

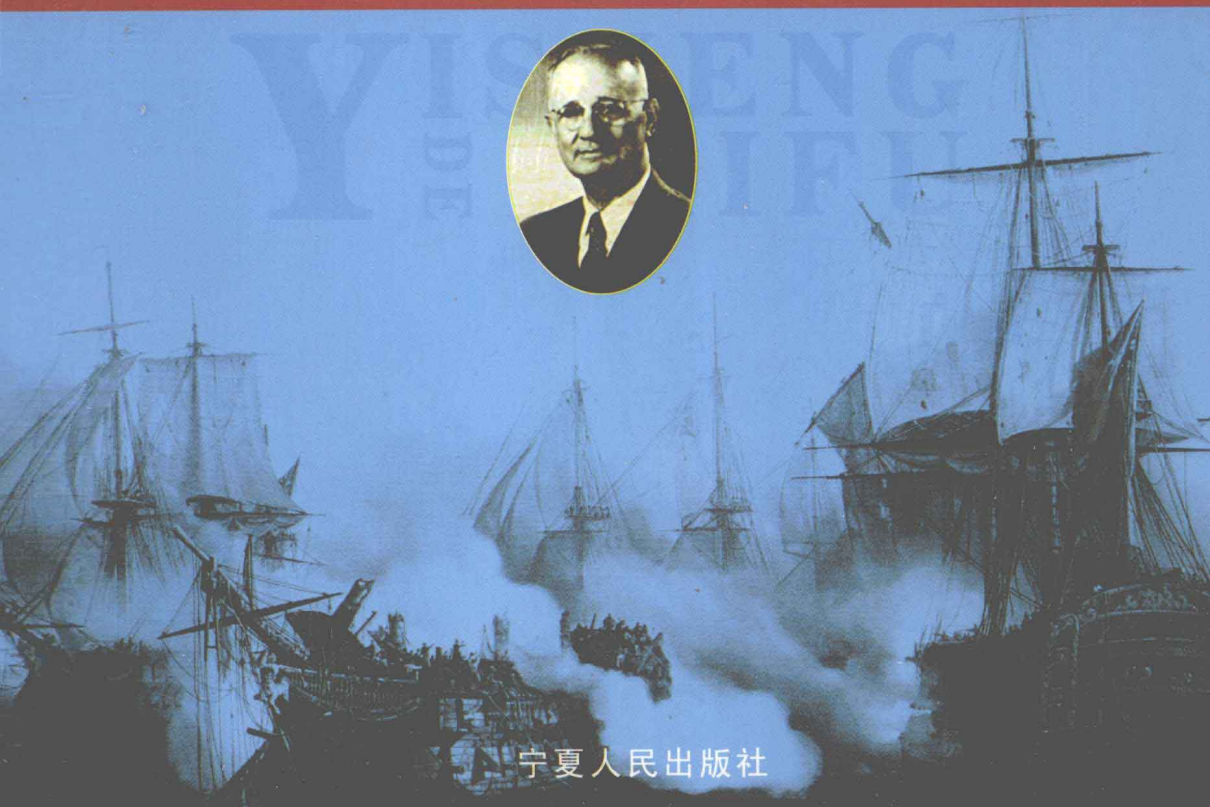
YISHENG
DE CAIFU

成功是我们最热切的企望

一生的财富

拿破仑·希尔成功法则 (上)

纹石 著



宁夏人民出版社

YISHENG
DECAIFU

成功是我们最热切的企望

一生的财富

拿破仑·希尔成功法则



常州大学图书馆
藏书章

宁夏人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

一生的财富：拿破仑·希尔成功法则/纹石著. —银川：宁夏人民出版社，2010.5

ISBN 978-7-227-02501-6

I. 一… II. 纹… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 076063 号

一生的财富——拿破仑·希尔成功法则 (上)

纹石著

责任编辑 贾羽 李秀琴
出版发行 宁夏人民出版社
地 址 银川市北京东路 139 号出版大厦
网 址 www.nxcbn.com
经 销 新华书店
印 刷 北京昌平新兴胶印厂
开 本 710mm×960mm 1/16
印 张 22
字 数 260 千
版 次 2010 年 5 月第 2 版 第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-227-02501-6
定 价 43.80 元 (上、下册)

