

一部调节人的感情、思想和行为习惯的秘籍
一部激励千万人获得财富的名著



伍心铭◎主编

Napoleon Hill

拿破仑·希尔 成功学全书

这是一本教你力争上游，最大限度开发自己的潜能，
从而使自己达到人生目标的宝典。

北京工业大学出版社

NAPOLEON HILL
CHENGGONGXUE QUANSHU

拿破仑·希尔 成功学全书

北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

拿破仑·希尔成功学全书/伍心铭主编. —北京:
北京工业大学出版社, 2011. 1

ISBN 978-7-5639-2550-6

I. ①拿… II. ①伍… III. ①成功心理学—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 203024 号

拿破仑·希尔成功学全书

主 编: 伍心铭

责任编辑: 杨 青

封面设计: 创品牌工作室

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出版人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 三河市西华印务有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 27.25

字 数: 632 千字

版 次: 2011 年 1 月第 1 版

印 次: 2011 年 1 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-2550-6

定 价: 38.00 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)

前 言

被誉为“成功学之父”的拿破仑·希尔（Napoleon Hill），是一位在世界范围内卷起成功狂潮的思想家、哲学家。他一波三折、大起大落、数度辉煌的人生经历和他的成功学，激励、鼓舞了无数的追随者。

1883年10月26日，拿破仑·希尔出生于美国弗吉尼亚州的偏僻小镇的一个贫困家庭。他从小就比较顽劣，不甘寂寞，抱着一股强烈的成功热望走出大山，开始了他艰难而曲折的人生之旅。

成年后的希尔不断地追寻各种可以提升自我的成功之道，他从事过煤矿经理、律师、商业记者、推销员、合伙人等各种职业。可是使他费尽周折矢志不渝，最终达致伟大成功事业的，是安德鲁·卡内基交给他的一项艰巨的任务——用20年甚至更长时间探索伟大人物的“成功之道”。为此他先后访问了500多位著名的成功人士，其中包括福特、罗斯福、爱迪生、贝尔、洛克菲勒等。他从这些成功者身上汲取了人生的成功奥秘。他完成了卡内基的重托，也使自己领略了成功与辉煌。很快，他完成了具有划时代意义的《成功规律》。

这部书后来成为激励千百万人获得幸福的教科书，同时希尔也成为美国享有盛誉的学者。

拿破仑·希尔的一生，既是追寻成功之道的一生，也是探索和实践成功之道的一生。他曾是美国两位总统——威尔逊和罗斯福的顾问，他影响了两位总统所作的决定，而这些决定又影响着美国历史的进程。后来，他辞官归隐，集中全部精力著书立说。1937年希尔完成了《思考致富》一书，这本书影响非常广泛，读者超过2000万。

另外，他与人合著的《人人都能成功》一书又为希尔赢得了极大的荣誉和尊敬。希尔经过几十年的研究，在自己的著述中归纳出最有价值的、带有规律性的17条定律，这17条定律涵盖了人类取得成功的所有主观因素，从而使“成功学”这种看似玄秘的学问变成了具体的、可操作的法则。这无疑为走在人生之路上的千百万人建造了到达成功彼岸的17级坚实的阶梯。

希尔还创立了“拿破仑·希尔基金会”，这个学会成为美国成功人士的“进修学院”，希尔本人也被誉为“百万富翁的创造者”，其17条定律则被誉为“铸造富豪”的法则。

从某种意义上说，拿破仑·希尔是20世纪活得最为轰轰烈烈的一个人，他的成功既不同于政治家的叱咤风云，也不同于实业家的富可敌国。他的成长成才同我们普通人最为接近。毫无疑问，他有成功的基本特质：自信、执

