

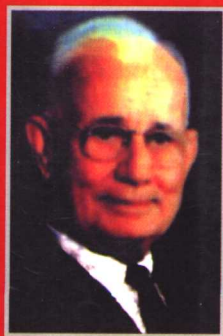
激励千百万人出人头地的成功圣经

NAPLEON HILL

拿破仑·希尔

成功学教程

A COURSE IN SUCCESS



拿破仑·希尔的成功学著作风靡全球，畅销2000万册，是激励人们获得财富、权力和幸福的名著，被专家奉为“人生中不可缺少的成功圣经”。

中国工人出版社

A COURSE IN SUCCESS

拿破仑·希尔

成功学教程

杰夫 主编

中国工人出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

拿破仑·希尔成功学教程/杰夫编. - 北京: 中国工人出版社, 2001.12

ISBN 7-5008-2666-4

I. 拿… II. 杰… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 083101 号

出版发行: 中国工人出版社

地 址: 北京鼓楼外大街 45 号

邮 编: 100011

电 话: (010) 62350006 (总编室) 62005038 (传真)

发行热线: (010) 62005049 62005042

网 址: <http://WWW.WP-china.com>

经 销: 新华书店

印 刷: 北京登峰印刷厂

版 次: 2002 年 1 月第 1 版 2002 年第 1 次印刷

开 本: 850 毫米 × 1168 毫米 1/32

字 数: 350 千

印 张: 14.5

定 价: 23.80 元

书 号: ISBN7-5008-2666-4/C·194

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

前 言

拿破仑·希尔是美国当代最著名的成功学大师。由他创立的现代成功学理论被专家和普通人奉为“人生中不可缺少的成功圣经”。

拿破仑·希尔出身贫寒，于1883年10月26日出生于美国佛吉尼亚洲瓦意斯城的一个小木屋中，于1970年11月8日逝世于美国南卡罗利纳州格林维尔城。

当他18岁正在上大学时，被一家杂志社指派去采访伟大的钢铁大王、哲学家兼慈善家安德鲁·卡内基。卡内基很快发现在希尔身上的创造性，并询问希尔是否愿意从事对美国成功人士的研究工作。

希尔立即回答：“非常愿意”。

拿破仑·希尔不负卡内基的重托，从1908年至1928年，他花了整整20年的时间，拜访了美国504位成功人士，包括当时的威尔逊总统、罗斯福总统、发明大王爱迪生、汽车大王福特等。

他于1928年出版了第一本书《成功法则》，讲的是成功的17项法则；于1937年又出版了《思考致富的圣经》，讲的是成功的13个步骤；直至晚年又出版了最后一本书《积极成功的密码》，讲的是如何透过积极心态使自己有

一个完全不一样的人生。

纵观拿破仑·希尔的成功学理论，其基本思想，可以用两句话来概括。这就是：

“凡是人心所能想象并且相信的，终究能够实现。”

“每一个逆境，每一次挫折，每一回不愉快的经验，都会带来相等或更大利益的种子。”

这两句话可以说是他的整个成功学理论的中心所在。若将其进一步精简，可以用四个字来概括，那就是：“积极心态”。这四个字可以说贯穿了拿破仑·希尔的所有著作。

本书分上篇：迈向成功的 17 项法则；中篇：思考致富的 13 个步骤；下篇：积极的心态造就成功。全面而系统地介绍了拿破仑·希尔的成功学理论。

不管你处于顺境还是逆境，本书都是一本必读的好书。本书赐给你的能量和法则，将有助于你成功致富，鱼跃龙门。

我们愿本书伴随着你在人生的道路上，走向成功！

编者

2002 年 1 月

目 录

上篇 迈向成功的 17 项法则

第一章 成功法则一：设定明确目标	(1)
1 珍贵的秘密	(2)
2 明确目标的优点	(2)
3 潜意识的力量	(6)
4 将明确目标运用到工作中	(7)
5 订立计划	(8)
6 成功是值得追求的目标	(9)
7 创造机会	(10)
第二章 成功法则二：组织智囊团	(12)
1 组织智囊团	(12)
2 维系智囊团	(16)
3 和你自己组成智囊团	(17)
4 尽可能培植智囊团	(19)
第三章 成功法则三：培养具有吸引人的 个性	(20)
1 积极心态	(20)
2 弹性	(21)

3	对目标的真诚态度	(22)
4	迅速做决定	(23)
5	礼节	(23)
6	机智	(24)
7	说话语气	(25)
8	微笑的习惯	(26)
9	脸部表情	(26)
10	宽容	(26)
11	坦白的态度和言词	(27)
12	幽默感	(27)
13	对无穷智慧的信心	(28)
14	正义感	(29)
15	适当的措词	(30)
16	生动的演说	(31)
17	情绪的控制	(32)
18	对人感兴趣	(34)
19	多才多艺	(35)
20	喜欢和人接触	(35)
21	谦恭	(36)
22	生动的表演技巧	(36)
23	光明磊落的运动家精神	(37)
24	结实的握手	(37)
25	个人魅力	(37)

