

永远的励志经典
Inspirational Classics of All Times

NAPOLEON HILL'S GOLDEN RULES

THE LOST WRITINGS



黄金法则

[美] 拿破仑·希尔◎著

严冬冬◎译

中文版
独家授权



中信出版社·CHINA CITIC PRESS

THE LOST WRITINGS

获取心灵力量，重塑生活秩序，寻找个人坐标。

这个世界上的简单真理之所以深入人心，是因为它们从不逼迫屈从和强力灌输，而是对每个心灵的唤醒。这也是《黄金法则》的真正意义。

法则即智慧，它不会让你因为选择的机遇过多而仓皇，它也许会在某一刻让你怦然心动。事实上，每个成功人士都在用一生的历练去完成一次不可复制的解读。这也是《黄金法则》阐述的道理。

——**王辉耀** 中国与全球化研究中心主任 欧美同学会副会长

语言是生活必需品，文字如同日常用品，而《黄金法则》这样的经典著作则是真正的奢侈品。

——**严骏** 北京大学奢侈品管理项目总监、意国时尚 CEO



上架建议◎职场励志

ISBN 978-7-5086-1975-0



www.publish.citic.com
定价：30.00元

永远的励志经典
Inspirational Classics of All Times

NAPOLEON HILL'S GOLDEN RULES

THE LOST



黄金法则

[美] 拿破仑·希尔◎著
严冬冬◎译

中信出版社
CHINA CITIC PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

黄金法则 / (美) 希尔著; 严冬冬译. —北京: 中信出版社, 2010.5

书名原文: Napoleon Hill's Golden Rules: the lost writings

ISBN 978-7-5086-1975-0

I. 黄… II. ①希… ②严… III. 成功心理学—文集 IV. B848.4-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 047725 号

Napoleon Hill's Golden Rules: the lost writings by Napoleon Hill

Napoleon Hill's Golden Rules: the lost writings Copyright © 2009 by The Napoleon Hill Foundation

Simplified Chinese translation edition copyright © 2010 by China CITIC Press.

ALL RIGHTS RESERVED

黄金法则

HUANGJIN FAZE

著 者: [美] 拿破仑·希尔

译 者: 严冬冬

策划推广: 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行: 中信出版集团股份有限公司 (北京市朝阳区和平街十三区 35 号煤炭大厦 邮编 100013)
(CITIC Publishing Group)

承印者: 中国农业出版社印刷厂

开 本: 880mm×1230mm 1/32

印 张: 6.5 字 数: 114 千字

版 次: 2010 年 5 月第 1 版

印 次: 2010 年 5 月第 1 次印刷

京权图字: 01-2009-0841

书 号: ISBN 978-7-5086-1975-0/F·1931

定 价: 30.00 元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线: 010-84264000

http://www.publish.citic.com

服务传真: 010-84264033

E-mail: sales@citicpub.com

author@citicpub.com

NAPOLEON HILL'S GOLDEN RULES

THE LOST WRITINGS

序

或许你是拿破仑·希尔千百万读者中的一员，又或许这是你初次拜读希尔的著作。无论如何，这本关于人类潜能的书都会让你受益匪浅。

这本书的初稿来源于希尔在 80 多年前编纂的两本杂志——《希尔的黄金法则》（*Hill's Golden Rule Magazine*）和《希尔杂志》（*Hill's Magazine*）。这两本杂志都是在希尔的第一本专著问世之前出版发行的，内容主要是人类潜能的开发。

希尔于 1883 年生于弗吉尼亚州怀斯县的偏远山区，早年家境贫穷。他的母亲在他 10 岁时去世，父亲于一年后另娶了一位妻子，也就是希尔的继母玛莎。玛莎是一位受过良好教育的年轻寡妇，父亲是一位医生，她的到来可谓是希尔一生中的幸事。玛莎很快喜欢上了这个精力旺盛、时常搞些小恶作剧的继子。玛莎的教育和鼓励对希尔的影响很大，令他受益终生。希尔回忆起继母的时候，曾经引述过林肯评价自己继母的话：“我所成就的一切都要归功于她。” 13 岁时，希尔在继母的帮助下，

