

改变千万人生的成功经典



珍藏本

# 世界上最伟大的 励志书

*Shi jie shang zui wei da de li zhi shu Shi jie shang Shi jie shang zui wei da de li zhi shu zui Shi jie shang zui  
zhi shu fei da de li zhi shu Shi jie shang zui wei da de li zhi shu Shi jie shang zui fei da de li zhi shu Shi  
zui wei da de li zhi shu Shi jie shang zui wei da de li zhi shu Shi jie shang zui wei da de li zhi shu Shi jie shang  
zui da de li zhi shu Shi jie shang Shi jie shang zui wei da de li zhi shu Shi jie shang zui wei da de li zhi shu*

原著：戴尔·卡耐基、巴尔塔沙·葛拉西安、本杰明·富兰克林、奥格·曼狄诺、奥里森·马登等

李津 / 主编

中央编译出版社  
CCTP Central Compilation & Translation Press

大师经典  
珍藏文库



# 世界上最伟大的 励志书

原著：戴尔·卡耐基、巴尔塔沙·葛拉西安、本杰明·富兰克林、  
奥格·曼狄诺、奥里森·马登/等

李 津 主编 *Li Jin Bian Zhu*



SHI JIE SHANG ZUI  
WEI DA DE LI ZHI SHU

中央编译出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

世界上最伟大的励志书/李津主编. - 北京:中央编译出版社.

2005. 6

ISBN 7 - 80211 - 135 - 8

I. 最... II. 李... III. 成功心理学 - 通俗读物

IV. B848. 4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 057243 号

**世界上最伟大的励志书**

---

出版发行:中央编译出版社

地 址:北京西城区西直门内冠英园西区 22 号(100035)

电 话:66560272(编辑部) 66560273 66560299(发行部)

网 址:<http://www.cctpbook.com>

E - mail: [edit@cctpbook.com](mailto:edit@cctpbook.com)

