人生智慧1001

⑤

成功之美

陈　烨　编著

中国华侨出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

目　　录

原则1　设定明确目标……（3）

有目标才会成功……（4）

选择明确的目标……（9）

如何设定目标……（10）

化目标为现实的步骤……（13）

原则2　组织智囊团……（15）

组织智囊团……（16）

维系智囊团……（18）

组织生活的智囊团……（19）

原则3　培养具有吸引力的个性……（22）

迷人的个性……（23）

做个会说话的人……（25）

微笑的魅力……（28）

别吝惜自己的同情……（30）

认错的艺术……（31）

原则4　展现应有的信心……（33）
要有成功的信念……（34）
克服自卑和恐惧……（35）
如何建立自信心……（38）

原则5　多付出一点点……（44）
多付出一点点的益处……（45）
抓住机会，掌握机会……（47）
做一个积极主动的人……（49）

原则6　培养个人进取心……（53）
个人进取心的主要特质……（54）
永葆进取心的益处……（56）
将个人进取心应用到工作上……（58）

原则7　培养积极的心态……（60）
积极的心态和消极的心态……（61）
如何培养积极的心态……（64）

原则8　控制你的热忱……（69）
热忱是一种重要的力量……（70）
控制热忱……（72）

如何培养热忱……（73）

原则9　强化自律……（76）

自律的力量……（77）

控制情绪创造新世界……（79）

强化自律……（84）

原则10　正确的思想……（86）

思考的力量……（87）

培养正确的思考方法……（90）

要富有远见……（96）

原则11　控制你的注意力……（100）

专心致志……（101）

控制注意力和其他成功的原则……（105）

在工作时控制注意力……（110）

原则12　激发团队的合作精神……（113）

合作就是力量……（114）

合作的原则……（119）

如何获得合作……（123）

原则13　从逆境和挫折中学习经验……（127）
失败与挫折……（128）
面对挫折的态度……（131）
如何反败为胜……（136）

原则14　培养创造力……（140）
刨造力和想像力……（141）
刨新必胜，保守必败……（145）
如何发展创新思维……（149）

原则15　保持健康……（153）
要有健康的心理……（154）
要有一个健康的身体……（160）

原则16　预算时间和金钱……（166）
个人检查……（167）
合理运用时间……（170）
预算你的金钱……（173）

原则17　运用习惯力量……（176）
运用自然力量……（177）
养成良好的习惯……（181）

需要全本请访问 www.ertongbook.com

前　　言

无论你做任何事，都希望有所成就，本书将告诉你迈向成功的方法。

本书针对成功的17项原则，做了最实际而深具启发性的分析和阐释。这17项原则都是那些已经拥有成就的人在做事态度上不可或缺的要素。如果你能使这些都变成你行为和态度的一部分的话，你将会实现所有你想达到的目标。

这17项原则是：

1．设定明确目标

2．组织智囊团

3．培养具有吸引力的个性

4．展现应有的信心

5．多付出一点点

6．培养个人进取心

7．培养积极心态

8．控制你的热忱

9．强化自律

10．正确的思考

11．控制你的注意力

12．激发团队合作精神

13．从逆境和挫折中学习经验

14．培养创造力

15．保持健康

16．预算金钱和时间

17．运用宇宙习惯力量

这17项原则涵盖了人类取得成功的所有主观因素，使“ 成功学 ”学科看似玄秘的学问变成了具体的、可操作的法则。这无疑为寻求成功之路的千百万人建造了达到彼岸的17个坚定阶梯

你将可以从本书中得到一些简单易行的指导，以及许多可使你改善目前状况，从而变得比以前更好的机会。当你在阅读本书时，应结合自己实际情况，理解其中的精髓。如果真能这样的话，你就能体验到前人经历过的成功滋味。

凡是你心中所想的，并且相信的，终必能够实现。

原则 1

设定明确目标

在开始迈向成功之前，应该先问自己一个问题：你的目标是什么？

设定明确的目标，是所有成就的出发点，那些失败的人当中，98%的人之所以失败的原因，就在于他们从来都没有设定明确的目标，并且也从来没有踏出他们的第一步。

当你研究那些已经获得成功的人物时，你会发现，他们每个人都各有一套明确的目标，都已订立出达到目标的计划，并且花费最大的心思和付出最大的努力来实现他们的目标。

有目标才会成功

据美国劳工部统计，每100个美国人当中，只有3个人能在65岁时，可以获得经济上某种程度的无忧无虑。也就是说，每100个从事高薪职业——例如律师、医生的美国人当中，只有5个人活到65岁时，不必依赖社会保险金。这项统计数字是否会令你感到匪夷所思？不管人们在他们最具生命力的年龄中获得怎样的收入，但是只有如此少数的人能达到可观的经济成就。

