进取精神是一种积极心态	(501)
◎“成熟”存在于不断追求中	(501)
◎你的处境是自己的选择	(503)
◎永不“退休”	(505)
◎别把“安定的工作”当作“幸福”	(508)
◎不断为自己寻找“后续”的目标	(514)
2. 敢于冒险，才能真正实现自我	(516)
◎要敢于完成近乎不可能的事情	(516)

◎人生的最大价值在于冒险	(518)
◎冒险是一种奋斗	(521)
◎敢于冒险, 才能实现真正的自我	(523)
3. 人的价值在于不断进取	(527)
◎成功者总是“不破就补”	(527)
◎人生需要不断改善	(528)
◎主动行动是强者的特性	(531)
◎进取心能导致成功	(534)

第十章 工作是快乐的源泉

工作不是惩罚和受难。如果换一个角度, 以更为旷放、豁达、幽默的心态去感受、体悟、度量这个世界, 我们的生活就一定会充满阳光、充满希望、充满快乐。林肯说: 大多数的人要多快乐, 就会有多快乐。快乐是在内心而不是在外的。工作是智慧的特权, 快乐的源泉, 是通往成功的惟一途径。人生的乐趣隐藏在工作中, 如果你在工作中充满热情, 就能享受到更快乐的人生。

1. 愉快地工作, 更容易获得成功	(539)
◎要相信自己能把工作做得非常出色	(539)
◎成功的路只有一条, 那就是努力工作	(540)
◎养成敬业的习惯	(541)

◎试着喜欢自己的工作	(543)
2. 人生的乐趣隐含在他的工作之中	(549)
◎使事业成为喜悦，使喜悦成为事业	(549)
◎工作的报酬是工作	(551)
◎在工作中享受快乐和成功	(553)
3. 奋斗后方能享受成功的喜悦	(556)
◎得到以前必须先付出	(556)
◎成功的人永远比一般人做得更多	(559)
◎克服职业倦怠	(560)
◎努力工作是通向成功的路	(562)
4. 把热情转化为巨大的能量	(564)
◎像吃“葡萄干”一样恢复热情	(564)
◎善用热情	(564)
◎如何充满工作热情	(567)
◎让你在工作中表现得最佳	(568)

第十一章 磨刀不误砍柴功

如果一个锯树人连续工作五个多小时，而以“没有时间”为由，不肯停下来几分钟，把锯磨磨快，你一定会笑锯树人的愚蠢，因为我们都知道——“磨刀不误砍柴功”，可是生活中的你是否也注意经常磨快

自己的“锯子”，更新自己精神，维持自己的健康呢？
一个好的锻炼计划是你能在自己家里执行的计划，这种锻炼能在耐力、韧力和体力这三个方面增强你的身体。

1. 建立热情加油站 (575)

- ◎忙碌的伐木人，更应随时磨快锯子 (575)
- ◎随时丢掉不需要的东西 (578)
- ◎注重知识更新 (582)
- ◎注重精神更新 (583)

2. 健康，是人类最高的智慧 (586)

- ◎一个人若想走向成功人生，
 必须有健康的心理素质 (586)
- ◎健康的精神寓于健康的身体之中 (588)
- ◎你可以随时随地锻炼 (589)
- ◎每天健康法 (591)

3. 健全的身体是健全心灵的产物 (599)

- ◎如果你自认为你要健康地活着，
 你就能获得健康 (599)
- ◎一个“健康人”的心理危机 (601)
- ◎健康和富足都是习惯的产物 (601)
- ◎远离不良的生活方式 (602)
- ◎罗宾推崇所的善待生命、争取高寿的经验 (604)

第十二章 做情绪的主人

人类之所以不同于其他生物，乃是因为具有极强的改造能力，可以把任何东西或想法转换或改变成能让自己觉得快乐或有用的东西。痛苦与快乐具有一样的影响人生的力量，积极利用这些力量，能使你的整个人生大大地改变。

在追求人生的目标上，会有成功与失败两种结果，差别就在于自己处于什么样的心境上。只要改变生理状态，你就能改变心境。要妥善处理情绪，运用对成功有力的情绪；摆脱各种消极的情绪。当你学会如何控制自己的情绪，那就不再会无由地恐惧，进而敢于尝试各种各样的挑战，使人生过得更加丰富。要想臻于此等地步，你就一定得改变对情绪的惯有想法，不要任由它带着你起舞，而要代之以理性的思考，让自己拿出行动，朝向更高品质的人生迈进。

1. 你能控制自己的情绪 (607)
 - ◎痛苦具有与快乐一样的力量 (607)
 - ◎利用痛苦和快乐的力量，
能使整个人生大大地改变 (608)
 - ◎我们的人生掌握在对于痛苦和快乐的认定上 (610)
 - ◎“痛苦”与否和我们的心态有关 (613)
 - ◎你能马上摆脱使你困扰的行为或情绪 (614)

2. 只要改变生理状态，你就能改变心境 (617)

◎从生理状态的改变开始 (617)

◎生理状态是可以模仿的 (620)

◎直接改变自己的心情，而不需要借助外物 (623)

3. 把你的状态调到所希望的频道 (626)

◎借形气的改变来控制情绪 (626)

◎事物的意义取决于意焦所在 (628)

◎要把意焦摆对地方 (629)

◎要永远把意焦放在最能使你奋发的情绪上 (632)

