

[美]拿破仑·希尔  
(Napoleon Hill) 著  
李 秋 译



美国最畅销的  
心理自助经典

# 心态对了 事就成了

心态决定一切，正向心态助你成功

“百万富翁的创造者”拿破仑·希尔的经典之作！

播种心态，收获行为；播种行为，收获习惯；  
播种习惯，收获性格；播种性格，收获命运

 中华工商联合出版社

【美】拿破仑·希尔  
(Napoleon Hill) 著  
李秋译



# 心态对了 事就成了

心态决定一切，正向心态助你成功



中华工商联合出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

心态对了, 事就成了 / (美) 希尔 (Hill, N.) 著;  
李秋译. —北京: 中华工商联合出版社, 2014. 2  
ISBN 978 - 7 - 80249 - 922 - 5

I. ①心… II. ①希… ②李… III. ①成功心理 - 通俗读物 IV. ①B848. 4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 005850 号

## 心态对了, 事就成了

---

作 者: (美) 拿破仑·希尔 著 李秋 译

责任编辑: 于建廷 高尚

封面设计: 杜帅

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 北京画中画印刷有限公司

版 次: 2014 年 6 月第 1 版

印 次: 2014 年 6 月第 1 次印刷

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

字 数: 190 千字

印 张: 8.5

书 号: ISBN 978 - 7 - 80249 - 922 - 5

定 价: 29.80 元

---

服务热线: 010 - 58301130

销售热线: 010 - 58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场 A 座  
19 - 20 层, 100044

<http://www.chgslcbs.cn>

E - mail: [eicap1202@sina.com](mailto:eicap1202@sina.com) (营销中心)

E - mail: [gslzbs@sina.com](mailto:gslzbs@sina.com) (总编室)

工商联版图书

版权所有 盗版必究

凡本社图书出现印装质量问题,  
请与印务部联系。

联系电话: 010 - 58302915

Success Through A  
Positive Mental Attitude

## 前言

一位美国牧师在家里准备第二天的布道，他的小儿子在屋里吵闹不止，令人不得安宁。于是，牧师从一本杂志上撕下一页世界地图，然后撕成碎片，丢在地上说：“孩子，如果你能将这张地图拼好，我就给你一元钱”。

牧师本以为这件事会使儿子花费一上午的时间，但是没过十分钟，儿子就拼好了，牧师问他是怎样拼好的，孩子回答道：“这很容易，在地图的反面有一个人的照片。我先把这个人的照片拼到一起，再把它翻过来。我想，如果这个人是正确的，那么，世界地图也就是正确的。”

听完这话，牧师微笑着给了儿子一元钱，并说道：“你已经替我准备好了明天的布道——如果一个人的心态是正确的，那他的世界就是正确的。”

我们生活在这个世界上，每天要处理各种各样纷繁复杂的事情，怎样才能尽善尽美？很多人都会为这个感到苦恼，其实大可不必。很多时候，决定一件事情成败的是我们对待这件事情的态度。如果我们用不同的心态去对待同样一件事情，其结果可能大不相同。

所以，心态对一个人来讲是十分重要的，只有建立了良好的

心态，才可能生活得更好。对某些心机很重的人我们只能说这样的人很累，他们并没有建立很好的心态，而一些宽容、乐观、知足的人他们不但过得快乐，而且处理事情得心应手、人际关系良好和谐，他们很少苦恼，其实都是因为他们建立了很好的心态。

一个人有什么样的心态直接决定了他会有什么样的生活。

我们时常会听到有些人抱怨生活对他是多么的不公平、这个社会是多么的阴暗。其实，社会对待每个人都是公平的，区别只在于怎么去看这个问题。有一句话说得很好——上帝在为你打开一扇门的同时也为你关闭了一扇窗，相反的也是一样。所以我们对待一件事情绝对不能过于片面，应该全面的去看待——此路不通，再另辟蹊径就是了——事情的好坏在多数情况下是由你自己决定的。

那么，我们应该怎样建立良好的心态呢？本书作者拿破仑·希尔在书里给了我们答案。

拿破仑·希尔这个名字在美国家喻户晓，由于他创造性地建立了全新的成功学，所以，从某种程度上来说，他在人际学、创造学、成功学等领域比我们熟知的戴尔·卡耐基有着更高的地位。他创建的成功哲学和成功原则，以及他永远如火如荼的热情，鼓舞了千百万人，因此，他被称为“百万富翁的创造者”。

本书是作者继《思考致富》之后的另一经典著作。全书分为十四章，从不同的角度论述了积极心态的力量及其培养方法。心态决定一切这已经是公认的事实，而积极、正向的心态更能助你成功。

