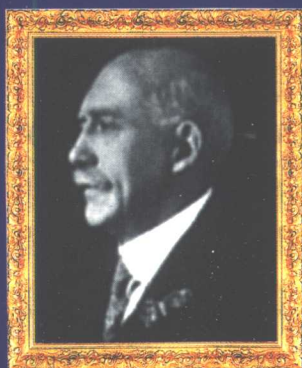


跨越40个国家，译成25种文字，风行全球
政府官员、职业经理人奉为成功学经典
美国、日本、意大利公立学校指定参考书
美国企业家推荐给员工阅读的最佳书籍



奥里森·马登 经典成功教程

造就成功的15种力量

[美] 奥里森·马登 / 著 Orison Swett Marden

林语堂推荐给每一位
有志青年的成功圣经

对于时代青年所经验的烦闷、消极等等滋味，我亦未曾错过，自读马登的原著后，精神为之大振，人之观念为之一变。谨将马登的书介绍给同病的青年，希望他们从马登的书，能获得同样的兴奋影响。

—— 林语堂

ORISON SWETT MARDEN
CLASSIC COURSE OF SUCCESS
中国档案出版社

奥里森·马登经典成功教程

造就成功的15种力量

[美] 奥里森·马登 著

富 强 编

中国档案出版社

奥里森·马登 经典成功教程

造就成功的15种力量

[美] 奥里森·马登 / 著 *Orison Swett Marden*

跨越40个国家，译成25种文字，风行全球
政府官员、职业经理人奉为成功学经典
美国、日本、意大利公立学校指定参考书
美国企业家推荐给员工阅读的最佳书籍

中国档案出版社

责任编辑/赵增越

图书在版编目 (CIP) 数据

奥里森·马登经典成功教程：造就成功的 15 种力量/ (美)
奥里森·马登著；富强编. - 北京：中国档案出版社，2001.10
ISBN 7-80166-115-X

I. 奥… II. ①奥… ②富… III. 成功心理学 - 教材 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 061572 号

AOLISEN MADENG JINGDIAN

CHENGONG JIAOCHENG

出版/中国档案出版社 (北京市西城区丰盛胡同 21 号)

发行/新华书店北京发行所

印刷/北京飞达印刷厂

规格/850×1168 1/32 印张/15.5 字数/250 千字

版次/2001 年 10 月第 1 版 2001 年 10 月第 1 次印刷

印数/6000 册

定价/25.00 元

序一 青年人要奋起

林语堂

美国的奥里森·马登著书极多，内容都是激励兴奋年轻人的文字，为文鞭辟入理，剴切详明，令人百读不厌。这类著作称为励志丛书，极为美国人士所传诵。

烦闷、消极、悲观、颓唐是今日中国青年的流行病。也有人说过，这种病态，是由客观的生活环境所造成，所以在中国的社会环境，不会变得良好些，以后我们不能期待着这类病态消灭。然而我们却相信，个人的主观努力，个人的精神态度的改变，未始不可消除这种病态，至少灭杀它们的猖獗，环境可以决定我们的精神，我们的精神又何曾不可决定环境！

中国的青年正沉沦于烦闷、消极、悲观、颓唐的苦海中，然而说来奇怪，在今日中国的著作界中，关于激励青年人的志气，兴奋青年人的精神，而使青年人脱离烦闷、悲观等等的深渊，以努力奋起的书籍却极少。

对于时代青年所经验的烦闷、消极等等滋味，我亦未曾错过，自读马登的原书后，精神为之大振，人之观念为之一变。烦闷、消极、悲观、颓唐的妖雾阴霾，已经驱除尽净，现在所面对着的，是光天化日下的世界大同人生了。

谨将马登的书介绍给同病的青年，希望他们从马登的书，能获得同样的兴奋影响。

序二 爬起来比跌倒多一次

奥里森·马登

在首都华盛顿的一次演讲中，西奥多·罗斯福说：“我希望每一个美国人都有坚强的意志，决不被生活中暂时的挫折所吓倒。每一个人都会遇到打击，请你从失败中奋起，去拥抱胜利吧！”

“从失败中奋起，去拥抱胜利。”这就是千百万勇敢而高贵的人取得成功的秘诀。

在拿破仑的 12 万军队被奥地利的 75 万军队打败后，他对他的士兵们说：“我对你们非常失望。你们既没有纪律，也没有勇气。这里本应一夫当关，万夫莫开，而你们却一败涂地。你们不配做法兰西的战士。”

