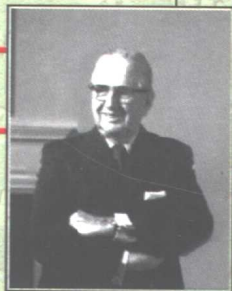


成功经典文库

积极思想之父诺曼·文森特·皮尔

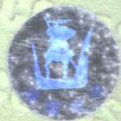
创造人生奇迹

相信奇迹，你就生活在奇迹当中



你要认为你能够做某些事，你要知道你实际上比你所认为的还要了不起。凡是能实际地、非自大狂地相信自己，具有健全的自信心的人，都是人类的珍宝，因为他们能够把他们的活力传达给缺少活力的人。

如何让自己活得更尽兴？精神上的信心和态度具有令人难以置信的力量。拥有了自信，你就会前进且不畏惧；拥有了自信，你就会发现，奇迹就在你眼前。



吉林人民出版社

成功经典文库

积极思想之父诺曼·文森特·皮尔

创造人生奇迹

相信奇迹，你就会生活在奇迹当中

魏楚豫 / 编译

吉林人民出版社

(吉)新登字 01 号

创造人生奇迹

编 译 魏楚豫

责任编辑 吴兰萍

责任校对 李 鹏

封面设计 王晓庆

版式设计 杨利伟

出 版 者 吉林人民出版社

(长春市人民大街 124 号 邮编 130021)

发 行 者 吉林人民出版社

制 版 远流图文工作室(电话:024-22931003)

印 刷 者 丹东日报印刷厂

开 本 850×1168 1/32

印 张 11

字 数 178 千字

版 次 2001 年 10 月第 1 版

印 次 2001 年 10 月第 1 次印刷

印 数 1-5000 册

标准书号 ISBN 7-206-03884-0/B·132

定 价 19.80 元

如图书有印装质量问题,请与承印工厂联系。

编者序

今天的自信，引导明天的成功

诺曼·皮尔博士是一个传奇人物，他在 40 多年间专门针对大型的商业会议、推销和商业研讨会，以及各式各样的集会中发表过演说，又多次应邀到白宫，在美国总统、参议院和众议院的领袖面前，宣扬他的“你认为你行你就行”的积极哲学。

在他参加的各种会议和各式各样的集会中，他还会遇到另一些人，他们有知识、有学历、有能力，然而他们往往不能成功，或者离成功总有一步之遥，这是怎么回事？

经过同他们多次的交谈与会晤，皮尔博士终于发现这些人为什么不能成功——他们缺乏一种精神、一种向上的动力、一种能把他们推向成功的加速度。不错，他们缺乏的就是自信。

因此在本书中，诺曼·皮尔博士告诉我们，每个人都有无限的潜力，以及具有自我激励的心情，这些都是你最大的成功宝藏，这些宝藏别人无法替你打开来，必须依靠你自己才能打开。在这个世界上，只有你才能真正地发现你自己。

皮尔博士反复强调自信对人生的重要，他发现所有创造和完成伟大事业的人，都是“有组织”的人。所谓有组织是指心智、精神和目标能协调一致。一个人只要发挥坚强的意志，设定明确的目标，一定可以培养出他想要的思维模式。

一个人能发展成为什么样子，往往和他的自我想像有关，如果你过去的自我想像 是卑屈，认为自己不行，命定失败，这种自我想像 是可以改变的。而这种想像 改变之后，你也会跟着改变，失败的想像 就会远去，而由“我能够做到”的自我心像取而代之。人可以经由改变他的心智思想态度，进而改变他的生活。

其实，世界上最难了解的人就是我们自己。我们的内心有保护自己的倾向。总是为我们的所作所为找出理由，要让不合理的也看来合理。很多人根本就不想认识自己，他们谈论别人和别人的问题，却躲避他们自己，不愿意面对事实。而实际上，一个人的成长并成熟的过程中最重要的一个阶段，就是不再试着躲避自己，而要决定认识真正的自己。

诺曼·皮尔博士确实是个神奇的人，他的著作很多，如《人生光明面》、《积极思想的力量》等等。笔者在编译这本《创造人生奇迹》的过程中，获益匪浅，吸收了书中许多积极乐观的思想，以便使自己在今后的人生道路上走得更坚实。

《创造人生奇迹》是一本着重结果成效的书。书中讲

述了许多因抱持自信的观念，而使人生发生了重大改变的事例和经验。皮尔博士所举的这些事例的主旨在于他想告诉读者：你可以相信你有伟大的潜能，永远不要看扁自己，你可以敦促你自己开放，你可以认识和找到你自己，你可以改变，变成一个新人，变成复活的人，旧的已经过去，一切都是新的，充满了活力。