经 销:全国新华书店

印 刷:廊坊京华万圣印刷有限责任公司

开 本:730 × 970 毫米 1/16

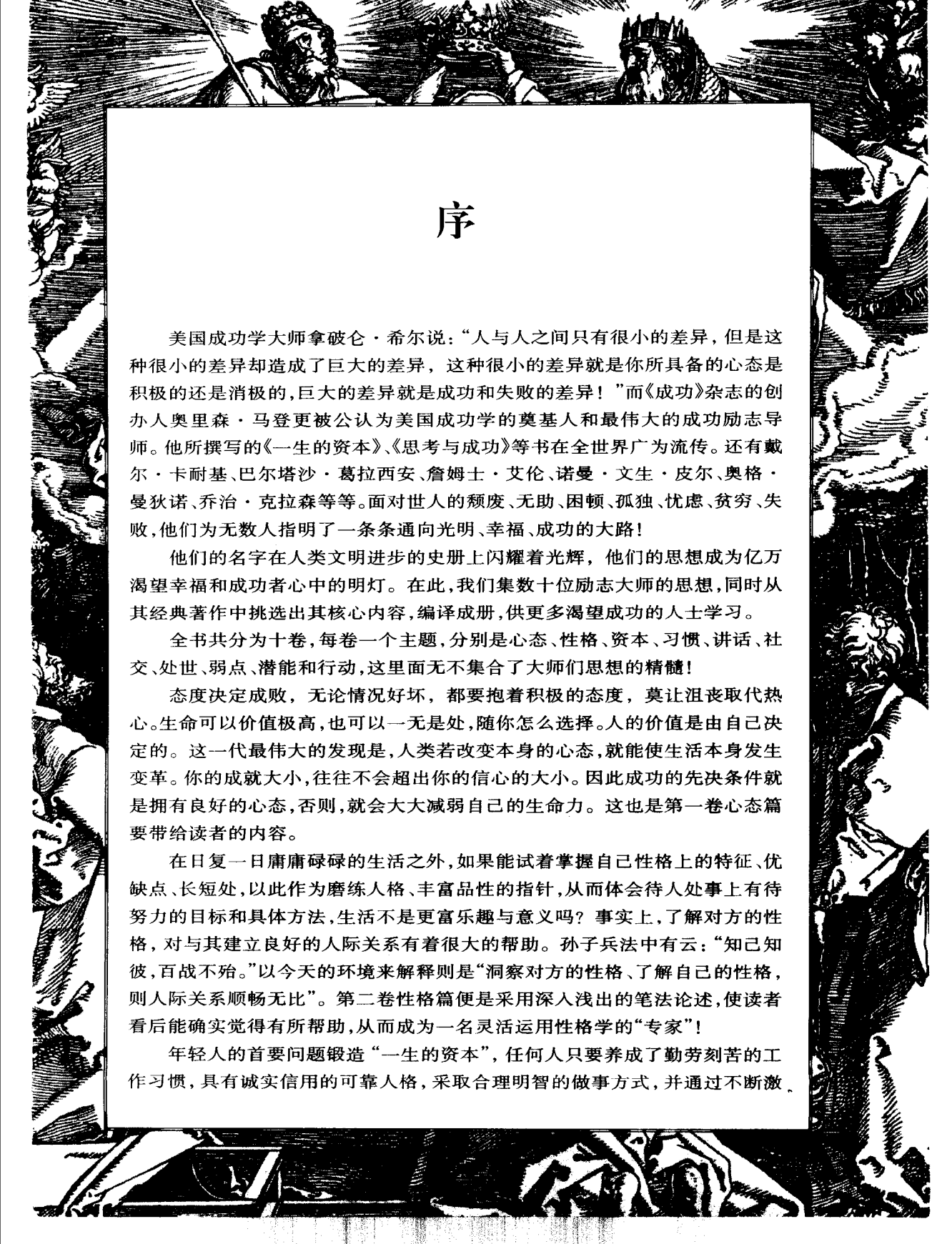
字 数:600 千字

印 张:28.75

版 次:2005 年 6 月第 1 版第 1 次印刷

定 价:39.80 元

---



## 序

美国成功学大师拿破仑·希尔说：“人与人之间只有很小的差异，但是这种很小的差异却造成了巨大的差异，这种很小的差异就是你所具备的心态是积极的还是消极的，巨大的差异就是成功和失败的差异！”而《成功》杂志的创办人奥里森·马登更被公认为美国成功学的奠基人和最伟大的成功励志导师。他所撰写的《一生的资本》、《思考与成功》等书在全世界广为流传。还有戴尔·卡耐基、巴尔塔沙·葛拉西安、詹姆士·艾伦、诺曼·文生·皮尔、奥格·曼狄诺、乔治·克拉森等等。面对世人的颓废、无助、困顿、孤独、忧虑、贫穷、失败，他们为无数人指明了一条条通向光明、幸福、成功的大路！

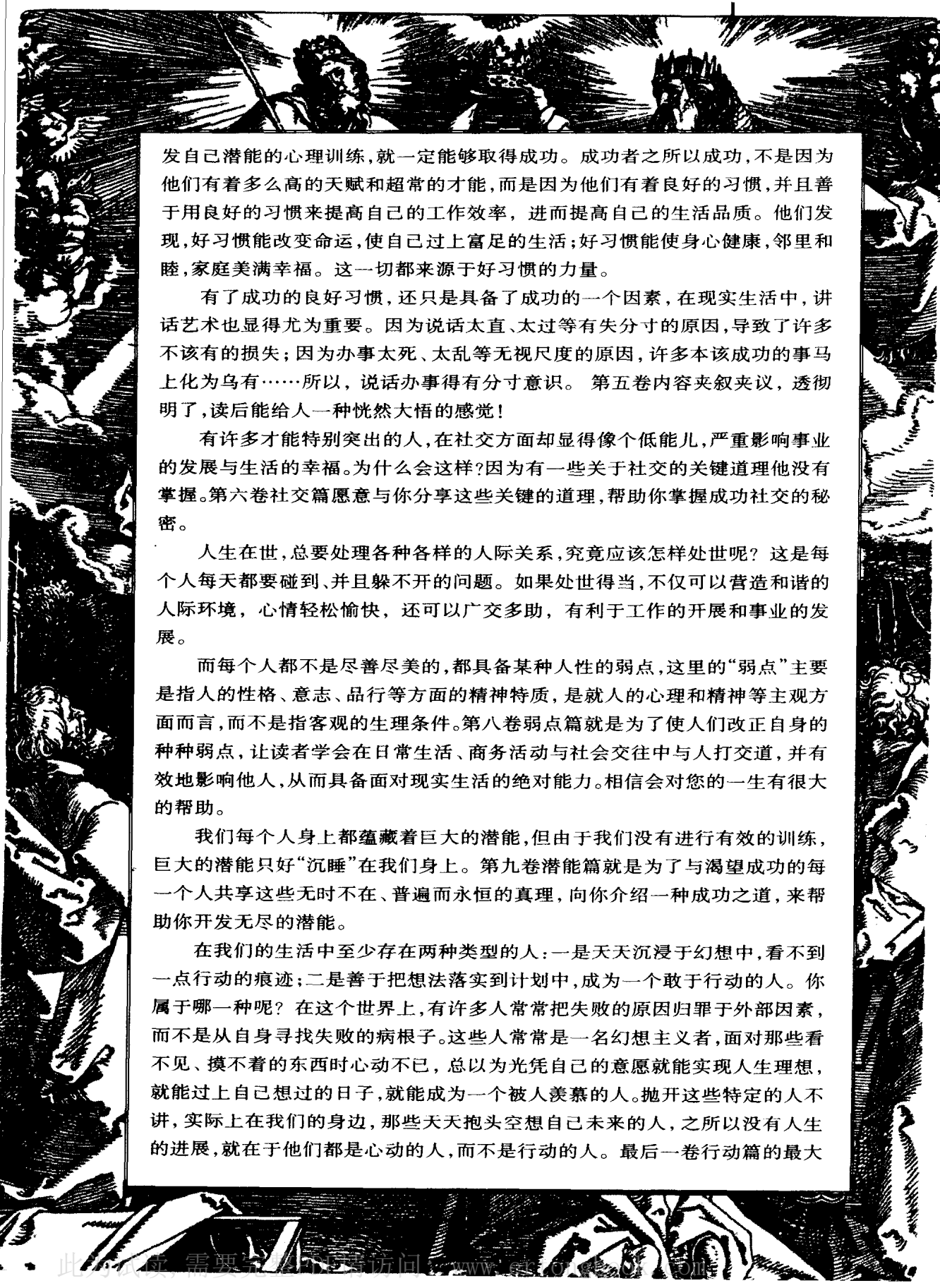
他们的名字在人类文明进步的史册上闪耀着光辉，他们的思想成为亿万渴望幸福和成功者心中的明灯。在此，我们集数十位励志大师的思想，同时从其经典著作中挑选出其核心内容，编译成册，供更多渴望成功的人士学习。

