成语故事



功成名就有捷径！

珠海出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

图书在版编目（CIP）/数据

成功白皮卷/憨氏编著.—珠海：珠海出版社，
2004.5

Ⅰ.成…　Ⅱ.憨…　Ⅲ.成功心理学　Ⅳ.B848.4

ISBN 7－80689－209－5

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2004**）第** 032389 **号**

成功白皮卷

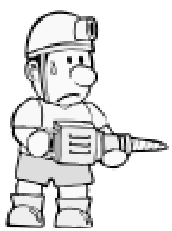
作　　者■憨　氏
选题策划■雷良波
终　　审■罗立群
责任编辑■潘自强
封面设计■姜嘉雪

出版发行●珠海出版社
社　　址●珠海香洲银桦路 566 **号报业大厦三楼**
电　　话●2639336　　**邮政编码●**519001

印　　刷▲广东茂名广发印刷有限公司
开　　本▲889×1194mm　1/32
印　　张▲12.375　　**字　数▲**300 **千字**
版　　权▲2004 **年** 5 **月第** 1 **版**
2004 **年** 5 **月第** 1 **次印刷**
印　　数▲1~6000 **册**
ISBN 7－80689－209－5/B・13
定　　价▲22.00 **元**

版权所有・翻印必究

内 容 简 介



每个人都有成功的潜质，并且成功的种子就埋在你自己的体内，等着被你唤醒。

古今伟人具有使自己伟大的奥秘，不是他们具有超凡脱俗的本领，而是因为他们能够探求并发挥潜意识的力量，并不断地练习强化它。这就是说：“ 成功源自积极的练习。”