第四章 成功法则四:运用你的信心

1	了解无穷智慧	(39)
2	克服怀疑	(41)
3	克服恐惧	(42)

4 以希望取代恐惧	(48)
5 展现信心的力量	(49)
 第五章 成功法则五:多付出一点	(53)
1 爱迪生的唯一合伙人	(53)
2 诺德史东家族	(54)
3 拿破仑·希尔的故事	(55)
4 付出超过所得带来的益处	(56)
5 多付出一点的公式	(63)
 第六章 成功法则六:创造个人进取心	(64)
1 个人进取心的主要态度	(65)
2 个人进取心的感染性	(66)
3 个人进取心能成就他人无法成就的工作	(66)
4 个人进取心创造工作	(67)
5 个人进取心创造机会	(68)
6 个人进取心创造财富	(69)
7 个人进取心创造进步	(70)
8 将个人进取心应用到工作上	(70)
 第七章 成功法则七:培养积极心态	(72)
1 两个信封的选择	(72)
2 积极心态的回报	(73)
3 消极心态的惩罚	(73)
4 如何培养积极心态	(74)
5 百分之二的成功者	(78)
6 加入百分之二俱乐部	(79)

第八章 成功法则八:控制你的热忱	(81)
1 控制热忱的好处	(81)
2 热忱失控的危险	(82)
3 如何培养热忱	(82)
4 热忱的加强剂	(83)
5 热忱和智囊团	(85)
6 批评但不扑灭热忱	(85)
7 热忱改变生命	(86)
第九章 成功法则九:强化自律	(88)
1 控制你的情绪	(89)
2 四个重要项目	(91)
3 自律的力量	(94)
4 思想的结构	(95)
5 无法控制的项目	(101)
6 意志力	(102)
第十章 成功法则十:正确地思考	(103)
1 思考的原生力量	(103)
2 集中正确思考的力量	(104)
3 思考的过程	(104)
4 评价技术	(106)
5 思考习惯的来源	(107)
6 两大错误	(108)
7 习惯控制	(110)

第十一章 成功法则十一:控制你的注意力	(112)
1 控制注意力的力量	(112)
2 控制注意力和其它成功的法则	(113)
3 控制注意力和自我暗示	(117)
4 在工作时控制的注意力	(118)
第十二章 成功法则十二:激发团队合作 ...	(120)
1 什么是团队合作?	(121)
2 团队合作改变了一家公司	(122)
3 团队合作是一种经营模式	(125)
第十三章 成功法则十三:从逆境与失败中 学习经验	(127)
1 每个人都要面对挫折	(128)
2 逆境变成一种祝福	(129)
3 个人失败的主要原因	(131)
4 挫折的好处	(133)
5 面对挫折的态度	(133)
第十四章 成功法则十四:培养创造力	(135)
1 综合性的想像力	(136)
2 创造性的想像力	(137)
3 创造力超越想像力	(138)
4 创造力是今日世界不可少的能力	(139)
第十五章 成功法则十五:保持健康	(141)

1 生命的节奏	(141)
2 思想的影响力	(142)
3 成功和快乐的要素	(143)
4 恐惧的力量	(144)
5 积极心态的力量	(145)
6 饮食习惯	(146)
7 放松的节奏	(147)
8 睡眠	(147)
9 运动	(148)
10 性和升华	(148)
11 有效的身心刺激物	(149)

第十六章 成功法则十六:预算时间和

金钱

1 个人盘点	(150)
2 实践者和流浪汉	(152)
3 实践者如何运用时间	(154)
4 一些你应该知道的实践者	(156)
5 一天时间的分配	(156)
6 工作上的时间管理	(157)
7 预算你的休闲时间	(158)
8 预算你的金钱	(159)

第十七章 成功法则十七:运用宇宙

习惯力量

1 运用自然力量	(161)
2 赚钱的习惯	(163)

3 弹性的习惯	(164)
4 了解这些习惯	(165)
5 接受这些习惯	(166)
6 控制你的意志力	(167)
7 宇宙习惯力量的三个要素	(167)

中篇 思考致富的 13 个步骤

第一章 思考致富第一步:欲望(一切成

就的起点)

1 破釜沉舟的人	(171)
2 财富的驱策力	(171)
3 欲望变黄金的六个步骤	(173)
4 能想像自己是百万富翁吗?	(173)
5 伟大梦想的力量	(174)
6 如何使梦想起飞	(175)
7 欲望胜过造化之力	(177)
8 改变一生的“意外”	(178)
9 六分钱赢得新世界	(178)
10 耳聋小孩听见了	(179)
11 创造奇迹的意念	(180)
12 心灵力量创造奇迹	(181)

第二章 思考致富第二步:信心(想象并

相信美梦必成)