这些面容凄惨的老兵眼含热泪回答说：“您错怪我们了，敌人的军队是我们的几倍啊！再给我们一次机会，派我们去最危险的地方，看我们是不是勇敢的法兰西战士。”在第二次战役中，他们成了先锋部队。靠着无坚不摧的勇气，他们打退了奥地利军队，实现了自己的诺言。

有些可怜的人仅仅因为过去犯了一个小错误，或者自己的企业破产了，或者因为天灾人祸，因为一些非人力所能及的原因失去了自己的财产，他们就丧失了面对这个世界的勇气。

这正是考验你的时候，在失去了所有身外之物之后，你还有什么呢？如果你躺在地上，四脚朝天，心里承认自己很差劲，那么你就与死无异了。但是，如果你仍然勇气十足，高昂

着头，决不放弃，没有失掉对自己的信心；如果你蔑视困难，决心从头再来，那么你就是个真正的男子汉。

有的人像尤利西斯那样，无论是在战场上与敌人作战，还是在处理民事纠纷中，都能够为了自己所爱的人勇敢战斗，反对邪恶，即使面对死神也毫不畏惧。只有这样的人才能绝处逢生。只有像拿破仑那样拒绝承认失败，甚至宣称自己的词典中没有“不可能”这个词的人才能成功。

你或许会说，你经历过太多的失败，再努力也没有用，你几乎不可能取得成功。这意味着你还没有从一次失败的打击中站立起来，就已经又受了一次打击。这简直毫无道理！只要自己永不屈服，就不会有失败。不管你失败过多少次，不管时间早晚，成功总是可能的。

如果你是一位强者，如果你有足够的勇气和毅力，失败只会唤醒你的雄心，让你更强大。比彻说：“失败让人们的骨骼更坚硬，肌肉更结实，让人变得不可战胜。”

对于一个真正的强者来说，失败根本不值一提。那仅仅是一个小小的插曲，是他事业中的一点小麻烦，并不重要。一个真正的强者的头脑中根本不存在成败的概念。不管什么样的打击和失败降临了，一个真正伟大的人都能够从容应对，做到临危不乱。在暴风雨的考验中，一个软弱的人屈服了；而一个真正的伟人却镇定自若，胸有成竹。他是环境的主人，没有什么能够伤害他。他就像一个森林之王，经受着风吹雨打，独自岿然不动，任岁月变迁，容颜不改。

一次龙卷风过后的第二天，我沿着龙卷风扫过的路线走过。我发现龙卷风摧毁了一切脆弱的东西。腐烂的树干或并不坚硬的树木被折断了。只有那些真正结实的才经受住了考验。

村中的房屋除了那些地基深厚的以外，都被摧毁了。那些建造时只花了很少的钱，又是由那些没有经验、品质不高的人建造的房屋都倒塌了，数以千计。那些投资很大、精心建造的房屋经受住了考验。同样，当危机来临的时候，那些意志薄弱、毫无斗志的人最先倒下。困难使弱者更弱，强者更强。

温德尔·菲利普斯问道：“什么是失败？”他又回答：“失败是迈向成功的第一步。”许多人最终迈向了成功，就是因为他们经历了无数次失败。如果他不曾失败过，他就不会取得更辉煌的胜利。每一次失败都会使一个勇敢的人更加坚定。如果没有失败的刺激，他或许甘做一个平庸的人。失败让他发奋图强。经历了失败的痛苦，他才找到了真正的自我，感受到了自己真正的力量。

前 言

奥里森·马登——自力成功者的典范

奥里森·马登——山区的孩子，孤儿，短工，学者，富商，杂志创办者和编辑，鼓舞了几代人的成功学家——没有人会比他的一生更波澜起伏，更体现出人之为人的强大。

唯一能阻止马登前进和写作的就是死亡。1924年，他去世的时候，还留下二百多万字的手稿等待出版。马登死后，无数人给子女起名为“马登”，以此表达对这位奋斗者的崇拜和对子女的期待。

马登一生，仅仅成功学方面的著作就多达45部。截至70年代，他有30多本书被翻译成德文和西班牙文。“加起来，他的书至少售出2000万册，”美国著名评论家、资深记者门肯说，“其中，有300万册不是用英语出版，而是用另外25种语言。……直到今天，在欧洲，他仍然是最受欢迎的美国作家……在西班牙、波兰和捷克斯洛伐克的偏远小镇上，我亲眼见到他的译本被放上书架。在某些连马克·吐温和杰克·伦敦都默默无闻的地方，马登简直就是美国文学的旗帜……”