著、百折不挠。但他又有比较突出的弱点：偏激、急躁、固执己见。然而他能不断地克服自己的弱点，最终获得成功，成为美国历史上一个具有传奇色彩的人物。

在美国政商两界中，金钱和权势的角逐成功者，有谁没有受到过希尔 17 项成功法则的恩泽和影响呢！

对于希尔取得的成就，人际关系学大师卡耐基非常赞赏，他说：“我一生的最大成就之一，就是帮助希尔完成了他的成功学，这比我自己的财富更重要。他的成功学，是一门‘经济的哲学’，是异于苏格拉底、柏拉图与传统西方思想史的哲学体系——它不仅是一个帮助人脱离贫困、实现经济富裕的方法，更是一门帮助人建立完善人格、享受丰富人生的大学问。”

大发明家爱迪生曾经写信给希尔：“我感谢您花了这么长的时间去完成‘成功学’……这是一个很健全的哲学，追随您学习的人，将会获得很大的教益。”

亲爱的读者，当你了解了希尔的经历后，应该相信这部全面阐述 17 条定律的《拿破仑·希尔成功学全书》会给你的人生带来什么吧？

这是一部调节人的感情、思想和行为习惯的宝典。

这是一套教你力争上游，最大限度开发自己的潜能，从而使你达到人生目标的有效的科学操作术。

“一滴墨水可以引发千万人的思考，一套好书可以改变无数人的命运！”立即行动吧！财富、力量、健康、快乐及满足，都掌握在你的手上！

海外对拿破仑·希尔评论的摘录

我想从我的经验谈起。多年前，由于我自己的愚昧无知和累累错误，我失去了我的一切宝贵的东西——我的家庭、我的房子和我的工作，几乎赤贫如洗，盲人瞎马。我开始到处流浪，寻找自己，寻找能使我赖以度日的种种答案……

我终于在希尔的著作中找到了我所需要的答案。

——奥格·曼狄诺（《世界上最伟大的推销员》作者）

如果我在 50 年前就学到这 17 项法则，可能只需要一半时间就取得目前的成就！

——罗伯特·达拉（轮船大王）

我一生的最大成就之一，就是帮助希尔完成了他的“成功学”，这比我的财富更重要。他的成功学，是一门“经济的哲学”，是异于苏格拉底、柏拉图与传统西方思想史的哲学体系——它不仅是一个帮助人脱离贫困、实现经济富裕的方法，更是一门帮助人建立完善人格、享受丰富人生的大学问。

——戴尔·卡耐基（世界著名人际关系学家）

我感谢您花了这么长的时间去完成“成功学”……这是一个很健全的哲学，追随您学习的人，一定会获得很大的教益。

——托马斯·爱迪生（世界著名发明家）

成功主要取决于一个人的意志和条件。意志坚强的人可以创造条件，寻找机遇；而意志薄弱者虽有良好条件，却未能利用，故而不能成功。

——史蒂芬·柯维（《高效能人士的 7 个习惯》作者）

我带着极大的兴趣读完了这本《拿破仑·希尔成功学全书》。我很希望能把这本书送到每一位青年人手中。

——查尔斯·韦恩（《纽约时报》记者）

……

目 录

第一章 心态积极——PMA 黄金定律	1
第一节 PMA 黄金定律	1
第二节 认识你的隐形护身符	3
第三节 你是对的，则世界就是对的	6
第四节 心态决定你的成败	7
第五节 如何培养你的积极心态	10
第二章 目标明确	19
第一节 目标是你成功的保证	19
第二节 选择你明确的目标	27
第三节 如何设定你的目标	31
第四节 价值连城的个人成功计划	36
第五节 把你的目标化为现实的步骤	38
第三章 多付出一些	44
第一节 寻找另外一点东西	44
第二节 抓住、把握机会为上	45
第三节 见缝插针	50
第四节 不打无准备之仗	54
第五节 你应该现在就去 做	58
第四章 正确的思考方法	69
第一节 培养你正确的思考方法	69
第二节 你能想到第几步	76
第三节 发挥你的想象力	81
第四节 充分挖掘你的潜能	89
第五节 伟大的潜意识	96
第六节 积极的心理暗示	99

