

彻底改变人生态度和个人命运的传世经典
指引千百万读者获取生命价值的时代巨献

态度 决定一切

如何开创幸福、富有、健康的人生

〔美〕诺曼·文森特·皮尔◇著
夏 芒◇译



The Attitude
Determines Everything

文化艺术出版社
Culture and Art Publishing House

国际超级
畅销书

彻底改变人生态度和个人命运的传世巨
指引千百万读者获取生命价值的时代巨



态度 决定一切

如何开创幸福、富有、健康的人生

〔美〕诺曼·文森特·皮尔◇著

夏芒◇译



The Attitude
Determines Everything

文化艺术出版社
Culture and Art Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

态度决定一切 / (美) 皮尔著; 夏芒译. - 北京:
文化艺术出版社, 2006.5
ISBN 7-5039-2970-7

I. 态… II. ①皮…②夏… III. 成功心理学
IV. B848.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2006)第037785号

Why Some Positive Thinkers Get Powerful Results

Copyright © by Norman Vincent Peale

This edition arranged with Norman Vincent Peale
through Big Apple Tuttle-Mori Agency, Labuan, Malaysia.

Chinese simplified translation copyright © 2006,
Beijing Hope Electronic Press, Culture and Art Publishing House
All rights reserved.

态度决定一切

作 者 [美] 诺曼·文森特·皮尔
译 者 夏芒
责任编辑 李恩祥
出版发行 文化艺术出版社
地 址 北京市朝阳区惠新北里甲1号 100029
网 址 www.whyscbs.com
电子邮箱 whysbooks@263.net
电 话 (010)64813345 64813346 (总编室)
(010)64813384 64813385 (发行部)
经 销 新华书店
印 刷 北京广益印刷有限公司
版 次 2006年5月第1版 2006年5月第1次印刷
开 本 787 × 1092毫米 1/16
印 张 12.5
字 数 140千字
定 价 ISBN 7-5039-2970-7/G·574
19.80元

版权所有, 侵权必究。印装错误, 随时调换。



从本书中你可以学到的核心理念

- ◇ 成功来源于积极思维
- ◇ 拥有信念比拥有才能更重要
- ◇ 机会总是伪装成“困难”到来
- ◇ “我能做到！”是成功的最大金矿
- ◇ “假设法则”使平庸者变为成功者
- ◇ 你怎样评价自己别人就怎样评价你
- ◇ 越是不吉利的话越容易变为现实
- ◇ “付出 - 得到法则”是成功的最大秘诀
- ◇ 真正属于你的只有“今天”，不可如一秒钟前的自己
- ◇ 健康是一种态度，喜悦是心灵的解毒剂
- ◇ 实现梦想是你的一种人生权利
- ◇ 想最幸福的事就是最幸福的人



um in ter impios peregrinatur ex fide uiuens. hinc in illa stabilitate sedis
 eterne quam nunc expectat per pacem quam quoadulq. iusticia conuer
 tat in iudiciu. deinceps adeptum per excellentem uictoria ultimā & pace
 perfectā hoc opere ad te instituto & mun. pmissione debito defendere
 aduersus eos qui conditori eius deos suos preferunt fili amē. Max. celline
 suscep. magnū opus & arduū sed d's adiutor noster est. Nam scio quib'



CONTENTS

目录

第一课 设定目标——经常怀着令人振奋的新目标

- 幸福就是不断前进 → 6
- 成为向自我挑战的人 → 8
- 拥有信念比拥有才能更重要 → 10
- 夹着“目标”的汉堡 → 11
- 获得杰出成就的九个要诀 → 13
- 把目标放在“心”上 → 14
- 确定达到目标的最后期限 → 17
- 用“四个因素”克服逆境 → 19
- “72 公斤”的信念 → 21

第二课 信念的力量——坚信“自己能做到”是人生的最大财富

- “信念”能开拓胜利之路 → 26
- 使人生愉快的“14 条肌肉” → 28
- 信念让你从困境中崛起 → 31
- 能力是可以调教的 → 32
- 人生就像“桥下的流水” → 35
- 不可如一秒钟前的自己 → 36
- 像婴儿一样重生 → 38

第三课 乐观主义——苦难中蕴藏着最好的机会

- 系着“苦难”彩带的美妙礼物 → 44
- 做一个精神健全的人 → 46
- 将困难化为“智慧”的处方 → 47
- 擦去你的自卑感 → 49
- 陷入谷底时只有前进一条路 → 51
- 减轻压力的“心灵”处方 → 53
- 人生的强者欢迎变化 → 55
- 年龄再大也要充满梦想 → 57



um in ter impioſ peregrinatur et fide uiuens ſine in illa ſtabilitate ſedis eterne quam nunc expectat per patientiam quoaduſq; iuſticia conuerſat in iudicio deinceps adeptura per excellentē uictoriā ultimā & pacē perfectā hoc opere ad te militatio & munitione debito defendere aduerſus eos qui conditori eius deoſ ſuoſ preferunt fili amē Maxcelline ſulcepi magnū opus & arduū ſed dſ aduſor noster eſt Nam ſcio quib

