

<<博恩·崔西解析成功之道>>

图书基本信息

书名：<<博恩·崔西解析成功之道>>

13位ISBN编号：9787506018975

10位ISBN编号：7506018977

出版时间：2004-6

出版时间：东方出版社

作者：一鸣 编

页数：160

字数：68000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<博恩·崔西解析成功之道>>

内容概要

本书由销售学、成功学大师博恩·崔西原著编译，他在书中告诉人们如何端正自己的心态，如何设定目标，如何释放自己与生俱来的创造力，以及如何克服成功道路上的障碍。

你将学会如何确定你所需 要掌握的技能，如何获得工作和个人生活中重要人物的帮助与支持。

崔西还向你展示了如何把握自己以及周围的环境，如何成为你所在领域内的专家，如何获得经济上的完全独立，如何养成那些成功人士所必备的习惯。

崔西还向你展示了如何把握自己以及周围的环境，如何成为你所在领域内的专家，如何获得经济上的完全独立，如何养成那些成功人士所必备的习惯。

书中对每一条规则都进行了详细的阐述，并通过实例以及案例分析来进一步证实其可行性。

此外，崔西还为人们提供了一些具体的练习，读者可以通过练习来实施每一规则。

如果你现在没有成功，那没有关系，因为你今天的生活，是由你三年前的观念所导致的选择而决定的。

而你今天的选择，将决定三年后的生活。

现在是不是赢家并不重要，重要的是三年后你能否成为赢家。

那么就不要犹豫了吧，赶紧翻开本书，跟随书中博恩·崔西对心灵潜能的启发和牵引，引导你进入最佳状态，使你能在变化万端的现代，游刃有余的从容纵横于茫茫人海，挥洒人生的风采。

<<博恩·崔西解析成功之道>>

作者简介

博恩·崔西——世界潜能大师，美国首屈一指的个人成长权威人士，获得C.P.A.E.美国演讲家最高荣誉，当今世界上个人职业发展方面最成功的演说家和咨询家之一，主持了300多种电台和电视财经节目，他的教学训练课程从1988年开始至今连续14年创下全美最高销售记录，每年在美

<<博恩·崔西解析成功之道>>

书籍目录

序 成功一定有方法第一章 耐心与时间创造奇迹 你也可以成为亿万富翁 观念和准则是赢家的基本保证第二章 梦想的驱动力 一定要在内心有很大的梦想 成功最大秘诀之一就是去“做更大的梦”你应该这样想：如果我真的想要的话，我就一定能得到 和你的家人一起做梦 不要站着等事情发生，你要勇敢地走出去迎接它！

我们要善于模仿，学会从别人的身上获得成功的经验第三章 做好人生的策略规划 达成人生伟大目标的三个基本步骤 一种叫做“冰山一角”的趋势分析技巧 评估你到目前为止的工作经历 只有实践，才能够让生活过得更好 个人处境分析 你明天的生活就是现在选择的结果 零基思考策略适用的三个领域：人际关系、投资、活动 你最大的目标应该是完全的自由与自我表现 对个人领导力量重要的练习——“面对现实原则”第四章 只做向日葵——永远保持积极的心态 积极的自我对话 积极的形象 积极的健康食品 积极人物 积极的训练和发展 积极的健康习惯 积极行动第五章 枪毙你的借口第六章 做自己喜欢做的工作第七章 把自己当作自己的老板第八章 积极的心态第九章 保证成功的态度第十章 工作着，并富有着第十一章 不要在心灵上被打败，要记住即使是沙漠里也能找到星星第十二章 自信在与高手过招中长大第十三章 燃烧你的成功欲望第十四章 不断发展的个人力量如一面旗，能吸引所有让你成功的助力第十五章 人脉的张力第十六章 教导与受教第十七章 挫折是一把双刃剑，祸福不以一时论第十八章 持续地个人成长

章节摘录

书摘 列出一张梦想清单，让你恣意妄想，并把自己放进未来的时空里。你将来要做什么事情？你想要到哪里去？你想达到怎样的成就？最重要的是，你想要成为怎样的人？基于物以类聚的道理，你要发展哪些人格特质，才能让你过想象中最好的生活，身旁围绕地都是你最乐于交往的朋友？在任何一个行业中的重量级人物，都是有远大梦想的人。