第五章 高度的自制力	105
第一节 自制的巨大力量	105
第二节 自我意识	111
第三节 控制自己的情绪，创造新的境界	119
第四节 自我激励	127
第五节 激励他人的秘密	134
第六章 培养领导才能	142
第一节 什么是领导才能	142
第二节 领导人物的主要特征	143
第三节 领导原则	150
第四节 如何培养领导能力	155
第七章 建立坚定的自信心	162
第一节 要有成功的信念	162
第二节 自信可以克服厄难	163
第三节 恐惧是意志的地牢	164
第四节 自卑是自信的绊脚石	166
第五节 如何建立自信	170
第八章 迷人的个性	179
第一节 迷人的个性	179
第二节 做个会说话的人	183
第三节 笑的魅力	194
第四节 别吝惜自己的同情	200
第五节 认错的艺术	202
第九章 创新制胜	206
第一节 创新必胜，保守必败	206
第二节 创新不是艰难险阻	216
第三节 如何发展创新思维	218
第十章 充满热忱	226
第一节 热忱是一种重要的力量	226
第二节 热忱——内心的神	233
第三节 永远有颗热忱之心	236
第十一章 专心致志	243
第一节 专注——成功的神奇之钥	243

第二节	选择使头脑冷静下来	248
第三节	学会专注	253
第十二章	富有合作精神	256
第一节	合作就是力量	256
第二节	集思广益的合作原则	261
第三节	如何获得合作	266
第十三章	正确对待失败	278
第一节	失败是成功之母	278
第二节	失败心理诊所	282
第三节	如何反败为胜	286
第四节	正确对待失败	290
第十四章	永葆进取心	296
第一节	进取心是成功的要素	296
第二节	要有敬业精神	299
第三节	不要让不满埋葬自己	302
第四节	接受批评是最好的借鉴	307
第五节	坚持好问的态度	310
第十五章	妥善安排你的时间与金钱	313
(一)	时间篇	313
第一节	惜时如金	313
第二节	善于利用闲暇时间	316
第三节	合理地安排时间	317
第四节	不要浪费时间	326
第五节	不要让别人浪费你的时间	336
第六节	找出隐藏的时间	341
(二)	金钱篇	346
第七节	金钱不是万恶之源	346
第八节	养成储蓄的习惯	352
第九节	他山之石，可以攻玉	355
第十节	成功者赚钱应有的素质	368
第十六章	保持身心健康	375
第一节	克服异常心理和变态心理	375
第二节	消除心理压力	377
第三节	要有一个健康的身体	379
第四节	相信你自己能够健康长寿	385

第五节	正确的饮食之道有利于身体健康	390
第六节	健全的心理有助于健康的身体	392
第十七章	养成良好的习惯	400
第一节	好习惯和坏习惯都有巨大的力量	400
第二节	要相信好习惯的报酬是成功	403
第三节	养成良好的习惯	405
附录一	拿破仑·希尔的成功学训练（一）	415
	测验你的成功商数	415
附录二	拿破仑·希尔的成功学训练（二）	420
	获得你自己的成功力量	420

第一章

心态积极——PMA 黄金定律

一个人能否成功，关键在于他的心态是否积极。成功者遇到困难时总是始终如一地保持积极的心态。

第一节 PMA 黄金定律

我们都知道，在这个世界上，成功而卓越的人毕竟是少数，失败而平庸的人肯定是多数。成功而卓越的人活得充实、自在、洒脱，失败而平庸的人则过得空虚、艰难、猥琐。

你不妨仔细地比较一下成功的人和失败的人的心态，特别是他们在关键时刻的心态，你将会十分惊讶地发现，在这种时候，由于每个人心态的不同，其各自的命运与事情的结果会是怎样的不同。

