

决定命运 的四个好习惯

子夜 编著

伊伊伊出版社

序 言

人们在日常生活和繁杂的工作中，自然而然的形成一种为人所忽略的习性——习惯。好的习惯，会使你终生受益，是你灵感的源泉，成为开启你智慧之门的金钥匙；坏的习惯则就会变成你人生的阻碍，甚至让你处处危机，寸步难行。

习惯极大地影响着人类的行为，它是由一个人行为的累积而成定型，它决定人的性格，进而成为决定人生的重要因素。

多一个好习惯，心中就将多一份自信；多一个好习惯，人生中就多一份成功的机会和机遇；多一个好习惯，我们生命里就多了一份享受美好生活的能力。

本书通过介绍 ~~四百~~ 个好的习惯和列举所大量事例，向你阐述了好习惯的作用和如何走向成功的方法。书中有相当一部分是社会上俯拾皆是现实事件，一般人并未注意这些例子包含的深层哲理，而本书从不同角度挖掘它的内在意义，具有较强的说服力和启发性。希望每一位读者都能从中受益，并在实践中起到积极的作用。

这是一本趣味盎然，说服力强而启发性高的书。本书最大的目的在于帮助自己了解自己：在日常生活中的一切言行、举止、情绪等，背后真正所代表的意义和动力，让你对于自己某些不良的行为举止及情绪有所警觉。然后，我们再提供一些专业的建议与作法来“对症下药”。只要能遵照本

书建议方法来做。那么，相信你的明天会更美好！

万事开头难，让我们现在就行动吧！

目摇录

第一章摇改变命运 ,从做人开始

要想成功 ,需从自身做起——做人。这是一个成功者必须确立的内在标准 ,没有这个内在标准 ,人生之路就会失去支撑 ,最终导致失败将是必然的。

塑造真实自我	(猿)
把自己的想法说出来	(缘)
适时的选择“无知”	(苑)
友善随和	(愿)
做人需要诚实	(员园)
勇于承担责任	(员园)
对自己要宽容	(员猿)
拥有高尚的人格	(员源)
让步是一种修养	(员远)
善待自己	(员愿)
体现个性	(员怨)
凡事留有余地	(圆园)
不要搬弄是非	(圆猿)
处世须注重修身	(圆缘)
教养是你最重要的财富	(圆苑)
不向权威低头	(圆怨)

决不辜负坐享其成	(猿)
热爱自己,包括你的缺陷	(猿)
你永远是自己	(猿)
学会自律	(猿)
温和带来好运	(猿)
时刻把握自己的命运	(猿)

第二章 养成良好的习惯,成就美好事业

你的反复的行为便形成了习惯,而习惯又反过来塑造了你独特的自我。一个哲人曾说过:“种下一种行为,收获一种习惯;种下一种习惯,收获一种个性;种下一种个性,收获一种命运。”好的习惯会使你内心涌动着一股奋发向上的力量,而这种力量定会成就你人生的辉煌。

勇气铸就事业	(猿)
倾尽所能	(猿)
不可狂热	(猿)
不再怀疑	(猿)
在抉择中前行	(猿)
别太忙乱	(猿)
拿得起,放得下	(猿)
相信梦想	(猿)
勇于创新	(猿)
做事讲究方法	(猿)
工作也须量体裁衣	(猿)

猿做一个不为薪水工作的职员	(远缘)
猿勤奋工作吧	(远苑)
猿让敬业成为一种习惯	(远愿)
猿自动自发地工作	(苑园)
猿将爱好融入工作中	(苑原)
猿工作无贵贱之分	(苑园)
源养成全神贯注的习惯	(苑愿)
源永远保持工作中的热情	(愿园)
源做比说好	(愿园)
源注重小事	(愿原)
源永不停止	(愿元)
源谨慎地去冒险	(愿苑)
源成功就是一叠厚名片	(愿怨)

