

世界级成功导师诺曼·文森特·皮尔逝世二十周年纪念版

UNCONVENTIONAL THINKING

人生就是要 非同凡“想”

成功导师皮尔写给年轻人一生的忠告

亚飞◎著

纪念版 Commemorative Edition

积极思考，非同凡“想”，你也可以成功！

上帝为每个人都拟订了一个伟大的计划，而我们都有能力去完成它，这股力量就蕴藏在我们的身体之中，蕴藏在我们的勇气、决心和品格当中。

人生就是要非同凡“想”
UNCONVENTIONAL
THINKING

亚飞著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

人生就是要非同凡“想”：成功导师皮尔写给年轻人
一生的忠告 / 亚飞著. --北京：新世界出版社，2012.4
ISBN 978-7-5104-2546-2

I. ①人… II. ①亚… III. ①成功心理—青年读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第015701号

人生就是要非同凡“想”：成功导师皮尔写给年轻人一生的忠告

作 者：亚 飞

责任编辑：许长荣 杨艳丽

责任印制：李一鸣 黄厚清

出版发行：新世界出版社

社 址：北京市西城区百万庄大街24号 (100037)

发行部：(010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总编室：(010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版权部：+86 10 6899 6306

版权部电子信箱：frank@nwp.com.cn

印刷：北京中印联印务有限公司

经销：新华书店

开本：710×1000 1/16

字数：170千字 **印张：**13

版次：2012年4月第1版 2012年4月第1次印刷

书号：ISBN 978-7-5104-2546-2

定价：28.00元

版权所有，侵权必究

凡购本社图书，如有缺页、倒页、脱页等印装错误，可随时退换。

客服电话：(010) 6899 8638

积极思考，非同凡“想”

被誉为“积极思考之父”的皮尔博士小时候是一个极度自卑和害羞的人，就连上课被老师点名发言都会惊慌失措，这种痛苦一直伴随着他。一天，一位教授问他为什么要这样战战兢兢，就像一只受到惊吓的兔子，他突然意识到，再也不能这样痛苦地生活。

皮尔开始在父母的指导下试着积极思考，逐步建立了一套自己的思想体系，他的生活也慢慢发生了变化。他后来甚至担任了美国总统的顾问，并在1984年获得里根总统颁发的自由勋章——美国公民的最高荣誉。

皮尔博士经常为商业推销会、研讨会等发表演说，多次被邀请到白宫，向总统、参议院和众议院的官员宣扬他的成功理念。在这些集会中，皮尔博士发现很多人之所以不成功，是因为缺乏正面的积极思维模式。大多数人只是沉浸在黑暗和挫折当中，无法自拔，自怨自艾，甚至怨天尤人，却始终不愿意换一个角度，积极乐观地去思考。

基于自身的成长经历，为了让更多的人走出消极思维的影响，皮尔博士于1952年出版了一本经典励志书《积极思考的力量》。该书先后被译成41种不同的语言，英文版销量超过2200万册，曾留在《纽约时报》畅销书排行榜长达186个星期。

据不完全统计，全世界平均每年有超过100万家的企业、机构、学校和社团采用皮尔博士的“积极思考”的课程体系对员工进行培训，当然这些企业、机构与社团也都从积极思考的方法中收到了丰厚的利润。如今，积极思考已成为重要的思想体系，推广积极思考理论的组织——皮尔中心等也建立起来。

本书便是以这种体系为框架，结合时下受人关注的课题——焦躁不安、恐惧忧虑、负罪忧郁、自卑消沉、压力繁重、效率低下以及人际混乱等，用切实可行的方法，佐以生动例证，引导读者塑造积极健康的思维方式和轻松愉悦的生活态度，和谐而没有压力地工作与生活，最终获得非同凡“想”的人生体验。

人的生命价值，或是透过我们的行为折射出的现实意义，都来自我们有别于他人的独具特色的思考方式。这种思考方式不仅引导着我们对自身信念的笃定与坚持，更是非凡生命力的体现。每个人的状态和立场各不相同，但是，值得肯定和确信的是，好运气从来都是光顾那些乐观向上、积极活泼的人。因此，我们可以这样说，思考力决定行动力，行动力引导结果力，它缔造出的非凡的成功特质，是我们得以成功的本质所在。非同凡“想”，便是积极健康的生活态度和思维方式。