全书共分为十卷，每卷一个主题，分别是心态、性格、资本、习惯、讲话、社交、处世、弱点、潜能和行动，这里面无不集合了大师们思想的精髓！

态度决定成败，无论情况好坏，都要抱着积极的态度，莫让沮丧取代热心。生命可以价值极高，也可以一无是处，随你怎么选择。人的价值是由自己决定的。这一代最伟大的发现是，人类若改变本身的心态，就能使生活本身发生变革。你的成就大小，往往不会超出你的信心的大小。因此成功的先决条件就是拥有良好的心态，否则，就会大大减弱自己的生命。这也是第一卷心态篇要带给读者的内容。

在日复一日庸庸碌碌的生活之外，如果能试着掌握自己性格上的特征、优缺点、长短处，以此作为磨练人格、丰富品性的指针，从而体会待人处事上有待努力的目标和具体方法，生活不是更富乐趣与意义吗？事实上，了解对方的性格，对与其建立良好的人际关系有着很大的帮助。孙子兵法中有云：“知己知彼，百战不殆。”以今天的环境来解释则是“洞察对方的性格、了解自己的性格，则人际关系顺畅无比”。第二卷性格篇便是采用深入浅出的笔法论述，使读者看后能确实觉得有所帮助，从而成为一名灵活运用性格学的“专家”！

年轻人的首要问题锻造“一生的资本”，任何人只要养成了勤劳刻苦的工作习惯，具有诚实信用的可靠人格，采取合理明智的做事方式，并通过不断激



发自己潜能的心理训练,就一定能够取得成功。成功者之所以成功,不是因为他们有着多么高的天赋和超常的才能,而是因为他们有着良好的习惯,并且善于用良好的习惯来提高自己的工作效率,进而提高自己的生活品质。他们发现,好习惯能改变命运,使自己过上富足的生活;好习惯能使身心健康,邻里和睦,家庭美满幸福。这一切都来源于好习惯的力量。

有了成功的良好习惯,还只是具备了成功的一个因素,在现实生活中,讲话艺术也显得尤为重要。因为说话太直、太过等有失分寸的原因,导致了許多不该有的损失;因为办事太死、太乱等无视尺度的原因,许多本该成功的事马上化为乌有……所以,说话办事得有分寸意识。第五卷内容夹叙夹议,透彻明了,读后能给人一种恍然大悟的感觉!