每个人都应该了解人生最重要的就是生活本身，所以人生的第一要著就是认识到他对这个生命负有责任。如果他付出了关注和心思，生命就能如他所愿；如果他疏忽、不关心这个生命，生命自然不会如他所愿。在自然把生命交到我们手上之后，以后的事就靠我们去思考应该怎样做才正确，这里有一首诗或许会对我们有所启示：

我路过这个世界仅此一次，
因此，若有任何我能尽到心意的事，
若有我能对别人表达关怀的事，
让我此刻就去做，
让我不延误也不漠然，
因为，生命没有第二次机会。

你只能活一次，这是不变的事实。认清了这一点，我们就应该活得自信，不要活得怯懦；要活得沉着、平静，不要活得惶惶不安；要力求心态的平衡，不要困惑混乱。为了自己，也为了身边的人，应该让生命做最大程度的发挥，不要自暴自弃、误人误己。

人生中总能遇到不如意的事，要相信你内里所具有的

能力，足以处理来到你面前的任何问题，永远别跟自己过不去，不要小看自己，要认识到你比你以前所认为的还要了不起。如果在阅读了本书之后，能唤醒读者朋友们自身不为人知的不可思议的力量，能使读者朋友们有了坚强的自信，那么编者将由衷地感到欣慰。

记着，没有人能完全像你一样活出你自己，你必须发现真正的自我，然后你将会知道你能，因为你学会了认为你能，你就会发现你所潜伏的力量。

人生中难免遭遇困难，在困难之中如果没有信心，他就很难有持久的动力，也就难以通过这些困难。信心加上有动力的梦想，再加上积极的行动，就是向前的程式，终会获得成功。

只要你能相信自己就是一种能力，它就会让你受用不尽，它就会让你摒弃怀疑和消极的想法。随时随地抱着“你认为你行你就行”的想法观念，不仅会督促你建立积极乐观的想法，更会督促你采取积极乐观的行动，踏上积极乐观的行程。

永远都要保持自信，要相信，即使在你面前有一扇门关上了，这世上还有另一扇门将会为你打开。

编者序 今天的自信，引导明天的成功 /001

第一章 绝不轻言放弃 /001

追随梦想 /004

鼓起你的勇气 /006

继续跑完下一里路 /009

水滴石穿 /010

认知自我 /011

内心的潜力推动你前进 /014

自我激励会产生伟大的力量 /018

慎言失败 /020

第二章 你认为能就做不到 /023

相信自己的能力 /026

你使自己惊奇过吗? /027

成功是要看重自己 /029

个人成就操之于己心 /031

我们所思所想才是真的 /034

审视自己的力量 /036

首先征服你的内心世界 /037

希望与结果成正比 /040

知道你能做什么 /041

登上精神之山巅 /043

放弃“不可能” /046

跨越“不可能”的桥 /047

第三章 尽你所能解决你所面临的问题 /051

问题是生命的迹象 /054

积极思考如何处理问题 /056

问题只难倒弱者 /058

你能想通任何事 /062

先把问题冷一冷 /065

小小的信心就会创造奇迹 /067

积极思考的力量 /069

第四章 随时保持冷静 /073

现代人的困扰 /075

紧张暴怒的原因 /077

巴里的优游岁月 /080

控制自己的情绪 /082

如何担心得宜 /085

学会放松自己 /089

管住你自己 /092

向自己内心省察 /094

不要太强求自己 /096

培养沉静的功夫 /099

第五章 燃起生命的火花 /101

尽量体会生命 /104

- 思考你存在的理由 /105
- 从生命中获得启示 /107
- 相信你所具有的品质 /110
- 止于计划而不行动 /114
- 不行动则永远只是空想 /117
- 我就是你要的人 /120
- 念头的灵光一现 /124
- 肯德基的启示 /127
- 改变思想就能改变人生 /129

第六章 自信造就奇迹 /133

- 是鸡还是鹰? /136
- 没有自信等于失去力量 /137
- 自信会释放出无限的潜能 /140
- 抱着必胜的信念 /142
- 追求自信之路 /144
- 通过想像塑造自己 /146
- 桥下的水 /149
- 自信的先决条件 /150
- 信心是成功的原动力 /153

第七章 勇敢地面对现实 /157

- 不要让恐惧主宰你 /160
- 每种逆境都含有等量利益的种子 /162
- 永远不向困难屈服 /164

- 面对生命的挑战 /166
- 肾上腺素的信心 /168
- 开启生命之门 /171
- 控制恐惧心理 /172
- 认知自我能消除恐惧 /175
- 从行动中消除恐惧感 /177
- 相信自己 /178