版权所有 翻印必究

序 言

1 关于成功学



序
言

这是一个人人都渴望富有，人人都渴望成功的时代。然而，什么是成功？

成功就是作为社会的个人达到自己正当的目的与实现自己的理想。成功是人的本能、愿望与职责。“人生来就有成功的本能，以后逐渐产生了成功的愿望，做任何工作时都担负着成功的职责。”人人都希望把自己的工作做好。因此，不论是否意识到，成功是每个人所具有的共同意识。但是，由于环境与文化条件的差异，有些人的成功意识强烈些，有些人的成功意识薄弱些。也就是说，失败与成功的差别就在于意识的强弱。

千百年来，许多仁人志士追求成功，研究成功，以求寻找出成功的规律或秘诀。美国钢铁大王卡耐基在研究成功方面，做出了突出贡献。

卡耐基认为他自己的成功以及美国许多发明家、企业家、政治家等人的成功，都含有许多值得人们学习的哲理与经验，因此他渴望寻求一位适当人才来研究美国名人成功的哲学。

一个偶然的机，他发现了后来成为成功学的优秀传人拿破仑·希尔。卡耐基严格考验了年轻的希尔后，决定委任他担当成功哲学的重任，要他访问美国 500 位成功名人，总结他们的成功经验与哲理，用 20 年的时间创立成功学。

拿破仑·希尔不负重望，果然拿出了骄人的成绩，奠定了现代成功学之基。其八卷本的成功学著作的出版，被称为“美国本世纪重大事件之一”。

以拿破仑·希尔的成功学为渊源，当代成功学主要有三个流派：美国以卡耐基、拿破仑·希尔的学术及美国魔鬼训练营为代表；日本以鼓气学校和魔鬼训练营为阵脚；欧洲以德国的智囊公司、创意训练中心为先锋。

这本《成功法则》主要以希尔的成功学为蓝本，以 17 条成功规律为始基，借鉴其他成功学派别之精华，以达到“强化成功意识、普及沟通理念、调整处世心态、传授实战经验”之目的，是目前成功学著作中最精练又具实践指导和训练的优秀教程之一。

2 拿破仑·希尔其人

拿破仑·希尔出身贫寒。1883 年 10 月 26 日生于美国弗吉尼亚州瓦意城的一个小木屋中，1970 年 11 月 8 日逝世于美国南卡罗来纳州格林维尔城。

当他还是一个小孩时，他的母亲就经常激励他、祝福他，在他的心中种下了思考成功、渴望成功的种子。



一 生 的 财 富

1908年，拿破仑·希尔结识了钢铁大王、人际关系学家安德鲁·卡耐基。从此他开始了长达20年的采访、整理、研究世界上五百多位成功人士的成功经验及处世哲学的工作。

1928年，他完成了八卷本的《成功规律》。这八本书激励了千百万人去获得财富或成为卓越的成功者。

此后，因成功学而获得博士学位的希尔成为美国两位总统——伍德罗·威尔逊和富兰克林·罗斯福的顾问。他影响了两位总统所做的某些决定，而这些决定又影响了美国历史的进程。

1937年，拿破仑·希尔完成了《思考致富》一书，这本书已拥有一千多万读者。

1960年，拿破仑·希尔与克里曼特·斯通合作又完成了《人都能成功》一书。此书激励人们通过纠正意识、性格和生活习惯上的缺点，实现人生的伟大梦想。

至此，拿破仑·希尔的成功学画上完满的“句号”。

拿破仑·希尔成功学的精华也就是经过他几十年的研究与归纳所得出的以下17条成功法则。

1. 积极的心态
2. 明确的目标
3. 正确的思考方法
4. 高度的自制力
5. 多走些路
6. 培养领导才能
7. 建立自信心
8. 迷人的个性



序
言

9. 创新致胜
10. 充满热忱
11. 专心致志
12. 富有合作精神
13. 永葆进取心
14. 正确看待失败
15. 合理安排时间与金钱
16. 保持身心健康
17. 养成良好的习惯

这本《成功法则》也大体上按照这 17 项成功法进行特别训练，但又有侧重点，并吸收了其他成功学的特训方式予以补充，使其愈加完善，更适合快节奏生活中的人们在短时间内吸取精华，实战人生。

3 特别说明

这本《成功法则》不希望你利用一点可怜的闲暇时间去应付，也不主张你用上一整天或一晚上的时间去一气呵成。我们希望你从从容容地研读它，仔仔细细地揣摩它，甚至要反复地咀嚼它；要把它作为你每天的议事日程之一，把它作为人生的必修课本，作为生活指导手册，时刻带在身边。

