



青年成功文库

林语堂推荐给每一位有志青年的“成功圣经”

思考与成功

对自己进行投资
正确思考的奇迹

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中，能获得同样的兴奋影响。

林语堂



「美」奥里森·马登 著

思考与成功

[美] 奥里森·马登 著

吴群芳 刘志明 译

包刚升 校译

中国档案出版社

责任编辑/赵增越

图书在版编目 (CIP) 数据

思考与成功/(美)马登(Marden, O.)著;吴群芳,刘志明译. —北京:中国档案出版社, 2000. 12

ISBN 7-80166-022-6

I. 思… II. ①马… ②吴… ③刘… III. ①思维方法 ②成功心理学 IV. B848. 4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 74887 号

SIKAO YU CHENGGONG

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/12.125 字数/250 千字

版次/2001 年 1 月第 1 版 2001 年 1 月第 1 次印刷

印数/5000 册

定价/20.00 元

116402

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，剀切详明，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 新的生活哲学

奥里森·马登

作者最近的一本书《和平、力量与富足》在出版后的头两年中，几乎每个月都要重印一次，并且先后在英国、德国和法国发行。读者来信雪片般涌来，许多读者认为，这本书为他们打开了一个新的世界，使他们能够发现自身的潜力并加以充分地运用，而他们以前对这种潜力竟然一无所知。这种渴望了解人性的求知欲，我们可以称之为乐观和爱心的福音，也可以称之为通向美好生活和光明前途的哲学。

这种生活哲学的目的在于：告诉人们如何摆脱愚昧无知，如何摆脱贫穷匮乏，如何克服自身缺陷，如何抵制各种邪恶东西的诱惑。这种生活哲学要使人从贫困、匮乏、疾病的奴役状态中解放出来，为人清除通向成功与幸福道路上的各种障碍。

《思考与成功》是《和平、力量与富足》一书的姊妹篇，作者推出这本书的原因在于：希望以此唤醒各位读者，让他们发现潜在于自身的强大力量。如果他们能够发掘和利用这种潜能，他们就会走出忧郁和苦闷的泥淖；至少会大大地帮助他清除人生道路上的困难与阻力，使他能够实现自己的梦想，成为他所想成为的人。

本书论证了合理的愿望所具有的神奇力量。我们内心深处的渴望和抱负往往是带有预见性和前瞻性的，有种种迹象表明：渴望和抱负往往会变成现实。在我们合理的愿望中，往往存在着切合实际的创造力。我们完全相信，在实现理想的道路

上，不管存在怎样的艰难险阻，我们最终都能达到目标，完成自身的人生使命。只要我们的想象是合理的，事物就会成为我们所希望的那样，成为它们本来应该成为的那样。只要我们牢记理想，坚韧不拔，我们就会成为自己所希望成为的人，成为一个尽善尽美的人，会拥有强健的体格、明智的头脑、良好的素质和高尚的心灵。

本书告诫我们，要扼制任何不健康的思想、庸俗的思想和邪恶的思想，不管我们是怎样的才疏学浅、体弱多病，不管我们目前的处境是怎样的穷困潦倒、问题成堆，不管这种现实的处境与我们的想象，与上帝对我们的理想相距是多么的遥远。我们都应该确信，上帝所创造的人类是完美无缺的，是不会陷于堕落境地的，因为我们的存在是不朽的；而且在人的一生中，我们的生活态度与思维方式是可以不断变化的。

本书告诉我们，恐惧是人类的最大灾难，与其他任何因素相比，恐惧摧残了更多人的生命，破坏了更多人的幸福，妨碍了更多人去获得成功。担忧、恐惧都是一些附着在我们身上的邪恶力量，它们污染了生命的源泉，破坏了生活的和谐，降低了工作的效率。相反，积极向上的思想使人获得安宁、慰藉，会使人提高工作的效率，使人力量倍增。

作者坚信，对生活持一种乐观的态度，相信事情总是在向好的方向发展而不是在向坏的方向发展，我们是在走向成功而不是在走向失败，生活会越来越幸福而不是越来越悲惨，这种信念要比任何一种习惯对生命都更有价值。

本书告诉我们，每一个人都应该生活得比现在最快乐的人更快乐；应该生活得比现在最富有的人更富有和充实；我们有权利享有人世间一切美好的事物。而一个人要想生活得幸福、

事业有成就，就必须最大限度地发挥自身的潜力，使自己的身心和力量处于最和谐的状态。

The Miracle Of Right Thought

成功有两种，一种成功属于天才人物，他们拥有常人所不具有的天赋与才能；然而，大部分获得成功的人并不是天才人物，他们仅具有常人的资质，但与众不同的是，他们把自己原本普通的资质发展到了常人难以企及的高度。

