

请以本书为镜，戒骄戒躁，再接再厉！



Napoleon Hill

何国松◎编著

拿破仑·希尔是世界上最伟大的精神励志导师之一

拿破仑·希尔 成功致富之道全集

拿破仑·希尔被誉为“百万富翁的制造者”

如果您正经历着致富失败痛苦，不要妄自菲薄，
希望能从本书中找回自信，重新赢得财富。

◎ 吉林大学出版社



Napoleon Hill

拿破仑·希尔 成功致富之道全集

◎ 吉林大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

拿破仑·希尔成功致富之道全集 /何国松主编. —
长春:吉林大学出版社,2010.1
ISBN 978-7-5601-5144-1

I. ①拿… II. ①何… III. ①成功心理学—通俗读物
IV. ①B848.4—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 215031 号

书	名:拿破仑·希尔成功致富之道全集
作	者:何国松
责 任 编 辑:	王世林
责 任 校 对:	王世林
封 面 设 计:	创品牌
出 版 发 行:	吉林大学出版社
社	址:长春市明德路 421 号
邮	编:130021
发行部电话:	0431-88499826
网	址: http://www.jlup.co.n.cn
	E-mail: jlup@mail.jlu.edu.cn
印	刷:三河市冠宏印刷装订厂
开	本:710×1000 毫米 1/16
印	张:20
字	数:240 千字
版	次:2010 年 1 月 第 1 版 第 1 次印刷
书	号:ISBN 978-7-5601-5144-1
定	价:36.00 元

版权所有 翻印必究

前言

在美国，拿破仑·希尔这个名字无人不知，无人不晓，他创造性地建立了全新的成功学，是世界上最伟大的精神励志导师之一。

1883年，拿破仑·希尔出生于一个贫困家庭。他怀着成功的渴望，经过一番奋斗，终于从弗吉尼亚那个偏远的小镇走了出来。他不断地寻找各种机会，提高、充实自己，尝试过经营煤矿、做律师等各种不同的职业，最终成为一名商业新闻撰稿人。他花了二十多年的时间走访了来自社会各阶层的成功人士，包括安德鲁·卡耐基、托马斯·爱迪生、伍德罗威尔逊等人，从他们的个人经历中汲取了有价值的见解，总结出了一套完整的致富秘诀和成功哲学，并用来指导无数普通人实践书中的这些原理和法则，获得极大成功，使很多人成为了百万富翁，由此拿破仑·希尔被誉为“百万富翁的制造者”。

本书从拿破仑·希尔的成功致富法则中提炼出高度有效的理论原则，这些原则曾指导许多一贫如洗的人走上了成为百万富翁和社会名流的道路。此外，本书还以中国的具体国情为背景，详细阐释了由希尔创建的成功致富学理论在中国当下社会环境中的应用方法，并以丰

富的成功者的事例加以佐证。

如果您正在规划您的致富之路，请以本书为镜，戒骄戒躁，再接再厉；如果您正经历着致富失败的痛苦，也不要妄自菲薄，希望能从本书中找回自信，重新赢得财富。

目 录



拿破仑·希尔

成功致富之道全集

目 录

第一章 塑造一种积极心态

- ※ 积极的心态是一种力量 1
- ※ 积极心态的基本原则 4
- ※ 积极心态的奇效 6
- ※ 如何培养积极心态 11
- ※ 正确衡量一个人的成功 14
- ※ 失败是通往成功的踏脚石，要肯研究利用它们 18
- ※ 人，认识你自己 21
- ※ 一日之始好心情 25
- ※ 你并非生来贫穷 26

第二章 心想才能事成

- ※ 成功只会降临在有着成功意识的人身上 29
- ※ 渴望是成功的起点 31
- ※ 拥有想像力 37
- ※ 要想致富，首先你得知道怎样创造财富 45
- ※ 要想致富，你得知道怎样维持财富 49
- ※ 要想致富，你得知道怎样增加财富 50