第三章摇以心换心 真诚待人

生活就像山谷的回声 ,你叫了什么 ,它就回应什么 ,甚至更多。以心换心 ,真诚待人 ,你必会得到别人真诚的回报。记住 ,你付出了什么 ,就得到什么 ,你耕种了什么 ,就收获什么。

源宽以待人	(怨园)
源多赞许 ,少批评	(怨猿)
源帮助别人成习惯	(怨缘)
缘说到就要做到	(怨元)
缘真诚待人	(怨苑)
缘成为心宽气和的人	(怨怨)

缘 信任朋友	(缘)
缘 不可辜负朋友的信赖	(缘)
缘 信任别人	(缘)
缘 助人就是助己	(缘)
缘 向你身边的人问好	(缘)
缘 学会倾听	(缘)
缘 把温暖带给别人	(缘)
缘 让自己充满笑容	(缘)
缘 恰当地赞美 ,能拉近彼此的距离	(缘)
缘 学会宽容	(缘)
缘 承认他人	(缘)
缘 重视他人	(缘)
缘 学会忍耐 ,宽以待人	(缘)
缘 不斤斤计较个人得失	(缘)
缘 牢记他人的名字	(缘)
缘 理解他人才能备受理解	(缘)
缘 真心待人可以获取更多人情	(缘)
缘 学会爱你的对手	(缘)

第四章 勇于面对一切 ,开始新的生活

人生之路上到处充满挫折与失败 ,但不必畏惧 ,因为每一次的失败都伴随着同等利益成功的种子。只要你勇于面对一切 ,经得起人生的考验 ,必会得到丰厚的报酬。

缘 勇于承认不可逆转的事实	(缘)
---------------------	-------

苑圃面对现实	(员源)
苑圃勇于改变现状	(员愿)
苑圃永不言败	(员园)
苑圃卸下包袱	(员圆)
苑圃鼓足勇气 , 直视困难	(员缘)
苑圃哪里倒下就在哪里爬起来	(员愿)
苑圃感受什么是勇敢	(员园)
苑圃走过困境 , 迈向成功	(员圆)
愿圃在失望中寻找希望	(员源)
愿圃置之死地而后生	(员缘)
愿圃勇于探索	(员苑)
愿圃贵在持之以恒	(员园)
愿圃别给自己压力	(员员)
愿圃做无畏的勇者	(员猿)
愿圃不要怕 , 莫后悔	(员源)
愿圃勇于进取 , 走向成功	(员远)
愿圃不要临陈脱逃	(员愿)
愿圃让精神永远在战斗	(员怨)
怨圃将逆境转化为祝福	(员员)
怨圃让生活更美丽	(员猿)

第五章摇用正确的观念指导一生

观念是一种思想 , 是你无形之中的做事准则 , 有什么样的观念 , 往往就决定了你做事的成败。聪明的人都知道要想取得成功 , 就必须树立自己正确的观念。正确的观念指导你的

一生。

怨哪节俭好处多	(怨哪)
怨哪懂得等待	(怨哪)
怨哪用努力换成功	(怨哪)
怨哪主动者占上风	(怨哪)
怨哪排出你的优先顺序	(怨哪)
怨哪是金子总会发光	(怨哪)
怨哪相信真理	(怨哪)
怨哪不要脸皮	(怨哪)
怨哪控制灵感	(怨哪)
怨哪适合的就是最好的	(怨哪)
怨哪摆脱思维定式	(怨哪)
怨哪提醒别人时要提醒自己	(怨哪)
怨哪扬长避短	(怨哪)
怨哪自己创造机会	(怨哪)
怨哪学会独立自主	(怨哪)
怨哪是老虎就不要做山羊	(怨哪)
怨哪退一步海阔天空	(怨哪)
怨哪以原则为生活重心	(怨哪)