CONTENTS

目录

► 第四课 积极思考的力量——实现梦想的绝佳方法

- “信念”引导梦想变成现实 → 60
- “假设法则”使无用者变为成功者 → 62
- “既然能飞，何不高飞” → 64
- 看穿所谓“不可能”的谎言 → 66
- “愿望”能冲破“不可能”的铜墙铁壁 → 67
- 人生正像母亲的鼓励——“你能行！” → 69
- 成功的“四级阶梯” → 71
- 成功的十大要领 → 73

► 第五课 命运的法则——想象力改变一生的命运

- 别人评价你的根据是你的自我评价 → 76
- “想法”变成“事实”的科学原理 → 78
- “付出-得到法则”是成功的最大秘诀 → 80
- 转变逆境的“付出-得到法则” → 81
- “一切都在向理想的方向发展” → 83
- 越是“不吉利的话”越容易成为事实 → 84
- 挺直“灵魂”的腰杆 → 86

► 第六课 把握今天——将“今天”发挥到极致

- “今天的一切都是最好的” → 90
- “玻璃被铁锤击碎，钢被铁锤锻造” → 92
- 巧妙运用“今天”的秘诀 → 94
- 即使卧病在床，也要点燃热情之火 → 96
- 唤醒你酣睡的“潜能” → 99
- 在逆境中的成功是真正的成功 → 100



um in ter impios peregrinatur ex fide uiuens. sine in illa stabilitate sedis
eternae quam nunc expectat per patientiam quoadusq' iusticia conuer
tat' in iudiciu' deinceps adeptum per excellentem uictoria' ultimam & pace
perfecta hoc opere ad te mittere & munusmissione debito defendere
aduersus eos qui conditori eius deos suos preferunt fili a'me Marcelline
suscepi magnu' opus & arduu' sed ds adu'tor noster est Nam scio quib'



CONTENTS

目录

机会总是伪装成“困难”到来 → 102

几分钟完全改变了一个青年 → 104

第七课 克服失败——医治“失望恐惧症”的秘方

“克服失望”的秘诀 → 110

“让懦弱的念头都滚出去!” → 111

沉思是制造伟大事物的摇篮 → 113

倾诉你的苦恼 → 115

“积极行动”是应对逆境的良方 → 117

辛苦、困难、贫穷——“三位伟大的教师” → 120

第八课 语言的力量——“积极的语言”提升你的性格与人生

决不使用“浇冷水的语言” → 124

“下一次”为我们另辟蹊径 → 125

龙卷风卷不走“雄心壮志” → 127

驱走不幸的摩德凯 → 129

“信念”产生奇迹 → 131

如何才能确知自己五年后的情形 → 134

拨除所有的“消极预测” → 135

在“自我改造开始日”下定决心 → 136

毫不犹豫地抛弃虚假的“享乐” → 138

“失败者心理”使梦想渺小 → 140

第九课 思考与健康——“健康思考”创造生命的奇迹

信仰必须与现代医学相结合 → 144

“老天希望我健康” → 145



um in ter impioſ peregrinatur et fide uiuens ſine in illa ſtabilitate ſedis
 eterne quam nunc expectat per patientiam quoadulꝝ iuſticia conuer
 tat in iudiciũ deinceps adeptum per excellentẽ uictoriã ultimã & pacẽ
 perfectã hoc opere ad te miſſit et nunc promiſſione debito defendere
 aduerſus eos qui conditori eius deoſ ſuoſ preferunt fili amẽ Maxcelline
 ſuſcepi magnũ opus & arduũ ſed deſ aduſtor noster eſt ꝑ ꝑam ſcio quibꝝ

CONTENTS

目录

追求身体、精神和灵魂的和谐 → 149

是选择区分了胜者与败者 → 150

首先要除去人生罪恶感 → 152

“信仰”的力量能治病 → 154

喜悦是心灵的解毒剂 → 156

要在肺里吸满希望 → 157

被“健康思想”挽救的少年 → 159

第十课 自我改造——怎样成为一个积极思考的人

发生在我身上的奇迹 → 162

做一个“对正义感到饥渴的人” → 164

从心里肯定自己 → 166

如此创造“人性” → 168

为“精神混乱”的人祈祷 → 170

几分钟后奇妙的“人性成长” → 172

第十一课 自我实现——创造成功与幸福的人生

40000 美元的学费 → 176

神奇的变化——“下次要怎样” → 178

使你进步的两个重要法则 → 180

回到少年时代的梦想中 → 181

爱他人——演说家的秘密 → 183

一生中最感幸福的时候 → 186

从水沟中捡来的幸福 → 187

“想最幸福的事就是最幸福的人” → 189

人应当使自己幸福 → 190





第一课 设定目标

——经常怀着令人振奋的新目标



um in ter impios peregrinatur ex fide uiuens siue in illa stabilitate sedis
eternae quam nunc expectat per patientiam quoadusq' iusticia conuer
tat' in iudiciu' deinceps adeptum per excellentē uictoriā ultimā & pacē
perfectā hoc opere ad te instituto & nunc pmissione debito defendere
aduersus eos qui conditori eius deos suos preferunt fili amē Max celline
suscepi magnū opul' & arduū sed d's adiutor noster est Nam scio quib'