他们都是用一种所谓的“回到未来”的思考方式。

他们都把自己置身于三到五年地未来，看看想象中的利益点在哪里，并思考要做些什么事才能让他们实现梦想。

他们的心中先有目标，然后再回到现状。

由于他们的梦想已经清楚地呈现眼前，他们就更清楚该去做哪些事情，以及该成为怎样的人，怎样才能让梦想成真。

你有什么梦想？假如你有无限的资源，你会采取怎样不同的做法？你会怎样回答这个问题“假如你知道你一定不会失败，你最大的梦想是什么？”假如你已经得到保证，做任何事情都会成功，那么你的目标会是什么，将会在生活中做怎样的改变？这些并不是很容易回答的问题，但是当你回答它们的时候，你的梦想就会开始清楚地呈现，而你的生活也开始永远地改变了。

看到有人开奔驰，你说我将来也可以有这种车，他们有大房子我也可以有，别人能办到的我也能。需要如何才能办到？需要学习，要努力地工作，不要忘记在公司上层的人曾经都是从低层上来的，跑在前面的人曾经也落后。

伟大的梦想的意思是说你先要决定自己想要什么。

所以，你应该这样想：交口果我真的想要的话我就一定能得到。

最重要的一个问题是到底要什么？大部分人都不知道自己最想要什么，他们会做梦、会幻想，但是对于目标并没有很清楚的设定。

另外有一个问题是为什么有的人生来就具有非常出色的领导才能，为什么他能当领导而你却只能做他的下属。

这里面一个很重要的原因就是远见。

成功的人对于未来都有很清楚的梦想！梦想越清楚的话，你成功的机会就会越大。

所以，你可以随时做这样的练习，拿一张纸写下你的这些梦想。

其实你现在想要做什么，钱不是问题，知识不是问题，资源也不是问题，只要你能下定决心去做，你就一定做得到。

但你要选择做什么，一定要把它写下来。

比方说我想要一所大房子，一部漂亮的车子，还有家人、旅行、存款以及自己的事业，想要做顶尖的人物。

把这些你想要的都写下来，参力口所有有关的培训课程，努力提高自己的能力、技巧，拓展自己的知识面。

如果成家的话可以和你另外一半坐下来一起做梦，如果有小孩的话鼓励他们要有远大的梦想。

不管小孩说想做什么，你都告诉他：你可以做得到，棒极了！然后把那些能够帮助你们实现完美人生的步骤写下来。

其实我在过去的几年听到不少关于这方面的故事，他们和另一半坐下来我们要为这个家庭做规划，未来的前途是怎么样的，从星期一到星期天，从早到晚怎么样安排我们的生活、我们的家人、我们的房子、我们的健康，又要做怎么样的安排。

把自己想象成建筑师，然后设计自己的完美人生。

不要站着等事情发生，你要勇敢地走出去迎接它！

成功的人都是自己生命的建筑师。

他们不像在草原上吃草的牛那样被动，他们像愤怒的公牛在斗牛场上冲。

如果现在上天给你机会，你可以实现任何愿望，你想要实现什么样的愿望，这会是怎么样的愿望呢，是要创业呢还是要入政界掌权。

<<博恩·崔西解析成功之道>>

要相信别人做得到的你也一定能做得到，只要知道他们是怎么样成功的，把他们当成榜样来学习就行了。

聪明的人会找到一个学习的榜样，然后去学成功者的成功方法。

别人也许要20年成功，但是你们通过模仿成功者的行动有可能五年就成功了。

所以请大家一定要好好地运用，要研究这些成功人士的方法，然后去学他们。

用因果定律，可以加快你成功的速度。

也许有些人说，我比较聪明，我学东西学得快，我不用去模仿别人怎么做，但是我们的一生有多少时间可以用来花在自己学习上呢？我们要善于模仿，学会从别人的身上获得成功的经验。

宾州的马西·谢利格曼(Hartin Selisman)教授，在他《学习来的乐观主义》(Learned Optimism)一书中，称此为“解释形态”(Explanato" Style)。

你的解释形态就是你对发生在自己身上的事物的解释方式。

神经语言学又称之为“加框”(ffaming)。

你改变对这些事物的自我解释，不管是正面或负面的解释，则称之为重加框。

这就是你对周边事件的解释方法。

它组成了你的内心对话，也就是说，当你从外在环境得到讯息之后，脑海中立刻会闪现一些文字，然后你会通过思考加以处理。

正如莎士比亚所说的：“事情是没有好坏之分的，全看你怎么去想它。

”心灵派大师以色列·甘曾经说过一句话：“生活就是一连串的问题。

”你的生活似乎是被一些负面的事件所充斥，收音机及电视节目、新闻报道、报纸及新闻杂志都充满了负面和伤感的故事。

你周边朋友所讨论的内容大多是围绕着问题、是非、忧虑及对未来的不确定打转，你和客户讨论的话题，也不外乎为什么他们的生活和企业的状况会不好，因而无法购买你的产品和服务。

