



Mobile
Book
随·身·读

成功
激励

心灵种子·人生成长励志经典

认真

是一种力量

鳳凰網 讀書
book.ifeng.com

一本彻底改变工作和生活的自我成长之书

爱上生活的最好方式，就是认真面对每一刻

你怎样对待工作和生活，它们就会怎样回报你。成功与机遇，永远属于认真对待一切的人。

汕頭大學出版社

认真

是一种力量

谢钧◎著

汕头大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

认真是一种力量 / 翊钧著. — 汕头: 汕头大学出版社, 2013.7

(MBook随身读)

ISBN 978-7-5658-0930-9

I. ①认… II. ①翊… III. ①成功心理—青年读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第172919号

出品策划:  华夏轩

网 址: <http://www.huaxiabooks.com>

认真是一种力量 (RENZHEN SHI YIZHONG LILIANG)

作 者: 翊 钧

选题策划: 杨 政 万兴明

责任编辑: 胡开祥

执行策划: 李 颖 曾 羽

封面设计: 思想工社

责任技编: 叶 慧

排版制作: 思想工社

特约编辑: 曾 羽

字 数: 100千字

印 张: 7

封面图片: 华盖创意 (北京) 图像技术有限公司

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市汕头大学内 邮编: 515063

经 销: 新华文轩出版传媒股份有限公司

印 刷: 大厂回族自治县正兴印务有限公司

开 本: 720mm × 1020mm 1/32

版 次: 2013年10月第1版

印 次: 2013年10月第1次印刷

定 价: 18.00元

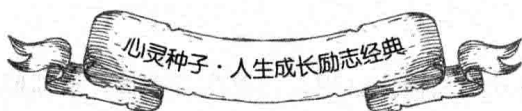
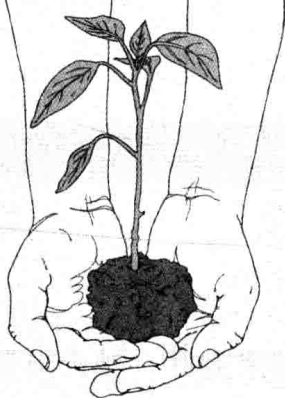
书 号: ISBN 978-7-5658-0930-9

发行/广州发行中心 通讯地址/广州市越秀区水荫路56号3栋9A 邮编: 510075

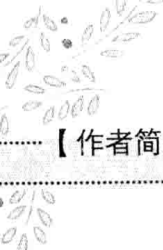
电话/020-37613848 传真/020-37637050

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换



开启生命潜能的智慧密码
撼动人心深处的美好情感



❖—— 翊 钧 ——❖

喜欢写东西，认识人；喜欢想事情，听新鲜事。
对神秘学有兴趣。

出版过书的种类很多，算命、旅游、餐厅、生活散文、爱情小说等；采访过的名人很多，因为早早了解名人其实也是人。最希望书市的景气快点好起来，期待经济复苏，大家的荷包能满满满。

十根火柴，一线光亮

何飞鹏

20年来，我聘用过无数的年轻人，也与无数的年轻人一同工作过，他们有梦、有想法；他们天真、淳朴也浪漫；他们期待富有，希望成为焦点，也渴望成功。

我有两个年轻的女儿，20岁与14岁，对未来充满幻想，急着表达自己的意见，也有着许多在大人看起来不切实际的执著（也许是我们太现实而世故）。

不论是我的工作伙伴还是我的女儿，在我眼中，他们都有相似之处，浪漫、天真，认为未来有无限可能，这是他们的共通之处。而我与他们也常有争论（或许他们觉得我是在教训他们），我常想把我30年来的经验，让他们知道，但经常找不到共



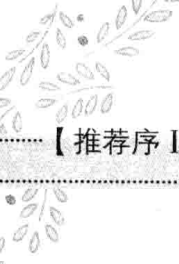
通的沟通渠道。

直到有一次，我接受电台访问，深刻地谈到一些我对工作的看法与曾经经历的惨痛故事，我只是述说我自己，我只谈我相信的事。其后我大女儿极幽怨地问我：“爸爸，我躲在床上听完您的访问，为什么我是你女儿，我却要在广播中才能听到这些话？”

我无言以对，我不能告诉她，我曾尝试，但我们无法心平气和地沟通。从那时起，我觉得易子而教或许是对的。也从那时起，我下决心出一套书，尝试让年轻人看得下去，并有所收获。

我们组成了一个工作小组，找寻五个永恒不变的主题，并尝试把这些略为八股的想法，转换成符合现代的词语，并且用现代的故事、人生的体验作为注解，希望这五本书能成为五个人生锦囊，在他们遇到挫折时、徬徨时、犹豫时，或在困难中，在孤独无靠时，能有所帮助。

