

《送给加西亚的信》作者**阿尔伯特·哈伯德**的又一力作

我相信我



自己

[美]阿尔伯特·哈伯德 著
王宏常 译
延边人民出版社

Albert Hubbard

我相信我自己

阿尔伯特·哈伯德 著

常 桦 译

延边人民出版社

责任编辑：许正勋

图书在版编目 (CIP) 数据

我相信我自己 / (美) 阿尔伯特·哈伯德著；王宏、
常桦译. — 延吉：延边人民出版社，2003. 10

ISBN 7-80698-067-9

I. 我... II. ①阿... ②王... ③常... III. 成功
心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 088560 号

我相信我自己

阿尔伯特·哈伯德 著

王 宏
常 桦 译

出 版：延边人民出版社

发 行：延边人民出版社

印 刷：北京市铁成印刷厂

印 数：1-10000

开 本：880 × 1230mm 1/32

印 张：4.25

版 次：2003 年 11 月第 1 版

2003 年 11 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 7-80698-067-9/C·12

定 价：9.80 元



作者像
(1856—1915)

作者简介

阿尔伯特·哈伯德（1856—1915）美国著名出版家、作家，《菲士利人》、《兄弟》杂志的总编辑，罗依科罗斯特出版社创始人。

1856年6月19日，阿尔伯特·哈伯德出生于美国伊利诺州的布鲁明顿，父亲是一位乡村医生、农场主。哈伯德在塔夫茨大学取得文学硕士、法学博士之后，转入哈佛大学从事教学、编辑等工作。1915年与妻子艾丽斯在路西塔尼亚乘船，不幸遭遇德国水雷，船沉身亡，时年59岁。

哈伯德终生致力于出版与写作，除了为自创的两份杂志撰稿外，其主要著作有：《送给加西亚的信》、《忠诚》、《致青年朋友的信》、《自己是最大的敌人》、《尽职尽责》等，其中《送给加西亚的信》在世界文学史及经济管理学史上最为著名。

中文版序

这是一本充满智慧、率真、灵性、温馨的书。但它的内容却给人以信心、真诚、启迪和力量，使人们在满获鼓舞中实现人生的升华！

在汗牛充栋的成功励志类图书中，极少有言如阿尔伯特·哈伯德者，他绝无模棱两可的揣测之词，他斩钉截铁、十分明确地告诉读者成功励志的精髓。

哈伯德所阐述的关于自信的涵义不是想像的产物，而是其真实地体会领悟成功者的人生历程。所以他所说的，常令人们感触强烈，震撼良久。就象多年知心老友推心置腹地忠告一般，如此温馨，如此贴切。

但是，这世界的步伐太快了，人们逐渐失去了耐

性，不仅吃饭要速食，学外语要速成，连结婚也要快，离婚就更快了。因此，在过去经常被人问及，有无更简明的成功策略？或说，成功有无秘中之秘？

事实上，的确是有的，答案就是——相信你自己。

自信是生命中的阳光，是力量的源泉，是决定人生荣辱成败的关键；自信能唤醒内心沉睡的巨人，能释放出无穷无尽的巨大能量。但是，究竟怎样才能拥有、保持并运用自信来功成名就呢？阿尔伯特·哈伯德先生在《我相信我自己》一书中，为人们解开了这个奥秘。

无论是企业家或是普通职员，都可以从本书中吸取到琼浆玉液。阅读本书，你会发现，它不只是一本普通励志的作品，也是一幅帮助你审视过去、洞悉未来、预见成果的成功路线图。尤其重要的是，它能激起你内心沉潜已久、对成功原有的那份渴望，并带给你“立即行动”的力量。换句话说，哈伯德能够让你，对于你所梦想的一切，想实现、敢实现、会实现，而且实现到了！

因为你，这个世界更美好；因为本书，你的世界也会更美好。

诚挚地祝福你们！

常 桦

目 录

中文版序

自信是生命中的阳光	(1)
胜利永远属于自信者	(5)
做自己的主人	(9)
扫除心中的蜘蛛网	(15)
真正看清自己	(19)
认识你的独特性	(23)
积极地认识自己	(30)
永远喜欢自己	(36)
成为你自己	(43)
寻找你的人生“钻石”	(49)
你是上帝的惟一	(53)
激励是勇者的行为	(56)

学会自我激励	(59)
打赢“内心的竞赛”	(63)
信心源于自我暗示	(65)
激发自身的潜能	(70)
激励让你改变世界	(74)
用信念构建人生	(78)
建立信念系统	(85)
永远信仰你自己	(93)
让信仰屹立不倒	(96)
将信仰付诸行动	(100)
自信是成功的一种习惯	(108)
独立自主是迈向成功的钥匙	(113)
成功者的自信特质	(116)
“再加一点”去尝试成功	(120)

自信是生命中的阳光

全世界至少有半数以上的人都会有这种疑问：我也会有成功的一天吗？

我的回答是：为什么你就没有那样的一天呢？

可遗憾的是，世界上仍有为数不少的人对自己缺乏起码的信心，甚至觉得自己事事处处都不如人，他们之所以这样想，一方面在于他们无限地夸大了自己的缺点，另一方面又在于他们盲目地夸大了别人的优点，两者对比，当然会有一定的差距，所以不免就陷入了难以自拔的自卑状态。

