

Collected Edition Of Benjamin Franklin'S
Great Theories Of Wealth

丁兆宇◎编著

本杰明·富兰克林

财富成功思想

全书



愚者最需要忠告；但忠告只对聪明人有效。

——本杰明·富兰克林

不要出卖美德以换取财富，也不要自由交换权力。

丁兆宇◎编著

本杰明·富兰克林 财富成功思想 全书

图书在版编目 (CIP) 数据

本杰明·富兰克林财富成功思想全书/丁兆宇编著. —北京:
新世界出版社, 2009.9

ISBN 978-7-5104-0553-2

I. 本 ... II. 丁 ... 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 (2009) 第 166718 号

本杰明·富兰克林财富成功思想全书

作 者: 丁兆宇

责任编辑: 梁小玲

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发行部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总编室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版权部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印刷: 九州财鑫印刷有限公司

经销: 新华书店

开本: 787 × 1092 1/16

字数: 230 千字 印张: 20

版次: 2009 年 9 月第 1 版 2009 年 9 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5104-0553-2

定价: 39.00 元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

本杰明·富兰克林财富成功思想全书



前言

Collected Edition Of Benjamin Franklin's Great Theories Of Wealth

本杰明·富兰克林 (Benjamin Franklin, 1706—1790) 是美国《独立宣言》的起草人之一，是著名的外交家、发明家、出版家，也是被印入美元的人物之一，在美国家喻户晓。富兰克林是美国历史上最伟大的人物之一，但他同样也是美国企业史上最伟大的人物之一——可以说，富兰克林之所以能够成为科学家和爱国者，是因为他经商成功，使他 42 岁就可以退休，去追求其他的兴趣。

本杰明·富兰克林于 1706 年生于波士顿，是肥皂与蜡烛制造商乔西亚·富兰克林最小的儿子。富兰克林小时候就展现了领导能力，他是孩子王，又爱读书。由于对文学的兴趣，在 12 岁时，就进入了哥哥詹姆斯开设的印刷厂当学徒。又由于不满意哥哥的管理，几年以后，他离开哥哥的工厂，转入费城另一家印刷厂工作。

不久以后，富兰克林自己在费城开设了一家印刷厂，大为成功。此后，他在全美各殖民地设立加盟印刷厂，扩展他的事业。他设立了墨水制造厂，也做纸类供应商，同时贷款给合伙人。1748 年，当他放下印刷业的工作时，已被认为是美洲印刷业的龙头老大。以当时印刷业在美洲殖民区传媒的重要性而言，若说当年的富兰克林在媒体上的地位犹如今日的泰德·特纳或鲁伯特·默多克，并不为过。

富兰克林不仅是殖民时期美洲中小企业的伟大经营者之一，在许多方面也是美国企业家的典型，他为众人服务的生涯以及家喻户晓的自传，使他在日后 200 年的美国企业史上留下了不可磨灭的痕迹。

富兰克林的风范在美国的经营者中不止影响了一代。在他的追随者中，最有名的人士之一是钢铁大王安德鲁·卡内基。卡内基像富兰克林一样，出



身卑微，却成为美国工业史上几乎神话一般的人物。卡内基十分仰慕富兰克林，不仅在自己的自传中引用富兰克林的话，而且跟富兰克林的后代都保持联络，同时也以自己的慈善行动来向富兰克林致敬。

金融家汤玛斯·梅隆也自奉为富兰克林的仰慕者，其程度比卡内基更有过之而无不及。梅隆说，读《富兰克林自传》是他一生的转折点，是这本书让他离开农业而成为 20 世纪的巨富之一。梅隆晚年印了 1000 本《富兰克林自传》给那些向他求教的年轻经理人。而且，他不像当时的银行家们那样把自己的塑像置于银行，却把富兰克林的塑像矗立在他的银行的大厅中。

富兰克林的影响力不仅及于生在 19 世纪的宾州人身上，如卡内基和梅隆等人；20 世纪后期的商业巨子也受到他的影响。1996 年，沃伦·巴菲特公司的投资副主席查尔斯·孟格在接受《福布斯》杂志的访谈时说，他心目中的英雄就是富兰克林；他跟巴菲特都对富兰克林所推广的复利观念深感敬畏；他认为“富兰克林的格言比商学院所学到的东西有益得多”。

一位美国著名学者指出：美国企业目前的成功，根基在 200 年前所立下的原则；这些原则具体体现在美国企业之父富兰克林身上：他体现了巧思、创新与技术；这些特质将近日的美国经济推上前所未有的高峰。

《本杰明·富兰克林财富成功思想全书》通过大量通俗睿智的思想和富有哲理、启人心智的故事，多角度、全方位地对本杰明·富兰克林的财富成功思想——尤其是他一生所奉行的做人和经营美德，进行了系统总结和生动阐释。相信每一个志在成功、追求卓越、愿意通过学习和努力改变平凡人生的读者，都会从本书中获得阵阵的惊喜和持久的收获。