1 如何培养信心	(183)
2 没人“注定”一生倒楣	(184)
3 自我暗示引发信心	(185)
4 自我暗示的奇迹	(186)
5 自信心公式	(187)
6 消极思考之祸	(188)
7 沉睡脑中的天才	(189)
8 意念如何聚积财富	(191)
9 获得十亿美元的漂亮餐后演说	(191)
10 意念衍生财富	(196)

第三章 思考致富第三步:自我暗示(影响 潜意识的媒介)..... (197)

1 想像握有财富的感觉	(198)
2 如何强化专注力	(199)
3 激励潜意识的三个步骤	(200)
4 心灵力量的秘诀	(201)

第四章 思考致富第四步:专业知识(个人 的经验或观察成就)..... (203)

1 富有的“无知”者	(204)
2 你能得到所需要的任何知识	(205)
3 珍贵知识的取得渠道	(205)
4 得自收款单位的教训	(207)
5 专业知识之径	(208)
6 简单的构想获得回报	(209)
7 谋求理想工作的计划书	(210)

8 你不必从最底层开始	(211)
9 让不满成为一种动力	(212)
10 你的同事可能是无价之宝	(213)
11 透过专业知识实现理想	(213)

第五章 思考致富第五步:想象力(心灵的

工厂)	(214)
1 两种想像力	(215)
2 训练一下想像力	(216)
3 导向财富之法则	(216)
4 如何实际运用想像力	(217)
5 魔法茶壶	(217)
6 假如我有一百万美元	(219)
7 构想如何变成金钱	(222)

第六章 思考致富第六步:条理分明的计划

(转化欲望为具体行动)	(224)
1 第一个计划失败——再试一个	(225)
2 规划个人服务销售计划	(226)
3 英雄不怕出身低	(227)
4 领导者的主要特质	(227)
5 领导失败的十项主因	(229)
6 需要“新领导”的富饶领域	(231)
7 何时以及如何应征职位	(231)
8 书面简历应该提供的资料	(232)
9 如何获得你渴望的职位	(235)
10 销售服务的新方式	(236)

11	你的“QQS”评价如何	(237)
12	服务的资本价值	(238)
13	失败的三十一项主因	(238)
14	你知道自己的价值吗?	(243)
15	自我检讨	(244)
16	个人盘点清单中的自我分析问题	(244)

第七章 思考致富第七步:决心(克服拖延)

1	下决心的秘诀	(248)
2	自由或死亡的决心	(249)
3	五十六位冒绞刑之险者	(249)
4	组建智囊团	(251)
5	改变历史的决定	(251)
6	改变历史的宣言	(254)
7	知所欲求,便能自得	(255)

第八章 思考致富第八步:毅力(引发信心的持久努力)

1	测试你的毅力	(257)
2	你有的是“金钱意识”还是“贫穷意识”?	(258)
3	如何“快速挣脱”精神怠惰	(258)
4	超越失败	(259)
5	你可以训练自己的毅力	(261)
6	列自己的“毅力清单”	(262)
7	假如你怕批评	(263)
8	“机会”可以订作	(264)

9 如何培养毅力	(266)
----------------	-------

第九章 思考致富第九步:智囊团的力量(鞭策力)	(267)
1 经由“智囊团”获得力量	(268)
2 如何增加你的脑力	(269)
3 积极情绪的力量	(271)

第十章 思考致富第十步:性欲转换的奥秘 (被转换成一种心理状态)	(273)
1 成就与性特质的关系	(274)
2 十种心灵刺激物	(275)
3 天才是透过第六感培养出来的	(276)
4 预感从何而来	(276)
5 培养创造能力	(277)
6 发明家如何有好点子	(278)
7 你可利用天才所使用的办法	(279)
8 性的鞭策力	(280)
9 为何成功总在四十后	(281)
10 最强大的心灵刺激物	(282)
11 个人魅力的宝库	(283)
12 关于性有害个性之误说	(284)
13 四十岁以后的富饶岁月	(285)
14 开发你情绪的动力	(286)
15 真爱永不可能完全失去	(288)
16 何以妻子可以成就或毁灭男人	(289)
17 没有女性的财富无价值	(290)

第十一章 思考致富第十一步：潜意识(串联的环节)	(291)
1 如何激发潜意识的创造力	(292)
2 利用积极正面的情绪	(293)
3 有效祷告的秘诀	(295)

第十二章 思考致富第十二步：头脑(意念的广播与接收站)	(296)
1 最大的力量是不可捉摸的	(297)
2 有关头脑的戏剧性故事	(298)
3 如何团结心灵协调工作	(300)

第十三章 思考致富第十三步：第六感(通往智慧殿堂之门)	(301)
1 第六感的奇迹	(302)
2 让伟人塑造你的人生	(303)
3 透过自我暗示塑造性格	(303)
4 想像的惊人力量	(305)
5 轻敲灵感的来源	(306)
6 缓慢成长的强大力量	(306)

下篇 积极的心态造就成功

第一部分 成功之路的起点	(308)
--------------------	-------