◎改变字眼，就能改变情绪 (634)

◎“心临美境”就能摆脱坏心情 (639)

◎彻底歼灭“非洲臭虫” (641)

◎罗宾处理情绪的四种方法 (645)

◎摆脱各种消极的情绪 (648)

4. 控制情绪的六个步骤 (656)

◎第一步：确认你真正的感受 (656)

◎第二步：肯定情绪的功效，
认清它所能给你的帮助 (657)

◎第三步：好好注意情绪所带来的讯息 (657)

◎第四步：要有自信 (658)

◎第五步：要确信你不但今天能控制，未来亦然 (659)

◎第六步：要以振奋的心情拿出行动·····	(659)
5. 让身心统一，享受快乐的人生 ·····	(661)
◎人生中有力的十种情绪 ·····	(661)
◎有效地利用情绪 ·····	(666)
◎要让身心统一 ·····	(669)
◎用情绪的力量着手改变自己的命运·····	(671)
◎用价值观及信念系统主宰我们的现在及未来 ·····	(674)
◎使自己的人生充满快乐的技巧 ·····	(677)
◎用全身心的爱迎接每一天 ·····	(679)

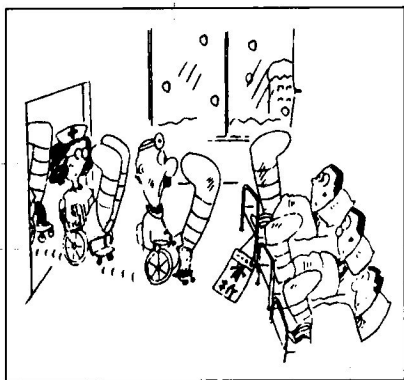
第十三章 迈向成功的巅峰

我们这个世界可说遍地都是致富的机会，有些人只不过想出了个好点子，结果后来成为年营业额达亿美元的企业，然而为什么有那么多的人却赚不到这些钱呢？到底是什么动力推着我们去追求财富呢？罗宾指出：只要掌握了创造财富之道，积攒财富并不是一件难事。“用心”是使人生幸福美满的秘密，可以创造出快乐与富足的人生。不管你所处的环境是多么恶劣，都可以很快改变。从今天起拿出必要的行动，那怕那只是小小的一步，来开发人生的心灵，积极改变负面心态，使自己迈向成功的巅峰。

1. 掌握今天，立即行动 ·····	(685)
◎精确地把握你现在的状态 ·····	(685)

◎一件件小事造就成功	(689)
◎等待和观望永远不会成功	(692)
◎克服拖延的坏毛病	(694)
◎你可以马上改变自己	(700)
2. 掌握成功的法则	(703)
◎成功的原则犹如灯塔	(703)
◎成功者需具备的能力	(704)
◎史匹柏的成功之路	(707)
◎通向成功的三道大门	(708)
◎成功者的七种特质	(711)
3. 幸福生活的秘诀	(715)
◎学习“施与受”的艺术	(715)
◎一些活动也能为你带来乐趣	(716)
◎最重要的是重视现在	(718)
◎把快乐当作习惯	(720)
◎让生活充满喜悦	(723)

充分挖掘自身的潜力



在每个人的身上都隐藏着一份特殊的才能，那份才能有如一位熟睡的巨人，就等我们去唤醒他。成功学大师发现，成功和失败之间仅仅只有毫厘之差，只要你挖掘出自己所具有的才能，培养良好的思维方式，就能够事半功倍，赢得财富和成功。

纵观历史，说来非常可悲的是，能够充分利用自身潜力的人实在太少了。几乎每一个人都有非常丰富但未开发的才能。

不论你的能力如何，你都应该去作充分的利用；你应该效法杰斐逊去利用你的能源，不要埋没它们。

——马尔登

我的技艺，我的头脑，我的心灵，我的身体，若不善加利用，都将随着时间的流逝而迟钝、腐朽，甚至死亡。我的潜力无穷无尽，脑力、体能稍加开发，就能超过以往的任何成就。从今天开始，我就要开发潜力。

——奥格·曼狄诺

◎要设法利用你的才能，否则就会失去

罗宾经常举这个例子：

尼亚加拉大瀑布在好几千年里，上万亿吨的水从180英尺的高处奔涌而下，坠落到深渊里，毫无意义地流失掉。然后有一天，一个人制定了一个计划，利用了这巨大能量的一部分。他使一部分下落的水流有目的的经过一个特殊的装置，从而产生出上千万千瓦的电力，推动了工业发展的巨轮。从此，成千上万个家庭有了光明，成吨的粮食被收割，大量的产品被生产出来并运输到各地。这种新的能源，使人们有了工作，孩子们受到了教育，道路被开通，高楼、医院被建造。它带来的好处是说不完的，总之，这一切能实现，都是因为人们发现并利用了尼亚加拉大瀑布的能量，让它为一个特殊的目的服务。

我们也要学会尽快发现和利用自己的潜力和才能。

《圣经》有一个关于才能的故事。有3个人，第一个只有1种才能，第二个有3种，第三个人有5种。基督给了他们才能后，去了一个遥远的国度。当很久以后他回来时，问起第三个人在此期间做了什么。第三个人回答说利用这5种才能努力工作，现在已经有10种才能了。基督很高兴，夸奖他说：“做得好，忠诚的优秀的仆人，你很会利用所赐的才能，我将赐给