推销员中广泛流传着一个故事。是说欧洲的两个推销员到非洲某地去推销皮鞋。由于天气炎热当地人一直都是赤着脚。第一个推销员看到当地人这个样子，立刻失望起来，他想：“这些人都赤着脚，怎么会要我的鞋呢？”于是他放弃了努力。而另一位推销员看到当地人都赤着脚，则不禁惊喜万分，在他看来：“这些人没有皮鞋穿，这皮鞋市场就大了。”于是想尽一切办法，引导当地人购买皮鞋，最后他竟然满载而归。

不难看出，这就是不同的心态所导致的不同结果。同样的市场，同样面对赤着脚的当地人，由于不同的心态，一个人灰心失望，不战而败；而另一个人则满怀信心，大获全胜。

拿破仑·希尔也曾讲过这样一个故事，相信对你的成功与人生进取都会有巨大的启示意义。

一位叫塞尔玛的女士陪伴丈夫驻扎在沙漠的陆军基地里。丈夫奉命到沙漠里去演习，她一个人则留在陆军的小铁皮房子里。天气实在太热，在仙人掌的阴影下也有50℃左右。没有人可以和她聊天，身边只有和她语言不通的墨西哥人和印第安人。她非常难过，于是就写信给父母，说要丢开一切回家去。她父亲的回信只有两行。但是，这两行字却永远留在了她的心中，且从此完全改变了她的生活。

这两行字是这样的：

两个人从牢中的铁窗望出去，
一个看到泥土，一个却看到了星星。

塞尔玛不断地看这封信。待她终于明白什么的时候，不禁非常惭愧。因此她决定自己一定要在沙漠中找到星星。

她开始和当地人交朋友，学习他们的语言。一开始，他们的反应就使她非常吃惊，她对他们的纺织品、陶器感兴趣，他们就把自己最喜欢甚至都不愿卖给游客的纺织品、陶器送给了她。

塞尔玛研究那些使人着迷的仙人掌和各种沙漠植物、物态，又学习有关土拨鼠的知识。她观看沙漠日落，还寻找海螺壳。这些海螺壳是几百万年前这片沙漠还是一片海洋的时候留下来的……就这样，原来使人难以忍受的环境终于变成了令她兴奋、使她流连忘返的奇境。

那么，你不禁要问，究竟是什么使塞尔玛的内心发生了这么大的变化呢？

你可以看出，沙漠本没有改变，印第安人也没有改变，但是塞尔玛的念头改变了，心态改变了。

一念之差，使她把原先认为恶劣的环境变成了一生中最有意义的冒险。她为发现新世界而兴奋不已，并为此写了一本书，名为《快乐的城堡》。

她从自己造的牢房里看出去，终于看到了星星。

事实上，在我们的日常生活中，之所以失败而平庸的人占多数，其主要原因就是心态有问题。一碰到困难，他们总是挑选最容易的办法，甚至从原来的地方倒退，总是说：我不行了，我还是退却吧。结果使自己陷入失败的深渊。

成功者一碰到困难，总是始终如一地保持积极的心态。他们总是以“我要！”“我能！”“我一定有办法！”等积极的念头来不断鼓励自己。于是他们便能尽一切可能，不断前进，直至走向成功。

众所周知，爱迪生恰好是在通过几千次的失败后，才最终成功地发明了电灯的。因此，成功学家拿破仑·希尔说，一个人能否成功，关键在于他的心态。

成功人士与失败人士的差别就在于成功人士有积极的心态，即 PMA (Positive Mental Attitude)，而失败人士则习惯于以消极的心态去面对人生，即 NMA (Negative Mental Attitude)。由于两种心态对人们生活与事业的不同影响，因此在目前美国的成功学领域，PMA 与 NMA 黄金定律已成为表示两种不同心态的专有名称。

成功的人大都以 PMA 黄金定律支配自己的人生，他们始终以积极的思考、乐观的精神和辉煌的经验来支配和控制自己的人生；失败的人则总是被过去的种种失败和疑虑引导支配，他们空虚猥琐、悲观失望、消极颓废，因而最终走向了失败。