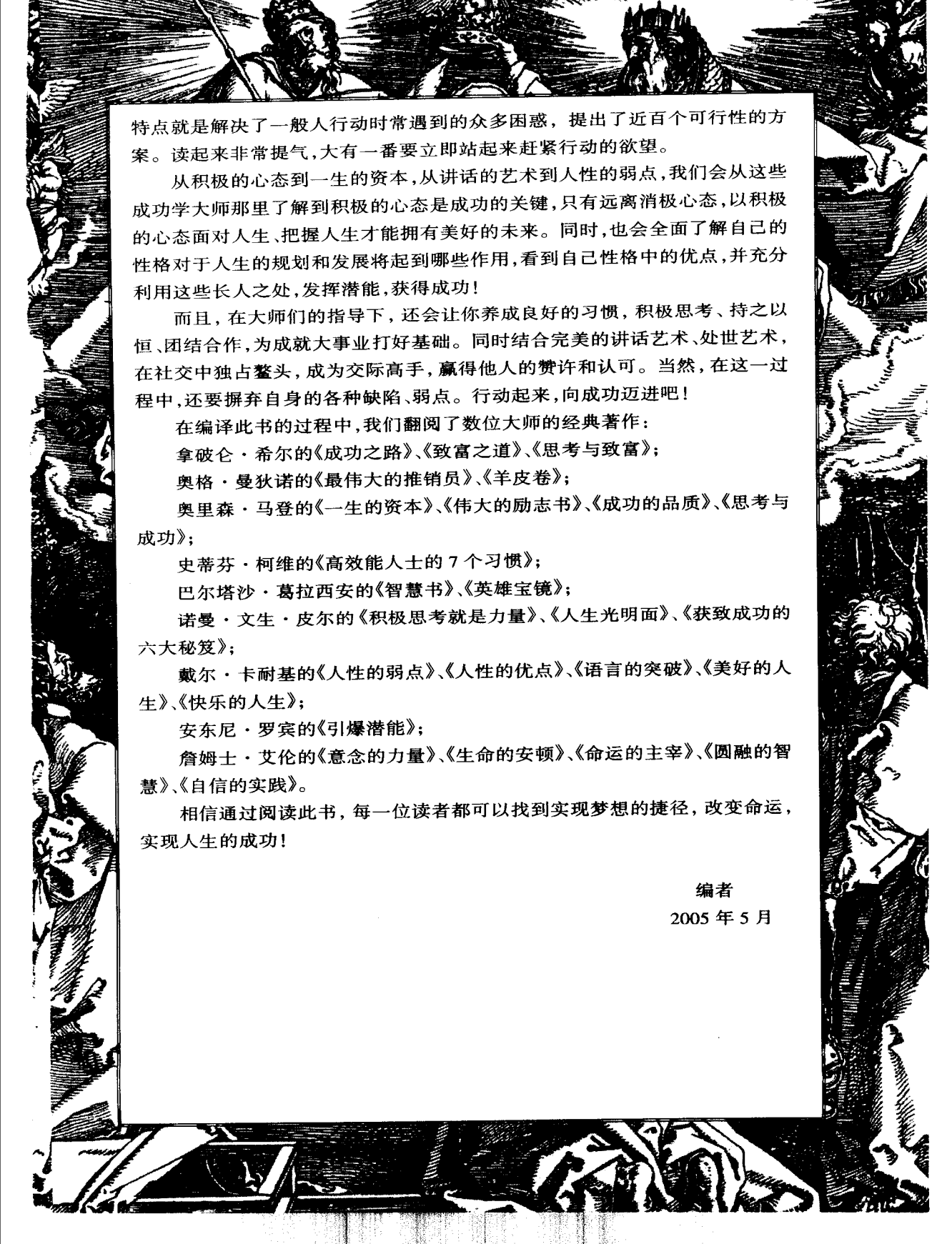
有许多才能特别突出的人,在社交方面却显得像个低能儿,严重影响事业的发展与生活的幸福。为什么会这样?因为有一些关于社交的关键道理他没有掌握。第六卷社交篇愿意与你分享这些关键的道理,帮助你掌握成功社交的秘密。

人生在世,总要处理各种各样的人际关系,究竟应该怎样处世呢?这是每个人每天都要碰到、并且躲不开的问题。如果处世得当,不仅可以营造和谐的人际环境,心情轻松愉快,还可以广交多助,有利于工作的开展和事业的发展。

而每个人都不是尽善尽美的,都具备某种人性的弱点,这里的“弱点”主要是指人的性格、意志、品行等方面的精神特质,是就人的心理和精神等主观方面而言,而不是指客观的生理条件。第八卷弱点篇就是为了使人们改正自身的种种弱点,让读者学会在日常生活、商务活动与社会交往中与人打交道,并有效地影响他人,从而具备面对现实生活的绝对能力。相信会对您的一生有很大的帮助。