请记住，心态对了，事就成了！

Success Through A  
Positive Mental Attitude

目录

**第一章 打造积极心态，你的心态你做主**

天堂还是地狱，关键在于心态 / 3

积极心态的巨大力量 / 7

积极心态的基本原则 / 9

用积极战胜消极 / 11

消极心态的力量，走开！ / 13

动力铸就积极心态 / 15

每天早晨都拥有一个好心情 / 19

心态决定未来 / 21

**第二章 只要你想，你就可以改变世界**

成功的 17 条法则 / 27

每个人都可以转弱为强 / 29

上天是否不公正地对待你？ / 34

你生来就是一名冠军 / 35

成功的起点——明确的目标 / 40

靠积极的心态吸引财富 / 43

改变你的世界 / 45

### **第三章 清除思维的蛛网，像哲人一样思考**

你是否陷入思维的蛛网？ / 49

我们不能只凭推理行动 / 50

你是“刺儿头”吗？ / 52

一个词引起的争论 / 55

需求与积极的心态激励你成功 / 58

需求与消极的心态是犯罪的导火索 / 60

惰性导致愚昧无知 / 63

### **第四章 探索心灵的力量，做内心强大的人**

敢于探索心灵的力量 / 67

自我暗示的力量 / 68

即将开启的死亡大门 / 72

隐形的说服者 / 75

沉没的“多里亚”号和“斯德哥尔摩”号 / 77

了解心理现象 / 80

## **第五章 自信的你能做得更多**

消除自卑才能获得成功 / 85

自卑——年轻人话多的真正原因 / 89

战胜自卑，你能行 / 91

评估自己的能力，找回自信 / 95

自信的心态比事实更重要 / 99

## **第六章 在失败中新生，从困难中突破**

探索失败，并且战胜它 / 105

把困难当作机遇 / 108

克服失败，必须积极思考 / 111

寻找“更多的东西” / 113

学会创造性的思想 / 117

你有走出逆境的优点 / 120

昔日的囚犯成了公司总裁 / 124

行动起来，转败为胜 / 129



## 第七章 帮助他人就是帮助自己

树立帮助他人的信念 / 135

美妙的富足法则——给予才有收获 / 137

积极培养富足的思想 / 142

只有心态积极的人，才能获得富足 / 143

让帮助他人成为你伟大事业的一部分 / 146

## 第八章 激励自己和他人的魔力

何谓激励？ / 151

消极的情绪也是好事吗？ / 152

富兰克林的自我激励行为准则 / 155

“福勒刷子”推销员 / 158

被继母激励的孩子 / 160

掌握激励他人的因素 / 163

用富兰克林的方法获得成功 / 166

## 第九章 自我充电，提高能量储备

没有能量，就没有一切 / 173

你应该充电了吗？ / 174

运动提高你的能量水平 / 176

身心健康都需“维生素” / 180

## **第十章 就趁现在，立即行动**

行动——建功立业的秘诀 / 187

集中营里一个战俘的蜕变 / 188

丢了钱包，照样参观华盛顿 / 190

抓住“现在”，不要害怕自己初始的想法 / 192

## **第十一章 坐拥财富，致富真的有捷径**

每天花时间思考怎样吸引财富 / 197

树立你的财富目标 / 200

积极的心态能吸引财富 / 202

资金有限，也能得到财富 / 204

## **第十二章 积极心态让每个人都喜欢你**

真诚地喜欢他人 / 209

不要轻易发火 / 213

积极的思想能传染 / 216

亲切、自然的态度让人无法拒绝 / 218

### **第十三章 从工作中获得满足**

用积极的心态找到工作中的满意之处 / 223

积极的态度能帮你完成任务 / 226

心态差异产生不同的结果 / 228

明确的目标铸就热忱 / 229

利用不满足来激励自己 / 232

当前工作不适合时，改变自己还是换工作？ / 235

### **第十四章 心病还需心药医，健康快乐没问题**

病由心生 / 241

控制愤怒的 7 个方法 / 244

消除负罪感 / 246

注重自身的品德修养 / 250

祛除心中的恐惧 / 253

积极心态让你更健康 / 258



## 第一章

# 打造积极心态， 你的心态你做主

### 积极心态忠告：

1. 我们每个人都随身携带着一种看不见的法宝，它的一面写着“积极心态”，另一面写着“消极心态”。

