

///
REBUILD
YOUR
LIFE

拿破仑·希尔原著

改变 你的一生

经营自己的强项

Manage Your Better

你生命中惟一的限制，是你头脑中为自己
所设的限制。

——拿破仑·希尔



九州出版社

改变你的一生

——经营自己的强项

拿破仑·希尔 原著

刘 天 编译

九州出版社

改变 你的一生

经营自己的强项

拿破仑·希尔原著



图书在版编目 (CIP) 数据

改变你的一生/ (美) 希尔著; 刘天编译. —北京:
九州出版社, 2001.4

ISBN 7-80114-610-7

I. 改... II. ①希...②刘... III. 成功心理学
IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 17834 号

改变你的一生

——经营自己的强项

拿破仑·希尔 原著

刘 天 编译

出版: 九州出版社 (北京市海淀区万寿寺甲4号)

邮编: 100081 电话: 68450960 68450951

经销: 全国新华书店

印刷: 九州财鑫印刷厂

开本: 850×1168 1/32

字数: 275千字

印张: 12.25

版次: 2001年4月第1版 第1次印刷

书号: ISBN 7-80114-610-7/B·8

定价: 22.00元

序 言

在日常生活中，总有许多人渴望自己能够走出困境，获得成功，但又苦于找不到出路，因此身心疲惫，失望至极，甚至，对自己的人生都索然无味；除此之外，还有一种人就是准备再来一次，结果还是陷入失败的怪圈中。

为什么会有这种现象发生呢？换句话说，这种现象是不是很奇怪呢？显然，这种现象是正常的，并非一种怪圈。拿破仑·希尔曾说过这样一句话：“由于我们的大脑限制了我们的手脚，因此我们掌握不了出奇制胜的方法。”这就是说，我们在日夜渴望自己成功的同时，实际上对自己知之甚少。常以为自己做的，就是自己最好的想法。

宽泛地讲，我们的错误正在于：不了解自己的强项是什么？常常过高或过低地估计自己的能力，本来有能力做成的事，结果因犹豫不决而错失时机；本来无能力做成的事，结果因求胜心切而贸然出击。这都是因为看不清、看不准自己到底“该干什么”和“不该干什么”，而导致的不良后果。在实际生活中，这种人不是一个、两个，而是为数不少，因此太多的抱怨是没有用的，关键还是要清醒地面对自己，找准自己的强项，并依靠自己的强项去获得成功！

显而易见，一个没有自己强项的人，在绝大多数情况下，

只能羡慕别人；而一个找不准自己强项的人，又只能盲目行动。这两者都是可悲的。究其本质而言，每个人都有能力，但表现出来的，并不一定是最强的能力。什么是最强的能力？就是你轻松自如、游刃有余地表现出自我的潜在本领，能够体现你的最大值。你在自己的强项上点击人生，成功的概率就会很高；你在自己的弱项上与别人较量，只能把成功的果实拱手让给别人。假如在自己的强项上失败，人生的遗憾就不会太多，因为你已经尽到了自己最大的能力。相反，你会留下更多的遗憾。当然，没有遗憾的人生，是没有的；但是一生都没有找到自己的强项，则是人生最大的遗憾。

本书根据拿破仑·希尔的名著整理，共分七篇，主旨就是想通过对成功之路上各种问题的阐释，让人们更能明白自己干什么，找到自己的强项，在强项上突破自己，是人生最大的快乐。这本书站在最新成功学的角度，开列了关于“你如何找到强项”的52个有效处方，每个处方都是非常实用的，都能给你带来意想不到的效果，或者说，能够让你走出失败的困境，去获得理想的成功资本。

希望你通过经营自己的强项，改变你的一生！

刘 天

目 录

第一篇 没有强项，你的成功是脆弱的

1. 要有战胜逆境的本领 (3)

- ◆ 逆境是陷阱，但不是最恐怖的陷阱。在逆境中站起来的人，才是真正的巨人。
- ◆ 处在绝望境地的奋斗，最能启发人潜伏着的内在力量；没有这种奋斗，便永不会发现真正的力量。
- ◆ 许多人要是没有遇到逆境，就不会发现自己真正的才干。要测验一个人的品格，最好是看他遇到逆境以后怎样行动。
- ◆ 失败，是走上更高地位的开始。

2. 拒绝困难并不是每个人都能的 (9)

- ◆ 当你碰到困难时，不要拒绝，而应把它当成是对自己的一种磨练。
- ◆ 克服困难也得讲求一定的方法，有些困难确实很大，你肯定一下子无法解决，碰到这种困难，你只能采取迂回战术，不可硬战死

战，否则会丧失自己的内力。

3. 挖掘挑战挫折的潜能 (17)