我们不敢讲这些书会开启成功之门。我们只希望每一本书像划下一根火柴，伴你在黑暗中渡过难关，启发灵感，重燃希望！



认真面对人生，筑梦才能踏实

苏逸洪

人除了基本的生活需求之外，最重要的，莫过于拥有梦想。

每个人或多或少都有一些不同的梦想，只是寻找的过程不同罢了。有些人只是在做春秋大梦，有些人则真的把梦想给实现了，其中的关键在于到底有没有认真付出。在追求梦想的过程中，难免会发现现实跟梦想总是有那么一点差距，但只要在走到终点时，清楚看到自己付出过的每一分努力，所流过的每一滴汗，那一种快乐、充实感，本身就已经是一种收获，也就没有遗憾了。每当我看到一些青少年犯罪的新闻时，总是会替他们感到惋惜。他们忘记了认真地去面对自己，同时也忘记了自己曾经有过的梦想，那真的

是一件非常可惜的事情。

刚进入新闻界时，我花了很多的心力去学习。主播台上，每天都有不同的人上场，谁是主播台上的真命天子，事实上观众心中自有评定，是最好的评判。就自己的经验而言，没有任何背景，人也不是很帅，能够有今天的一点成绩，靠的完全是认真的态度。何谓新闻？如何用最自然的方式去呈现播报？整个新闻从发生到播出的过程、如何上字幕、新闻与新闻之间如何编排，我都极力要求自己多了解一点。我绝对相信，若要人前显贵，必得人后受罪。很多人看到我们坐在主播台上的光鲜亮丽，真的很难想象我们背后其实是下过一番工夫的。

如果用股市来作为比喻的话，我认为，与其依附起起落落的运气，倒不如安安稳稳地买一只绩优股，一步步认真地迈向目标！



掌声不是为了结果， 是为了每一步留下的脚印

蒋雅淇

听说每个人都有不轻易说出口的三个字，而我的就是“不可能”这三个字。

“不可能”往往是人们逃避的借口，告之全世界自己将会失败的开场白。事情还没有开始做，就跟自己说“不可能”，那就只有做好失败的心理准备了。所以对于工作、对于生活，我从不认为有什么事情是不可能发生的。只要能够努力地去看待事情，那就已经是认真了。

曾经为了要完成一件任务，五天内只睡了两个小时。那件在别人眼中不可能成功的事情，最终还是完成了，虽然称不上是百分之百的完满，但是在过程

中，我所付出的每一分努力和认真的态度，坦白说，感动了我的长官，也同时让我更明白到，只要够认真、肯努力，在别人眼中再不可能实现的事，也一定能有成功的机会。事后有人问我，万一结果教人失望，又怎么办呢？事实上，认真，并不是成功的唯一因素，但是，如果连这一种生活上最基本的态度都失去的话，那么就永远不要奢求成功。对于结果，我永远做好心理准备，但过程中仍然不放弃努力的决心。

认真，就像是与人相处一样，只要在过程中真心付出，就足够教人感动了。有时候，掌声不一定是为了结果，而是为了那些走过的脚印。

让认真的态度重回心中

翊 钧

有句话是这么说的：如果想要成功，最快的方法就是仿效已经成功的人。可是，每个成功的人都有其特点，到底要以谁作为模范呢？这就是《认真》之所以成书的原因之一。

本书搜集了许多名人的故事，并像解剖般地对“认真”这两个字从各种角度来解读。看完此书后，您会发现：原来认真是有方式、有原则的，并非只是默默努力耕耘就可以，它更是一种态度，是成功的基石。

本书得以完成，除了参考众多书籍外，更要感谢商周出版社何飞鹏先生的策划、指导，淑贞的盯进度与精心编辑，希望它能够启发新人类、新新人类们智慧的一面，让大家的未来更美好！

认真做人、认真做事、认真生活不应该只是一种态度，更应该是做事必备的品质，应作为目标努力去实践。



Chapter 1

认真，决定命运的生存之道

- 在人生舞台上卖力演出 002
- 想要幸运，多点努力 005
- 全力以赴是认真的基本态度 008
- 战胜自己，不向命运低头 012

Chapter 2

认真第一，认真比能力更重要

- 成功，就是简单的事认真做 016
- 全力以赴是认真的开始 018
- 认真是用力地燃烧自己 023
- 认真的人斗志高昂 027
- 认真+毅力，决不懈怠 031
- 认真工作就是对自己负责 035
- 认真的人不拖延 038



■ 认真者，流汗比说话多	042
■ 目标清楚，才能认真有方	045
■ 认真者会做好万全的准备	049
■ 认真地面对生命才能无怨无悔	052
■ 比别人多努力一点点	056



Chapter 3

认真+方法，做问题的终结者

■ 强烈憧憬是认真的动力来源	060
■ 做到自己认为的“好”为止	064
■ 用拆解练习来达到目标	067
■ 最笨的方法，通常才是最扎实的	070
■ 我比别人更认真，不断练习让自己发光	073
■ 认真者不好高骛远	077
■ 认真者懂得一步一步来	080

■ 选准目标，全力以赴	084
■ 虚怀若谷，认真求教	088
■ 心中有想法，工作就有方法	092
■ 认真需要不断地被激励	097

Chapter 4

认真是最好的成功信念

■ 认真的人会亲身探索	102
■ 认真是永不放弃的态度	106
■ 认真是一种“硬”实力	111
■ 认真的人会心甘情愿	115
■ 认真者会锲而不舍	119
■ 认真的人改变自己，执著的人改变命运	123
■ 认真是随时随地再出发	126
■ 认真通常跟时间有关	130