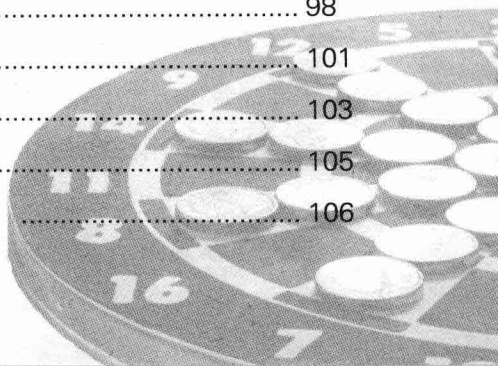


第三章 一定要有一个目标

- ※ 人生的五枚金币 52
- ※ 你只需要一个好点子 54
- ※ 目标能使你掌握自己的未来 55
- ※ 我们很穷，但我们不能怪上帝 57
- ※ 没有明确的目标便无法致富 59
- ※ 远大的目标才会创造辉煌 61
- ※ 成功是分段目标的实现 68
- ※ 延长自己的人生规划 73
- ※ 将目标转化为财富 81
- ※ 经常检查自己的计划 85
- ※ 调适再调适 86

第四章 绝不拖延，立即行动

- ※ 不要让拖沓埋葬自己 89
- ※ 成功者从不找借口 91
- ※ 警惕“健康借口症” 93
- ※ “年龄借口症”也是相当可怕的 95
- ※ 抛弃你的“运气借口症” 96
- ※ “准时”对于追求成功的人来说，是一种需要 97
- ※ 别在琐事上浪费时间 98
- ※ 准时做好每一件事 101
- ※ 勤奋是成功的根本 103
- ※ 不要害怕自己初始的想法 105
- ※ 立即行为，为你赢得收入和快乐 106



第五章 控制你的情绪

※ 认识你的情绪	110
※ 调控愤怒的心灵鸡汤	114
※ 自制是一种难得的美德	119
※ 祛除内疚情绪	122
※ 自我反省是成功致富的法则	126
※ 克服致富路上的六种恐惧	128

第六章 信心是致富的力量

※ 坚定“必胜”的信心，跨出成功的第一步	138
※ 只有相信胜利，才有可取得成功	140
※ 自立、自信、自强	145
※ 别人能成功，你为什么不行	147
※ 让一举一动都充满自信	150
※ 在行动中建立自信	152
※ 建立自信的诀窍	157
※ 让每根神经都充满自信	169

第七章 运用自我激励与自我暗示吸引财富

※ 自我激励的基本动机	175
※ 有效的激励方法	176
※ 应用自我激励警句	179
※ 了解真正的自我意识	182



※ 自我暗示的惊人力量	186
※ 自我暗示的三大层次	187
※ 自我暗示三大规律	190
※ 自我暗示是刺激潜意识的工具	194
※ 利用你的潜意识	197
※ 运用自我暗示吸引财富	199
※ 学会积极的自我暗示	200

第八章 不可或缺的专业知识

※ 专业知识不能自行引来财富，但它是一种潜在的力量	202
※ 价值3.5万美元的观念	203
※ 奠定专业知识的基础	204
※ 明确的目标能鼓励你行动的专业化	205
※ 拥有开放的心态	206
※ 求职策略	207
※ 你可以得到所需要的一切知识	208

第九章 良好的社会关系是无形的财富

※ 让别人喜欢你	211
※ 借用他人的力量	215
※ 乐于助人	216
※ 肯定别人的价值	219
※ 不要问别人为你做了什么，而要问你为别人做了什么	223
※ 赢得别人的信任	226
※ 良好的社会关系是一笔财富	229



第十章 必备的团队精神

※ 团结就是力量	233
※ 不能轻视智囊团的作用	237
※ 不合作加速失败	242
※ 合作就是力量，因为一个人无法完成所有的事	245
※ 集思广益的合作原则	248
※ 沟通是合作的必要途径	253
※ 合作中的谈话技巧	256
※ 如何获得他人的通力合作	259
※ 如何增强你的脑力	263
※ 尝试与对手合作	267

第十一章 每天多付出一些

※ 机会垂青于有准备的人	272
※ 多付出一点点	275
※ 付出终有回报	278
※ 额外付出是一种特权	282
※ 机不可失的要诀	284
※ 增加收益定律	288