以 PMA 支配自己人生的人，总是有积极奋发、乐观进取的心态。他们能积极乐观地正确处理人生遇到的各种困难、矛盾和问题；以 NMA 支配自己人生的人，心态悲观、消极、颓废。他们不愿也不敢积极地解决人生所面对的各种问题、矛盾和困难。

有的人总喜欢说，他们现在的境况是别人造成的，环境决定了他们的人生位置。这些人常说他们的想法无法改变。但事实上，他们的境况根本不是周围环境造成的。说到底，如何看待人生，由你自己决定。

维克托·弗兰克尔是二战时纳粹德国某集中营的一位幸存者。他说：“在任何特定的环境中，人们还有一种最后的自由，那就是选择自己的态度。”

马尔比·D·马布科克也曾说：“最常见同时也是代价最大的一个错误，是你认为成功有赖于某种天才、某种魅力、某些我们不具备的东西。”

可是成功的要素其实掌握在你自己的手中。成功是运用 PMA 的结果。你究竟能飞多高，并非完全由你的某些其他的因素决定，而是由你自己的心态所制约的。

在拿破仑·希尔看来，你的心态在很大程度上决定了你人生的成败。他认为：

(1) 你怎样对待生活，生活就怎样对待你；

(2) 你怎样对待别人，别人就怎样对待你；

(3) 你在一项任务刚开始时的心态，就决定了你最后将有多大的成功，这是最重要的因素；

(4) 在任何重要组织中，你的地位越高，你就越能找到最佳的心态。

你的环境——心理的、感情的、精神的——完全由你自己的态度来创造。

当然，有了 PMA 并不能保证事事成功，但有了 PMA 肯定会改善日常生活。

任何一种单一的方法都不能保证你凡事心想事成，只有当 PMA 和 17 个成功定律相互之间紧密结合后，才能使你达到成功的彼岸；反之，实行 NMA 的人则一定不能成功。

拿破仑·希尔说，你从来不会见到持消极心态的人能够取得持续的成功。即使碰运气能取得暂时的成功，其成功也只能是昙花一现，转瞬即逝。

第二节 认识你的隐形护身符

大千世界，芸芸众生，人们都在时刻盼望着实现自我的人身价值，人们都在企盼着发财致富，终日企盼着事业的成功。但是，怎样才能成功，通向成功之路的起点究竟又在哪里呢？

拿破仑·希尔告诉我们，要想成功，你首先就应该认识你的隐形护身符。

我们每个人都有着自己的隐形护身符。护身符的一面刻着 PMA（积极的心态），一面刻着 NMA（消极的心态）。它具有两种惊人的力量：其一，使人登峰造极，一览众山小，即 PMA；其二便是 NMA，它使人终身陷在谷底，即使爬到巅峰，也会被它拖下来。这两种巨大的力量既能吸引财富、成功、快乐和健康，又能排斥这些东西，夺走生活中的一切。

那么，心态是如何影响人的呢？在马斯洛的行为心理学看来，当你有一种信念或心态后，你把它付诸行动，就更能加强并助长这种信念了。

比如，你有一个信念，就是你能够很好地完成自己承担的工作，这时你会觉得在工作中很有信心，你常常这样想，并在实践中想方设法去做好工作，信心就会更强。这就是你的行动加深了你的心态。

又比如，你欣赏一个人，你喜欢他，你就会主动与他沟通交往。然后，你就会不

断发现这个人的优点，从而更喜欢他。这是情绪和行为相应的一种反应。

同样，对你自己也一样。你很喜欢自己，或者你压根儿就不喜欢自己，其情形也会是一样的。

当一种心态存在以后，你的行为就会加深这种心态。

所以有的孩子或者女人，他们哭起来总是越哭越伤心，这就是哭行为促使他们在发泄自己的情绪，彼此的因和果就混淆在一起了。所以，当你自认为自己有能力的时候，你就会觉得各方面只要经过自己努力就能取得成功。

