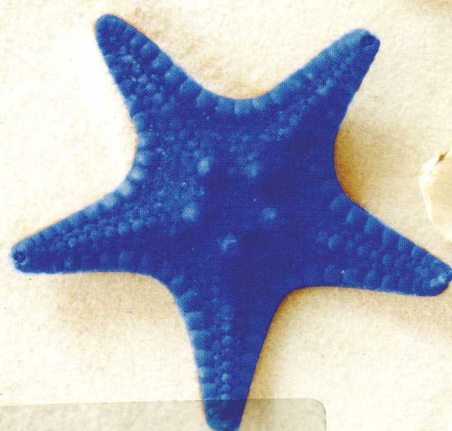


积极心态的力量

掌控成功的10条法则

THE 5⁰th LAW



(美)

50 Cent
罗伯特·格林
陈晓明

著
译



NLIC 2970692493

《权力的48条法则》作者最新力作
吸引力法则实践篇



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

积极心态的力量

掌控成功的10条法则

THE 5⁰th LAW



(美) 50 Cent 著
罗伯特·格林 译
陈晓明



NLIC 2970692493

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

50 Cent and Robert Greene: The 50th Law

Copyright © 2009 by G-Unit Books, Inc., and Robert Greene

This edition arranged with Inkwell Management through Andrew Nurnberg Associates International Limited

All rights reserved.

本书中文简体字版由 Inkwell Management 通过安德鲁授权电子工业出版社独家出版发行。未经书面许可，不得以任何方式抄袭、复制或节录本书中的任何内容。

版权贸易合同登记号 图字：01-2010-4542

图书在版编目（CIP）数据

积极心态的力量：掌控成功的 10 条法则 /（美）格林（Greene,R.）著；陈晓明译。
北京：电子工业出版社，2011.5

书名原文：The 50th Law

ISBN 978-7-121-13197-4

I. ①积… II. ①格… ②陈… III. ①成功心理—通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 052673 号

责任编辑：马晓云

印刷：三河市鑫金马印装有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路 173 信箱 邮编 100036

开本：720×1000 1/16 印张：15 字数：153 千字

印次：2011 年 5 月第 1 次印刷

定价：36.00 元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zltz@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线：(010) 88258888。

译者序



这是一本描述成功的智慧和法则的书。

常言道，“人最大的敌人就是恐惧”，因为恐惧会成为自我实现的阻碍——人一旦被恐惧吓倒，就会失去精神和力量。没有人生来就天不怕地不怕，恐惧是人类的一种天性。

克服恐惧心态需要磨砺。“人没有经过磨砺，就永远无法长大，永远无法发现自我”，美国黑人作家詹姆斯·鲍德温无疑充分诠释了成功的秘诀。

如今，我们正处在一个旧秩序逐步瓦解、新秩序尚未建立的不确定的年代，一切有待于我们去创造。墨守成规只会束缚前进的脚步，害怕变化和变革、怯于尝试新事物、羞于探索新途径，都会让我们失去翻身的机会。一切可知之“危”中都可能蕴藏着未知之“机”，我们没有望而却步的理由。

The 50th Law

如果说我们无法控制生活的环境，无法控制大势。是的，我们的确无法办到，但我们却可以控制自己的心态。如果我们能够克服焦虑，练就一种对生活的无畏态度，那么我们就可能增强对环境、局势的控制力。因此，你完全可以说这是一种心态。

但必须记住的一点是，本书并没有提供一步一步的成功指南可以让你按图索骥。事实上，正如作者所言，你并不一定非要生活在贫民窟才能磨炼自己，也没必要成为暗杀的目标才能练就这种无畏的态度。因此，重要的并不是你面对的实际环境，而是你的心态。

可以说，在翻译过程中，我无时无刻不感受到“心态和智慧”的力量。我从中获益良多：一方面它印证了我之过往，另一方面它指引了我将循之未来，希望能与读者分享。不过，这种体会的获得，我要深深地感谢郭存海、程春华、王丰、张琪，他们做了许多工作，感谢他们的付出。郭存海和程春华与我一起探讨了诸多难句，帮我校正和解决了许多问题和困惑。张琪则帮我校阅稿件，优化了许多句子，尽其所能，无穷尽于“雅”，以让广大读者朋友听来顺耳，读之悦目。王丰帮我寻找和查证了相关的名人名言资料。总而言之，他们做事的激情和认真让我时时刻刻意识到，这是一个集体智慧的结晶。感谢他们。