第十二章 借用他人的资金是获得财富之路

※ 富兰克林宝贵的忠告	292
※ 与银行家为友	293



※ 借用他人资金要注意周期	298
※ 失去的数字	299

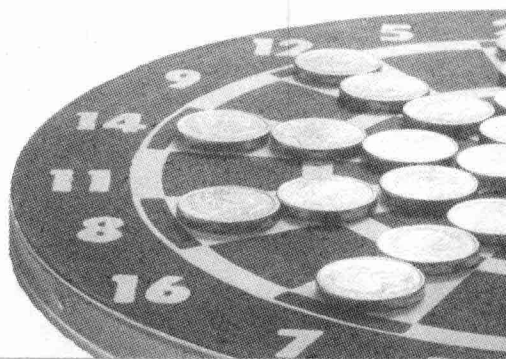


拿破仑·希尔

成功致富之道全集
NA PO LUN XIER CHEN GONG ZHI FU ZHI DAO QUAN JI

第十三章 健康是享受财富的前提

※ 如何克服压力和神经衰弱	303
※ 如何让自己的精力处于最佳状态	304
※ 如何进行健康的呼吸	306
※ 什么是保持身体健康的第二个关键	307
※ 如何有效地组合食物	308
※ 如何控制饮食	309



第一章 塑造一种积极心态



拿破仑·希尔

成功致富之道全集

第一章 塑造一种积极心态

※ 积极的心态是一种力量

在这一世上，最重要的只有一个人——你自己，在你的身上，时时都随身携带着一个看不见的法宝，这个法宝的一边装饰着四个字——积极心态，另一边也装饰着四个字——消极心态。

这一看不见的法宝会产生两种惊人的力量：它既能让你获得财富、拥有幸福，健康长寿；也能让这些东西远离于你，或剥夺一切使你的生活富有意义的东西。在这两种力量中，前者——积极心态——可以使你达到人生的顶峰，并且逗留于此，尽享人生的快乐与美好；后者——消极心态——则可使你在整个一生中都处于一种底层的地位，困苦与不幸一直缠身。还有一种情况，当某些人已经到达顶峰的时候，也许会让后者将他们从顶峰拖滑而下，跌入低谷。

因此，对一个人的生活和事业的成功来说，你的心态真可谓太重要了。如果你保持积极的心态，掌握了自己的思想，并引导它为你明确的生活目标服务的话，你就能享受到下列良好的成果：

1. 为你带来成功环境的成功意识；
2. 生理和心理的健康；
3. 独立的经济；
4. 出于爱心而且能表达自我的工作；
5. 内心的平静；



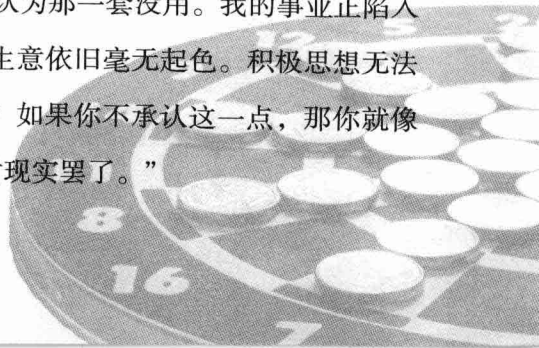
6. 没有恐惧的自信心；
7. 长久的友谊；
8. 长寿而且各方面都能取得平衡的生活；
9. 免于自我设限；
10. 了解自己和他人的智慧。

相反，如果你抱持一种消极心态，而且使之渗透到你的思想之中，影响你的工作和生活，你将会尝到下列后果：

1. 贫穷与凄惨的生活；
2. 生理和心理的疾病；
3. 使你变得平庸的自我设限；
4. 恐惧以及其他破坏性的结果；
5. 限制你帮助自己的方法；
6. 敌人多，朋友少；
7. 产生人类所知的各种烦恼；
8. 成为所有负面影响的牺牲品；
9. 屈服在他人的意志之下；
10. 过着一种毫无意义的颓废生活。

既然如此，那么你是选择积极的还是消极的心态？如果你不选择前者，并且紧紧地抓住它的话，后者就会自动送上门来，二者之间没有任何折衷和妥协。那么，你必须在两者中选择其一。

也许有人会反驳说：“事实果真如此吗？我一生中就碰到过许多困难与挫折，每当这些时候，我也读过不少关于积极心态的力量的书，可是仍解决不了问题。”也许还会有人说：“是的，我也认为那一套没用。我的事业正陷入低潮，我也试过积极心态这一招，但我的生意依旧毫无起色。积极思想无法改变事实，要不然我怎么还会遇到失败呢？如果你不承认这一点，那你就像鸵鸟一样，只顾把头埋在沙堆里，不肯面对现实罢了。”