本杰明·富兰克林财富成功思想全书



目 录

Collected Edition Of Benjamin Franklin's Great Theories Of Wealth

第一章 节制饮食，保持身心健康

饮食节制常常使人头脑清醒，思维敏捷。世界上最大的笨蛋是酒鬼。很少有人死于饥饿，太多的人死于滥吃。吃得太好容易生病。少吃肉，多长寿。防疾病，千防万防，不如禁欲与节制。对酒肉、女色和情性都要有自制，否则病痛和瘟疫就会抓住你。布匹应远离火种，青年应远离玩乐。只有会生活的人，才是伟大的学问家。每年改正一个坏习惯，会让我们中最差的人变好。

节制饮食是一种好的习惯	(3)
不能依靠麻醉神经来逃避沮丧	(5)
一定要限制自己的酒精摄入量	(7)
精神上的自制力对于一个人的成功是非常重要的	(10)
成功者总是约束自己按理智判断行事	(13)
千万不要为了享乐而抛弃一切	(15)
战胜自己情欲的人是英雄	(17)
劳逸结合，保持身心健康	(19)
注意健康与你的事业发展并不矛盾	(21)
依照自己的价值去生活	(23)
【本章要点与思考】	(25)



第二章 谈吐要利人利己，不无聊闲扯

人跌摔倒了可以很快爬起来，但是话说错了将永远不能收回。没有任何动物比蚂蚁更勤奋，然而它却最沉默寡言。舌头动得快，麻烦来得多。假如不想让敌人知道你的秘密，那么就对朋友也保密。明智的人不探听秘密，诚实的人不暴露秘密。傻瓜的心在嘴里，聪明人的嘴在心里。玩笑不能使敌人变成朋友，却能使朋友变成敌人。知道的不全说，看到的不乱说，就能活得快活。

沟通的一个重要原则在于少说话	(29)
想成为善于谈话的人，就要做一个注意倾听的人	(32)
谨言慎行对每一个人来说都非常重要	(36)
沉默有时是最明智的选择	(38)
不能“随便”说出你的心里话	(41)
在职场交际中更要努力避免失言	(44)
无须呆板地追求精神完善，追求绝对的诚实	(47)
谈话时要尽量准确、恰当地使用词汇	(50)
把啰唆当做必须克服的缺点	(52)
用通俗易懂的比喻说服别人	(55)
掌握巧妙引导话题的技巧	(57)
打破沉默，与陌生人自如交谈	(60)
与人愉快交谈应把握的基本原则	(64)
表达不愉快的思想时，一定要特别谨慎	(67)
【本章要点与思考】	(68)

第三章 物品放置要有序，做事要合理安排时间

没有条理、做事没有秩序的人，无论做哪一种事业都没有功效可言。要高人一等，凡事走在前面。使人失败的不仅是不善管理，还有生性懒惰，该早上做的事却拖到下午。为了取得

更大的成绩，为了更好、更快地完成工作，要学会制订计划。
制订一个有力的计划能帮助你绕过许多麻烦，保持目标专注，
不断前进。

用较多的时间为一次工作制订计划是值得的	(71)
详尽有力的计划能够减少前进的障碍	(73)
不要因缺乏计划而成为他人日程安排的牺牲品	(75)
科学合理地安排好自己的时间	(77)
改变你的工作习惯，消除时间浪费的症结	(80)
确定工作顺序，养成有条有理的习惯	(82)
改变浪费时间的不良工作习惯	(85)
掌握更轻松、更有效的工作要领	(87)
【本章要点与思考】	(90)

第四章 该做之事下决心去做，决心要做之事一定做好

吃不了苦中苦，就做不了人上人。英明的人不需要建议，
愚蠢的人不采纳建议。闪电决不会在同一地方落两次。征服畏
惧建立自信的最快最确实的方法，就是去做你害怕的事，直到
你获得成功的经验。想得好是聪明，计划得好更聪明，做得好
是最聪明又最好。

果断力是成功者必备的素质之一	(93)
要满怀希望地去尝试，去努力	(95)
不仅要想得好，更要做得好	(97)
欲取得事业的成功自身须有很好的判断力	(99)
不要害怕尝试那些看似“做不了的事情”	(102)
敢于大胆地作出决定的人才可能成为英雄	(104)
要敢于凭直觉思考作出决定	(106)
不要逃避作决定，但是也不能草率	(109)
善于把握自我又要不断超越自我	(111)



消除懒惰，克服拖延的习惯	(113)
【本章要点与思考】	(116)

