

为自己营造一个进取的氛围，一个成功的环境 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/352/2021\\_2022\\_\\_E4\\_B8\\_BA\\_E8\\_87\\_AA\\_E5\\_B7\\_B1\\_E8\\_c73\\_352319.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/352/2021_2022__E4_B8_BA_E8_87_AA_E5_B7_B1_E8_c73_352319.htm) 为自己营造一个积极进取的氛围。到图书馆、学术讨论会、英语角、学习班、读书会等等地方去结识志同道合有进取心的人。坚持每天读成功大师的书籍，可以让你保持最佳状态。正确的锻炼你的身体，没有健康就没有革命的本钱。节制你的饮食，注重营养。不要为一时之欢而失去理智，要学会在各种情况面前都保持适度。这要求你必须学会自律，因为只有适当的自律，才会赢得永久的自由。一个人是否能够决定自己并非取决于他或她所拥有的财产和地位，而是取决于他或她是否能够控制自己的思想，也就是自律！自我暗示练习。每天早上照镜子的时候，都不要忘记对着镜子大声说："我真棒！今天我会精神饱满，我会又快又好地完成计划好的每一件事！我聪明、我潇洒！今天我要对遇到的每一个人微笑，用我的热情去感染身边的每一个人！"把你的目标和理想以及相关的图片和照片等资料记在或贴在单独的本子上，每天晚睡前，将你的理想、誓言和目标都诵读几遍，然后带着它们进入你的梦乡。更为详细的论述将在第三章目标篇里介绍。如果你所处的现实环境十分消极，你就要在你的内心世界里，在你身边你可以支配的小环境里创造一个属于自己的积极的环境。在你照的镜子上，在你用的笔上，在你的手表上，在你的办公桌上，在你的门上等等一切你每天都要看到的地方贴上用鲜艳颜色写的能够激励你积极进取的诸如此类话，如"我一定能成功！"。如果你是一名基督徒的话，祷告是你最好的暗示。我的

母亲就是这样做的。她用她巨大的信心和虔诚的祷告已经成就了很多事。这里顺便向信仰基督的朋友推荐一份杂志永恒的爱。每天坚持写成功日记，就是每天记下你一天已经取得的成绩。仔细想想，总是能找到你做成功的事情，哪怕是件很小的事情，积攒下来对你来说也是一笔不小的宝贵财富！一旦你恐惧和害怕的时候，就拿出你的成功日记来看看，你就会重获信心。做成功联想练习。每天选择比较安静的时候，放松全身，暗自对自己说："我放松我的每寸皮肤，每块肌肉和骨骼，我放松我的大脑和内脏，放松我的每根神经。"等你放松下来，你开始想像你心中希望实现的一个目标，想像你已经实现了目标时的样子，你的微笑，你的衣着，你身边的人，天气、温度、声音、周围的布局等等，每一个细节都要想到。越具体越好，当你想像的时候，你潜意识的罗盘就开始指向你的目标。只要你每天坚持，慢慢的，你现实的行动会自动迈向你的目标，直到你成功为止！以上是前言所提到的法则一--共振原理的具体应用，请读者认真领会。人人都能成功 人人都希望生活的好一点儿，生活的快乐一点儿，然而，现实生活中似乎充满着各种各样的不如意。我们总是希望象我们想像的那样美好，但实际上总是感到不如意。原因何在？山不转，水转。如果我们无法改变周围的现实，那么我们只有改变我们自己。让自己具备更多的技能，能够适应各种各样的环境。要想上天，就去学飞翔；要想下水，就去学游泳。只要具备了适应各种环境的生存方法和技能，你所生活的世界就会变成一片广阔的天地。你周围的环境不再是你享受自由生活的阻力，而成为你自由翱翔的天堂。要做到这点远远要比你想像的容易。让我们计算一下。如果你每

天早起、晚睡前各读半个小时的书，一天就是1个小时，一年就是365个小时。一般，学习一门工科课程平均要用36.5个小时，你一年就能学10门课程。一个硕士研究生三年所修的课程也不过十三、四门。如此看来，我们仅仅用早起、晚睡积累下来的一个小时就可以在一年半修完全部硕士研究生课程。如果我们保持这个速度不变，你可以想像得到，你一生能够学会多少知识！人们常常低估了自己的能力，害怕失败，结果宁愿什么也不去做，也不肯抽点儿业余时间学些有用的专长。多培养自己一个能力，就多一份自由生活的机会。从现在开始，就制定一个连续不断的学习计划，先从你最想做但又最害怕去做的事情开始，每天坚持读这方面的书，参加有关的社团组织，参加有关的学习班、培训班，很快，你就会又掌握了一个新本领，你选择世界的机会就又增加了一个。先想好自己想做什么，需要哪些知识，然后马上开始学习，祝你早成功！100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)