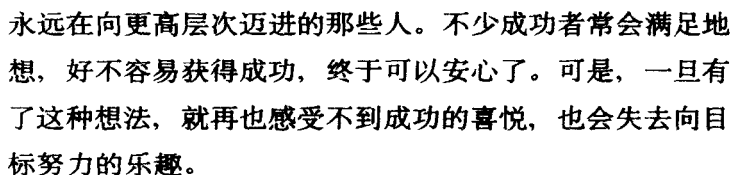


um in ter impios peregrinatur ex fide uiuens siue in illa stabilitate sedis
eternae quam nunc expectat per patientiam quoadusq' iusticia conuer
tat' in iudiciu' deinceps adeptum per excellentē uictoriā ultimā & pacē
perfectā hoc opere ad te instituto & nunc pmissione debito defendere
aduersus eos qui conditori eius deos suos preferunt fili amē Max celline
suscepi magnū opul' & arduū sed d's adiutor noster est Nam scio quib'



006





008

态度决定一切

他有口吃的毛病，尽管如此，他每年在纽约大都会饭店举办例行演讲时，偌大的会场总是挤满了全国各百货公司的经理，屏息敛气地聆听他分析市场概况和发展趋势，这足以证明他取得的成就。但对他来说，这不过是他达到的众多目标中的一个而已。直到晚年，他的头脑仍旧十分敏锐，不断产生出人意料的新构思。

每当我为他取得的某个成就向他表示祝贺时，他都毫不在意，只是兴冲冲地说：

“你听听我现在想到的这个奇妙的构想。”

他一专注什么，说话就会口吃。在他94岁的时候，别人告诉我他快要不久于人世了。我听到这个消息，赶紧给他打去电话。

“嗨！”他的热情一如往常，“我又有了新的构想，是个非常美妙的构想呢。”



他简要地说明了他那令人兴奋的新目标。他根本没有提到死亡，只是尽情诉说生的喜悦。

他因病情恶化而去世，是两天以后的事。

艾摩斯·帕立舒是一个成功的企业家，但他从没有认为自己已完成了一切。他永远在向下一个目标前进，一生都走在达到下一个目标的路上。

同艾摩斯一样，美国棒球界著名人物布兰琪·里奇，也是一个令人毕生难忘的杰出人物。

他曾任圣路易斯红衣队、布鲁克林道奇队以及匹兹堡海盗队的教练。他所撰写的《美国的钻石》是棒球运动的经典之作。

在庆祝布兰琪·里奇的棒球生涯五十周年晚会上，一名记者这样问他：

“在美国的重要运动之一的棒球界纵横了半个世纪，你觉得最大的收获是什么？”

面对这个问题，里奇皱起眉头回答道：

“我不知道，因为我还没有退休！”

虽然创造了众多佳绩，但他绝不认为这样就达到了所有目标，他不断向新的目标挑战，因此不断创造出杰出的成就。

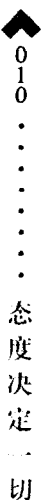
009

·
·
·
·
·
·
·

第一课

设定目标

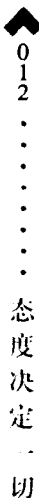




即使过去创下过显赫的业绩，也不能说已经足够。对你来说，最好的东西还在后头。不要在回顾自己的业绩时说“做得真好，目标已完全实现”，而应该认为能这样好地完成工作，只是“证明自己还有进一步发展的可能”。要经







就是像他这样的人，使美国经济获得长足的发展。这些人不断设定新目标，来实现更高的理想。



获得杰出成就的九个要诀

因为演讲是我的工作，所以有很多机会应全国或地区实业家团体的邀请前往各地演讲。我很早就发现，演讲的工作永无终点。无论你过去有怎样的经历或多么杰出的表现，最重要的还是今天这场演讲。

每一次演讲，都必须全力以赴。就算以前有再好的声望，也只能在开始几分钟内吸引听众。换句话说，演说家每一次演讲都得接受听众的审查。

有一次，我在一个全国性的企业家集会上演讲，会议开始之前，我和一名充满干劲的年轻演说家交谈，他问我：“你从事演说的工作有多少年？”

“大概有50年了吧！”我回答道。他说：“真了不起，想来你已经到了登峰造极的境界。我一定要在不久的将来跟你一样。”

我对他说：“很抱歉，也许我打破了你的梦想。我不认为自己已经到了登峰造极的境界。今天的演讲我仍然抱着初学者的心情，觉得自己非全神贯注面对听众不可。”

事隔多年，我在某个节目中与他再度相逢。随着年龄的增加，他更加富于智慧，他对我说：

“我现在已经能够深切体会到你那天晚上在芝加哥那番话的意义，身为演说家，一旦觉得自己已经掌握了什么诀