奥里森·马登，1848年生于美国新罕布什尔州的桑顿乔森林地区，一块贫瘠的土地上。他3岁丧母，7岁时父亲也去世了。为了生存，马登开始了比一般山区孩子更为艰苦的挣扎。他先是寄人篱下，给人做工。他总也吃不饱饭，还要每天工作14小时以上；没有同龄的朋友，还要受到主人孩子的嘲弄和

虐待；没有长辈的关爱，还要忍受主人的责骂和皮鞭。他先后换过5个主人，但情况没有丝毫好转。

连教会也没有在精神上给他安慰。当时的教义惯于描绘末日审判的残酷景象，并认为人是罪恶的。这给马登幼小的心灵留下了深深的创伤。

当意识到这种教义对自我发展的束缚之后，这个14岁的男孩决定要有所突破。一个星期日，马登出逃了。他放飞了希望，前途无量。

在一家锯木场找到工作之后，马登开始抓紧一切时间和机会来读书。突然，一本书使他眼睛一亮，这就是塞缪尔·斯迈尔斯的《自己拯救自己》，一本著名的成功学著作。“对我来说，这本书永远让人热血沸腾，”就像日后他的读者评价他的书一样，马登说，“我如获至宝，反复阅读，直到它深深铭刻在脑海里。”

《自己拯救自己》点燃了马登两个梦想。首先，穷孩子爬到上流社会的故事激励他走出深山老林，去接受教育，实现理想。其次，他想到，总有一天他也可以做点事情，来激励和引导那些象他一样的年轻人。

马登的教育经历是个漫长的马拉松。他先是断断续续地上点儿学，同时努力工作养活自己。23岁时，他走进了大学校门。9年后，他拿到了如下学位：波士顿大学学士，奥拉托利会学士，波士顿大学硕士，哈佛医学院博士，以及波士顿大学法学院学士。

同时攻读多个科目并未影响他的收入。毕业前夕，他积攒了将近2万美元。

40岁前后，马登已经成了一位旅店业大亨。他的事业蒸

蒸蒸日上，似乎没有任何变故能阻挡“幸运的马登”走向成功。

然而，不幸接踵而至。十九世纪末，美国几家大型企业先后倒闭，人们害怕美元贬值、股票下跌、经济不稳定。这些恐惧导致了股市大崩盘，567家银行及信托公司、156家铁路公司倒闭，罢工如火如荼般展开，失业影响了数百万人的生计，农产品也由于干旱而欠收。1893，终于引发了大暴动，马登的两个主要旅馆被付之一炬，他的手稿几乎全毁，所有心血都付诸东流。

但马登没有屈服。

背着沉重的债务，马登带着永不褪色的梦想来到波士顿。他继续成功学方面的创作。他现在更有资格投身这个事业。因为，在他40多年的奋斗历程中，在财富的阶梯上，他曾经站在最高处，也曾被抛到谷底，所以，他更了解财富与成功的奥秘。

他的老朋友弗兰克·芒塞说：“如果马登博士没有出版他的第一本书，他现在可能是百万富翁了。他是经营旅店业的天才。”然而，马登没有再把精力花在旅店业。30年来，马登一直没有忘记14岁时许下的愿望，那就是做美国的塞缪尔·斯迈尔斯。

1894年，马登30年的梦想成为现实。处女作《伟大的励志书》获得了巨大成功，第一年就再版11次。到1905年前后，仅在日本就售出近100万册。“我们日本人往往把这本书尊为日本的《圣经》。”一位日本游客这样告诉美国人。不但如此，在谈到日俄战争时，日本人出人意料地说：“你相信吗，正是这本书给了我们抗击俄国人的勇气？”

在美国，对马登著作的反应也极为狂热。麦金莱总统这样

评价《伟大的励志书》：“马登的书对所有具有高尚和远大抱负的年轻读者都是一个巨大的鼓舞。我认为，没有任何东西比马登的书更值得推荐给每一个美国的青年人。”从家庭到图书馆，从法院到教室，马登的书都被摆在案头，随时供人阅读。

梳理马登的著作，我们发现，他的成功学有一个意味深长的渐变过程。

1894年的《伟大的励志书》可以说是马登前期的代表作。书中每一页都激情洋溢。而且，自古希腊以来的漫长历史都被马登充分地调动起来，大量的人物传记和轶事资料充实了全书，使这本书既有思想性，又很生动、扎实。

“这个世界渴望生活，更多的生活，”他说，“最令人感兴趣的是现实生活，以及人类的体验、人类的奋斗。没有任何事物像人本身那样吸引人。”对于抽象的道理，马登总是用人物故事来把它形象化，既鲜明、生动，又让人记忆深刻。