希望本书能帮助读者将积极思考变成一种习惯，就像每天醒来睁开双眼一般自然，以最强烈的情感和意愿去追求自己真正想要的生活。

第一章 做一个懂得思考的人

让思想超越可能击败你的所有问题

专注地思考让力量更集中 / 2

遵循自然的法则便无纷扰 / 4

无人能阻挡你依天性而活 / 6

深思熟虑，忠于自己的目标 / 8

思想要“疯狂”起来 / 10

不要等苹果烂了才摘 / 12

将责骂当做一首赞美诗 / 14

不要琢磨消极泄气的事情 / 16

第二章 相信自己

向你的小宇宙下订单

人生并非由上帝定局 / 19

发现自己，你不是一无是处 / 21

一切皆在你的掌控之中 / 23

不相信宿命才能做自己命运的设计师 / 25

有愿望的石头能走向永恒 / 27

不要把“卑微”装进口袋 / 29

找到适合自己的位置 / 30

第三章 身心富足的法则

如何让生命的内在充满意义

成功来自高层次的要求 / 34

停止抱怨、足够努力当然能晋升 / 35

每一次差错皆因准备不足 / 37

得到藏在付出的怀抱里 / 39

高贵的人品带来幸福与尊重 / 41

自己动手，创造幸福 / 43

与人分享自己的天堂 / 45

以爱的方式给予 / 46

第四章 冥想的秘密

带着满心安宁入睡

冥想的意义：让潜意识引领你走向正面的答案 / 50

听听心灵的精彩独白 / 52

把生命的低谷当做驿站 / 54

停下来，和心灵道“晚安” / 56

睡眠，一种深层次的冥想 / 58

第五章 排解内在的忧虑

每天练习倒空你的心思

用正确的价值观止住忧虑 / 62

如何改善最糟糕的情况 / 64

耐心，让烦恼自动瓦解 / 65

简单而富有情致地生活 / 67

放慢你的脚步 / 69

拯救情绪的自我疗法 / 71

第六章 如何控制内心世界

找到属于自己的生活方式

坚持自我，便没有活在别人标准里的劳累 / 74

将昨天的眼泪关在今天的门外 / 76

把沉闷的工作当做愉快的旅程 / 78

换个角度看待问题 / 80

远离阻止自己过安宁生活的吝啬 / 81

控制内心的错误想法 / 83

不让小事情牵着鼻子走 / 85

第七章 宁静之道

把心晒在阳光里

爱自己的全部 / 88

别让欲望打扰自己 / 89

甩掉完美的包袱 / 92

不把他人当做不幸的罪魁祸首 / 93

不做超出掌控范围的事情 / 96

第八章 如何让别人喜欢你

以纯粹心动人

我们应遵循的着装原则 / 99

亲切地叫出对方的名字 / 101

给别人多一些尊重和赞美 / 103

同情别人是件美好的事情 / 105

让他人保住面子 / 107

勇于正视自己的缺点 / 109

吹毛求疵不是欣赏的方式 / 111

提供建议而不是下命令 / 113

距离创造美 / 115

第九章 生产快乐的方法

在脑子里列出愉悦的清单

别缩在自己的世界里 / 119

别把生活全泡在苦酒里 / 121

多给自己积极的心理暗示 / 122

拥有阳光心态，做快乐自我 / 124

多一些宽容，内心便多一分惬意 / 126

微笑是打开愉快之门的钥匙 / 128

给快乐的来源扩容 / 130

第十章 经营潜能的智慧

启动引擎，无限接近强烈愿望

挖掘自身宝藏从认识自己开始 / 134

让“旁观的自我”来观察自己 / 136

借助他人发现自己 / 137

探索生命能量的沸点 / 139

让灵感带自己飞向梦想的云端 / 141

行动是信念的实施者 / 143

发现预示财富的信息 / 146

第十一章 源源不断的持续力

全心全意向着目标奔跑

对自己说：我每天都在进步 / 149

把自己当成一家公司去经营 / 151

“剪掉”多余的事情 / 153

善于用人，并通过智囊团获取力量 / 154

勤于并善于思考，梦想就不远 / 156

通过积极记忆裁心范 / 158

做正确的事比正确做事更重要 / 159

让自己每天都有一个新的开始 / 161

丢掉昨天的我 / 162

发现时间里的秘密 / 164

第十二章 在困境中积聚心量

信念引导彼岸的光明

贫穷并不是一件坏事 / 167

你随时都有选择快乐的权利 / 168

在困境中闻到芳香 / 170