当你阅读此书时，你要用积极的心态去对待，不要走马观花。要相信这本书能帮你了解自己，改变自己，开发自己，创造自己，真正做自己的主人，做自己命运的主宰。要对每



一 生 的 财 富

一项特训、每一个方式、每一条建议予以高度重视，拿它们与自己的日常行为、思想、习惯做对比，找出差距，再问问自己：我做得怎么样？我有哪些要改进的地方？

当你知道了差距及你之所以没有成功的原因后，最值得注意的是：

立即行动起来，按特训要求做。

要把信念、理想与目标灌注到你的行动之中。在积极的行动中改变自己，在积极的行动中验证此书。

如果你能以积极认真的态度研读此书，并按每一项特训内容及要求去做，我们编著此书的目的与心愿也就达到了。因为在不久的将来，世界会因为又多了一位伟大的成功者而骄傲。



序
言

编 者

目 录

序 言	(1)
1 关于成功学	(1)
2 拿破仑·希尔其人	(2)
3 特别说明	(4)

第一部 认识自我:成功之始

第一章 认识你自己	(3)
1 动用你的 PMA	(3)
2 你是你命运的主宰	(4)
3 你认为你行,你就行	(6)
4 特别训练:培养你的 PMA	(8)
第二章 你想得到什么	(15)
1 确定你成功的坐标	(15)
2 确定的目标是成功的起点	(16)
3 确定的目标能使你把握每一个机遇	(18)
4 让你的目标成为一棵树	(19)



一 生 的 财 富

5	特别训练:确定你的目标	(21)
第三章	挖掘你的潜能	(28)
1	唤起你心中沉睡的猛虎	(28)
2	创造力:你潜能中的金矿	(30)
3	潜意识:潜能的发动机	(33)
4	特别训练:释放你的潜能	(34)
第四章	清洗大脑	(42)
1	洗脑术一:多长几个心眼儿	(42)
2	你一定有远见卓识	(43)
3	洗脑术二:坐思意念	(44)
4	洗脑术三:擦亮你的眼睛	(46)
5	特别训练:帮你洗脑	(49)



拿破仑·希尔成功法则

第二部 成功者气质开发:成功之源

第五章	永葆进取心	(59)
1	进取心与成功者气质	(59)
2	借用嘲笑的力量	(63)
3	承受一次打击	(64)
4	在接受别人的批评中上进	(65)
5	特别训练:上进秘方	(67)
第六章	热忱法则	(76)
1	热忱原理	(76)
2	热忱要单纯	(77)
3	休斯·查姆斯的百万美元擦鞋	(78)

4	天才与热忱	(80)
5	热忱与潜能	(81)
6	特别训练:如何增强你的热忱	(82)
第七章	学会专注	(92)
1	专注的力量	(92)
2	专注测试纸	(93)
3	专注——具体思维的技巧	(95)
4	特别训练:让头脑冷静下来	(96)
第八章	直面失败	(104)
1	关于失败的哲学	(104)
2	当你失败时,想想这些	(105)
3	特别训练:走过天堂路	(108)



第三部 驾驭自我:成功之力

第九章	做个自信的人	(125)
1	成功的阶梯是自信	(125)
2	不要让自卑挡了你的道	(126)
3	特别训练:建立你的自信心	(128)
第十章	驾驭你的情绪	(139)
1	认识你的情绪	(139)
2	调控愤怒的“心灵鸡汤”	(143)
3	测试你的情绪	(144)
4	特别训练:做你情绪的主人	(152)

第一部

认识自我成功之始

- ◎认识你自己
- ◎你想得到什么
- ◎挖掘你的潜能
- ◎清洗大脑

第一章 认识你自己

1 动用你的 PMA

什么叫 PMA?

要想知道答案，先看下面这则小故事。

从前，南洋有位生活困难的老太太，她有两个儿子。老大靠卖雨鞋为生，老二靠卖阳伞为生。兄弟俩以微薄的收入养活老人，日子倒也过得下去。但是老太太总是心里不安宁，脸上没有笑容。

天下雨了。邻人问：“老太太，怎么今天绷着脸，不高兴？”老太太说：“下雨没太阳，我二儿子的阳伞怎么卖得出去？”

天晴了。邻人又问：“老太太，怎么今天绷着脸，不高兴？”老太太说：“天晴了，我大儿子的雨鞋怎么卖得出去？”