- ◆ 当你用积极的心态寻找成功时，你就会不断地努力。没有挫折，你的成功是脆弱的。
- ◆ “一步一步慢慢往前走吧！”这就是尝试的含义。
- ◆ 每天清晨给你的头脑洒上一点香波，让每天有一个愉快的开始，则一天里所有的事都会变好。
- ◆ 当你得到一条一闪而现的奇思妙想时，请你立即把它记下来！这也许就是你正在寻找的“更多的东西”。
- ◆ 每个人都有一些创造力，但是大多数人没有学会去应用它。

4. 在失利中敢于期待成功 (23)

- ◆ 世界上所有的人和事物中，对你来讲最最重要的人只有一个，那就是你自己。
- ◆ 具有积极心态的人，总是怀着较高的目标，不断地奋斗，以达到自己的目标。

第二篇 巧妙寻找致胜的强项

5. 爆发出人头地的欲望 (31)

- ◆ 只要你把日常琐事看做是前进的踏脚石，你就会从中找到令人满意的地方。
- ◆ 拿破仑·希尔说：“每种逆境都含有等量的成功的种子。”

6. 赶快让命运之门打开 (36)

- ◆ 金钱是一种衡量尺度，它像一块记分牌，衡量你干得如何。
- ◆ 大多数成功的人都受到挑战的推动。
- ◆ 树立目标、挑战自我，构成了激励人们追求成功的动力。
- ◆ 重要的地方不在你所做的是什么事，而在你应当做点事；最大的错处便是不做一点事——躲藏在困难的后面。
- ◆ 现代成功学更认为，只要在最关键的地方发挥了自己的强项，那么你就更容易成功。

7. 拒绝畏惧与自卑 (42)

- ◆ 成功固然美好，但即使失败，明天的风仍是继续地吹着，希望依然存在。
- ◆ “凡事都能做”，这就是良方。

8. 与其满腹怨气，不如投石问路 (47)

- ◆ 不管对什么人动怒，它只能使别人继续自行其是。
- ◆ 愤怒情绪是一个误区，是一种心理病毒；它同其它病毒一样，可以使你重病缠身，一蹶不振。
- ◆ 失败者的借口总是：“我没有机会！”
- ◆ 机会其实包含在每个人的反应之中，正如未来的橡树包含在橡树的果实里一样。
- ◆ 同样，“我没有强项”，也是失败者的自慰之语。

9. 在压力面前，要靠自己拯救自己 (54)

- ◆ 一生的成败，全系于意志力的强弱。
- ◆ 相信能做成的事，一定能够成功。反之，不相信能做成的事，那就决不会成功。

10. 成功的关键是自我激励 (59)

- ◆ 灵魂期待什么，即能做成什么。
- ◆ 从一个人的希望可以看出他在增加还是减少自己的才能。
- ◆ 有的人一方面努力这样做，而同时又那样想，结果就只有失败。

11. 像猎手般捕捉机会 (64)

- ◆ 一个机智灵活的人不仅能够最大限度地利用他所知道的一切事物，而且能够巧妙地利用许多他所不了解的事物。
- ◆ 只要我们具备足够的机智，就可以在任何人身上找到突破的地方。

第三篇 塑造克服困境的心理强项

12. 积极地应对遇到的生活难题 (73)

- ◆ 要积极尝试新事物，就必须摒弃这种观点——改变现状不如苟且偷安，因为改变将带来许多不稳定的未知因素，并存在一定的风险。
- ◆ 对成功的期盼来自我们文化传统中最具有自我毁灭性的四个字——“尽力做好”。
- ◆ 一旦对生活失去了兴趣，你就可能首先在精神上垮掉。

13. 明确目标，才能度过生活的黑暗 (80)

- ◆ 成功更多依赖的是人的恒心与忍耐力，天才的力量总比不上勤奋工作含辛茹苦的力量。
- ◆ 一个人没有目标，又如何到达终点呢？
- ◆ 每当克服一个障碍，我们的能力也就增进了一分，又可以去面对

下一个障碍了。

14. 冷静地应付突如其来的打击 (91)

- ◆ 人不可能没有摔跟头的时候，但要记住，跌倒了一定要爬起来，否则别人会看不起你。
- ◆ 每个人都喜欢得到他人的鼓励，但千万别乞求甚至依靠别人来鼓励你。
- ◆ 一个身处逆境却依旧能含着笑的人，要比一陷入困境就立即崩溃的人，获益更多。
- ◆ 不管你是什么样形式的“跌倒”，不管你跌得怎样，一定要记住：跌倒了，一定要爬起来！
- ◆ 一个在思想心智上训练有素的人，能够做到几分钟内从忧愁的思想中解脱出来。