我们每个人身上都蕴藏着巨大的潜能,但由于我们没有进行有效的训练,巨大的潜能只好“沉睡”在我们身上。第九卷潜能篇就是为了与渴望成功的每一个人共享这些无时不在、普遍而永恒的真理,向你介绍一种成功之道,来帮助你开发无尽的潜能。

在我们的生活中至少存在两种类型的人:一是天天沉浸于幻想中,看不到一点行动的痕迹;二是善于把想法落实到计划中,成为一个敢于行动的人。你属于哪一种呢?在这个世界上,有许多人常常把失败的原因归罪于外部因素,而不是从自身寻找失败的病根子。这些人常常是一名幻想主义者,面对那些看不见、摸不着的东西时心动不已,总以为光凭自己的意愿就能实现人生理想,就能过上自己想过的日子,就能成为一个被人羡慕的人。抛开这些特定的人不讲,实际上在我们的身边,那些天天抱头空想自己未来的人,之所以没有人生的进展,就在于他们都是心动的人,而不是行动的人。最后一卷行动篇的最大



特点就是解决了一般人行动时常遇到的众多困惑，提出了近百个可行性的方案。读起来非常提气，大有一番要立即站起来赶紧行动的欲望。

从积极的心态到一生的资本，从讲话的艺术到人性的弱点，我们会从这些成功学大师那里了解到积极的心态是成功的关键，只有远离消极心态，以积极的心态面对人生、把握人生才能拥有美好的未来。同时，也会全面了解自己的性格对于人生的规划和发展将起到哪些作用，看到自己性格中的优点，并充分利用这些长处，发挥潜能，获得成功！

而且，在大师们的指导下，还会让你养成良好的习惯，积极思考、持之以恒、团结合作，为成就大事业打好基础。同时结合完美的讲话艺术、处世艺术，在社交中独占鳌头，成为交际高手，赢得他人的赞许和认可。当然，在这一过程中，还要摒弃自身的各种缺陷、弱点。行动起来，向成功迈进吧！

在编译此书的过程中，我们翻阅了数位大师的经典著作：

拿破仑·希尔的《成功之路》、《致富之道》、《思考与致富》；

奥格·曼狄诺的《最伟大的推销员》、《羊皮卷》；

奥里森·马登的《一生的资本》、《伟大的励志书》、《成功的品质》、《思考与成功》；

史蒂芬·柯维的《高效能人士的7个习惯》；

巴尔塔沙·葛拉西安的《智慧书》、《英雄宝镜》；

诺曼·文生·皮尔的《积极思考就是力量》、《人生光明面》、《获致成功的六大秘笈》；

戴尔·卡耐基的《人性的弱点》、《人性的优点》、《语言的突破》、《美好的人生》、《快乐的人生》；

安东尼·罗宾的《引爆潜能》；

詹姆士·艾伦的《意念的力量》、《生命的安顿》、《命运的主宰》、《圆融的智慧》、《自信的实践》。

相信通过阅读此书，每一位读者都可以找到实现梦想的捷径，改变命运，实现人生的成功！

编者

2005年5月

# 目 录

## 第一卷 心态,左右你的一生 / 1

- 第 1 课:积极心态有利于改变命运 / 3
- 第 2 课:积极心态有利于建立自信 / 12
- 第 3 课:积极心态有利于重塑自我 / 19
- 第 4 课:积极心态有利于调整情绪 / 27
- 第 5 课:积极心态有利于正确思考 / 37
- 第 6 课:积极心态有利于实现愿望 / 45
- 第 7 课:积极心态有利于冲出逆境 / 50

## 第二卷 性格决定命运 / 61

- 第 1 课:自信乐观的性格与命运 / 63
- 第 2 课:简朴务实的性格与命运 / 70
- 第 3 课:坚忍敢为的性格与命运 / 75
- 第 4 课:敏感孤独的性格与命运 / 81
- 第 5 课:叛逆果敢的性格与命运 / 85
- 第 6 课:创新进取的性格与命运 / 90
- 第 7 课:严谨理智的性格与命运 / 101