你一不小心就会陷入习惯性的负面。

你会一开始先看到事情的负面，然后才看到正面，你会一开始先去注意到玻璃杯里有一半是空的，而没有看到另一半是满的。

你偏向负面思考的心态是一种很自然的倾向。

你可能会发现自己老是在淡论那些让自己生气、让自己委屈的人，你一再担心自己的财务困扰、本身的问题及恐惧，即使并非故意要如此，但你会发展出一种负面的态度，这种态度会影响你的个性，进而影响你的工作成绩，你很容易慢慢地变成一种很消极、怀疑而且愤世忌俗的人。

而且因为你身边的人都有同样的想法，你就会有一种错觉，认为“这世界本来就是这样子”。

你可以控制自己的内心对话，用积极的自我对话，而非消极的对话方式来对抗这种负面的倾向。

你能决定自己要怎样去跟自己说话，进而控制自己的思想和情绪。

这个决定控制了内心对话的行动，将带给你乐观的感觉与个人力量。

日常生活中，如果你进行一些简单的自我旨定对话，往往会带来很惊人的效果。

你只要对自己肯定，用一种非常热忱且坚定的口吻对自己说出“我喜欢我自己！”和“我热爱我的工作！”等肯定的话语，你就会把这些信息深深植入你的潜意识中，你会觉得更加肯定和乐观，更能控制自己的生活，你会觉得更有能力与自信。

你越是对自己重复说这些话，就越相信它们是真的。

当你说服自己是位“最杰出的人士”时，你的谈吐、行为及行动都会和这样的想法相符合。

举例来说你若对自己的感觉不好，你就无法真正对自己说出“我喜欢自己”这句话。

不管周边发生什么事，你越说“我喜欢自己”，就会真的越来越喜欢并尊敬自己。

你会觉得更快乐、积极、乐观，每一个新的尝试都会表现得更好。

控制你的内心对话，就是控制你跟自己说话的方式，这是你达到巅峰表现的关键。

主导自己的心思并把焦虑集中在你渴望的理想上，而不仅仅是维持现状的方式。

这是你克服困难让思想感觉能够经常保持积极的一种方式。

请记住，要和理想中的自己说话，而不要和现实中消极的自己说话。

2. 积极的形象 心理健康的第二种练习就是积极的形象。

<<博恩·崔西解析成功之道>>

因为你的外在世界是你内心世界的反射，所以外在的改善都来自你内心想法的改善。积极的形象或积极的想象，是你创造出的一种清晰逼真的、你自己的内心正在积极工作的方式。想象自己是一个很自信、积极、坚定，而且非常成功的人；想象自己住在一所梦寐以求的大房子里面；想象自己有理想的体重，穿最喜爱的名牌服饰；想象自己驾驶梦想的汽车，度梦幻般的假期。这些都是让你充满成功与机会的各种想象。

当一个成功、快乐、生产力高的人接受访问并且被问到心中梦想时，他总是回答说：他心中所想到的是理想生活方式中的东西。

他对梦想很执著，所以他不会把心思浪费在那些他根本不想要的东西或结果上面。

有关心理健康的一个好消息就是，如果你的做法正确，你也可以像锻炼身体一样得到立竿见影的效果。

许多人看到别人非常成功就心生羡慕，希望自己也能拥有同样的天赋与好运。

然而，我称之为阿诺效应的心理健康其实不难做到，当你看到阿诺·施瓦辛格(Arnold Schwarzenegger)有着健美的肌肉与身材，你不会说：“哇！他天生就有这副体格，真是幸运啊！”我们知道阿诺，他拥有六届奥林匹克先生和五届世界先生的头衔，他为了这些成就辛苦锻炼了二十多年，他花了无数个小时的锻炼才得到魔鬼身材，并且在高收入的电影圈中成为大明星。