陈晓明

前 言



我和 50 Cent（他的原名是 Curtis Jackson，50 Cent 是他的艺名。——译者注）第一次碰面是在 2006 年的冬天。他是我的“粉丝”，非常喜欢我的那本《权力的 48 条法则》（*The 48 Laws of Power*），而且有兴趣和我合写一本书。那次会面，我们谈了很多，谈到战争、恐怖主义和音乐行业。给我留下深刻印象的是我们看待世界的方式竟然如此相似，但我们的生活背景却又完全不同。比如，谈及他在音乐圈里经历的权力博弈时，我们都不会注意到人们对自身行为的善意解释，而是试图找出他们行为背后的企图。他在危险的南皇后区学会了这种思维方式——在那里，这是一种必需的生存技能；而我则是在阅读了大量历史书籍，耳濡目染了好莱坞（我在这里工作多年）形形色色人士的尔虞我诈之后形成这种思维的。但事实上，我们看问题的角度是一样的。

那天会谈结束时，我们对未来的合作计划十分期待，期望以后继

续讨论。在接下来的几个月里，当我考虑选择哪些主题充实这本书时，我越来越沉醉于将我们两个人所生活的不同世界联系起来的想法。美国最令我着迷的一点是它的社会流动性：人们不断地从底层爬到上层，并在流动中改变着文化。然而，另一方面，美国仍然充斥着各种各样的社会群体。社会名流通常与社会名流在一起，学者和知识分子隐逸在他们自己的世界里，人们总是习惯“物以类聚，人以群分”。如果我们脱离这些狭隘的社会群体，通常就会成为另一种生活方式的观察者或旅行者。合写一本书这种想法最有意思的是，我们尽可能忽略我们的表面差异，而在思想层面上合作——超越阶级或种族，揭示人类真实的本性。

我怀着一种开放的心态构思这本书，2007年的大部分时间我都跟50 Cent“厮守”在一起，我几乎完完全全进入了他的世界。我跟着他参加了无数次重量级人物参加的商业会议。我安静地坐在角落里，观察他的一举一动。有一天，我在他的办公室里，看到他的两名员工一边吵吵嚷嚷，一边拳脚相向，最后50 Cent不得不亲自出场将两人拉开。我明白其中的端倪：这是他为了宣传而有意给媒体制造的一场假危机。我观察他与其他明星、同一住宅区的朋友、欧洲皇室及政治人物的交往之道；我探访他在南皇后区的童年旧居，看他和闯天下时的朋友一起玩乐，我明白了在这种环境里长大会是什么样子。我越是亲眼见证他方方面面的举动，我就越发认为：50 Cent正是我以前3本书中人物角色的活生生的历史翻版！他是一位博弈大师，说唱音乐界的拿破仑。

从我所写作的各种各样的权力博弈者中，我形成了一种观点，即他们的成功追根溯源，几乎都可以归功于某一项技能或与众不同的独特品格。对拿破仑来说，他的独特才能是吸收大量的细节信息，并在头脑中理清头绪。这使得他几乎总能比敌军更清楚未来的事态发展。观察 50 Cent 并与他畅聊他的过去之后，我认定，他的权力之源就是他“天不怕、地不怕”的无畏精神。

“无畏”这种品质并不是大吼大叫或直接威胁他人。50 Cent 在公众场合的任何一次演出都达到了一种震撼效果。但在这背后是他的冷静和深思熟虑。他的无畏表现在他的态度和行为中。他在街上目睹并经历过许多危险却安然无恙，他很少因为商界的事情而烦恼。如果有桩生意不合意，他就走开，根本不在乎。如果他须要和对手动粗，他连想都不会想，他对自己极其自信。生活在一个大多数人通常都胆小怕事、畏畏缩缩的世界里，他乐于多做，甘冒风险，敢为人先，也因此获益匪浅。他从没想过自己会活过 25 岁，在这样一种心态下，他认为自己没什么可失去的。这赋予了他无穷的力量。

我越是想到他这种独特的优势，我便越受到鼓舞和启迪。我可以把他作为榜样从中获益，战胜自己身上的恐惧。我决定把这些各种各样的无畏作为本书的主题。


写作本书的过程非常简单。通过与 50 Cent 聊天和对他的观察，我发现了他的某些行为习惯，并确定了可以最终成为本书章节的系列主题。一旦确定了这些主题，我就与 50 Cent 进行讨论，然后我们再一起

The 50th Law

共同构思这些主题。我们谈论的内容包括克服死亡的恐惧，接受混乱和改变的能力，以及将逆境转变为机会的心态和思维方式的培养。我们将这些想法和我们的亲身经历结合起来，和广博的世界结合起来。随后，我再利用自己的研究对这些讨论进一步扩充，将 50 Cent 的例子和历史上同样具有无畏精神的其他人的故事结合起来。

说到底，本书讨论的是一种特别的人生哲学。这种哲学可以归纳为：恐惧是束缚你手脚的囚牢。你的恐惧越少，你拥有的力量越大，你的生活就越丰富。我们希望，本书能够给予你启迪，帮助你发现自己的这种力量。