成功总是利用困难捉迷藏 / 172

失败是完善计划的机会 / 174

失败了，不过就是从头再来 / 176

拥有健康的心灵 / 178

挫折赋予你更多的收获 / 180

第十三章 信仰的力量

通往成功的良方

用意念引导行动 / 184

勇敢的心可以穿越沼泽 / 185

冬天总会过去 / 188

没有失败，只有暂时的不成功 / 190

忠诚于对生活的信仰 / 191

我们将成为自己期待的样子 / 193

信仰净化我们的心灵 / 195

第一章

做一个懂得思考的人

——让思想超越可能击败你的所有问题

积极思考真能奏效吗？对我们的工作、生活是否真有帮助呢？答案是肯定的。据报道，平均每年有几千万人在运用积极思考的法则，这对其各自的工作与生活产生了积极影响，同时，“积极思考”已成为全球一个相当具有影响力的词汇。

专注地思考让力量更集中

聚焦的凸透镜才能引发燃烧。

一个人不能同时骑两匹马，骑上这匹就不可能再骑那匹。思考也是如此，你不能在同时思考了许多件事情之后，还奢望获得理想的思考结果。思考需要专注的精神。

专注的力量是惊人的，集中精力专注于自己正在做的事情，不仅轻松、有效率，而且能够把事情做得更好。积蓄你全身的精力于一处，你的思维会因专注变得积极而迅速。

盖茨博士是美国著名的科学家和发明家，一生有许多发明和发现。

有一天，拿破仑·希尔带着介绍信前往盖茨博士的实验室拜访。

当拿破仑·希尔到达时，盖茨博士的秘书对他说：“很抱歉，这个时候我不能打扰盖茨博士。”

拿破仑·希尔问：“要过多久才能见到他呢？”

秘书回答：“我不知道，恐怕要3小时。”

拿破仑·希尔继续问：“请你告诉我为什么不能打扰他，好吗？”

秘书迟疑了一下，然后说：“他正在静坐冥想。”

拿破仑·希尔忍不住笑了：“静坐冥想？”

秘书笑了笑说：“最好还是请盖茨博士自己来解释吧！我真的不知

道要多久，如果你愿意等，我们很欢迎；如果你想以后再来，我可以留意，看看能不能帮你约到时间。”

拿破仑·希尔决定等待。

当盖茨博士终于走出实验室时，他的秘书为他们进行了介绍，拿破仑·希尔把秘书说的话告诉了盖茨博士。在看过介绍信以后，盖茨博士高兴地说：“你不想看看我静坐冥想的地方，并且了解我怎么做吗？”

于是，他带着希尔到了一个隔音的房间。这个房间里只有一张简单的桌子和一把椅子，桌子上放着几本白纸簿、几支铅笔以及一个开关电灯的按钮。

在谈话中，盖茨博士说，每当他遇到难题而百思不解时，就走进这个房间，关上房门坐下，关掉灯光，让全部心思都进入深沉的集中状态。他就这样运用集中注意力的方法，要求自己的潜意识给他一个解答，不论什么都可以。有时候灵感似乎一下子就会涌进他的脑海，有时候灵感迟迟不来，得花上几个小时它才出现。等到念头开始澄明清晰起来，他立即开灯把它记下。

利用这样的方法，盖茨博士把别的发明家努力钻研却没有成功的发明重新加以研究，因而获得了200多项专利。

思考是大脑高级层次的思维活动，是智慧的升华，是大脑智力发展的高级表现形态。思考并不是科学家、发明家和伟人的专利，思考之权掌握在每个人手里。

专注地思考能使力量更加集中，当我们屏蔽了外界的一切干扰，专心思索某件事时，体内的所有能量就将会聚在这一个点上。同时，我们的身体周围会形成一个强大的气场，对我们所思考的事情有利的条件都会被吸引过来。

当冬日的阳光散落在我们身上时，我们只会感到温暖；当它穿过凸透镜迎面而来时，却变得犀利而炙热。同样，一个人的精力是有限的，

如果分散开来，只能一事无成；如果聚集起来，就像集中在焦点之下的阳光，其能量是惊人的，还有什么事情做不成功呢？

遵循自然的法则便无纷扰

内心纯粹，便不会有惹人讨厌的甲虫。

万物皆在变化，就连我们自身也在不断变化，从某种角度来看甚至是在无休止地毁灭，整个宇宙也是如此。

生命的结束、运动及思想的停止，都是某种意义上的死亡，这并不是恶。现在把思路转向生命过程，你的童年时期、青年时期、中年时期和老年时期等，这些生命过程的转变都可以称得上一种死亡。这不是一件值得害怕的事情，想想你在你祖父膝下的生活，然后是在你母亲和你父亲膝下的生活。如果你确定从中发现了许多差异、变化和停止，扪心自问，有什么可怕的吗？那么，同样的，你整个生命中不同过程的结束、停止和变化，都不是什么值得害怕的事情。