如果你也认为如此，如果你也对积极心态的力量持一种否定与排斥的想法，那么说明一点，你并不完全真正了解积极心态力量的本质。一个有俱备积极心态的人并不会否认消极因素的存在，他只是学会不让自己沉溺其中。积极心态要求你在生活中的一时一事中学会积极的思想，积极思想是一种思维模式，它使我们在面临恶劣的情形时仍能寻求最好的、最有利的结果。换句话说，在追求某种目标时，即使举步维艰，仍有所指望。事实也证明，当你往好的一面看时，你便有可能获得成功。积极思想是一种深思熟虑的过程，也是一种主观的选择。那么什么是积极的心态呢？让我们看看下面的几个例子吧！

不久前，我的一位朋友比尔被解雇了。他是突然被炒鱿鱼的，而且老板未作任何解释，唯一的理由是公司的政策有些变化，现在不再需要他了。更令他难以接受的是，就在几个月以前，另一家公司还想以优厚的条件将他挖走，当时比尔把这事告诉了老板，老板极力挽留他说：“比尔，我们更需要你！而且，我们会给你一个更好的前景。”

而现在比尔却落到了如此结局，可想而知他是多么痛苦。一种不被人需要、被人拒绝以及不安全的情绪一直缠绕着他，他不时地徘徊、挣扎，自尊心深受伤害，一个原本能干而有活力的比尔变得消沉沮丧、愤世嫉俗。在这种心境下，比尔怎么可能找到新的工作呢？

在这种情形下，正是积极心态的力量发挥了最佳功效，使他重新找到了自己。

有一天，他无意中翻出一本书：《积极思想的力量》。看过一遍后，他开始思考自己，他目前这种状况是否也存在一些积极的因素呢？他不知道，但他发现了许多消极负面的情绪，这些负面因素是使他一蹶不振的主要原因。他也意识到一点，要想发挥积极思想的功用，自己首先必须做到一点——排除消极的情绪。

没错！这便是他必须着手开始的地方。于是他开始改变思维方式，摒除消极的情绪，代之以积极的思想，使自己心灵复苏。他开始有规律地祷告：



“我相信这一切都是上帝的安排，我被解雇，相信也是如此。我不再抱怨自己的遭遇，只想谦卑地请问上帝，这事究竟为何？”一旦他开始相信所发生的一切事情都确有其因之后，他不再对老板愤懑不已，他认为，如果自己身为老板，也许会不得不如此。当他如此考虑之后，自己的整个心态完全变了，他又找到了自己的工作。

为什么积极的心态会产生如此大的力量呢？其实，积极的心态并不具有一种神奇的魔力，可以无中生有，给失业者变出一个工作，而是一切都有迹可循，最终还得靠我们自己。当比尔心中充斥着不满、怨气和仇恨时，他怎么可能尽心尽力的去找工作？倘若他遇到朋友时，仍然怨天尤人，闪烁其辞，你想他的朋友会认为他是个适当的人选而大力向人推荐吗？所以，比尔后来的转机一点也不出人意料。他只不过是及时调整了自己的心态，改变了自己的思考和行为方式，而且实事求是地分析了事实。

因此积极心态指的是，在看待事物时，应考虑生活中既有好的一面，也有坏的一面，但强调好的方面，就会产生良好的愿望与结果。当你朝好的方面想时，好运便会来到。积极心态是一种对任何人、情况或环境所把持的正确、诚恳而且具有建设性，同时也不违背上帝律法和人类权利的思想、行为或反应。积极心态允许你扩展你的希望，并克服所有消极心态。它给你实现你欲望的精神力量、感情和信心，积极心态是当你面对任何挑战时应该具备的“我能……而且我会……”的心态。积极心态是迈向成功不可或缺的要素，积极心态是成功理论中最重要的一项原则，你可将这一原则运用到你所做的任何工作上。

※ 积极心态的基本原则

积极心态的基本原则是你能使你的大脑预备成功的先决条件。实际上，从你现在的思维模式便能预测你将来成功与否。





现在，我们要对所说的“成功”一词加以界定。当然，我们并不仅指纯粹的成果，而是指比这更难做到的功业，即如何使你的生活过得更有意义，更有效率。它指的是，作为一个人，你成功了；面对困难，你能自我控制，有条不紊，不成为难题的一部分，而是能提出解决之道。我们为自己定下的目标是：过成功的生活，成为有创造力的人。

人的成就绝不会超过一个人的所想，志存高远成就也就大，燕雀之志只能是小打小闹。

我认识一位成功的人，名叫威廉·丹佛斯，他是一家名为布瑞纳公司的老总。威廉·丹佛斯小时候很瘦弱，就好像许多健身广告里“练习前”的那种瘦小体型。他告诉我，他的志向也不远大。他对自己感觉很差，加上羸弱的身体，这种不安全感加深了。