就这样，天晴也罢，天下雨也罢，老太太总是一脸愁容。

后来有人给老太太指点指点，她变得高兴起来，整天笑意堆在脸上，似乎年轻了好几岁。

天下雨了。邻人问：“老太太，你今天怎么这么高兴？”她回答道：“没看见吗？天下雨了，我那卖雨鞋的儿子会赚



钱了。”

天气晴了。邻人问：“老太太，你怎么今天这么高兴？”她回答道：“没看见吗？天晴了，我那卖阳伞的二儿子要生财了。”

同样的事，老太太为什么会乐观起来？

答案是：她学会了运用积极的心态去看待问题，思考问题。

现在你应该知道什么叫 PMA 了。PMA 就是积极心态的英文缩写（即：Positive Mental Attitude 各个单词的开头字母）。

PMA 是你走出困境的灯塔！PMA 是你追求卓越的保证！PMA 是你走向成功的法宝！

2 你是你命运的主宰

命运就掌握在你手中。

犯不着怨天尤人，拿破仑·希尔告诉我们，我们的心态在很大程度上决定了我们人生的成败。

我们怎样对待生活，生活就怎样对待我们。我们怎样对待别人，别人就怎样对待我们。我们在一项任务刚开始时的心态决定了最后有多大的成功，这比任何其他因素都重要。

也许你认为，你现在的境况是他人造成的，落后或不利的环境决定了你的位置，你只好听天由命，把命运交给冥冥之主。如果是这样，那你就大错特错了。



一 生 的 财 富

环境为人而生，人却能从根本上改变环境。说到底，如何看待人生，如何改变命运，由我们自己决定。马尔比·D·马布科克说：“最常见，同时也是代价最高昂的一个错误，是认为成功有赖于某种天才，某种魔力，某些我们不具备的东西。可是成功的要素其实就掌握在我们自己的手中。一个人能飞多高，并非由人的其他因素，而是由他自己的心态所制约。”

我们知道，美国总统富兰克林·罗斯福小时候是一个非常脆弱胆小的人。据他后来说：当老师叫他起来背诵课文时，他就双腿发抖，呼吸急促，嘴唇颤动不已，回答得含糊而且不连贯，然后在同学的讥笑中颓废地坐下来。

按理，像他这样的人，自我感觉一定很敏锐，会拒绝参加任何集体活动，不善交友，孤独忧郁。然而，事实却相反，他的缺陷促使他更努力地去奋斗，他并不因为同伴对他的嘲笑而退缩。他坚强地咬紧牙关，使嘴唇不颤动，克服他的惧怕。就是凭着这种战胜自己的精神，他也战胜了别人，从而成为美国第一个最得人心的总统。罗斯福成功的主要因素在于他的积极心态和持之以恒的努力。

从罗斯福的奋斗中，我们应该得到的启发是：

(1) 只有产生强烈的成功愿望以达到崇高目标的人，才能走向伟大。

(2) 只有不断地调整心态，动用 PMA 的人才能取得并保持成功。

(3) 要想成功，首先要战胜的敌人是自我，其次才是环境及他人。



(4) 对那些被积极心态所激励，要成为成功者的人来说，伴随着任何逆境，都会同时产生一粒等量或更大利益的种子。

(5) 主宰你命运的不是别人，而是你自己。

3 你认为你行，你就行

这句话不是妄言。细细分析，其中包含着深刻的哲理。首先是深层次心态问题。每个人的深层次心态都不一样。有的人的心态表现为坚定不移的信心，诚实、希望、乐观、勇气、向上、容忍、机智、诚恳等正面的因素；有的人的心理倾向则为消极、悲观、失望、颓废、病态、忧郁、压抑等负面因素。但总的划分可归为两类：积极的心态和消极的心态。

在你的身上，佩戴着一个隐形护身符，护身符的一面刻着 PMA（积极心态），一面刻着 NMA（消极心态）。如果你运用 PMA，就能够创造出财富，取得成功，拥有健康；如果你运用 NMA，则会使希望泯灭，意志消沉，最终走向平庸与堕落。

有这样一个故事：一个周六的早晨，一个牧师正在为讲道的内容伤脑筋。他的太太出去买东西了，外面下着雨，小儿子又调皮捣蛋，在旁边缠着他，使他无法进行思考。他灵机一动，顺手将一张色彩亮丽的世界地图撕成碎片，丢到客厅的地板上。他告诉儿子，只要能把这张地图拼起来，就给两毛五分钱。儿子愉快地答应了。

牧师关上房门，心想，这下可以静一静了。儿子至少会