第六章 摇自信、自强 成功的源动力

力量的真正源泉 ,是一种暗中的、永不变更的对未来的信心。甚至不必是信心 ,而是一种确信 ,要相信自己 ,并做一些有意义的工作 ,这样才是安全可靠的。

相信自己是第一	(苑)
自信“ 我配得上 ”	(缘)
君子以自强不息	(苑)
靠自己实现梦想	(苑)
信念产生奇迹	(苑)
懂得我很重要	(苑)
从“ 不得意 ”到“ 大得意 ”	(缘)
相信自己	(苑)
做自信的人	(苑)
有目标就有希望	(苑)
苦涩催人奋进	(苑)
自立自强	(苑)
有自信才有成功	(缘)
培养自己成功的自我意志	(苑)
坚持自己的梦想	(苑)

第七章 完善自我 拥有良好心态

心态——情感曲线的波动 , 良好的心态会让你每天如沐爱河——斗志昂扬 ; 反之 , 则会使你眉头紧锁——垂头丧气。让自己做自己心的主人 , 你将让快乐伴随一生。

笑对人生	(苑)
超越禁锢	(缘)
用乐观的态度实现梦想	(缘)

灵魂净化心灵	(圆缘)
灵魂修复心灵的缺陷	(圆元)
灵魂摆脱忧愁	(圆因袁)
灵魂让忧虑在忙碌中消失	(圆缘)
灵魂换种角度看生活	(圆因)
灵魂心宁则智生	(圆因)
灵魂把心打开	(圆因)
灵魂做乐观主义的人	(圆缘)
灵魂抛弃悲观的思想	(圆因)
灵魂笑的力量	(圆愿)
灵魂快乐生活好习惯	(圆愿)
灵魂寻求内心的镇定	(圆因)
灵魂换种心情	(圆因)
灵魂去收获快乐	(圆愿)
灵魂好的心态方可长寿	(圆缘)

第八章 珍惜时间 勤奋耕耘

古今中外,无论哪一个成大事者都具有珍惜时间,勤奋刻苦的好习惯,因为他们深知,时间就是金钱,时间就是生命,勤奋则是通向成功的唯一捷径。珍惜时间是为了勤奋耕耘,勤奋耕耘更是为了珍惜时间。一个珍惜时间、勤奋耕耘的人,终究会成为成功之人。

灵魂清晰地了解时间的价值	(圆愿)
灵魂惜时如金	(圆愿)

员缘圆 抓住时间 ,才能攀得更高	(圆猿)
员缘圆 时间有价	(圆源)
员缘圆 惜时莫等闲	(圆远)
员缘圆 守时即守住生命	(圆苑)
员缘圆 珍惜每一秒	(猿园)
员缘圆 充分利用业余时间	(猿圆)
员缘圆 摧毁拖延的恶习	(猿源)
员缘圆 将今天视为最后一天	(猿远)
员缘圆 付出、给予的人生	(猿愿)
员缘圆 脚踏实地	(猿园)
员缘圆 默默耕耘	(猿员)
员缘圆 勤劳致富	(猿猿)
员缘圆 学会挖掘“金子”	(猿缘)
员缘圆 勤奋可以点石成金	(猿苑)
员缘圆 勤奋终能出人头地	(猿怨)
员缘圆 勤奋就是财富	(猿员)

第九章 善于学习 ,用大脑去思考

善于学习能使人不断地进行“充电”,永远“能量”十足;而一切学习都是为了学以致用,学以致用需要你保持清醒的头脑,积极地去思考。学习与思考是成大事的基本条件,只有养成了善于学习与思考的好习惯,我们才能面对挑战,从容竞争。

员缘圆 比财富更宝贵的是知识	(猿源)
----------------------	-------

员圃不进则退	(猿缘)
员圃重视学习	(猿远)
员圃在勤奋学习中进取	(猿愿)
员圃你必须主动想要才行	(猿园)
员圃积累幽默	(猿愿)
员圃多才多艺 莫如独精一门	(猿猿)
员圃向对手学习	(猿缘)
员圃学无止境	(猿愿)
员圃真正的勇气是智慧	(猿园)
员圃善于用脑	(猿愿)
员圃思考是成功的一大资源	(猿源)
员圃三思而后行	(猿远)
员圃适当玩点游戏	(猿愿)
员圃经常突发奇想	(猿员)
员圃成功者善于打破常规	(猿猿)
员圃巧利用自然	(猿缘)
员圃学会“联想”	(猿苑)
员圃让一加一大于二	(猿怨)
员圃反思过去	(猿员)
员圃善于发现	(猿猿)
员圃善于转换思路	(猿远)
员圃想其所以然”发现规律	(猿怨)
员圃在别人的失败处发找机遇	(猿员)
员圃用最好的方法解决问题	(猿猿)