起初，马登主要专注于品质成功学——机遇遍地都是，贫困是一笔财富，战胜挫折的坚韧是成功的钥匙，不要坐等机会降临，等等。不过，马登的出众之处在于，他有时候能超越品质成功学，这使他的观念达到了某种平衡。他偶尔接受社会达尔文主义，承认生存竞争的残酷性：“在金钱社会中，任何巨大胜利都意味着千百个对手的失败与痛苦。”

与马登同时代的成功学家往往把“真正的成功”描述为非功利主义的，而且要对拜金主义大加抨击。当这些道德义务完成之后，他们才开始进入正题：赚钱的合理性，以及怎样才能赚到钱。

马登则不然。他用传记故事来形象地说明，勤奋工作与坚韧究竟怎样赢得财富。但这还不是他的主要目的。他坚持一

点：仅仅有钱有势还不足以造就伟人，那些掌握力量之奥秘的人更为伟大，有些东西比财富更珍贵，比名望更崇高——“伟大品质就是成功”，这是唯一“真正的成功”。

马登同意大多数同行的看法，那就是：贪婪是品质的威胁。但他不明白：积聚财富，却并不贪婪，这怎么可能呢？“基督对信徒说：‘你们要相信我，富人几乎不可能进天堂。’基督清楚，在对财富的追逐中，道德上的堕落几乎不可避免。虽然有那么多例外，但是，在对上万、上百万财产的争夺中，的确有很多人抛弃了个性的高贵，使荣耀的灵魂失去了光泽。”对于财富与品质之间的冲突，马登始终耿耿于怀。

后来，马登采访了很多成功人士，根据这些材料，马登得出结论，激励这些伟人的与其说是具体的目标，不如说是“在追求过程中的那些令人愉悦的活动”，更高的报酬只是为了实现更高的理想——更强大、更珍贵的品质。

大致说来，马登起初是倾向于品质成功学的，对功利主义基本持否定态度。不过，在商业社会中，一个人成功与否，主要是以财富多少来衡量的，因此，马登不得不弱化了功利主义的批评，对于追求金钱的行为，也越来越心平气和。

从这个时候起，马登在思想上就开始了渐变过程，但明显的转化与综合，却花了马登整整十年时间。

《伟大的励志书》出版之后，读者来信像雪片儿一样飞来。马登于是产生一个设想，就是办一本杂志。虽然他的书很畅销，但仍然不足以还债，于是他花了两年时间寻找资金，终于打动了《基督教先驱报》的出版者。1897年，马登的《成功》杂志创刊，它指向“生活中唯一真正的成功——为了上帝创造的男人与女人的全面发展，为了服务于全人类，为了生存与生

活”。

很快,《成功》杂志获得了巨大的成功,发行量达30万册,员工达到200名。为了占有更丰富的传记资料,马登安排人采访各界名人,先在专栏上发表,然后汇编成书。

1905年,在杂志最火的时候,这位忙得焦头烂额的主编陷入了爱河。当时马登55岁,伊文思小姐20出头,苗条漂亮,教养出众。也许想到了“弱者等待机会,强者创造机会”,马登开始“排除万难”,他的真诚与坚韧终于打动了伊文思小姐。

他们在长岛建立了一个舒适的安乐窝。看起来,这个来自山区的孤儿终于成功了。

但是天有不测风云。杂志内部开始分裂,后来又因为得罪权贵而被告上法庭。1911年,《成功》杂志面临倒闭。又一次,马登债务缠身。

马登多次表达过,对一个人真正的考验是看他与失败斗争的勇气,真正的强者是“第一次不成功,那么,再试一次!”像以前一样,马登再次用行动证明了强者的力量。他继续坚持出书,并计划再办杂志。1918年,《新成功》创刊,即使在马登去世之后,这本杂志仍然激励着千千万万的有志者,继续着马登的伟大事业。

作为一本励志杂志的主编,马登收集了大量有关的资料。其中,使他最有感触的是新思潮方面的,他的作品也越来越多地受到这方面的影响。

马登早期所注重的品质成功学倾向于禁欲主义。它推崇用苦干换取财富,认为一滴汗水一分收获;它让人接受贫穷和苦难的磨练;它告诫人抵制诱惑,磨练自己。富人的子女无法获

得真正的成功，培养成伟大的品质，因为他们不必为生存而挣扎。幸运者生于贫困，力求摆脱，于是提升了自己，获得了真正的成功。

而新思潮则在精神气质上迥异于品质成功学。苦干与对苦难的承受被看作狭隘思想的温床。马登在接受新思潮影响之后这样说：“我希望能每个青年的心里注入对贫困的恐惧与厌恶，让他们对此感到羞愧，……造物主从来没有让任何人生来受苦。在上帝的教导里，也没有赞同苦干与贫穷的文字。人生来是为了富足、幸福与成功。他不是生来受罪的。”新思潮不但反对苦难，甚至对现实视而不见；它描画的世界充满甜蜜与光明，到处都是糖果、冰棍儿、香料，简直就是柔和奢华的迷梦；你无须流汗，不必为生存而节制；你只要对富足奢华的生活具有强烈的向往，只要保持强烈的冲动即可。