## 第三卷 一生的资本 / 111

- 第 1 课:完美人生的品质资本 / 113
- 第 2 课:完美人生的身体资本 / 119





第3课:完美人生的才学资本 / 125

第4课:完美人生的魅力资本 / 128

第5课:完美人生的人际资本 / 135

第6课:完美人生的职业资本 / 139

第7课:完美人生的婚姻资本 / 144

#### **第四卷 成大事者必备的七大习惯 / 151**

第1课:积极思考的习惯 / 153

第2课:勤奋俭朴的习惯 / 157

第3课:积极学习的习惯 / 167

第4课:诚实守信的习惯 / 173

第5课:持之以恒的习惯 / 183

第6课:坚持果断的习惯 / 195

第7课:团结合作的习惯 / 200

#### **第五卷 讲话的艺术 / 207**

第1课:端正态度 / 209

第2课:懂得技巧 / 214

第3课:善用肢体语言 / 220

第4课:懂得积累知识 / 227

第5课:风趣幽默 / 230

第6课:留心语气 / 236

第7课:因人而异 / 239

#### **第六卷 成功者的社交法则 / 251**

第1课:赞美的法则 / 253

第2课:微笑的法则 / 256

第3课:打动人的法则 / 262

第4课:替他人着想的法则 / 267

第5课:展示自己的法则 / 274



第6课:塑造自身形象的法则 / 280

第7课:展现语言魅力的法则 / 285

## 第七卷 处世的艺术 / 291

第1课:为人处世要认清自我 / 293

第2课:为人处世要宽容忍耐 / 297

第3课:为人处世要善交朋友 / 301

第4课:为人处世要勤奋努力 / 305

第5课:为人处世要善待他人 / 308

第6课:为人处世要坦诚守信 / 313

第7课:为人处世要谦虚谨慎 / 315

## 第八卷 挑战人性的弱点 / 319

第1课:自卑 / 321

第2课:嫉妒 / 325

第3课:忧虑 / 329

第4课:愤怒 / 340

第5课:虚荣 / 346

第6课:贪婪 / 350

第7课:盲目 / 353

## 第九卷 引爆潜能——唤醒你心中沉睡的巨人 / 357

第1课:开发潜能要挖掘自我 / 359

第2课:开发潜能要相信自己 / 364

第3课:开发潜能要目标明确 / 371

第4课:开发潜能要立即行动 / 380

第5课:开发潜能要营造良好氛围 / 386

第6课:开发潜能要把握时间 / 390

第7课:开发潜能要抓住灵感 / 397





## 第十卷 一切从行动开始 / 405

第 1 课:让梦想为行动插上翅膀 / 407

第 2 课:让危机诱惑行动 / 412

第 3 课:让心动变成行动 / 422

第 4 课:让机遇催化行动 / 429

第 5 课:让行动等于成功 / 434

第 6 课:为行动而实干 / 438

第 7 课:为行动时刻准备着 / 445

# 第一卷

## 心态,左右你的一生







# 第1课：积极心态有利于改变命运

当你有了生活目标时，下意识心理会把强大的激励因素加到你的意识心理上，使你在危急情况中能够生存下去。

## 积极的心态创造生命的奇迹

积极的心态会促进你的身心健康，延长你的寿命。而消极的心态一定会逐渐破坏你的身心健康，减少你的寿命。有些人由于适当地运用他的积极心态，从而挽救了亲人的生命。下面的一件小事就可证明这一点。

医生说：“这孩子不能活了。”

他们所说的孩子是个刚生下来两天的婴儿。

“这个孩子一定会活下去！”父亲回答道。这位父亲具有积极的心态——他有信心——他相信祈祷，更相信行动。

他开始行动起来了！

他委托一位小儿科医生照顾这个孩子，这位医生也有积极的心态，作为一名医生，以他的经验，自然给每一种生理缺点都提供了一个补偿和指导。这孩子最后确实活下来了。

另一篇文章报道的是：一位62岁的建筑工程师回到家里，上床上睡觉时，感觉胸痛，呼吸急促。他的妻子比他年轻10岁，非常害怕，她怀着希望为丈夫按摩，试图促进他的血液循环。但是，他还是死了。

“我活不下去了！”这位寡妇对她的母亲说。

于是，这位寡妇承受不住心理上的打击也死了。她和她丈夫是在同一天死的！





那活了的婴孩和那死了的寡妇足以证明，积极的和消极的心态同样具有强大的力量。既然知道积极的心态能把好事吸引到身边，消极的心态会带来坏的事情，难道发展积极的思想和态度不是极为合乎情理吗？

现在正是你发展积极心态的时候。要为任何可能发生的紧急情况而做好准备，确立一个生活目标。记住：当你有了生活目标时，下意识心理会把强大的激励因素加到你的意识心理上，使你在危急情况中能够生存下去。