15. 要敢于从自己身上撕掉失败的标签 (98)

- ◆ 过去只不过是一堆灰烬而已。
- ◆ 与势力、资本以及亲戚朋友的扶持相比，自信力更为重要，它对人的成功具有不可思议的力量。
- ◆ 一个人不敢表现自身的能力，表达自己的意见，实为人生的奇耻大辱。

16. 切忌在悲观的时候草率行之 (103)

- ◆ 对于一些需要解决的重要问题，必须要有最清醒的头脑和最佳的判断力。
- ◆ 健全的判断，基于健全的思想；而健全的思想，又基于清楚的头脑、愉快的心情。
- ◆ 头脑的片面发展，犹如一棵树的养料全被某一枝吸去，那枝条固然发育得很好，但树的其余部分却萎缩了。

17. 在绝望之处寻找希望 (109)

- ◆ 人的意志力能够克服一切困难，不论所经历的时间有多长，付出的代价有多大，无坚不摧的意志力终能助人实现成功。
- ◆ 积极的、自信的、欢乐的思想往往就会增强我们的精神机能；而怀疑、恐惧、缺乏自信的思想会削弱我们的精神机能。
- ◆ 有许多人做事有始无终，在开始做事时充满热忱，但因缺乏坚韧与毅力，不待做完便半途而废。
- ◆ 如果一个人经常放弃他一贯期待的目标，他就决不会成为一个成功者。

18. 时时都要激发自己的潜能 (116)

- ◆ 从一个人怎样利用他的零碎时间上，怎样消磨他冬夜黄昏的时间上，就可以预言他的前途。
- ◆ 我们大多数人的体内都潜伏着巨大的才能，但这种潜能酣睡着，一旦被激发，便能做出惊人的事业来。
- ◆ 知识储备愈多，才能便愈丰富，生活就愈充实。
- ◆ 人最大的弱点就是想在顷刻之间成就丰功伟绩，这当然做不到。

19. 大胆地去探索成功的可能性 (126)

- ◆ 我们每个人都有变成伟人的机会，只是我们从未察觉自己。
- ◆ 信心总是先行一步。信心是一种心灵感应，是一种思想上的先见之明，这种先见之明能看到肉眼所看不到的景象。

第四篇 良好的行动从强项开始

20. 正确的判断意味着思考的成熟 (139)

- ◆ 理想往往是对未来现实的预见，是对所期盼的东西的把握。
- ◆ 正确的思想带来正确的生活，清晰的思想带来清晰的生活。
- ◆ 如果我们想使自己的理想变成现实，我们必须学会使自己在心理上生活在理想状态。
- ◆ 永远充满希望，保持乐观向上的态度是朝最好处着想，用最高标准要求，保持最快乐的心境——而决不容许自己陷入悲观、绝望的心境。

21. 善于过滤自己曾经犯过的错误 (147)

- ◆ 鼓励的办法更易使人改正错误。
- ◆ 你有反省的习惯吗？趁早培养吧，它能修正你做人处事的方法，给你指引明确的方向。

22. 制定一个切实可行的计划 (151)

- ◆ 我们所担心的事情中，有百分之九十九的根本就不会发生。
- ◆ 如果我们根据概率法则考虑一下我们的忧虑是否值得，并真正做到长时间内不再忧虑，我们的忧虑中有百分之九十的就可以消除。

23. 随意模仿别人会使大脑生锈 (159)

- ◆ 一个人最糟的是不能成为自己，并且在身体与心灵中保持自我。
- ◆ 你在这个世界上每天都是一个崭新的自我，为此而高兴吧！善用你的天赋。

- ◆ 一个人总有一天会明白，嫉妒是无用的，而模仿他人无异于自杀。

24. 战胜恐惧需要生存的勇气 (165)

- ◆ 要想摆脱不幸的阴影，最好的一种方法便是提升我们自己去帮助别人。
- ◆ 生活被不幸遭遇分割得支离破碎的时候，只有时间可以把这些碎片捡拾起来，并重新抚平。
- ◆ 忙着计算自己所拥有的幸福，因此没有时间去诅咒自己的不幸。这便是百分之百的成熟。

25. 及时清除心中的忧虑 (172)

- ◆ 能接受既成事实，这是克服随之而来的任何不幸的第一步。
- ◆ 能接受最坏的情况，就能在心理上让你发挥出新的能力。
- ◆ 忧虑最大的坏处就是摧毁我们集中精神的能力，一旦忧虑产生，我们的思想就会到处乱转，从而丧失作出决定的能力。

26. 有效地调整和使用自己的精力 (181)