应该说，无论是品质成功学还是新思潮的成功观念，都是有缺陷的。前者过于注重相对虚幻的品质和修养，对人的实际需要和心理机制认识不足，对财富的肯定和认识也是远远不够的，它似乎更倾向于制造“圣人”；而后者过于偏重享乐，对功利主义不加反思，也未对现实困境给予充分的关注，它更多强调主观上的意志力，而对基本素质的培养重视不够。

马登在两者之间徘徊多年。他自身的阅历，他的工作性质，都使他对“成功”有太多的具体认识，也有足够多的材料用来反思这个问题。可以说，马登基本上避免了上述两种不足，比较合理地解决了这个问题。在那些他津津乐道的成功者身上，他的确看到了这两个方面的协调发展。查尔斯·齐瓦勃、托马斯·爱迪生、麦克斯·菲尔德、林肯、格兰特、加菲尔德、格里利、比彻等等，都具有两方面的特征。

于是，在马登成功学里，我们不难发现，主观意志力和客观能力，功利主义和崇高品质，手段与修养，真率与世故，等等，都被放在了一个比较恰当的位置上，既没有被夸大，也没有被忽略。总的看来，马登还是注重人品质的培养，以及精神上的幸福；同时，也对财富等功利主义内容给予了足够的关注；不但如此，他还发现了两者之间相辅相成的关系，努力使两者协调一致，成为整体；一句话，成功往往就是人的全面协调发展，而这都是人应得的神圣权利。

“当你自身就有某种潜质，当它不断提醒你，你可以成为巨人的时候，你难道还想做个侏儒，虚度一生？”马登问，“就在那里，无论你处于怎样的环境里，无管你有多少不利与缺陷，你都有能力成功；只要你想成功，那你就可以摆脱贫困，成为一个百万富翁。”你会得到财富，幸福，荣耀，力量，一句话：你会成功！

对成功的坚定信念和意志力是至关重要的。成功是天赋的神圣权利，“健康、富足、成功、幸福、荣耀而愉快的生活——这些都是造物主为他所有的孩子准备的。”你要做的就是，意识到你自己像上帝一样神圣，你只要不作茧自缚，你只要打开财富和成功之门，就能迎接伟大的将来。

马登建议，每天诵读《圣经·诗篇》里的第23条，对你是有助益的。要熟记下面的诗句，用坚定的语气告诉自己：

我就是胜利。虽然饥饿、寒冷、疾病缠身，
我只是稍稍徘徊，微笑着说：
“这苦难转瞬即逝——我马上就要拥抱快乐。
因为，财富正朝我走来。

我是上帝的孩子，他还有巨大的财宝；
他的就是我的，健康、幸福和金钱。”

只要你建立这样的自信，这样的自我意识，那么，你的信心就会深入到无意识。无意识永不停息，它会时时刻刻提醒你自己，把自信和梦想深深刻入你的精神世界，你就会一天 24 小时都在不停地进步。久而久之，你就是自信，你就是你的梦想。

思想总是吸引与它自己性质相近的东西。“常言道‘钱生钱’，其实只是‘同物相吸’这个规律的另一种说法而已……洛克菲勒和齐瓦勃等人，都是出色地运用了这个原则来积聚了巨大的财富。”

同物相吸的原则是怎样起作用的呢？你要自信，要想着成功，还要将它具体化，“即使你是个卑微的职员，那也要想象你就是你渴望成为的样子；想象你获得了梦寐以求的职位，成为你的圈子里举足轻重的人物。”

要有成功的想法，还要将它表现出来。你还要不停地培养自己的各种能力和优秀的品质，直到梦想成真。这一天总会到来的。

马登去世已近百年。他一生的落差如此之大，以至于一想到他曾获得的财富和日久弥坚的声望与影响，我们就不得不想到他那个卑微的起点，以及为人之初的苦难，想到他人生轨迹转变的那个契机。他永远感激斯迈尔斯那本《自己拯救自己》：

它打破了我狭隘的生活，向我展示出一个从未想象过的全新天地。我改变了所有的想法，改变了看待生活的角度。……