

做人的态度、做事的原则、成功的法则
拿破仑·希尔的成功学秘密

成功学奠基人



拿破仑·希尔

给青少年的 15 条成功法则

[原著] 拿破仑·希尔 宿春礼◎编译

NAPOLEON · HILL

11 PIECES *of* SINCERE ADVICE
THE YOUNG, GIVEN BY NAPOLEON HILL

石油工业出版社



拿破仑·希尔

给青少年的15条成功法则

[原著] 拿破仑·希尔 宿春礼◎编译

石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

拿破仑·希尔给青少年的15条成功法则/宿春礼编译.
北京:石油工业出版社, 2005.1
ISBN 7-5021-4935-X

I.拿 …

II.宿…

III.成功心理学-青少年读物

IV.B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2004) 第133856号

拿破仑·希尔给青少年的15条成功法则

宿春礼/编译

出版发行:石油工业出版社

(北京安定门外安华里2区1号楼 100011)

网 址: www.petropub.com.cn

总 机: (010) 64262233 营销部: (010) 64240503

经 销:全国新华书店

印 刷:石油工业出版社印刷厂

2005年1月北京第1版 2005年1月北京第1次印刷

640×960毫米 开本: 1/16 印张: 11.75

字数: 180千字 印数: 1—10000册

书 号: ISBN 7-5021-4935-X/B·137

定 价: 19.80元

(如出现印装质量问题,我社发行部负责调换)

版权所有, 翻印必究

成功法则



CHENG GONG FA ZE

前言

前言

昨天邻家的孩子过生日，你还为送什么犯愁，因为你不知道他需要什么。来看看邻家的少年究竟最需要什么：青少年正处在学习和成长的重要时期，与其给他名贵和金钱，不如告诉他一个生活的真理！那才是他一生享用不尽的财富。

拿破仑·希尔是美国著名的成功学大师，他在20年的时间里拜访了世界500余位顶尖成功人士，撷取他们的智慧精粹，最终形成了拿破仑·希尔的成功学“秘籍”。知道吗，美国总统威尔逊、罗斯福、发明家爱迪生、汽车大王福特等都是拿破仑·希尔的拜访对象，成功法典不是想象出来的，是众多名家心得的结晶，也是真正的生活真理。

在拿破仑·希尔年轻的时候，一次碰巧的机会去拜访钢铁“巨人”卡内基，晚年的卡内基一直希望能将自己和当代成功人士奋斗的历程和经验留给后代，他认为：自己留下再多的企业和财富，也不能帮助后人在未来做出更大的成就，当人发展到智慧的顶峰时，也就接近死亡了，他所有的智慧、财富在睡眠后便进入了坟墓。如果有人来从事这一项成功经验的搜集和整理工作，那么至少智慧永远地留下了。卡内基选中了拿破仑·希尔，将自己一生积累的成功心法倾囊相授，拿破仑·希尔不负重托，实现了他的愿望。这是成功法则的来历。

告诉青少年关于拿破仑·希尔的故事，当然，最重要的是告诉他们拿破仑·希尔的成功秘密据为己有：做人的态度、做事的原则、成功的法则。

成功法则

我们都知道，成长期的青少年，情绪不稳定，思想不成熟，常常无法把握自己。对未来感到迷茫、对自己失去信心、找不到自己的位置、懒散松懈缺乏热情等，这些毛病在青少年身上不难发现。另外，在学校和父母的“威严”下，他们还可能是驯服温顺、胆小畏缩的，不敢为自己的未来做出设计。

要知道，我们的社会不青睐没有信心、没有进取、没有胆量、没有毅力、没有个性的人，让孩子从现在起就为自己制订一份新的计划书，“我的性格我设计，我的生活我设计”。生活本来是彩色的，只有当你拥有积极的态度时才会看到它的灿烂。

其实这里提到孩子的毛病，我们又未尝没有呢？难道还要让孩子把这些缺陷发扬光大吗？不，当然不。

《拿破仑·希尔给青少年的15条成功法则》就是在总结“世界上成功人士智慧精粹，特别是他们青少年时期的一些成败心得”的基础上汇集而成的，在此书中，拿破仑·希尔向青少年郑重宣告：不要失去目标，不要让自己打倒自己，永葆进取之心，对生活充满热情，不要让想像的翅膀折断了，保持积极的心态，不要吝啬付出，别浪费时间，不要害怕失败，养成良好的习惯，拥有团队合作精神，善于思考，管好自己的情绪，设计自己的性格，拥有健康的体魄。