第八章 尽量创造奇迹 /183

- 随时随地期待奇迹 /186
- 打开你的“热情启动器” /187
- 奉行成功定律 /189
- 有信念就有奇迹 /191
- 公路上的奇迹创造者 /194
- 运用评价鉴定的原则 /197
- 公路上最甜的地方 /199
- 秉持信心 /201

第九章 坚持不懈地期待成功 /205

- 成功经由一连串的失败得来 /208
- 清楚的头脑产生强大的力量 /210
- 知道“我是谁” /212
- 把自己组织起来 /216
- 专注于自己的追求 /218
- 控制心智的力量 /219

渴望而没有斗志无效 /222

爬起来比跌倒多一次 /223

伦敦公园巷里的汉堡 /225

你到哪儿去? /228

信心加行动等于成功 /231

第十章 内心是全部的资源 /235

罗斯福上校帮了我 /238

了解自己的方式 /241

别跟自己过不去 /244

你是你所有思想的总和 /247

确立价值观以使你对自己负责 /249

潜意识会引导你 /250

不要妄自菲薄 /253

最令人悲哀的两个词 /255

不要事后解剖尸体 /259

没有一扇门是永远关闭的 /261

想做就做 /263

第十一章 培养健康活力的途径 /267

健康是成功的资本 /269

积极的思想造就健康 /272

不要刻意逃避 /274

健全的心理引导健康 /275

合乎科学的思想治疗 /277

正视所有的欲望 /280

洗涤你的心灵 /282

保持适合你的节奏 /283

第十二章 保持轻松和幽默 /285

永远向着阳光 /288

做个乐观主义者 /290

不可过分追求完美 /292

管理自己的情绪 /293

机智幽默者畅通无阻 /295

总统眼中最伟大的人 /298

快乐的人是有福的 /301

第十三章 综览事物的全局 /305

潮水总会回来 /309

生命的台阶 /311

接受挑战大有裨益 /316

积极地尝试 /318

做个只想“如何”的人 /321

避免三个不良的口头禅 /322

理性地规划人生 /324

清楚什么是你所需 /327

附录 成功训练 /333

绝不轻言放弃

此路破败不堪又容易滑倒，我一只脚滑了一跤，另一只脚也因此站不稳，但我回过气来告诉自己：「这不过是滑了一跤，并不是死掉再也爬不起来了。」

——亚伯拉罕·林肯

在解决问题的时候，第一要件是永远不放弃，一直运用坚持的原则。要记住：尽管问题像山一样高大，只要你的想法比山高，你就可以超越任何困难。

你有了问题，是特别难于解决的问题，可能让你懊恼万分。这时候，有一个基本原则可用，而且永远适用。这个原则非常简单——永远不放弃。

有一幅漫画：在一片水洼里，一只面目狰狞的水鸟正在吞噬一只青蛙。青蛙的头部和大半个身体都被水鸟吞进了嘴里，只剩下一双无力的乱蹬的腿，可是出人意料的是，青蛙却有精力将双手从水鸟的嘴里挣脱出来，猛然间死死地攥住它细长的脖子……

“轻易放弃嫌太早。”你我都曾经一再看到这类不幸，我们看到很多有目标、有理想的人，他们工作，他们奋斗，他们用心去想，他们祈祷……但是由于过程太过艰难，他们越来越倦怠、泄气，终于半途而废。到后来他们会发现，如果他们能再坚持久一点，如果他们能更向前眺望，他们就会得到结果。请记住：永远不要绝望，就是绝望了，也要在绝望中努力。

追随梦想

坚持表示你能坚守梦想和目标，专心致志并保持平衡的心态，努力不懈直到达成你想成为的人、想做的事和想拥有的梦想。

坚持也表示当每个人都选择放弃时，你依然不轻言放弃。坚持还表示即使面临逆境的打击，你也坚守计划和目标。坚持或者也可说是信守承诺。坚持这种信念让你每天持续地努力，终究会引导你一步一步接近梦想。

放弃必然导致彻底的失败。而且不只是手头的问题没解决，还导致人格的最后失败，因为放弃容易使人形成一种失败的心理。

如果你所用的方法不能奏效，那就改用另一种方法来解决问题。如果新的方法仍然行不通，那么再换另外一种方法，直到你找到解决眼前问题的钥匙为止。任何问题总有一个解决的钥匙，只要持续不断地、用心地循着正道去寻找，你终会找到这把钥匙的。

如果你有坚持的努力，并满怀着高度的热情，你的意志力将使你达成每一件事情。我毫不怀疑地相信，你可以到达任何你想到达的目的地。

蒙提·罗伯兹在圣思多罗有座牧马场。他的朋友常常借用他宽敞的住宅举办募捐活动，以便为帮助青少年的计划筹备基金。