用一支手枪换回了一台打字机，从此开始了写作生涯。

读了两年高中之后，希尔考取了一所商学院，毕业后为弗吉尼亚州首席检察官鲁弗斯·艾尔斯（Rufus Ayres）工作了一段时间。艾尔斯在美国南北战争时期曾任南军指挥官，也曾参加过参议员竞选。他在银行、林业和煤矿业方面都有自己的投资项目，希尔认为他是整个地区最有钱的人。工作期间，希尔对法律发生了兴趣，于是说服弟弟维维安·希尔（Vivian Hill）一起去乔治敦法学院（Georgetown Law School）就读，兄弟两人的学费都用希尔的稿费支付。维维安顺利从学院毕业，希尔则中途退学，在《鲍勃·泰勒杂志》（*Bob Taylor's Magazine*）找了一份工作。杂志社的老板是罗伯特·泰勒（Robert Taylor），一名出身田纳西州的参议员，他安排希尔采访各界成功人士，撰写关于他们成功经历的故事。希尔采访钢铁大王安德鲁·卡内基时，两人一见投机，原本短时间的采访计划延长到整整三天。卡内基建议希尔总结众多成功人士的经验，开创自己的“成功哲学”，然后再把成功的方法教给其他人。这一建议彻底改变了希尔的人生。

通过卡内基的引荐，希尔认识了亨利·福特、托马斯·爱迪生、乔治·伊斯曼（发明家、柯达公司创始人）、约翰·洛克菲勒等著名人物。希尔花了20年的时间研究成功学，进行了500余次采访，终于写出了他的第一本书——八卷本的《成功定律》（*The Law of Success*）。

希尔活了87岁，一生致力于成功学的研究，他所提出的许多哲学理念，即使在今天也具有非常大的使用价值。1928年

《成功定律》出版之后，希尔声名鹊起，仅每个月的版税收入就高达2 000~3 000美元。他用收入的一部分买了一辆劳斯莱斯轿车，开着这辆车回到怀斯县，探访他当年成长的地方。

希尔写过一本题为《成功阶梯》（*The Magic Ladder to Success*）的小书，尽管这本书的内容主要是《成功定律》的浓缩，但其中增加了“40个致富灵感”这一章。希尔提出的灵感中包括24小时自助加油站、密码锁、鲜榨蔬菜汁饮料等，这些东西后来都变成了现实。不要忘了，希尔提出这些灵感的时间是20世纪30年代。

今天的绝大多数成功学书籍，内容都没有脱离希尔在80年前建立的理论体系范畴。这也足以证明希尔的远见卓识。

有些人把“吸引力法则”当做成功学的新理论加以吹捧，殊不知希尔早在1919年3月的《希尔的黄金法则》杂志中就提出了这一理论。

无数成功学书籍和讲义都引述过希尔的观点，有的是直接摘录原文，有的则有些许文字上的变动。可以说，希尔是成功学领域最有影响力的作家和演说家。

1937年，希尔写出了他最负盛名的著作《思考致富》^①（*Think and Grow Rich*），尽管当时正逢经济危机，每册定价2.5美元的《思考致富》还是在一年内脱销了三次。不要忘了，当时还不存在今天这样的大规模广告宣传。迄今为止，《思考致富》在全世界的销量已经超过6 000万册，并且每年还会再增

① 《思考致富》中文版已由中信出版社出版。——编者注

加 100 万册。今天的人们通常把销量超过 10 万册的书称为“畅销书”，而希尔的所有作品销量都大大超过了这一数字，并且很多都超过了 100 万册。今天的大多数书籍热销期都在出版后的一两年之内，而希尔的《成功定律》（1928）、《思考致富》（1937）、《致富之钥》（*Master Key to Riches*, 1945）、《积极思考带来成功》（*Success Through a Positive Mental Attitude*, 1960）、《平安宁静地致富》（*Grow Rich with Peace of Mind*, 1967）、《创造奇迹》（*You Can Work Your Own Miracles*, 1971）等著作，都是从出版之日起经历过无数次重印，至今仍然热销，并且今天的销路比刚写出来时还要好。