还在人生道路上徘徊的青少年，只要你细细品味拿破仑·希尔的忠告，勇于解剖自我，重新设计自我，相信你一定会拥有成功的未来。

编者

2005年1月

成功法则



CHENGCONG FAZE

目
录

目 录

法则一 眼光盯准一个目标

告诉自己你想得到什么 / 1

不要让目标从嘴边溜走 / 4

眼光盯住一个目标 / 6

将计划进行到底 / 10

法则二 建立起的自信

自信最迷人 / 15

自信创造奇迹 / 17

如何建立自信心 / 20

法则三 永葆进取之心

拒绝原地踏步 / 25

底子薄不是理由 / 29

进取心创造机会 / 32

成功法则

法则四 热忱是行动的动力

- 热忱失控的危险 / 39
- 给学习添点佐料 / 42
- 让热忱之火燃烧起来 / 45

法则五 张开想像的翅膀

- 想像力使他们成名 / 51
- 敢想敢做 / 54
- 运用你的想像力 / 57

法则六 成功源于积极的心态

- 积极的心态使你出类拔萃 / 61
- 培养积极心态的五个方面 / 65
- 让生活轻松起来 / 70
- 心理成熟的十条标准 / 73

法则七 付出多于报酬

- 去做你想做的 / 75
- 多付出一点点 / 77
- 增加收益定律 / 81

成功法则



CHENG GONG FA ZE

目 录

法则八 和时间赛跑

别把今天的事情留给明天 / 87

80/20法则对我有用吗 / 90

管理好你的时间 / 94

法则九 从失败中走出

每个人都要面对挫折 / 101

不要让错误白白出现 / 105

最重要的是解决问题 / 111

法则十 运用习惯的力量

留心你的坏习惯 / 115

养成良好的习惯 / 119

法则十一 有大家才有小我

与一流人物“面对面” / 123

合作助你成功 / 127

法则十二 走最近的那条路

你能想到第几步 / 131

试着就干一件事 / 137

成功法则

换种方法试试看 / 141

法则十三 控制你的情绪

你能控制情绪吗 / 149

学习烦了,不妨干点其他的 / 152

克服忧虑的三个步骤 / 154

法则十四 我的性格我设计

我是独一无二的 / 159

就喜欢你的幽默 / 163

塑造迷人个性 / 167

法则十五 有健康才有未来

让你的身体动起来 / 173

保持身心健康 / 175

成功法则



法则一 眼光盯准一个目标

CHENGONG FAZE

告诉自己你想得到什么

拿破仑·希尔说过：“最简单的问题就是最最深的问题。”这种问题现在就有有一个：你在生活中真正想要的是什么？

这个问题看起来很简单，但是意义深刻，所以并不是一个好回答的问题。

要得到生活中想要的一切，当然要靠努力和行动。但是，在开始行动之前，一定要搞清楚，什么才是自己真正想要的。要打发时间并不难，随便找点什么活动就可以应付，但是，如果这些活动的意义不是你设计的本意，那你的生活就失去了真正的意义。你能否提高自己的生活品质，并且使自己有所成长，关键在于你能否决定自己真正需要什么，然后能不能尽量满足这些需要。

拿破仑·希尔曾经讲过这样一个例子：

罗杰斯是希尔的一个学生，有一次，他得到了两个星期的假期，他很高兴，因为可以从繁忙紧张的工作中暂时解脱出来，好好地感受一下生活情趣。

一开始他想得很简单，只想整个假期都呆在家里，好好地休息一下，尽情享受一下阳光、草地和新鲜空气，有时间读几本好书，感受家庭的温馨、舒适，每天和妻子到喜欢的小店里喝杯咖啡，回忆一下

法则一 眼光盯准一个目标

成功法则

拿破仑·希尔
给青少年的15条成功法则

年轻时的种种浪漫情调。

然而麻烦来了，罗杰斯的父母希望他们到佛罗里达州度假；罗杰斯的朋友鲍伯和玛丽亚要他去落基山脉；而罗杰斯的旅游经纪人则游说他去个有异国情调的地方，比如厄鲁巴、马汀尼克、夏威夷、百慕大、加勒比海沿岸或是摩洛哥。她说想让罗杰斯夫妇享受一个最好的假期，面对种种建议，罗杰斯不知所措，他觉得他们说的都有道理，犹豫再三，他决定和妻子一起去马汀尼克。因为旅游经纪人口沫横飞地说，罗杰斯是成功人士，有资格享受最好的假期，有头有脸的人都喜欢去马汀尼克，所以罗杰斯也应该去那里才显得身份，还能得到高等级的招待。