事实上，这个世界上没有任何人能够改变你，只有你能改变自己；没有任何人能够打败你，也只有你自己可以。因此，无论你自身条件如何恶劣，只要你运用 PMA，并将它和成功定律的其他定律相结合，就可能达到成功的彼岸。否则，无论你自身条件如何优秀，机会如何千载难逢，只要你运用 NMA，则你的失败是必然的。

美国总统富兰克林·罗斯福就是运用 PMA 成就事业的典型。富兰克林·罗斯福 8 岁的时候，是一个脆弱胆小的男孩，脸上时常显露着一种惊惧的表情。在背诵课文的时候，他的双腿不断发抖，嘴唇也颤抖不已；回答问题时总是含糊不清，且不连贯，回答完了后就十分颓废地坐下来。

或许，按照一般的情况，像他这样的小孩，自我感觉一定很敏感：回避任何活动，不喜欢交朋友，是一个只知自怜的人！但事实上，罗斯福却不是这样。他虽然先天有些缺陷，却保持着 PMA，持有一种积极、奋发、乐观、进取的心态，这种 PMA 激发了他的奋斗精神。

他的缺陷促使他更加努力地去奋斗，并未因为同伴对他的嘲笑便降低了勇气。他以坚强的意志，咬紧自己的牙床使嘴唇不颤动而克服他的惧怕。就是凭着这种奋斗的精神，凭着这种 PMA，罗斯福终于成为美国历史上最伟大的总统之一。

他并不因为自己的缺陷而气馁，甚至还将自己的这种缺陷加以很好的利用，使其变为自己勇敢进取的资本，变为自己向上的扶梯，从而爬到了成功的顶点。尽管晚年他有严重的缺陷，但是美国人民仍是一如既往地热爱他。

富兰克林·罗斯福的成功是神奇的、伟大的，然而先天加在他身上的缺陷又是那样的严重，但他却能毫不灰心地干下去，直到成功。

像他这样的人，如果停止奋斗而自甘堕落，应该说是相当自然而平常的事！但是他却不是这样。他从来不落入自怜的罗网里，这种罗网害过许多比他的缺陷要轻得多的人。没有人能想象这位受到人们广泛爱戴的总统，竟会有如此悲哀的童年而又有如此伟大的信念。

假使他十分注意自己身体的缺陷，或许他会花费许多时间去洗温泉，喝矿泉水，服用维生素，并花时间去航海旅行，坐在甲板的睡椅上，希望恢复自己的健康。他不把自己当做婴儿看待，而是要使自己成为一个真正的人。

他看见别的强壮的孩子玩游戏、游泳、骑马，做各种极难的动作时，他也强迫自己去打猎、骑马、玩耍或进行其他一些激烈的活动，使自己变为能吃苦耐劳的典范。

他看见别的孩子用刚毅的态度对付困难、克服惧怕的情形时，他也就用一种探险的精神，去对付所遇到的可怕的环境。如此，他也觉得自己勇敢了。当他和别人在一

起时，他觉得自己喜欢他们，并不回避他们。由于他对人热情友好，从而自卑的感觉无从发生。

他觉得当他用“快乐”这两个字去接待别人时，就不觉得惧怕别人了。进大学之前，他已由自己不断的努力，有系统的运动和生活，将健康和精力恢复得很好了。

他利用假期在亚利桑那追赶牛群，在落基山猎熊，在非洲打狮子，使自己变得强壮有力。

有人会怀疑这位领袖的精力吗？有人对于他的勇敢发生过疑问吗？可是千真万确，罗斯福便是那个曾经体弱胆怯的小孩。

罗斯福使自己成功的方式是如此的简单，然而却又是如此的有效！这是每个人都可以做到的。罗斯福成功的主要因素在于他的心态和他的努力奋斗。但最重要的还是他的心态。正是他这种积极的心态激励他去努力奋斗，最后终于从不幸的环境中找到了成功的秘诀。他使用隐形护身符，把 PMA 的那面朝上，终于把成功吸引过去了。

“我是自己命运的主宰，我是自己灵魂的领导。”