——唐·M·格林（Don M. Green）

拿破仑·希尔基金会执行官

NAPOLEON HILL'S GOLDEN RULES

THE LOST WRITINGS

前言

如何从这本书中收获最多的东西？

拿破仑·希尔与 W·克里门特·斯通（W. Clement Stone）合著的《积极思考带来成功》一书中，有一章的标题为“如何从这本书中收获最多的东西”。他在此后的很多作品都引述了这一章的内容。

要想把你所拥有的力量最大程度发挥出来，必须首先接纳和吸收相关的知识。

成功学的原则对你和对其他人同样适用，不论教育背景、遗传和环境。然而，如果你相信自己终将失败，并且无力挽回这种失败，那你就一定会失败。选择权完全在于你自己。

R2A2 公式

这一公式不仅会告诉你该做什么，而且会让你知道该怎么做。具体原则如下：

1. 认识（Recognize）、联系（Relate）、接纳（Assimilate）

和应用（Apply）你所看到、读到和经历过的一切原理、技巧和方法，只要这些方法能够帮助你达成目标。这就是 R2A2 公式的内容。

2. 引导你自己的思想，控制你自己的感情，策动你自己去追求有意义的目标，这样你就可以改变命运。

应用 R2A2 公式时，要认准目标，随时准备好接纳有用的信息。

阅读这本书时要字斟句酌，因为书中的内容跟你的目标有密切的联系。把这本书当做是作者专门为你撰写的。

阅读这本书时，如果觉得某些句子和段落特别重要，就用笔标记出来。

随时把你在阅读过程中产生的灵感记录在书的空白处。

在 R2A2 公式的两条原则中，第二条原则更为重要。许多人都会忽视这一原则，而正是这样的人总为自己的失败寻找借口，或是怪罪别人。如果你自己不采取行动，任何励志书籍都不可能给你帮助。

——拿破仑·希尔基金会

NAPOLEON HILL'S GOLDEN RULES

THE LOST WRITINGS

目 录

序 / VII

前言 / XI

第一章 做你想做的人 / 1

你究竟是谁 / 2 你可以是谁 / 3

第二章 自我暗示 / 7

你的性格可以改变 / 11 具体而精准的人生目标 / 17

第三章 暗 示 / 25

“心理疗法” / 27 不可不说的催眠术 / 28 占卜师的另类
骗术 / 32 “平息”别人的意识 / 35 关联定律 / 38
头脑中的医生 / 42 小结 / 47

NAPOLEON HILL'S GOLDEN RULES

THE
LOST
WRITINGS

目录

第四章 回报定律 / 49

思维也会“物以类聚” / 51 祈祷的力量 / 54 “己所不欲，勿施于人” / 57 化敌为友 / 60 小结 / 63

第五章 思想的力量 / 67

学会用你的思想 / 68 如何积聚财富 / 72 最伟大的时代 / 74 以德报怨，与人为善 / 75

第六章 如何树立自信 / 79

“流浪汉”的自信秘籍 / 80 注意事项 / 86

第七章 环境与习惯 / 91

习惯 / 94 环境 / 102 小结 / 110

第八章 如何培养记忆力 / 113

有效记忆的三个步骤 / 115 我如何拯救了自己的记忆力 / 116
神奇的法雷尔 / 118 科学记忆体系 / 126 小结 / 133

NAPOLEON HILL'S GOLDEN RULES
THE
LOST
WRITINGS

目 录

第九章 安东尼的演讲 / 135

安东尼在罗马市民面前的演讲 / 140

第十章 说服与强迫 / 151

从山区青年到战争英雄 / 154 信仰复兴集会中的心理暗示 / 159

第十一章 补偿定律 / 171

自我惩罚 / 175 流浪汉获得诺贝尔文学奖 / 177 银行
家身上的补偿定律 / 179

第十二章 黄金法则 / 183

NAPOLEON HILL'S GOLDEN RULES

THE LOST WRITINGS

A circular portrait of Napoleon Hill, an older man with glasses, wearing a suit and tie, is positioned within the letter 'O' of the word 'LOST' in the title.