结果罗杰斯夫妇到马汀尼克度了两天假，该看的就都看完了。随后的日子过得极度乏味。

当罗杰斯回到家后，他发现这个假期过得一点也不值得。难得一个假期，本想轻松悠闲一下，结果却搞得比上班还累还紧张，而且败兴而归，一点收获也没有。他很后悔当初听从别人的话，使自己根本就没有得到自己所想要的轻松安逸的休闲生活。

当罗杰斯把这件事告诉了希尔后，希尔告诉他：“你之所以没能满意地度假，是因为你并没有搞清楚什么是自己真正想要的，只是别人的建议听起来不错，你就接受了。既然不是自己想要的，当然就不能从中获得满足和快感。

希尔认为，生活中最困难的一件事就是要搞清楚我们自己究竟想要什么。大多数人并不知道自己真正想要什么，因为他们不曾花时间来思考这个问题。面对五光十色的世界和各种各样的选择我们更不知所措，所以我们会不假思索地接受别人的期望来定义个人的需要和成功，社会标准变得比我们自己个人的需求还要重要。

我们总是太在意别人要我们这样或那样，以致我们接受了别人强加于我们的种种动机，结果，事后才发现自己的需求一样都没能满足。

更复杂的是，不仅别人的意见影响着我们，我们自己的欲望本身

成功法则



CHENG GONG FA ZE

法则一
眼光盯准一个目标

也是变化莫测的。它们因为潜在的需要而形成，又因为不可知的力量日新月异。我们经常得到过去十分想要的，而现在却不再需要的东西。

希尔认为，如果有什么原因使我们总是得不到自己想要得到的东西的话，这个原因就是你不清楚自己到底想要什么。就像在大海中航行，如果你不知道目的地是哪里，就只好遭受漂泊迷失之苦了。所以，在你决定自己想要什么、需要什么之前，不要轻易下结论，一定要先做一番心灵探索，真正地了解自己，把握自己的目的。只有这样，你才能在生活中满意地前进。

一般认为，人类有五个基本的需要，由下而上依次是：

(1) 生理需要——关于正常的身体运作，包括水、食物、休息和空气等。

(2) 安全需要——使我们不会受到伤害，保护我们远离危险、损失、威胁和不安全。

(3) 社会需要——包括我们对爱、同伴友谊的渴望，整体而言，这些需要反映我们想被他人接纳的欲望。

(4) 尊重需要——形成我们对尊重的需求，可以分为两类：自尊和受人尊敬。

(5) 自我实现的需要——反映出我们渴望有创造力，而且希望把自己的潜能发挥到极限。

人的需求不是静止不变的，而是经常在改变。希尔主张，当现有的需要得到满足时，其他的需要就会出现，而这些新的需要又开始支配人们的追求，人们终生都在追求某种事物。

生活，对于那些有追求、有目标的人来说，总是为他们留着出路的。如果一个人有奋斗的目标、有努力的对象，就会知道他要向着什么地方前进。他们比起那些终日游荡不定，不知自己要去往何处的人来说，会取得更多成就。

没有奋斗的目标，就不能有迅速的进步。纽约国立化学银行的副总经理P.H.约翰斯顿先生曾经这样说过：“如果你不知道你要去向何

成功法则

方，便不会取得什么惊世骇俗的成就。”

只有那些知道自己需要什么，知道从他目前所处的位置到达他所向往的地位要经过一些什么样的路程，而且不会自满的人，才能成就一番大事业。

那么，一个人怎样才能知道他自己真正所需要的是什么呢？其实，那些大人物的伟大志向，也不是生来就有的。他们是综合自己的许多经验，以及一些别人因忽视和眼界所限而未能看到的东西而成就伟业的。这些伟大的志向是因为他们不满足于现状，经过审慎思考而觉悟到的。