2. 心态积极的人并不会否认消极因素的存在，他只是学会了不让自己沉溺其中。

3. 心态积极的人常能心存光明远景，即使身陷困境，也能以愉悦和创造性的态度走出困境，迎向光明。

4. 积极心态能使一个懦夫成为英雄，从心志柔弱变得意志坚强。

5. 在人的本性中，有一种倾向：我们把自己想象成什么样子，就真的会成为什么样子。

6. 在看待事物时，应考虑生活中既有好的一面，也有坏的一面；强调好的方面，就会产生良好的愿景与结果。

## 天堂还是地狱,关键在于心态

在你的身上,时时都携带着一个看不见的法宝,这个法宝的一边写着四个字——积极心态,另一边也写着四个字——消极心态。

这一看不见的法宝会产生两种惊人的力量:它既能让你获得财富、拥有幸福、健康长寿;也能让这些东西远离你,或剥夺一切使你生活得有意义的东西。在这两种力量中,前者——积极心态——可以使你达到人生的顶峰,并且逗留于此,尽享人生的快乐与美好;后者——消极心态——则使你处于人生的低谷,让困苦与不幸缠绕着你。还有一种情况,当某些人已经到达顶峰的时候,后者也许会将他们从顶峰拖滑而下,跌入深渊。

因此,对一个生活和事业都成功的人来说,心态非常重要。如果你保持积极的心态,掌握了自己的思想,并引导它为你明确的生活目标服务的话,你就能享受到以下好的结果:

1. 为你带来成功环境和成功意识;
2. 生理和心理的双重健康;

3. 独立的经济；
4. 充满爱心而且能表达自我的工作；
5. 内心的平静；
6. 没有恐惧的自信心；
7. 和谐的人际关系和长久的友谊；
8. 长寿而且各方面都能取得平衡的生活；
9. 不会给自己的人生设计限制；
10. 了解自己和他人的智慧。

相反，如果你抱着一种消极心态，而且使之渗透到你的思想之中，影响你的工作和生活，你将会尝到下列后果：

1. 贫穷与凄惨的生活；
2. 生理和心理的疾病；
3. 为你的人生设限；
4. 恐惧以及其他破坏性的结果；
5. 限制你帮助自己的方法；
6. 不和谐的人际关系，没有真正的朋友；
7. 产生各种烦恼；
8. 成为所有负面影响的牺牲品；
9. 屈服在他人的意志之下；
10. 过着一种毫无意义的颓废生活。

既然如此，那么你是选择积极心态还是消极心态？如果你

不选择前者，并且紧紧地抓住它的话，后者就会自动送上门来，二者之间没有任何折中和妥协。你必须在两者中选择其一。

也许有人会反驳说：“事实果真如此吗？我一生中就碰到过许多困难与挫折，每当这些时候，我也读过不少有关积极心态的书，可是仍解决不了问题。”也许还会有人说：“是的，我也认为那一套没用。我的事业正陷入低潮，我也试过用积极的心态这一招，但我的生意依旧毫无起色。积极思想无法改变事实，要不然我怎么还会遇到失败呢？如果你不承认这一点，那你就像鸵鸟一样，只顾把头埋在沙堆里，不肯面对现实罢了。”

如果你也如此认为，如果你也对积极心态的力量持一种否定与排斥的想法，那只能说明一点，你并不完全真正了解积极心态力量的本质。一个持积极心态的人并不会否认消极因素的存在，他只是学会不让自己沉溺其中。积极心态要求你在每一时每一事中学会积极的思想。积极思想是一种思维模式，它使我们在面临恶劣的情形时仍能寻求最好的、最有利的结果。换句话说，在追求某种目标



**积极心态要求你在一时一事中学会积极的思想，积极思想是一种思维模式，它使我们在面临恶劣的情形时仍能寻求最好的、最有利的结果。**



时，即使举步维艰，仍有所指望。事实也证明，当你往好的一面看时，你便有可能获得成功。积极思想是一种深思熟虑的过程，也是一种主观的选择。那么，什么是积极的心态呢？让我们看看下面的例子吧！

不久前，我的一位朋友比尔被解雇了。他是突然被“炒鱿鱼”的，而且老板未做任何解释，唯一的理由是公司的政策有些变化，现在不再需要他了。更令他难以接受的是，就在几个月以前，另一家公司还想以优厚的条件将他挖走，当时比尔把这事告诉了老板，老板竭力挽留他说：“比尔，我们更需要你！而且，我们会给你一个更好的前景。”

而现在比尔却落到了如此结局，可想而知他是多么痛苦。一种不被人需要、被人拒绝以及不安全的情绪一直缠绕着他，他不时地徘徊、挣扎，自尊心深受伤害，一个原本能干而有生机的比尔变得消沉沮丧、愤世嫉俗。在这种心境下，比尔怎么可能找到新的工作呢？

在这种情形下，正是积极心态的力量发挥了最佳功效，使他重新找到了自己。

有一天，他无意中翻出一本书，《积极思考的力量》。看过一遍后，他开始思考自己，他想自己目前这种状况是否也存