其实，阿诺和你我一样，身上有六百一十条肌肉。

他现在也许把肌肉锻炼得比我们好，但是他当初开始锻炼身体的时候；肌肉状况和我们现在是一样的，他只不过是投入了我们无法想象的努力，才有今天的成就。

同理，你和别人一样有着同样的心理肌肉，你可以像阿诺用运动来锻炼身体一样，你也可以利用心理练习来锻炼你的心理肌肉，不断地练习同样可以让你的心理素质得到极大的提高。

很多人空有旺盛的心气，最后都以失败告终，主要原因在于体能运动是很快就可以看到效果的，然而心理运动除了在最后才看得到结果之外，大部分时候是看不到效果的。

许多人在观念上有致命的缺点，这些缺点一定要设法避免。

他们期望能够找到捷径或仙丹，让他们很快地戒除毛病或取得成果。

在我的研讨会中，经常有人跑来问我“成功的秘诀”在哪里，他们希望听到某一本书或某一盘录音带的名字，或者要我介绍某种特别的方法和技巧，好让他们的事业突飞猛进。

但是，即使是最聪明的人，若持这样的态度，也注定是要失败的。

假如有人认为天下会有简易速成的方法，可以代替任何一种成功所需的长期的准备工作，而不需要努力耕耘的话，他会永远停留在寻找捷径的路上。

这种迷信捷径的心态会把他带入死胡同，永远没有办法持续从事非常必要的个人发展工作。

.....

<<博恩·崔西解析成功之道>>

媒体关注与评论

序成功一定有方法 每个人都渴望成功。

那么一个平凡的人，怎样才能成为世人敬仰的成功人士呢?刚开始的时候博恩是一个穷光蛋，没有良好的教育背景，没有朋友，没有特殊的技能，在年轻的时候做的都是出卖体力方面的工作：种过田，在工厂打过工，甚至在森林里砍伐过树木，还挖过油井。

博恩·崔西觉得挖油井这个工作很有趣，它跟人们平常的动作是相反的。

你必须从上往下挖，这跟人们平时的想法是不同的。

在人们向往成功的时候，想到的是人要往高处走。

但是挖油井是不会有向上的机会的，而且当你成功的时候，也意味着你要失去工作了，为什么呢?因为当你挖到油的时候，你对你的雇主来说就没有什么用处了，他们就会把你开除。

所以，每当快要挖到油的时候，赶紧把它藏起来，然后跟你的老板说：还要两天才挖得到。

由此，博恩·崔西学会选择行业和保护自己。

以前博恩·崔西对财富一点都不了解，每当他看到有钱的人，觉得他们只是运气好而已。

他想要发财，但是不知道原来发财也是有方法的。

后来他发现了因果定律：有果必有因。

要成功就一定要采取一些步骤，一切都是有法则的，如果能够运用得当的话你就可以达到目标。

从那时候开始，博恩·崔西就开始研究成功的人士，他发现富人们开始的时候很多都是一穷二白的，可能很多年都没有办法发财，最有钱的人一生中大概都破产过二三次吧!而且成功人士可能经历过4到17种行业。

从对他们的研究中他发现一个有趣的事情，犯的错误越多就变得越聪明。

所以如果你做什么事情都犹豫、非常谨慎的话，你犯的错当然少，但是你会慢慢地变穷，时间在每天的犹豫、谨慎中很快过去，回过头来才发现，原来自己一辈子都很穷。

所以要成功就要大胆尝试做不同的事，而且从每一件经历过的事情当中学到经验、教训。

如果每天都在学，你的聪明才智就像你的肌肉一样在锻炼，学得越多就越聪明。

一直做单一劳力工作的人很难变得聪明。

只有在变化的环境中做变化的事情，你接触的东西才会越多，你的知识面才会越广，你才会变得越聪明。

另外，从对成功人士的研究中，他发现有很多的百万富翁甚至亿万富翁，大多都来自中等家庭，而且他们的父母大多是蓝领，受的教育非常有限，有些连大学都没有上过，还有些家庭非常贫穷，但他们都成功了。

所以不要顾虑你的学历差，没有技能，也没有家庭背景，成功和这些是没有很大关系的，只要把这些成功的人当作自己的榜样，学习他们是怎么样获得成功的，那么你也会成功。

当然，你也可以通过积累来发财，比方说每个月省下250元存到银行，这样若干年后你也会存下一笔可观的财富。

当然，在这个方法之外还有一个成功的方法，就是赚的比花的多，然后把多赚的钱省下并存起来，那么通过一辈子的累积，最后还是发财。

但是博恩·崔西想跟大家讲的是：发财是有捷径可以走的。

成功与否有时候决定于你的观念、你的思想。

你的外在世界由你的内心世界所决定，要改变外在必须先改变内在。

有的人说那些发财的人、有钱的人获得的都是不义之财，我是穷光蛋，那么就表示我没有去寻求不义之财，所以我很清白。

但博恩·崔西说你不是清白，你是笨!还有人说我不想拼了命去赚钱，我宁愿轻松快乐，据博恩·崔西研究，成功人士都是非常快乐的，所以不要用鄙夷和不屑一顾的眼光去看待那些有钱的人。

.....

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>