不要让目标从嘴边溜走

威廉姆·玛斯特恩，一位非常杰出的心理学家，曾经向3 000人问过同样的问题：“你为什么而活着？”结果表明有94%的人说他们没有明确的生活目标。正像有句谚语所说的：“每个人都会死，但并非每个人都真正地活着。”玛斯特恩的调查证实了这一点。许多人过着如同梭罗所说的“宁静的绝望生活”。他们忍耐、等待、彷徨，期望他们的人生目标在某个神灵的激发下瞬间降临。同时，他们只是在生存着、重复着机械的生活动作，他们从未感受过生命的闪光。他们看着他们的生命之光迅速地飞逝，变得越来越恐惧，害怕他们还没有体会到任何真正的喜悦和生命的内涵，就走到了人生的尽头。

有多少人在没有目标的状况下默默度过自己的一生呢？那些不知道自己的目标，然而又迫切地渴望用奋斗充实自己人生的人们又应该怎样去发现它呢？这是一个非常难以回答的问题，但又非常重要，因为你将来能否拥有真正的幸福，取决于能否真正回答这个问题。

成功法则



CHENGONG FAZE

法则一

眼光盯准一个目标

将心中的目标一一写下来，在筛选中寻找是确立目标的一个好方法，你可以取出一张白纸，写下“我希望给人留下什么印象”。列出你愿意让你的朋友、配偶、孩子、合作伙伴、团体，甚至是整个世界所希望记住的品质、行为和特征。如果你与其他一些团体有特殊关系的话，如教堂、俱乐部、球队等，把它们也列入表中。在列表的过程中你将渐渐地发现，你自己真正的价值和生活意义的源泉。

例如，你可以这样写（如果您是一位女性）：我希望我的丈夫认为我是一个非常可爱的妻子，是永远相信他、鼓励他、扩展他可能的追求，使他的生命发挥最大潜能的伴侣。我希望我的儿子认为我是深爱 and 相信他的母亲，我能帮助他认识到，只要他下定决心去做某事，他就能做出非凡的贡献和成就，成为任何他梦想成为的人。

写完之后再回顾自己生活中的其他人时，一个表明你最可贵价值的清晰模式便会渐渐地显现出来。相信此时你也会知道自己的目标所在了，动力也会自然产生。

把你的目标写下来，就像生意人签合同一样，每一个细节都写得清清楚楚。

跟自己签一份获取成功所需的合同，然后信守这份承诺。把想达到的目标记录在纸上，就好比行军打仗，一定先要决定好目的地和行进路线的道理是一样的。

在成功的前夜，花些时间思考你的目标，规划你的未来，把大大小小的目标写下来。这些目标应该反映你的需求、热望和决心，而不是别人的期望。

你的目标清单愈详细愈伟大就愈好。把你想到的目标都写下来，写在一个精致的小本子上，随身携带，经常翻阅，你会发现这个小本子就是你的成功宝典，那上面记录的每一个目标，都像是小精灵，它们迟早会带你步入成功的殿堂。

成功法则

眼光盯住一个目标

有些人的目标用笼统的语句表达，比如说：“当一名成功的医师。”有的则比较具体，如：“要发明能有效治疗胃痛或头痛的药物。”广泛的事业目标也有用，因为它们有整体的观点，可以解放想像力，帮助我们探究所有可能的选择。但是，广泛的目标却不能使我们确定自己所要做的是什么。由于这个缘故，我们需要具体的事业目标。

每个人都有自己的事业鸿图，并以能实现自己的理想形象为满足。希尔建议说：“你必须先确定自己的目标，让思想为你绘制一幅最好的事业形象，使它栩栩如生。然后，运用想像力使它和你形影不离，同起共坐，并且同心协力，达到目标。”

为什么要拥有一个具体的事业目标呢？

因为有了具体的理想，你就不再孤独和寂寞。彼此心灵相通，可以互相关心鼓励，切磋讨论，创立事业，培养品性。

具体来讲，选择生命中一个明确的主要目标，有着心理上及经济上的两项理由。

一个人的行为总是与他意志中的主要思想互相配合，这已是大家公认的一项心理学原则。

刻意深植在脑海中并维持不变的任何明确的主要目标，在下定决心要将它予以实现之际，这个目标将渗透到整个潜意识，并自动地影响到身体的外在行动。

在心理学上有一种方法，你可以利用它把你的明确的主要目标深刻印在潜意识中，这个方法就是所谓的“自我暗示”，也就是你一再向自己提出暗示。这等于是某种程度的自我催眠，但不要因为如此就对