一切有价值的东西，都是从想像的世界出发，展开翱翔的翅膀，选择好你人生练习的目标，从最基本的小事做起，你就抓住了成功的双翼。

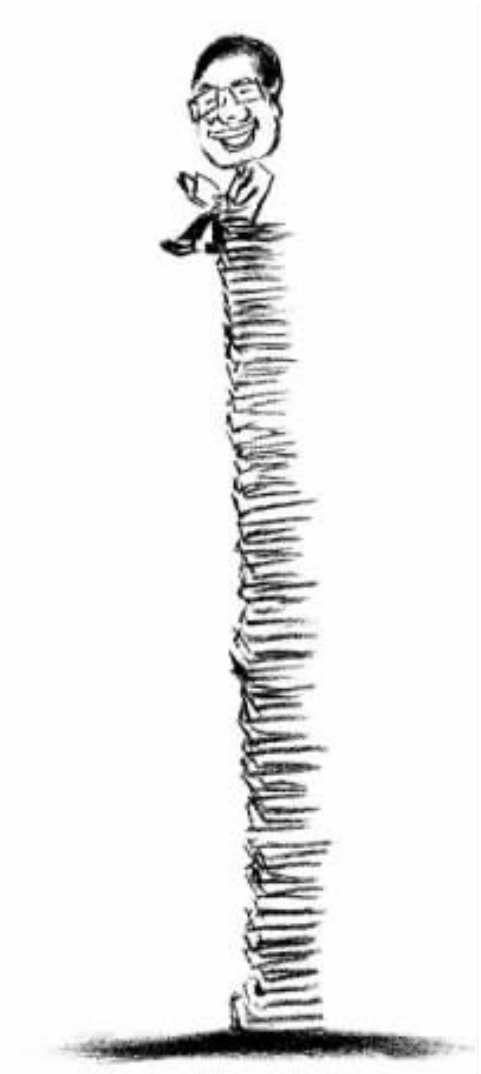


但是，如何练习并使自己拥有成功的人生呢？本书从认清自我，克服羁绊，掌握未来，积极创新，充满自信，挑战自我等通往成功路上必经的几个阶段，进行了系统的分析和诠

释，书中观点新颖，逻辑严密，操作性强，是你打造成功人生的好参谋。



尽情憧憬你美好的人生梦想，在潜意识里一遍一遍反复练习，或许我们无法一下子成功，但在不断地努力中，你会惊讶自己的改变。这就是我们编辑此书的目的。



成功之道

需要全本请访问 www.ertongbook.com

目　录

第一篇 成功人生入门初机 1

第一节 认清自我 2

第二节 发掘潜意识 16

第三节 正确运用潜质 28

2

第一章
认清自我，发掘生命的潜质





39
第二章
挣脱羁绊，永保向上的动力

第一节 认清羁绊 39
第二节 困难吓不倒 55
第三节 把失败当做朋友 69



81
第三章
主宰自己，创造成功的契机

第一节 自己来改变命运 81
第二节 确立“自我实现”的方向 95

第二篇 成功人生的修养 117



118
第一章
培养创新能力

第一节 如何培养创新能力 118
第二节 驰骋你的想像 132

目录

145

第二章
养成坚定信念



第一节 信念是人生的法则 145

第二节 信念的实践 160

173

第三章
毅志力战胜一切



第一节 积极挑战自我 173

第二节 意念的力量 190

第三节 看到每一天的进步 201

第四节 自我肯定与激励 216

第三篇 成功人生的实践 245



246

第一章 摸索成功的窍门

第一节 激起别人内心迫切的渴望 246

第二节 如何激起人内心的迫切渴望 251

第三节 利用人内心的迫切渴望 269

276

第二章 构筑成功的平台



第一节 选一份合适的职业 276

第二节 测试你对现职的满意度 287

300

第三章 获致成功的六大秘籍



目录



317

附录一
事业成
就感测试

第一节 竞争指数 318

第二节 嫉妒成功量表 327

第三节 成就指数测试 338



348

附录二
成功率测试

第一节 商用数学测试 350

第二节 企业罪恶感测试 362

第三节 企业人量表 370

第四节 动机测试表 377



第一篇　成功人生入门初机

洞悉社会，看到别人的优点，自视本身的弱点，是人格形成和信念确立过程中必须经历的初级阶段。有些人会把这些弱点看得太过严重，被别人的优点所压仰，忘了自己的价值。并非别人就是强者，自己就是弱者，关健是要认清自我，既不过高地估计自己，也不看轻自己，自己做自己命运的主宰。这就是人们常说的人贵有自知之明。这是步入成功人生之门的第一步。但是在现实生活中，真正做到“自明”、“自主”却不并那么容易。

需要全本请访问 www.ertongbook.com

第一章 认清自我，发掘生命的潜质

第一节 认清自我

1.如何做到自知之明

每个人都有上进心，也都有改善生活现状的渴望。但是，当你一心想让生活愈来愈好的同时，如何能找到发挥自己专长的位置才是最重要的，因此如果渴望取得比别人更大的成就，第一步便是能否正确评估自己，并且在能务实地接受自己目前所处的现况。一个有自知之明的人因为知道自己的胜算在哪里，知道如何发挥所长，才是真正有希望成功的人。

能够接受真实的自我，并能做客观的自我评价是非常重要的一件事，因为只有真正接纳自我的人才能对自己所做的一切勇于承担责任。

提高自我评价的最有效方法，就是把自己的优点大声地告诉自己，对自己任何一点长处，或任何出色的表现，都要立即给予肯定的评价。

当我们对自己肯定的评价印象越强烈时，我们潜意识中的真实自我就越能被激发出来，潜力也会被开发出来。

根据科学研究发现，即使只有人的胡言乱语，也会对我们产生影响的。因此，对待自己不但要谨言慎行，还要有积



极的态度。

所有成功的人必定都是每天不断对自己说：“我一定行！”“我已经准备好了！”“我一定没问题！”“我比以前进步得多。”这种对自己不断的正面的鼓励，绝对可以有效激发自己的潜能。

所有的失败者往往误以为“谦虚”是一种礼貌，他们以为贬低自己是有幽默感，对人谦虚，再对人谦虚，但是却不知道在谦虚的同时，却使得自己在不知不觉中接收了这些自我否定的意识，因此对自己评价无形中低落至极，当一个人习惯否定自己的价值，再想要指望他有好的表现，将是十分困难的。

所以，只有当你真正认识自己，才能在别人奉承自己的时候，知道该如何阻止他们，而且也才能不断去发现自己的表现的价值。

几乎所有获得胜利的成功者，都是对自我形象感到满意，并对别人能够客观评价自己而感到高兴。更特别的是，他们都极具个人魅力，所以能够很自然地吸引别人的支持，因而从来不觉得自己孤立。

诺贝尔和平奖获得者饱尔奇曾经受托为一个晚宴安排宾客座次。在宴会前，他告诉大家，请宾客自便，喜欢坐在哪儿就坐在哪儿，他说：“重要的人都是不在乎的，而在乎的人往往都是不重要的。”

从饱尔奇的说法可以证明，凡是能清楚认识自己“位置”的人，根本没必要为了争位置而不顾一切；更不会为了把自己置于有利的位置而想尽办法出风头，所谓正确的自我



评价只是知道自己应该努力的方向。

成功者都很相信自己的能力，他们会为自己感到自豪。因为他们确信自己很有价值，所以他们也才能像爱自己一样去爱别人。

所谓积极乐观并不是要过高地评估自己的能力，如果一个能力不足的人做超过自己能力的事，结果一事无成的机率会很高，倒不如去做自己能力所能及的事，这样不仅容易成功，而且也能有效提高自己的能力并增强自信心。