但是，后来一切都改变了。他在学校里遇到一位好老师。有一天，这位老师私下把他叫到一旁说：“威廉，你的思想错了！你认为你很软弱，就真会变成这样一个人。但是，事实并非一定会这样，我敢保证你是一个坚强的孩子。”

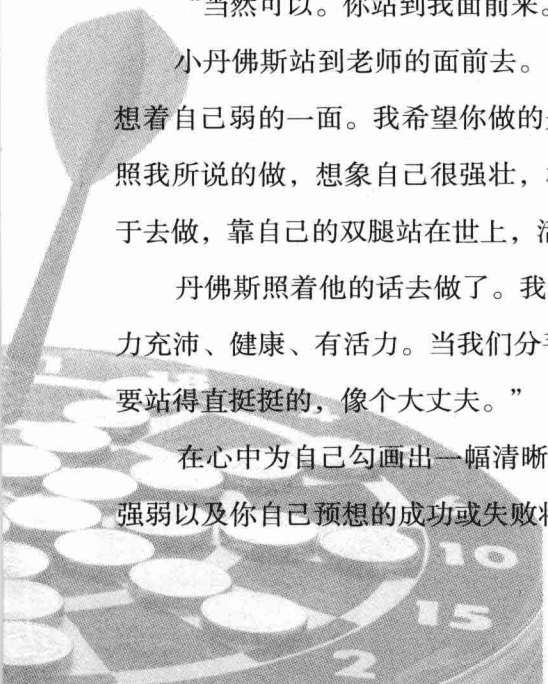
“你是什么意思？”这个小男孩问，“你能吹牛使自己强壮吗？”

“当然可以。你站到我面前来。”

小丹佛斯站到老师的面前去。“现在，就以你的姿势为例。它说明你正想着自己弱的一面。我希望你做的是考虑自己强的一面，收腹挺胸。现在，照我所说的做，想象自己很强壮，相信自己会做得到。然后，真正去做，敢于去做，靠自己的双腿站在世上，活得像个真正的男子汉。”

丹佛斯照着他的话去做了。我最后一次见到他时，他已经85岁，仍然精力充沛、健康、有活力。当我们分手时，他对我讲的最后一句话是：“记住，要站得直挺挺的，像个大丈夫。”

在心中为自己勾画出一幅清晰的蓝图十分重要，因为预定蓝图的好坏、强弱以及你自己预想的成功或失败将会变成现实。一位心理学家说：



“在人的本性中有一种倾向：我们把自己想象成什么样，就真的会成为什么样子。”

这里的想象并不是漫无目的的狂想。想象是一种关于影像设计的艺术或科学，你可以把它叫做成像。你对自己有什么样的影像十分重要，因为这个影像会成为事实。

思想是行为的先导。如果你预先想见自己的成功，你便会去实施使今日成功的行为。只要我们运用积极心态的原则，每个人都会成功。即使诸事不顺，也别轻言放弃，并认为自己与成功无缘。即使在最恶劣的情况下仍然会有出路，有隐藏的秘诀，它们能使你从失败转向成功，由绝望转向快乐。

※ 积极心态的奇效

著名心理学家威廉·詹姆斯说过，

世界由两类人组成：一类是意志坚强的人，另一类是心志薄弱的人。后者面临困难挫折时总是逃避，畏缩不前。面对批评，他们极易受到伤害，从而灰心丧气，等待他们的也只有痛苦和失败，但意志坚强的人不会这样。他们来自各行各业，有体力劳动者，有商人，有母亲，有父亲，有教师，有老人，也有年轻人，然而内心中都有股与生俱来的坚强特质。所谓坚强的特质，是指在面对一切困难时，仍有内在勇气承担外来的考验。

有一天，我刚走出办公室，拦了一辆出租车。一上车便感觉到司机是个很快活的人。他吹着口哨，一会是电影《窈窕淑女》中的插曲，一会是国歌。看他乐不可支的样子，我便搭腔说：“看来你今天心情不错！”

“当然喽！为何要心情不好？我最近悟出了一个道理，情绪暴躁和消沉都没好处，因为事情随时都会发生转机。”接着，他便给我讲了一个自己的故事。



拿破仑·希尔

成功致富之道全集
NA PO LUN XIER CHEN GONG ZHI FU ZHI DAO QUAN JI