赶紧洞察一下自己的支配能力、宇宙的支配能力以及身边人的支配能力吧。对于自己的支配能力来说，你可以使其合理；而对宇宙的支配能力而言，你可以记住你是其中的一部分；对你身边人的支配能力，你可以考察一下他究竟是有意还是无心的行动，他的支配能力是否与你的相近。

你是社会体系中的一分子，你应该让你的每个行为都成为整个社会生活的一部分。如果你的行为与社会共同目标并没有任何直接或间接的联系，那么你的生活往往就会支离破碎、无法统一，像一个人在公共集会时我行我素，完全脱离了集体的意见一样。

如果你的支配能力在完全依照其天生本性去做事的时候，你却对它心生不满，那么你将陷入无尽的烦恼之中。

如果有人谴责你或嫉恨你，或者有人说你的坏话，那么不妨贴近他们的灵魂，深入其中看看他们究竟是什么样的人。你将会发现，根本没有必要因为这些人而心生烦恼，不论他们对你有怎样的意见和看法。你应该善待他们，因为他们是你与生俱来的朋友。

宇宙有同样的周期性运动，从上到下，从一个时代到另一个时代，宇宙的智性通过其自身的运动产生出不同的效果。宇宙的本原犹如冬日里的一条激流，将一切东西都卷走。如果你有力量，那就赶紧行动起来，不要环视左右看别人是否会注意到你的行为，不要去梦想什么柏拉图的理想国，一丝一毫的成就都可以让你满足！

俯瞰世界，人群以及他们数不尽的仪式，数不尽的时而狂风暴雨时而风平浪静中的航行，不妨审视一下初生之人、一起生活之人以及死去之人之间的种种差异，然后想一下生活于过去时代的人们，生活于在你离世之后的人们，以及那些现在生活于野蛮中的人们，有多少人连你的名字都不知道，又有多少人将很快忘掉你的名字，那些现在也许在夸奖你的人，他们可能很快又会诋毁你。所谓的死后英名并没有什么价值，名望如此，其他事物亦如此。

身外之事纷纷扰扰，而你的内心依然保持自由；凡事皆依内在因果而行，从而使你保持公正。换言之，让你的言行举止皆守此准则即有益于社会，这是你的本性所决定的。

你应该将那些烦扰你的事物，特别是其中毫无用处的东西全部清除出去，为自己赢得更为广阔的空间。只要你的心中能容纳整个宇宙，理解时间的永恒性，洞察每一事物的瞬息万变，你就会真正保持内心的自由，摒弃世间的纷纷扰扰。

无人能阻挡你依天性而活

你是自己的王，何必如此不知所措？

自然界万物的存在都有其自身的法则与意义，在这些遵循内在自然法则而结合在一起的事物中，存在着一种创造出这些事物的神奇力量，最好我们对这一力量予以充分的尊重。如果我们在充分尊重这一力量的基础上去生活和行动，我们内在的东西将与自然的理性达成一致，如此一来，属于宇宙所有的事物也将与自然的理性达成一致。

如果我们对超出我们能力范围的事情作出好或坏的判断，那么必然会发生下面的情况：在坏事发生到我们头上或我们错过了什么好事的时候，我们迁怒于神灵，并会记恨他人，把他们看成是坏事或厄运的直接原因，或者怀疑他们是间接原因。但如果我们在能力范围之内对事物作出是非善恶的判断，就不会说神灵的不是，也不会以仇视的态度去看待他人。

我们都朝着同一个目标在努力，有些人知道这一点并胸有成竹，另一些人则对他们自己的所作所为一无所知，犹如行尸走肉。赫拉克利特说：“在宇宙中发生的事中，劳动着的人们应该互相合作。”但是，人们的合作方式各不相同。就算是那些极富合作精神的人，他们也会对发生的事本身、反对者与阻挠者百般挑剔。

我们要清醒地知道应与什么样的人合作，掌控一切的主宰者会让你恰如其分地发挥你应有的作用，将你收编到某个合作群体之中。

如果神灵已经对我们作出了安排，包括我们身上的所有事情，那么