大多数人都幻想生命是永恒不朽的。他们浪费金

钱、时间以及心力，但是大多数人又希望命运之风把它们吹进某个富裕又神秘的港口，他们盼望在遥远的未来的“某一天”退休，在“某地”一个美丽的小岛上过着无忧无虑的生活。倘若问他们将如何达到这个目标，他们回答说：“一定会有‘某种’方法的。”

因此，如此多的人无法达到他们的理想的原因在于：他们从来没有真正定下生活目标。

有了目标才会成功。

目标不是幻想，因为它可以实现，它是对于所期望成就事业的真正决心。没有目标，不可能发生任何事情，也不可能产生任何步骤。如果个人没有目标，就只能在人生的旅途上徘徊，永远到不了任何地方。目标对于成功就如空气对于生命一样，必不可少，至关重要。

关于目标，有一种这样的解释：你过去或现在的情况并不重要，将来要获得什么样的成就才是最重要的。

一个出色的企业或组织都有10年至15年的长期目标，然后根据这个目标来规划应有的各项努力。同理，人也是这样，我们应该也必须给自己计划10年后的事，给自己明确目标。没有生活目标的人根本就无法成长。

曾经有一个年轻人，由于职业发生问题来找一位成功人士帮忙。此人当时就问了他两个问题：他想干什么职业和他对自己10年后的希望。但是这位年轻人都无法回答这两个问题，因为他都没有认真考虑过，这个年轻人还没有自己一个明确的目标。

像那些进步的公司一样，自己要有个计划，从某个角度来看，人也是一种商业单位。你的才干就是你的产品，你必须发展自己的特殊产品，以便换取更高的价值。下面两种很有效的步骤可以帮助你做到这一点：

第一，把你的理想分为工作、家庭与社交3种。这样可以避免冲突，帮你正视未来的全貌。

第二，针对下面的问题找到自己的答案。我想完成哪些事？想要成为怎样的人？哪些东西才能使我满足？

下面的10年长期计划可以帮你回答以上的问题。

一、10年以后的工作方面：

1．我想要达到哪一种收入水准？

2．我想要寻求哪一种程度的责任？

3．我想要拥有多大的权力？

4．我希望从工作中获得多大的威望？

二、10年以后的家庭方面：

需要全本请访问 www.ertongbook.com

1．我希望我们家庭达到哪一种生活水准？

2．我要住进哪一类的房子？

3．我喜欢哪一种旅游活动？

4．我希望如何抚养我的小孩？

三、10年以后的社交方面：

1．我想拥有哪种朋友呢？

2．我想参加哪种社团呢？

3．我希望取得哪些社区的领导职位呢？

4．我希望参加哪些社会活动呢？

在你计划你的未来时，不要害怕画蓝图。现代的人是用幻想的大小来衡量一个人的。一个人的成就多少比他原先的理想要小一点，所以计划你的未来时，眼光要远大一点好。

你的工作、家庭与社交三方面是紧密相连的，每一方面都跟其他有关，但是影响最大的是你的工作。我们家庭的生活水准，我们在社交中的名望，大部分是以我们的工作表现来决定的。

我们的工作表现又是由什么决定的呢？

权威人士发现，个人工作最重要是要有“渴望进步的需求”，也就是说，一个人除非对他的工作有迫切要求进步的愿望，乐意去做，否则做不出什么大事。

目标是构筑成功的砖石，它的作用不仅在于界定

追求的最终结果，它在整个人生旅途中都起作用。目标是成功路上的里程碑，它的作用是巨大的：

目标使我们产生积极性。你给自己定下目标后，它就成为你努力的依据，对你自己起了一个鞭策的作用，只要你努力实现了这些目标，你就会有成就感。

目标使我们看清使命。制定一个目标，有助于我们改变自己不满意的世界。目标有助于我们安排轻重缓急，一个忘记最重要事情的人，会成为琐事的奴隶。

目标还能引导我们发挥潜能，使我们有能力把握现在。每个重大目标都是几个小目标小步骤实现的结果，只要你集中精力，发挥自己的优势，达成一个小目标，为实现最终目标铺路，最终获得成功。

目标还有助于评估进展，未雨绸缪。目标提供了一种自我评估的重要手段，你可以根据自己距离目标的远近来看到自己的进步和不足，进行事前谋划，从而取得更好的进展。

目标使我们把重点从工作本身转到工作成果。成功的尺度不是做了多少工作，而是做出了多少成果，一个人进行了艰苦的工作，不一定会带来成功。目标能使我们把重点转移，用成绩来衡量工作，不断寻找提高工作效率的方法，实现工作与成果的完美结合。