没有阳光的沐浴，没有土地的养分，树木就没法正常生长，新陈代谢就会受到阻碍，严重的甚至会枯萎致死。同样，对于一个人来说，自信就好比生命中

的阳光。一个对自己总是充满信心的人，一个看起来总是那么容光焕发，浑身上下都充满着力量的人，是不会轻易被困难吓倒的。而如果一个人对自己失去信心，那么他给人的感觉就可能像营养不良的病人一样没有神采，说话也没有底气，不敢在大众面前表达自己的意愿，久而久之，他在别人眼里的形象就会是畏畏缩缩的，这样的人是很难让人相信他也能承担起重大的责任。

从婴儿到老人，每个人都会以不同的方式走完人生的旅程。人存在的目的和意义究竟是什么呢？人们为什么会不约而同地渴望成功呢？在弄清答案之前，让我们先问这样一个问题：“我是谁？”有些年轻的朋友会自然地说，我就是我啊，有什么可疑问的呢？

实际上，只有相信自己、发现自己的人，才能明白生命对于他的真正意义，成功对于自我的认定。

相信自己，否则在这个世界上没有任何人会信赖你，你也不会相信这个世界。成功者就是那些拥有坚定信念的平凡人。人从明白事理的那一天起，要学的第一件事就是自信。

失败往往意味着对自身能力的否定，而经常对自己心存质疑的人最有可能误入失败的沼泽地。许多人面对即将到来的成功，都不相信这会属于他自己，结果成功在他身边闪烁一下光亮就与他擦肩而过，多一分自信会让许多经历成为成功的预演和彩排。

自信是一个心理建筑的工程师。在现实生活中，自信一旦与思考相结合，就能激发出潜意识来，激励人们表现出无限的智慧和力量，使每个人的欲望转化为物质、金钱、事业等方面的有形价值。自信心的力量是惊人的，它可以改变恶劣的现状，它是“不可能”这一毒素的解药。有方向感的自信心，可让我们每一个意念都充满力量。当你用强大的自信心去推动你的成功车轮时，你一定可以平步青云，永无止境地攀上成功的巅峰。

自信心是心灵的魔法师。当自信心融合在思想里时，潜意识就会立即获得这种震撼，把它聚变成等量的精神力量，再转送到无限智慧的领域里促成成功思想的物质化。

自信是成功人士所必备的心理素养，有时候，它

甚至比能力本身更重要。因为一个人即使能力一般，但因为他拥有自信这种良好的心理状态，所以往往能最大限度地发掘自己的潜能，做出意想不到的成就来。而一个人如果能力很强，但对自己却缺乏必要的信心，在面对困难时他首先就在心理上输了一半，当然就不会很好地发挥自己的水平，最后做出来的事情也可能只是差强人意。

一个具备良好心理素质的人，从来不会妄自菲薄，也不会愚蠢到用别人的优点来比自己的缺点。只有这样，他在面对任何问题时才能不急不躁、不卑不亢，直至最后胜利。

胜利永远属于自信者

① 在拿破仑亲自率军作战之时，同样一支军队的战斗力会增强一倍。原来，军队的战斗力在很大的程度上取决于士兵们对于统帅的敬仰和信心。如果统帅抱着怀疑、犹豫的态度，全军势必一败涂地。而拿破仑的自信与坚强，使他统率的每个士兵都增加了成倍的战斗力，大获全胜的结局是指日可待的。

如果有坚强的自信，往往能使平凡的人们做出惊人的事业来。胆怯和意志不坚定的人，即便有出众的才干、极高的天赋、耸高的品格，也终难成就伟大的事业。

一个人的成就，决不会超出他自信所能达到的高度。如果拿破仑在率领军队越过阿尔卑斯山的时候，

只是坐着说：“这件事太困难了。”无疑，拿破仑的军队永远不会越过那座高山。所以，无论如何，坚定不移的自信心，是达到成功所必需的和最重要的因素。

坚强的自信，是成功的源泉。不论能力大小，天赋高低，成功都取决于坚定的自信心。相信自己能做成的事，就一定能够成功。反之，不相信自己能做成的事，那就绝不会成功。

有一次，一个士兵骑马给拿破仑送信，由于战马跑得速度太快，在到达目的地之前猛跌了一跤，那马就此一命呜呼了。拿破仑接到信后，立刻写了封回信，交给那个士兵，吩咐他骑上自己的战马，快速把回信送去。

那个士兵看到那匹强壮的骏马，身上装饰得无比华丽，便对拿破仑说：“不，将军，我是一个平庸的士兵，实在不配骑这匹华美强壮的骏马。”

拿破仑回答道：“世上没有一样东西是法兰西士兵所不配享有的。”

世界上到处都有像这个法国士兵一样的人！他们以为自己的地位太卑微，别人所有的种种幸福，是不

属于他们的，以为他们是不配享有的，以为他们是不能与那些伟大人物相提并论的。这种自卑自贱的观念，往往成为一些人不求上进、自甘平庸的主要原因。

有许多人这样想：世界上最好的东西，不是他们这一辈子所应享有的。他们认为，世界上的一切快乐，都是留给那些命运的宠儿来享受的。当他们有了这种自卑的心理后，当然就不会有出人头地的欲望。许多人，本来可以做大事、成大业，但实际上竟一事无成，过着平庸的生活，原因就在于他们自暴自弃，没有远大的理想，不具备坚定的自信。

与财富、权势、出身、地位相比，自信是最有力量的东西，是人们从事任何事业最可靠的资本。自信能排除各种障碍、克服种种困难，能使事业获得完满的成功。

有的人最初对自己有一个恰当的估计，自信能够处处胜利，但是一经挫折，就半途而废，这正是因为他们自信心不够坚定的缘故。所以，仅有自信心还不够，更须使自信心变得坚定，即使遇到挫折，也能不