—— 西奥多·罗斯福

思考与成功



「美」奥里森·马登 著

那些伟人所达到的高度与巅峰，
并不是在突然间一蹴而就的，
当他们的同伴沉浸在甜美的梦乡中时，
他们还在深夜的孤灯下苦苦奋斗。

—— 奥里森·马登

思 考 与 成 功

目 录

第一篇 对自己进行投资

第1章 修炼谈话的艺术	/3
健谈者的魅力/失传的演讲术/一流口才的技巧	
第2章 雄心与抱负	/22
没有目标的悲剧/强大的内在推动力	
一生中理想的高度/唤醒心中的巨人	
第3章 个性是成功的一笔财富	/42
个人感染力的差异/优秀品质的吸引力	
付出是没有存折的储蓄	
第4章 社交生活的成功者	/57
令他人愉悦的能力/葡萄藤上的一串葡萄	
正确思维引导美好人生/优美动人的声音	
第5章 机智的力量	/74
机智者畅通无阻/敏锐感洞悉一切	
人是偏见的动物	
第6章 “我有一个朋友”	/88
伟大友谊的支持力量/明智的交友之道	
友谊的商业化/真挚友谊的坚实基础	
第7章 把美带进你的生活	/107

美的教育与熏陶/美塑造高贵的心灵 散播美丽，收获幸福/优雅的素养即是美	
第8章 通过阅读进行的自我教育	/128
因读书而改变命运/良好的阅读习惯 书籍的价值	
第9章 读书的品味与励志	/142
好书造就人/小说的魔力/鼓舞人心的力量	
第10章 自我完善的习惯	/156
自学造就的杰出人物/不进则退，适者生存 凡有的，应该给他更多	
第11章 把你这块材料铸成器	/166
六个工匠与一个铁块/锻造生命之铁 出身平凡的卓越人物	
第12章 公众演讲的有益影响	/173
自我表达的艺术/演讲的训练和勇气 公众演说力量	
第13章 仪表是人的门面	/186
良好仪表的作用/关于衣着的原则 改变衣着，改变生活	
第14章 自力成功者的精神航标	/195
自助自立的美德/抛开身边的拐杖 不得不做的成功者	
第15章 思想之友与思想之敌	/205
紧守思想之门/驱除思想之敌 和谐、仁爱与真实	

第二篇 正确思考的奇迹

第1章 愿望的神奇力量	/215
心灵的渴望与感召/明确目标的力量	
梦想是现实之母	
第2章 成功和快乐属于你	/228
自由与财富的使命/正确的思想	
贫穷是一种思想病	
第3章 积极的心态	/240
做一套，想一套/积极心态的力量/自信的风度	
第4章 期盼你自己的伟业	/259
“我能行”/伟大的奠基石	
自我贬低的悲剧/跨越阿尔卑斯山的勇气	
第5章 自我暗示的激励力量	/278
败者自败/自我暗示中的财富	
自我沟通的艺术	
第6章 忧郁的罪恶	/292
忧郁会击垮一个人/成为情绪的主人	
克服忧郁的信念	
第7章 改变思想，改变命运	/309
圣保罗的箴言/大脑机能的空前发展	
思想与心态的改变	
第8章 恐惧毒害人的心灵	/322
因迷信而恐惧/斩断迷信的缰绳	
忧虑不安的祸害	
第9章 追求和谐	/336
和谐的生命乐章/幸福与高效的秘密	

一门精湛的艺术	
第 10 章 伟大的内在力量	/342
内在力量的奇迹/伟大力量的源泉	
生命的活泉	
第 11 章 思考着的人	/350
“爱我们的敌人”/思想与品格的种子	
传播仁爱与快乐	
第 12 章 错误心态和消极情绪	/361
错误心态的束缚/每个细胞的生命力	
走向和谐与幸福的年代	

主编后记

第一篇

对自己进行投资

第 1 章

修练谈话的艺术

高超的谈话技巧是一门重要的艺术，
但大多数人没有掌握这种艺术。
善于谈话的人懂得，
思想与思想之间的碰撞，
心灵与心灵之间的沟通，
会产生耀眼的火花和全新的力量。

一个高明的谈话者必定有他自己的想法，并能广泛地阅读，深入地思考和倾听他人的见解，因而总有某些可以谈论的内容。

——瓦尔特·司各特爵士

当查尔斯·艾略特担任哈佛大学校长时，他说过这样一句话，“我认为有教养的青年男女唯一应该具有的必备素养，就是精确而优雅地使用本国的语言。”

健谈者的魅力

事实上，没有任何别的东西可以像良好的谈话能力那样能使别人，尤其是使那些对我们了解甚少的陌生人，对我们产生美好的印象。

成为一个好的健谈者，运用你在交流沟通方面非同一般的技能，就能够引起别人的兴趣，吸引他们的注意力，并自然地使他们聚集到你的周围。这是一种非常重要的技能，其重要性无可比拟。它不但可以令你在陌生人心目中留下美好的第一印象，同时也可以帮助你广交朋友，拥有友谊。它打开了人与人之间沟通的大门，使彼此的心灵变得亲近。它可以使你在各种各样的人群中广受欢迎，使得你能与他人融洽相处，在社会交往中如鱼得水。如果你拥有这样一种非同寻常的本领，那么客户、生意自然会源源而来。即便你在物质上一贫如洗，只要有良好的交谈能力作支撑，你照样可以进入上流社会。