成功法则

它产生恐惧。拿破仑就是借助于这个方法，使自己从出身低微的科西嘉穷人，最后成为法国的皇帝；林肯也是借助于同样的方法，跨越了一道宽广的鸿沟，使他走出肯塔基山区的一栋小木屋，最后成为美国总统。



CHENG GONG FA ZE

法则一
眼光盯准一个目标

只要你能确定，你所努力追求的目标，将为你带来永久的幸福，你就用不着害怕这种“自我暗示”的方法。但一定要先弄清楚，你明确的目标是建设性的，它的获得不会给任何人带来痛苦及悲哀，它将给你带来安详及成功。然后，你就可以按照你了解的程度运用这项方法，以求迅速达成目标。

潜意识就像是一块磁铁，当它被赋予功用，在彻底与任何明确目标发生关系之后，它就会吸引住达成这项目标所必备的条件。

以上是心理学观点来谈，现在，再来看看这个问题的经济因素。

当一个人选好生活中的一项明确目标之前，他会把他的精力和思想浪费及分散在很多项目上，这不但使他无法获得任何能力，反而使他变得优柔寡断而懦弱。你应把你的所有能力组合起来，向着你生命中一项明确目标前进，这样你就充分利用了合作或凝聚的方法，并可经由这个方法而产生力量。

更何况一个人的精力和才智是极其有限的，面面俱到者终将一事无成。我们都了解见异思迁的人，他们一会儿觉得“我能成为一名伟大的军事家”，一会儿又认为“我要做一个著作等身的大文豪”，一会儿又说“我要办企业易如反掌”。这类人是天才幻想家，最终只能是一事无成的失败者。

拿破仑曾说：“战争的艺术就是在某一点上集中最大优势兵力。”

拿破仑在紧急情况下从来不会踌躇不定。他总是立即抓住自己认为最明智的做法，而牺牲了其他所有可能的计划和目标，因为他从不允许其他的计划和目标来不断地扰乱自己的思维和行动。这是一种有效的方法，充分体现了勇敢决断的力量。换句话说，就是要立即选择最明智的做法和计划，而放弃其他所有可能的行动方案。

成功法则

根据历史记载，拿破仑之所以遭遇滑铁卢的惨败，就是因为他没有做出快速的决断，而在此之前，他总能在紧急关头以快速的决断能力化险为夷，能当机立断地迅速做出选择而牺牲掉其他的一些方面。

凭借他那伟大的意志力，拿破仑的铁军几乎征服了整个欧洲。无论是在重要的战役中，还是在微小的命令细节上，他同样能做出迅速的判断与决策。这就像是一块巨大的凸透镜，它能聚集太阳的光线，甚至可以熔化最坚硬的钻石。

美国钢铁巨头安德鲁·卡耐基告诫年轻人说：“获得成功的首要条件和最大秘密是把精力和资力完全集中于所干的事业上，一旦开始干那一行，就要决心干出个名堂，要出类拔萃，要点点滴滴地改进，要采用最好的机器，要尽力通晓这一行。”

有这样一位女士，她决定进入佣金制的销售事业，而这个工作目标对她而言，似乎是小了一点。这位女士及她的先生在拿破仑·希尔的一次讲座上与拿破仑·希尔相识。这对夫妇很贫穷，然而在演讲结束后，他们都受到非常大的鼓舞。拿破仑·希尔认为，每个人生命中选择的成功目标就好像从菜单上选择想吃的菜一样——选择是没有对或错的。我们的选择对我们而言是正确的，也是我们想要拥有的，接下来便是努力去实现这个目标。

拿破仑·希尔问这位女士的先生，在他生命中他想要的是什么，他给了一个非常例行性的回答——车子、房子、游艇及其他物质财产，他的目标集中在他想要拥有什么，而不是他想成为什么或想去做什么。

然后拿破仑·希尔问这位女士：“你想要什么？”

她说：“我有两个女儿，我爱她们胜过我自己。每天我送她们去学校，心里却很清楚她们是学校里穿着最糟糕的两个女孩，等明年学校拍照的那一天，我要让我的女儿们穿着全新、漂亮的衣服去学校，而不是穿着我们从二手货店挑出来的衣服，我希望她们在拍出来的照片里呈现出完美的形象。”

这位女士是真正清楚她所想要达到的目标，而且如果我们引导她