第一章 做你想做的人

你完全有能力改变你周围的环境，从而改变你自己的思维方式，以及你的人生目标。这一切都在于你自己，只要你想做，就能做得到。

你究竟是谁

跟这世界上的任何一个人一样，你究竟是谁只取决于两方面因素：遗传与环境。

你的生理特质取决于你父母的遗传，以及你祖父母和他们父母的遗传。你的身高、体重、头发和眼睛的颜色、皮肤的纹理，以及其他一些生理属性，都属于这样的特质。换句话说，你的大部分生理属性都不由你自己选择。

这些生理属性可以看做是你的“天分”，或者说是你的生理遗传。绝大多数情况下，你很难改变它们。

然而，你身上那些由于周围环境的影响而养成的特质，或者说是通过“社会遗传”而继承的特质，则是你可以通过自己的意志来改变的。当然，那些在你 10 岁以前就养成的特质通常根深蒂固，要改变它们并不容易，需要十分强大的意志力。

打从出生的那一刻起，你的所有感官就在一刻不停地受到周围环境各种各样的影响，这些影响都是你社会遗传的一部分。你所唱过和听过的歌谣、朗诵过的诗句、研读过的书籍、欣赏过的风景，全都能够影响你的社会遗传。

下面列出的这几方面的影响，或许在你的人格形成过程中发挥了至关重要的作用：首先，你父母在家里对你进行的教育；其次，你在教堂或主日学校接受的教育；再次，你在公立或私立学校接受的教育；最后，你阅读的书籍、报刊和杂志。

你之所以会形成现在的思维方式，抱持你所抱持的那些信念，归根结底是由于你的头脑所接受的感官影响。你的信念或许正确，或许错误，一切都取决于你所受到的感官影响究竟是否真实准确。

如果你在成长过程中已经学会了如何进行精确的思考，如何克服种族、宗教、政治和其他方面的歧视，如何辨清事实，如何去伪存真，那你就是一个非常幸运的人，因为这意味着你已经懂得了从周围环境中过滤那些最有益的信息，利用这些信息随心所欲塑造你自己的人格。

你可以是谁

生理遗传是先天注定的，不可能因为你的主观努力而发生很大的改变。然而，社会遗传却是可以经由主观意志改变的。你可以让新观念取代旧观念，让真理取代谬误。

即使是一具渺小、虚弱的躯体，也足以承载一个最伟大的思想，只要这思想懂得利用社会遗传的原理改造自己。反之亦然，即使一具最为强壮有力的躯体，所承载的也可能只是一个虚弱、缺乏活力的思想。人的思想是大脑所接纳的一切感官影

响的总和，所以这些感官影响究竟是真实还是谬误，究竟是否掺杂了偏见、憎恨和其他的负面情感，就显得尤为重要。

人的思想仿佛一片肥沃的土壤，播种什么样的种子，就会收获什么样的果实。你所接受的感觉刺激，就是撒在你思想土壤里的种子。

只要控制住感觉刺激最重要的四个源头，就可以彻底改变一个民族、一个国家的思维方式，甚至彻底改变一代人的人生理想。上文已经提到过，这四个源头分别是：（1）家庭教育；（2）宗教教育；（3）学校教育；（4）书籍、报刊和杂志。

只要能够把握好这四个源头，就可以让任何一种理想、态度和观念在一代人心中深深扎根，无论他们之后又有什么样的人生经历，都很难擦除如此深刻的印记。

在这里，让我总结一下本文的两条核心结论：

第一，如果要让一个人养成某种根深蒂固的习惯或观念，就要让这种习惯或观念从他（她）的孩提时代起，就通过社会遗传的机制深深铭刻在他（她）脑海里。任何经由这种机制养成的观念，都会成为这个人思想中近乎不可撼动的一部分，伴随他（她）走过一生的光阴。只有在极少数的情况下，当外来影响的力量超过了社会遗传的惯性时，才能改变甚至抹除这些观念。这就是社会遗传的基本原理，它与来自父母的生理遗传并不是同一回事。

第二，逆反心理是人的天性。人们会情不自禁地追求那些不被允许得到或是不容易得到的东西，这是心理学最重要的基本原理之一。你越是把一件东西从一个人面前拿开，就越会激