这句话告诉我们：因为我是自己心态的主宰，所以自然会变成命运的主宰。心态会决定我们将来的机遇。

这句话也强调，无论心态是破坏性的还是建设性的，这个定律都会完全应验。运用 PMA 黄金定律，你就能把心中的各种念头和态度变成现实，并同样把你心中富裕或贫穷的思想都变成现实。

艾尔·艾伦一心想成为公司里的王牌推销员。他把自己读过的励志书籍和杂志中所介绍的 PMA 原理都拿来应用。在一本名为《成功无限》的杂志里，他读到一篇题为《化不满为灵感》的文章，他不禁大受启发。一个寒冷的冬天，艾尔在威斯康星州的米尔沃基冒着严寒沿着一家家的商店拉保险，结果一个个都让他大失所望。他非常不满，但他的 PMA 却把他的不满转变成他的“灵感”，他突然想起自己读过的那篇文章，决心一试。

第二天从办事处出发前，他把自己前一天的失败告诉其他推销员。他说：“等着看好了！今天我要再去拜访那些客户，并且会卖出比你们更多的保险。”他回到原来的市区里，再度拜访每一个他前一天谈过话的人，结果他一共卖出 66 个新的意外保险。

把隐形护身符翻过来，不用 NMA 的那一面，而使用具有 PMA 的威力的这一面，是许多杰出人士的共同特征。

大多数人都以为成功是透过自己没有的优点而突然降临的，或是我们拥有这些优点，却视而不见。其实最明显的往往最不容易看见，每一个人的优点正是自己的 PMA，一点也不神秘，积极的心态（PMA）是正确的心态。正确的心态是由“正面”的特征所组成的。

比如信心、诚实、希望、乐观、勇气、慷慨、容忍、机智、诚恳与丰富的常识等等都是正面的。至于消极的心态（NMA）的特性都是反面的，它们是消极、悲观、颓废的心理态度。

在对成功人士长达几年的仔细研究后，拿破仑·希尔认为，积极的心态正是他们共有的一个简单的秘密。

第三节 你是对的，则世界就是对的

如果你认为自己能行，那么你就肯定能行。

拿破仑·希尔讲过这样一个故事：一个星期六的早晨，一个牧师正在为讲道而伤脑筋，他的太太出去买东西了，外面下着雨，小儿子又烦躁不安，无事可做。后来他随手拿起一本旧杂志，顺手翻一翻，看到一张色彩鲜丽的巨幅图画，那是一张世界地图。他于是把这一页撕下来，把它撕成小片，丢到客厅地板上说：

“强尼，你把它拼起来，我就给你 25 美分。”

牧师心想他至少会忙上半天，谁知不到十分钟，他书房就响起敲门声，他儿子已经拼好了，牧师真是惊讶万分，强尼居然这么快就拼好了。每一片纸片都整整齐齐地排在一起，整张地图又恢复了原状。

“儿子啊，怎么这么快就拼好了？”牧师问。

“啊，”强尼说，“很简单呀！这张地图的背面有一个人的图像。我先把一张纸放在下面，把人的图像放在上面拼起来，再放一张纸在排好的图上面，然后翻过来就好了。我想，如果人拼得对，地图也该拼得对。”

牧师忍不住笑起来，给了他 25 美分，“强尼把明天讲道的题目也给了我了。”他说，“假使一个人是对的，他的世界也是对的。”

这个故事的意义非常深刻：如果你不满意自己的环境，想力求改变，则首先应该改变自己。即“如果你是对的，则你的世界也是对的”。假如你有积极的心态，你四周所有的问题就会迎刃而解。

文文·班·库相是美国最受尊敬的法官之一，但他小时候却是个性格懦弱的孩子。

库相在密苏里州圣约瑟夫城一个准贫民窟里长大。他的父亲是一个移民，以开裁缝铺维生，收入微薄。为了家里取暖，库相常常拿着一个煤桶，到附近的铁路去拾煤块。库相为必须这样做而感到困窘。因此他常常从后街溜出溜进，以免放学的孩子们看见了。