## 有梦想的人才能改变命运

一般而言，人生中的许多事情我们是能够做到的，只是我们不知道自己能够做到；但如果我们坚持前进，就能做到。

汤姆·邓普西就是一个好例子。他生下来的时候只有半只左脚和一只畸形的右手，父母从不让他因为自己的残疾而感到不安。结果，他能做到任何健全男孩所能做的事：如果童子军团行军 10 里，汤姆也同样可以走完 10 里。

后来，他学踢橄榄球。他发现，自己能把球踢得比在一起玩的男孩子都远。他请人为他专门设计了一只鞋子，参加了踢球测验，并且得到了冲锋队的一份合约。

但是教练却尽量婉转地告诉他，说他“不具备做职业橄榄球员的条件”，促请他去试试其他的事业。最后他申请加入新奥尔良圣徒球队，并且请求教练给他一次机会。教练虽然心存怀疑，但是看到这个男孩这么自信，对他有了好感，因此就收下了他。

两个星期之后，教练对他的好感加深了，因为他有一次友谊赛中踢出了 55 码远并且为本队挣得了分。这使他获得了专为圣徒队踢球的工作，而且在那一季中为他的球队挣得了 99 分。

他一生中最伟大的时刻到来了。那天，球场上坐了 6.6 万名球迷。球是在 28 码线上，比赛只剩下了几秒钟。这时球队把球推进到 45 码线上。“邓普西，进场踢球。”教练大声说。

当汤姆进场时，他知道他的队距离得分线有 55 码远，那是由巴第摩尔雄马队的毕特·瑞奇踢出来的。

球传接得很好，邓普西一脚全力踢在球身上，球笔直地前进，但是踢得够



远吗? 66000 名球迷屏住气观看,球在球门横栏之上几英寸的地方越过,接着终端得分线上的裁判举起了双手,表示得了 3 分,汤姆队以 19 比 17 获胜。球迷狂呼乱叫,为踢得最远的一球而兴奋,因为这是只有半只脚和一只畸形手的球员踢出来的!

“真令人难以相信!”有人感叹道,但是邓普西只是微笑。他想起他的父母,他们一直告诉他的是他能做什么,而不是他不能做什么,他之所以创造出这么了不起的纪录,正如他自己说的:“他们从来没有告诉我,我有什么不能做的。”

这个生动的事例告诉我们:永远也不要消极地认定什么事情是自己不可能做到的。首先你要认为自己能,要去尝试,再尝试,最后你就会发现你确实能。

我年轻的时候,抱着要做一名作家的雄心。我知道,要达到这个目的,自己必须精于遣词造句,文字将是我的工具。但是由于我小的时候家里很穷,接受的教育并不完备,因此“善意的朋友”就告诉我,说我的雄心是“不可能”实现的。

于是年轻的我存钱买了一本最好的、最完全的、最漂亮的字典,我所需要的字都在这本字典里面,而我的想法是要完全了解和掌握这些字。但是我做了一件奇特的事,我找到“不可能”这个字,用小剪刀把它剪下来,然后丢掉。于是我有了一本没有“不可能”的字典。以后,我把自己的整个事业建立在这个前提上,那就是对一个要成长,而且要成长得超过别人的人来说,没有任何事情是不可能的。

当然,我并不建议你从你的字典中把“不可能”这 3 个字剪掉,而是建议你要从你的心智中把这个观念铲除掉。谈话中不提它,想法中排除它,态度中丢掉它。抛弃它,不再为它提供理由,不再为它寻找借口。把这 3 个字和这个观念永远地抛开,而用光明灿烂的“可能”来代替它。

我们当中的许多人认为自己不是有经验的失败者就是无经验的胜利者。其实,我们在有经验的失败者与无经验的胜利者之间作抉择,我们可以成为胜利者,获胜的经验愈多,就愈具备胜利者的特征。这不但适用于球队、个人,也适用于你。

当我们全力以赴时,不管结果如何,我们都是赢了。因为全力以赴所带来



的个人满足,使我们都成为赢家。兰狄·马丁在1972年参加了第一届波士顿马拉松比赛。这次比赛全程超过26英里,而且是在起伏很大的山坡地进行。马丁博士后来说,每一位到达终点的人都有奖品。大部分赛跑者在参加比赛时,都不敢相信他们会赢,但是每一位跑完全程的人都是胜利者,因为好好做完一件事的真正报酬,就是把它做出来。你在跟自己竞争,这才是最重要的。没有一件事比尽力而为更能使你满足,也只有这时候你才会发挥最好的能力。尽力而为给你带来一种特殊的权利,一种自我超越的胜利。一位世界冠军曾说:“尽你最大的努力做这件事,比你做得好还重要。”