选择明确的目标

许多人埋头苦干，却不知所为何来，到头来发现追求成功的阶梯搭错了边，却为时已晚。因此，我们务必掌握真正的目标，并拟定目标的过程，凝聚继续向前的力量。

一个没有目标的人就像一艘没有舵的船，永远漂流不定，只会到达失败和丧气的海滩。一个没有明确目标的人，成功的机会就不会大。梦想是愉快的，但没有实际行动的模糊梦想，那只能是妄想。

做任何事都必须有理由，做任何事都必须有明确的目标。明确的目标必须是长期的、特定的、具体化的、远大的。

目标必须是长期的。没有长期的目标，你可能会被短期的种种挫折击倒，只有在一个长远的目标的激励下，你才有可能把挫折变成进步的踏脚石，而不是绊脚石。

有人曾以一种有意义的方式表示了他的创意。他说：“成为伟人的机会并不像急流般的尼亚加拉瀑布那样倾泻而下，而是缓慢的一点一滴的积累。”

一般来说，伟大与接近伟大的差异就是领悟到如

果你期望伟大，就必须每天朝着目标工作。举重选手都知道，如果他想成就伟大的目标，就必须每天去锻炼肌肉。每一对想养育出有教养的可爱孩子的父母，都应知道人格与信仰是每天不断培养的结果。

每天的目标是人格最好的显示器，它包括奉献、训练与决心。我们采取的伟大长期目标会帮助我们实现梦想的目标。

目标必须是特定的。设定目标的艺术就在于把它聚在某一特定、详细的目的上，使其“特殊化”。例如我们不能光讲我们的梦想是一个“大”或“好”的房屋，我们应该好好的刻画出梦想中房屋的样子，使其细节化。不管你具有多少能力、才华与能耐，如果你无法管理它，将它聚集在特定的目标上，并且一直保持在那里，那么你永远无法取得成就。

目标要具体化、细节化，你才能够有信心、有动力地去完成。一个远大的目标给人以创造性的火花，使人有可能取得成就，奥运会金牌得主不光靠他们的运动技术，而且还靠远大目标的推动力。

如何设定目标

我们制定目标不可能是一成不变的，我们应用发

展的眼光来评估目标，时时检查、规划、执行。世界不断地在变化，你的观点也会不断的在变化，你的目标就要随之修改。在实现目标的过程中，个人自身的提高比达到既定目标更加重要。

制定目标应该成为一种生活方式。但每个人都必须在某一点上起步，才能逐渐成为一个事事都想着目标的人。大多数人并非天生就有这个本领的，以下是开始制定目标的6个步骤：

步骤1：确定你的目标及起跑线。没有目标就没有前进的方向，没有起跑线就无从规划自己的航程。有时，一个人有了地图和指南针仍会无可奈何迷失方向，只有当你知道指南针上的第5点——即你现在所处的位置时，地图和指南针才会发挥作用。

步骤2：把目标清楚地表述出来。每个人都希望发现自己的人生目标，并为实现这个目标而生活。把人生目标清楚表述出来，能助你时时集中精力，发挥出高效率。在表述你的人生目标时，要以你的梦想和个人的信念作为基础，这样做，有助于你把目标定得具体可行。

步骤3：把整体目标分解成一个个易记的目标。这些目标都有各自的特点，综合起来看，可以分为人生的大目标和中短期目标。人生的大目标应尽可能的

伟大，但不要求详细、精确，这样可以发挥你的潜力和创造力；人生中短期目标应既有激励价值，又要现实可行，应尽可能的具体明确，并限定时间，这样可以调动积极性，集中精力。

步骤4：行动起来。你可以界定你的人生目标，认真制定各个时期的目标，但如果你不行动，还是会一事无成。苦思冥想，谋划如何有所成就，是不能代替身体力行去实践的，没有行动的人只是在白日做梦。

步骤5：定期评估计划执行情况。定期评估进展，是和行动同等重要的。随着你计划的进展，你应该会发现许多的不足，要不时地加以改进、调整，使之到正确的轨道上来。

步骤6：庆祝已取得的成就。当你取得预期的成就时，你应该奖励你自己。小成就小奖，大成就大奖，但决不能在完成任务前奖励自己。

当你养成制定、实现目标的习惯后，你就判若两人。从前成就平平，现在却能取得连自己也想不到的成绩。

需要全本请访问 www.ertongbook.com