目 录



导言——培养强大的内心 1

对强大事物、生活中的波折、未知、变革的恐惧是人的本能，克服恐惧才能拥有强大的内心，才能以积极的心态面对生活。无所畏惧的积极心态是可以后天培养的，经历挑战和考验，才可以变得越来越坚强。

1 洞悉事物真面目——现实主义 21

面对现实是解决问题的正法，靠情感与梦想行事终归是不可靠的。发现事物表象下的本质，找到问题的根源，弄清楚他人行为背后的真实动机，脚踏实地，才能在竞争中立于不败之地。

2 一切归我——自主 40

不要让他人左右你的思想和心态，独立自主地决定自己的生活。他人的庇护和帮助都是暂时的、不可靠的。不管是成功还是失败，自主地作决策，一旦决定便坚持下去。

3 垃圾变黄金——机会 57

机会不会自动降临到你头上，主动出击，利用外部环境，将不利条件转化为机会。当今社会充满变化和竞争，在不能控制外部环境的情况下，将劣势变为优势才是力量的源泉。

4 永不停歇——冲劲 76

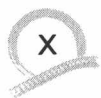
现代社会充满变化和不确定性，只有永不停歇，保持积极向上的心态，不断学习、改进自己，才能跟上不断发展的环境。

5 适时用计——进攻 95

在竞争中、谈判中、交往中，灵活善变，利用自己的智慧伺机行事。消极应付，只能使自己处于不利之地，足智多谋方能取胜。

6 前线领导——权威 117

领导者的行为、心理状态对整个组织的胜负起关键作用。作为组织的核心，领导者应该具有大无畏的精神，敢于冒险做出重大决定，应该掌握绝对的权威，说到做到。



7 洞察身处的环境——联系 138

人们都生活在与外界的密切联系中。时刻关注外界环境的变化，获得反馈信息，倾听各种不同的声音，根据发生的变化调整自己的策略。相反，局限于自己的小范围内将会限制视野，限制发展。

8 重视过程——精通 159

努力奋斗的过程虽然艰辛，却能在成功后充分享受来之不易的胜利果实。一蹴而就的成功不会长久。夯实基础，在某一领域一步一步去努力，做到精通。

9 突破限制——自信 183

自信是一种心态、气质，很大程度上会决定人的行动。自信的人更相信自己的能力，更容易取得成功。自信是一种气场，自信的人总能获得人们的追随。

10 直面死亡——超脱 209

正视死亡，无所畏惧，以积极的心态面对有限的人生，珍惜生命，在有限的生命中充满紧迫感和使命感，创造美好生活。



导言——培养强大的内心

The

人最大的敌人就是恐惧。我知道有些人害怕听真话——你也许是在恐惧和谎言中长大的。不过我还是要告诉你真话，直到你能摆脱这种恐惧……

50th ——马尔科姆^①

① 马尔科姆是 20 世纪 60 年代美国的黑人领袖、民权活动家。

Law

恐惧的态度

最初，恐惧是人类动物的一种基本的、单纯的情绪。当我们面临某种无法阻挡的事情(如由于战争、瘟疫和自然灾害等逼近的死亡威胁)时，我们感到恐惧。对于任何一种动物来说，这种情绪具有一种保护功能，它可以让我们注意到危险并及时避开。对我们人类来说，恐惧还有另外一种积极的作用——我们可以记住危险源于何处，从而可以在下次更好地保护自己。文明之谓文明，就是依赖这种预见能力，并防止外部环境带来的危险。由于恐惧，我们还创造出了宗教和各种信仰来慰藉自己。恐惧是人类已知的最古老、最强烈的情绪，它深深地烙印在我们的神经系统和潜意识当中。

然而，时光流转，奇怪的事情开始发生。随着越来越能够控制生存的环境，我们面对真正恐惧的能力却开始下降了——恐惧不但没有减少，反而开始与日俱增。我们开始担心自己在社会中的地位——人们是否喜欢我，我是否合群；我们开始为生活、家庭和孩子的将来、健康状况，以及年龄的增长而担心。这不是面对强大的真实物体感受到的那种简单、强烈的恐惧，而是一种普遍的焦虑，彷彿几千年来对大自然的恐惧一点儿都没消失——我们不得不找出焦虑的根源，无论这种原