潜能,是一种对外界刺激感应很敏锐的东西;而且它一旦被唤醒,仍需要不断地教育和鼓励,诚如有音乐、艺术天赋的人必须注意培养和坚持一样。否则,潜能和才能,会像鲜花一样,容易枯萎或凋零。

假使我们有潜能而不想去实现它,那么我们的潜能将不能保持一种锐利而坚定的状态,我们的天赋也将变得迟钝而失去能力。

爱默生说:“我最需要的,是一种能够使我尽我所能的人。”

也就是说,“尽我所能”是我自己的事。不是尽拿破仑或林肯所能,而是尽我自己的所能。我能够在我的生命中贡献出最好的、抑或最坏的,能够运用我的能力达到10%、15%、25%,抑或90%,对于世界、自己,都将产生非常不同的结果。让我们看看下面这一情形吧!

“戴维斯先生,我的孩子马歇尔在你店里有何长进?”

农夫约翰·费尔特一面焦急地望着正在招呼顾客的儿子马歇尔,一面向他的老板打探着儿子的近况。

“约翰,我们是老朋友了。我本来不愿意伤你的心,但是,你知道,我是个坦率的人,为了你孩子的前途,我不得不说老实话。”

在费尔特的真诚期待下,戴维斯继续向他谈论着马歇尔的事:“马歇尔是个好孩子,本性不坏;但是他个性过于诚朴,不够机智。即使让他留在我店里一千年,也学不会像一个真正的商人,他生来就没有一个商人的样子。你最好还是把他带回乡下去,教他去学着耕地吧!”

如果马歇尔·费尔特当时真的一直留在戴维斯的店中当一个伙计,他这一辈子确实不会有什么转机。幸好,他也没有跟随父亲回到乡下,而是独自跑到芝加哥去闯天下了。





初到芝加哥，马歇尔只得到处去寻找适合自己的职业。在谋职的过程中，尽管有诸多的不顺，但他也并非一无所获。那些征聘伙计的老板，都这样告诫他：我从前也是从干最苦的工作和拿最低微的工资一步步奋斗过来的。正是有这些已出人头地的神奇斗士作榜样，使他几乎泯灭的志气突然被唤醒，从此他心中燃起决心做一个大商人的希望之火。他一遍遍地反问自己：“他们都可以做出如此神奇的事来，我为什么不能？”

经过多年的艰苦奋斗和长期不懈的努力，马歇尔·费尔特终于成为了闻名世界的大商人。他非常感谢戴维斯先生当年对他的那种轻视所产生的刺激。

诚然，马歇尔也许原本就有成为一个大商人的资质的。不过，戴维斯的忠告，的确唤醒了他隐伏的潜力，打碎了他仰人鼻息的酣梦，帮助他摆脱得过且过的环境，促使他到大都市去奋斗，从而取得了最终的成功。

一般人常以为潜能是天生的，是无法被我们加以改进的。但是实际上，大多数人的潜能，都是被人唤醒，或是受刺激而突发的。

我们中间的大多数人都具有非凡的潜在能力，但这种潜在在大部分时间里都处在酣睡蛰伏状态，它一旦被唤醒，就会做出许多不凡的事情来。

## 贫苦造就伟人

英国著名作家温盖特在游历美国时说：“这是个很奇怪的现象，偌大的一个纽约市竟出不了几个名人！如今居住在纽约的名人中，竟有 90% 以上都是从农村来的。这种情况不仅是纽约如此，像伦敦、巴黎、柏林这样的大城市，也是如此。”甚至，“美国的许多伟人多半诞生在黑暗的小茅屋中”。

这个说法对吗？我们可以举出几个例子来证明，譬如林肯、格兰特、加菲尔德、格里利、惠蒂埃、克莱门斯、沃纳梅克、洛克菲勒、克鲁斯·菲尔德、比彻、爱迪生和威斯汀豪斯，这些人都是出生在穷苦的农村，但他们在童年期间奠定了智慧、品格、体力的基础，后来都成了社会上的名人与领袖。

关于这个问题，一位作家曾经作过一个很有趣的统计，他搜集了 40 位著名成功人士的资料。他发现，在 40 人中，生于农村的有 22 人，生于小城镇的有 10 人，而生于都市中的却只有 8 人。那些在农村出生的 22 个人，其童年生活

success  
classic