第十章摇巧言一生受用不尽

语言交际能力是成功者必备的能力之一。人类已经步入了一个信息爆炸的时代，成功越来越依赖于有效的自我推销及相互沟通。出色的语言交际能力是一条金子做的纽带，它连接着你和另一头——成功。

说话有技巧	(猿圆)
巧言受用一生	(猿愿)
用事实说话	(猿园)
赞美暖人心	(猿圆)
赞美也要有学问	(猿缘)
善用“幽默”	(猿愿)
学会批评	(猿员)
坦诚会友	(猿源)
说话要委婉	(猿远)
不妨多说些实话	(猿愿)
欲擒故纵见利弊	(源园)
说话要简洁精炼	(源圆)
说话逻辑不可乱	(源猿)
说话需要平凡朴素	(源缘)
说话要讲求供需平衡	(源苑)

第一章 摇改变命运，从做人开始

要想成功，需从自身做起——做人。这是一个成功者必须确立的内在标准，没有这个内在标准，人生之路就会失去支撑，最终导致失败将是必然的。

塑造真实自我

真实在任何时候都不会贬值，脱离真实，如同生活在真空中，一切生机并非盎然。塑造真实，从我做起。

一家著名的国际贸易公司高薪招聘业务人员，应征者络绎不绝。在众多的应聘者中，有一位年轻人条件最好。他毕业于名牌大学，又有在市外贸公司工作三年的经验，所以他坐在主考官面前时，非常自信。

“你在外贸具体做什么？”主考官开始发问。

“做山野菜。”

“哦，做山野菜。那你谈谈，对业务人员来说，是产品重要，还是客户重要？”

年轻人想了想，说：“客户重要。”

主考官看了看他，又问：“你做山野菜应该知道，山野菜中，菠菜出口主要是对日本，以前销路非常好，有多少收多少，可是最近几年，国外客商却不要了，你说说为什么。”

“因为菜不好。”

“那你谈谈，为什么不好？”

“嗯，”年轻人停顿了一下，“就是质量不好。”

主考官看了看他，说：“我敢断定，你没有去过产地。”年轻人看着主考官，沉默了猿几秒钟，没有说是，也没有说不是，却反问：“你说说怎么能看出我去没去过？”

“如果你去过，就应该知道为什么菜不好。采集菠菜的最佳时间只有十天左右，这期间的菠菜鲜嫩好吃，早了不成，晚了就老了。采好后，要摊开放在地里晾晒一天，第二天翻个过，再晾晒一天，把水分蒸发干，然后再成把捆好，装箱。等食用时放在凉水里浸泡一下就可以了。可是当地农民为了多采多卖，把菠菜采到家，来不及放在地上晾晒，而是放在热炕上暖，这样只用两个小时就烘干了。这样加工处理的菠菜，从外表上看都一样，可是食用时，不管放在水里怎么泡，都像老树根一样，又老又硬，根本咬不动。国外客商发现后，对此提出警告，一次，两次，还是如此。结果，人家干脆封杀，再不从我国进口了！”

年轻人听了，不好意思地低下头说：“我是没有去过产地，所以不知道你说的这些事。”

年轻人带着遗憾走出公司的大楼。这位最有希望入选的年轻人，最终没有被录取。这样的结局，从他离开主考官的那一刻，就已经知道了。他非常清楚：像这样著名的公司，是不会录取他这样一个在外贸工作三年、整天陪客户吃饭却没有去过一次产地的业务人员的！

摇摇习惯点拨：这位年青人就像那些一心想加工速成野菜의农民，省略了两天的阳光，但最终被烘干的却是自己！