- ◆ 防止疲劳和忧虑的第一条规则是，经常休息，在你感到疲倦以前就休息。
- ◆ 休息并不是绝对什么事都不做，休息就是“修补”。
- ◆ 在你感到疲劳之前先休息，这样你每天清醒的时间，就可以多增加一小时。

27. 认真盘算“该干什么”和“不该干什么” ... (187)

- ◆ 一个人只要无限热爱自己的工作，他就可能获得成功。
- ◆ 选择一个合适的工作，这对你的健康也十分重要。
- ◆ 让我们为那些找到自己心爱工作的人祝福，他们无须祈求其他幸

福了。

- ◆ 克服“你只适合一项职业”的错误观念！

第五篇 快速发掘自己的强项

28. 积极渴望下一次成功 (197)

- ◆ 我们去做某件事的最佳时机就是当我们精神饱满、斗志昂扬、目标明确的时候。而每一次拖延和迟缓都会磨蚀我们的决心，削弱我们的意志。
- ◆ 许多人身上的一个大问题就是他们的理想过于平庸，过于单调乏味，因而没有任何挑战性。
- ◆ 崇高的理想和抱负是任何人生活中一股强大的推动力。

29. 抓住属于自己的“金钥匙” (204)

- ◆ 爱迪生说：“如果一个人拥有一种别人所需要的特长，那么无论他在哪里都不会被埋没。”
- ◆ 不要等待非同寻常的机会在你的面前出现，而要抓住每一个普通的机会，让它在你的手中变得非同寻常。
- ◆ 弱者等待机会，而强者创造机会。
- ◆ 如果走错了路，就应该及早掉头，去寻找适合自己、更有希望的职业。
- ◆ 你一生中能获得特殊机会的可能性还不到百万分之一；然而，机会却常常出现在你面前，你可以把握住机会，将它变为有利的条件。

30. 把所有的鸡蛋放在一个篮子里 (214)

- ◆ 花匠们知道，剪去大部分花蕾后，可以使养分集中到少数花蕾上，这样就一定可以开出罕见的奇葩。
- ◆ 你最适合站在哪里，你就应该站在哪里。
- ◆ 世界上最大的浪费，就是把一个人宝贵的精力无谓地分散到许多不同的事情上。
- ◆ 蚂蚁给我们最好的教益是：只要不断努力、持之以恒，就必定能得到好的结果。
- ◆ 在一件重要的事情面前，即便是那些已有眉目的事情，也必须忍痛“剪掉”。

31. 掌握借势发挥的力量 (219)

- ◆ 钢铁大王卡内基的墓碑上写着：“长眠于此地的人懂得在他的事业过程中起用比他自己更优秀的人。”
- ◆ 如果你所挑选的人才与你的才能相当，那么你就好像用了两个人一样。如果你所挑选的人才，尽管职位在你之下，但才能却要超过你，那么你用人水平真可算得上高人一等。
- ◆ 谁都能看出你是否真的关心他们体谅他们，是不是把他们当做一部机器，有用的时候放着，没用的时候一脚踢开。

32. 学会给自己照镜子 (228)

- ◆ 苏格拉底曾告诉门徒说：“我惟一知道的，就是我不知道什么。”
- ◆ 马丁·路德·金博士回答：“我以别人的原则去判断他们，而非用我的原则。”

33. 在与人交谈的过程中点击智慧之花 (235)

- ◆ 永远避免正面的冲突。

- ◆ 天下只有一种方法能得到辩论的最大利益——那就是避免辩论。
- ◆ 为争路权而被狗咬，不如给狗让路。即使将狗杀死，也不能治好受伤的伤口。

34. 否定自己强于自我陶醉 (240)

- ◆ 用争斗的方法，你绝不能得到满意的结果；但用让步的方法，收获会比你预期的高出许多。
- ◆ 错了，就很快很坦率地承认。敢于否定自己，比总是自我陶醉好。

第六篇 把强项变成成功的资本

35. 生命的脚本自己去写 (249)

- ◆ 每个人最大的敌人其实就是自己，一个真正成熟的人应该具有反省的能力，又能诚实面对、加以正确改善。
- ◆ 世人本没有路，走的人多，也便成了路。顺着他人走出来的路去走，可以为你指引一个明确的方向，并避免迷路，少走弯路。
- ◆ 你愿不愿意正视你的缺陷，改变你的自毁行为，不再继续自讨苦吃。

36. 把自己的才华施展到最大限度 (255)

- ◆ 这是你一生的指针和目标，因此做得越早越好。
- ◆ 第一并不好做，也许会变成第三第四，与其如此，还不如做个第二算了。

37. 积极战胜阻碍成功的三大障碍 (259)