但是，那些孩子还是时常看见他。特别是有一伙孩子常埋伏在库相从铁路回家的路上，袭击他，以此取乐。他们常把他的煤块撒遍街上，使他回家时一直流着眼泪。这样，库相总是生活在或多或少的恐惧和自卑心态之中。

这一件事发生了。这种事在我们打破失败的生活方式时总是会发生的。库相因为读了一本书，内心受到了鼓舞，从而在生活中采取了积极的行动。这本书是荷拉修·阿尔杰著的《罗伯特的奋斗》。

在这本书里，库相读到了一个像他一样的少年的故事。那个少年遭遇了巨大的不幸，但是他以勇气和道德的力量战胜了这些不幸。库相也希望具有这种勇气和力量。

库相读了他所能借到的每一本荷拉修的书。当他读书的时候，他就进入了主人公的角色。整个冬天他都坐在寒冷的厨房里阅读勇敢和成功的故事，不知不觉地吸取了

积极的心态。

在库相读了第一本荷拉修的书之后几个月时，他又到铁路上去拣煤。隔开一段距离，他看见3个影子在一个房子的后面飞奔。他最初的想法是转身就跑，但很快他记起了他所钦慕的书中主人公的勇敢精神，于是他把煤桶握得更紧，一直向前大步走去，犹如他是荷拉修书中的一个英雄。

这是一场恶战。3个男孩一起冲向库相。库相丢开铁桶，坚强地挥动双臂进行抵抗，使得这3个恃强凌弱的孩子大吃一惊。库相的右手猛击一个孩子的嘴唇和鼻子，左手猛击这个孩子的胃部。这个孩子愣了一下，转身跑了，这也使库相大吃一惊。同时，另外两个孩子正在对他进行拳打脚踢。库相设法推走了一个孩子，把另一个打倒，用肘部猛击他，而且发疯似的打他的腹部和下巴。现在只剩下一个了，他是孩子头，已经跳到库相的身上，库相用力把他推到一边，站起身来。大约有1分钟，两个人就这么面对面站着，狠狠瞪着对方，互不相让。

后来，这个小头头一点一点地退后，然后拔腿就跑。库相也许出于一时气愤，拾起一块煤炭朝他扔了过去。

库相这时才发现自己的鼻子挂了彩，身上也青一块紫一块的。这一仗打得真好。这是他一生中重要的一天，那一天他克服了恐惧。

库相并不比去年强壮多少，那些坏蛋的凶悍也没有收敛多少，不同的是他的心态已经有了改变。他已经学会了克服恐惧、不怕危险，再也不受坏蛋欺负。从现在开始，他要自己来改变自己的环境，他果然做到了。

通过运用PMA，库相战胜了懦弱，战胜了恐惧，最终成为全美最受尊敬的法官之一。通过运用PMA，库相还取得了比这更大的成就，那就是把隐形护身符翻到了PMA的一面，最终获得了成功的秘诀。

第四节 心态决定你的成败

你的心态是你命运的控制塔。

NMA是失败、疾病与痛苦的源流，而PMA是成功、健康与快乐的保证！你千万要记住，你的心态决定了一切成功，无论情况怎么样，都要抱着积极的心态，莫让你的沮丧取代了你的热情。

你的生命可以价值连城，也可以一文不值，随你怎么选择。

在拿破仑·希尔看来，一个人只要选择了PMA，就一定会到达成功的彼岸，选择了NMA，则只会遭遇失败。有些人只是暂时拥有积极的心态，当他们遇到了挫折，就失去了信心。

他们一开始是对的，但是一遇到挫折，则将隐形护身符从PMA的一面翻到了NMA的一面，以NMA来麻痹自己，慰藉自己，封闭自己，期望凭着他们的NMA，天上会掉下馅饼来。他们不了解NMA产生的后果。

一般来说，持续持有NMA会产生两种十分严重的后果：其一是在关键时刻为你