因是多么微小，或者根本不可能找到。

在恐惧的演化过程中，19世纪有一个决定性的时刻。当时广告和新闻界人士发现，如果他们编造故事并增加恐惧内容，就可以吸引人们的眼球。恐惧是一种无法遏制、无法控制的情绪，它不断地将人们关注的焦点转向另一个可能的焦虑来源：最近的健康威胁、犯罪率上升、社会文明礼节缺乏，以及周围环境中我们未曾察觉的无尽风险。随着媒体越来越完备，影像技术越来越能捕捉精妙细节，越发给我们营造出这样一种感觉，即人类是生存在危险环境中的脆弱生物，尽管我们现在生活的世界肯定比我们祖先生活的世界更安全、更可预测。在影像技术的推动下，人们的恐惧与日俱增。

恐惧存在的意义并不止于此。它的作用是激起强烈的物理反应，让动物能够及时避险。事件发生后，恐惧自应消失。危险解除后仍无法消除恐惧的动物会发现自己寝食难安，我们人类就是这种动物，永远无法摆脱恐惧。心中充满恐惧时，恐惧就常常左右我们对世界的看法。人们心中的恐惧从因面临威胁而生，转向恐惧生活本身；似乎看到处处都是风险；有意夸大危险，放大脆弱的一面，一有任何可能的“不幸”，便立即忧心忡忡。人们通常意识不到这种情形，因为已经习以为常。一帆风顺时，忧虑还有缓冲的空间。不过，一旦事情不尽如人意，这种恐惧感就会带来致命的破坏。当人们必须解决问题、面对现实并继续向前时，恐惧反而让人们裹足不前。

这正是1933年富兰克林·罗斯福总统就职时面临的问题。1929年

股票市场崩溃导致大萧条，当时正处于最严重的时期。但对罗斯福总统打击最大的并不是当时糟糕的经济状况，而是国民的情绪。罗斯福认为，国民的恐慌不仅超出了限度，而且不利于摆脱困境。在他面对国民发表就职演说时，他说他不会忽视经济崩溃这一明显的现实，也不会鼓吹一种幼稚的乐观主义，但他恳求国民记住美国曾经经历的比现在更糟的时期，如南北战争时期。能将他们带出这种困难时刻的是开创精神，是坚韧不拔的决心和毅力。

恐惧会逼迫出自我实现的动力。人们一旦被恐惧吓倒，就会失去精神和力量，缺乏自信，变得无所作为，从而进一步降低自信，如此恶性循环下去。罗斯福告诉国民说：“因此，首先让我重申我坚定的信仰，我们唯一有必要担心的就是恐惧本身——一种没缘由、没理性、不合理的恐惧。这种恐惧摧毁了我们将后退转化为前进所必需的种种努力。”

罗斯福总统在其演说中所描绘的就是可以将生活中的失败和成功相隔离的利刃，这利刃就是你的态度，态度拥有能帮助你重塑现实的力量。如果你对你所看到的一切都心怀恐惧，那么你往往会畏缩不前。你不妨轻松地将危机或问题看做一种挑战，一种证明你才能的机遇，激励自己、使自己变得更坚强，或者看做采取集体行动的召唤。将危机看做挑战，你就可以透过一种心理过程，将这种负面效应转变成一种纯粹的正面效应，从而采取积极的行动。实际上，正是罗斯福总统通过其鼓舞人心的领导力，才帮助国民转变心态，以一种无畏的精神面对



大萧条。

今天，我们面临的新问题和新危机似乎也在检验我们的毅力和勇气。不过，正如罗斯福当初拿过去更为艰难的时刻做比较一样，我们可以说，我们目前面对的困境还没有 20 世纪 30 年代及第二次世界大战后那几年的境况那么糟糕。实际上，21 世纪的现实社会比历史上任何时期都更安全、更稳定，我们生活在历史上最繁荣的年代。在过去，只有男性白人能够参与权力游戏。现在，数以千百万计的少数民族和女性也开始走向权力舞台，永远地改变了权力的动态结构。科技的发展创造了各种新的机会，旧的商业模式正在崩溃，留下了广阔的创新空间。这是一个全面变革和革命的年代。

我们现在也面临一些挑战。全球的竞争变得越来越激烈，当前经济存在着不可否认的脆弱性，亟待彻底改造。在任何情况下，关键因素都将是我们的态度，选择什么样的态度看待现实。如果被恐惧吓倒，我们就会过分地看重负面因素，从而制造恐惧。如果我们勇敢面对恐惧，培养一种大无畏的生活态度，斗志昂扬地迎接恐惧，就会塑造出一种完全不同的精神状态。

要明白，所有人都有畏惧心理——害怕冒犯别人，害怕引起冲突，害怕不合群和害怕为人先。数千年来，恐惧和人的关系不断变化，从最初对大自然的恐惧到对未来的普遍性焦虑，再到如今始终萦绕在我们心头的恐惧态度。身为理性、高效的成年人，我们必须逆转对生活日益恐惧的态度，克服恐惧。