认识自己最好的五个方法就是：

（1）利用心理测验，客观地测试你的能力。

（2）留意周遭朋友、同事或老板、顾客对你的反映。

（3）用心检视生命的每一轨迹，因为追踪历史可以知道现在和未来。

（4）把自己置于严苛、新奇的环境中，使你必须尽力求生存，然后，再从你的行为中去认识自我。

（5）运用想像力启发自己的潜能。

以上五种方法都可以使你对自己产生宝贵、新鲜且不同的认识。





2.你的优点在哪里

在现实生活中有很多人，他们无法充分发挥自己的才能或没有在最适合自己的岗位上发挥才能。而也许正是因为这些原因，他们不能获得属于自己的成功，甚至有些人因此惨淡走完一生。所以人应该充分认清自己的长处，认清自己的长处应该在何处能发挥，这也是易经中说的“福至心灵”，当所处的位置对了，才能事半功倍。

其实，每一个人都会在某些方面存在优势，或很擅长，而在其他方面则表现平凡甚至一窍不通。所以，如果撇开了自己最擅长的工作不做，便等于抛弃了你拥有的最重要的竞争优势。

所以，在你所擅长的领域中力求专精，你必将更臻完善，更为快乐，而且也更为顺利和易于成功。

可悲的是，有许多人终其一生甚至连自己真正的才干和优势是什么也不知道。

为何会如此呢？因为人都很容易因为初次的成功而陶醉不已。其实你能获得初次成功，很可能只是因为某一些特殊的机遇使你做得很出色。如果你做这一件事成功了，你便以为你做任何事情也能成功，那就大错特错了。

第一，你应该认清你真正的才能和极限，这是需要做自我心灵探索的，而且要对自己做一番诚实的评价，是需要经过某些试验的。

第二，你应该以你最擅长的作为基础，订出一套全面的发展计划。你应该从事一项你能做得比任何人都能做得好的



工作。切忌不停地改变你的专业，见异思迁；你应当牢记，当你每做一次改变，都会有一些无法弥补的损失产生。

第三，你应该不断学习，不断充实自己，不断吸取新经验。

第四，你应该培养自己知人善用的能力，因为因其人成其事，当你的工作责任加重时，尤其是你的管理责任加重时，你更应该用他人之所长，知人善用，弥补你本身的不足。

第五，千万不要忘了你的能力极限，你会发现，在某些你优于别人的领域中，你有超人一等的成绩，因此根本用不着在你不如他人的领域中去争取成功。

然而由于在某项领域中成功所带给你的信心，会使你感到一种诱惑，觉得自己可以冒险投身于新的领域中。当然，在某种程度上而言，这是正常的，而且也是有利于发展自己的。但是，如果你因此而走得太远或超过了你最擅长的能力及限度，那么你将可能会面临失败。

其实，成功的事业，不但需要有通才的思考力，也需要有专才的技术。事实上我们每个人都是专才，千万不要忘记这一点。

因此我们可以这样说，所谓通才，正是一种特殊的专才，是能够在较高层次实施决策的专才。如果你具有——或是你自己认为你可以通过训练达到——占据重要职位所需要的能力，那么你不妨可以朝这个方向去努力。

当然，如果你经过自我分析，发现你并不想成为管理人才，也不必感到彷徨。因为你仍然能在你自己熟悉的领域内，以一个专才的身份，从事你比别人更为胜任的工作，并从中得到满足和快乐。



如果你不相信，你不妨去和任何一位成功的人谈一谈，你会发现，凡是成功者必定能够享受从工作中得到的乐趣，因为那就是他得到的最好的报酬。

根据专家研究发现，我们每个人的才能差不多都仅仅只发挥了一小部分，换而言之还有很大的潜力可挖掘呢。事实上社会阶层、家庭教育、宗教信仰等因素都可能局限我们的发展。所以如果你能在认清自己的长处时就努力去开发它，并把它的优势发挥到极致。这样，你就很有可能在你具备优势的领域中获得成功。不过一个人对自己成就的评价难免主观，因此，别人的观感将更有助于你能客观地评价自己。

或许你以为自己取得很大成就了，但在别人看来可能你仍是个失败者；或许你觉得自己一无所成，但在别人看来，你却已成就斐然了。

这是为什么呢？因为你自己和别人对你的成就的观察角度不同。

在认识自我的过程中，有必要对自己提出疑问：“力量到底是什么？”力量包括四个方面：

（1）表现良好的技巧。

（2）表现良好的意愿。

（3）表现良好的信心。

（4）别人的认同。

前三项是直接受个人控制的；而第四项却只能从别人那里得来，由于“认同”等于是肯定你表现的证明，所以至关重要。



需要全本请访问 www.ertongbook.com