第五章 钱财并不属于拥有它的人，而只属于享用它的人

很多人靠灵活生活，却因不够灵活而破产。致富之道在于节俭。挣钱的本事有区别，省钱却人人做得到。如果你懂得量入为出，那你就可以致富了。贫穷本身并不可怕，可怕的是自己以为命中注定贫穷或一定老死于贫穷的思想。我们致富并不是要成为一个可悲的守财奴。正确对待财富正确看待富有的人，我们才能选择正确的致富之路。

人人可以走勤劳节俭的致富之路	(119)
自己创业，在恶劣的环境中顽强地生存	(121)
时时考虑给公众提供更多的利益	(124)
要用坚毅的决心与贫穷去斗争	(128)
赚钱本来就像照食谱烤面包这样简单	(130)
逐渐训练自己获得更多财富的能力	(133)
懂得如何花钱更是理财中最重要的一环	(135)
养成节俭的习惯才能积聚财富	(138)
量入为出，按照自己的收入过日子	(140)
学会聪明地花钱，不要让财富白白流失	(143)
养成随时记账的良好习惯	(145)
掌握“金钱哲学”，买自己真正需要的东西	(149)
花钱的最高境界是当用则用、当省则省	(151)
钱财只属于会享用它的人	(153)
一定要摒弃吝啬的不良习惯	(157)
【本章要点与思考】	(158)

第六章 财富和成功属于勤奋忘我投身于工作的人

时间对于每一个人来说都公正无私，不偏不倚，而富兰克林对待时间却是那样“斤斤计较”，分秒必争，他曾以“穷理查”之口谆谆告诫人们：“你热爱生命吗？那么别浪费时间，因为时间是组成生命的材料。”这是富兰克林一生对科学和人类进步事业孜孜以求、拼搏进取的真实写照，也是他之所以在许多领域中卓有建树的重要原因之一。

富兰克林堪称美国创新精神的典范	(161)
如果想成功，必须重视时间的价值	(163)
时间的价值完全体现在如何使用上	(165)
不浪费时间，每时每刻做些有用的事	(169)
要热爱自己的工作并积极去努力	(173)
先制定明确的目标再逐步去实现	(175)
对自己所从事的职业要产生发自内心的兴趣	(178)
顽强的拼搏精神有助于一个人的成功	(180)
机会只青睐踏实、肯干的人	(182)
坚持学习才能不断进步	(184)
吃苦耐劳，不畏困难是成就大业的基础	(188)
注重内心的自我调整，永怀饱满的精神和热情	(191)
【本章要点与思考】	(193)

第七章 对人生的幸福最重要的莫过于真实、诚意和廉洁

人与人之间的相互关系中对人生的幸福最重要的莫过于真实、诚意和廉洁。出卖信誉的人财友两空。不用欺骗手段损害别人，考虑事情要公正，无害人之心，说话要依据事实。没有谁必须要成为富人或成为伟人，也没有谁必须要成为一个聪明的人；但是，每一个人必须要做一个诚实的人。

正直的人格是一笔值得珍惜的财富	(197)
以豁达宽容的态度去理解和对待别人	(200)



真诚地去面对那些对我们不够友好的人	(203)
彼此相互信任才能进行双赢合作	(205)
打造良好的名誉，赢得别人的信任	(207)
绝对诚实是你踏上成功之途最可靠的助手	(210)
正直的人迟早都会得到生活的最高奖赏	(212)
【本章要点与思考】	(214)

第八章 要树立良好的态度，要担负行使正义的义务

良好的态度对于事业与社会的关系，正如机油对于机器一样重要。没有了正义，勇气也显得无力。罪恶不是因为被制止才有害，而是因为有害才被制止；同样，责任不是被要求才有好处，而是有好处才被要求。勇于负责是一个人的美德，也是一个人取得成就的前提。

仅有热心公益的想法是不够的	(217)
尽职尽责使我们成为人生的赢家	(219)
一定要对自己的人生负责	(221)
在生活中要追求和捍卫基本的自由	(224)
彼此的尊重是人际交往的底线	(228)
在生活中不要滥用宽容和隐忍	(230)
【本章要点与思考】	(233)

第九章 把握适度的分寸，避免极端不偏激

在你胜利之际，千万不要露出任何兴高采烈傲慢无礼的表情，而应该真心诚意地用礼貌的方式来宽慰你的对手，使他不要太苛求自己。避免极端，要尽量克制报复心态。别人有损于你，也要善于克制。相信完美，但不要追求完美。相信完美，是人生的清纯；不追求完美，则是一种理性的自觉。

千万不要过分追求完美	(237)
------------------	-------

不要因为一个错误而苛责朋友	(239)
乐观者和悲观者的不同生活情态	(242)
让别人得到作为正确一方的喜悦	(245)
要避免不会有结果也毫无意义的争论	(248)
【本章要点与思考】	(250)

第十章 保持理智和冷静，遇事不慌乱

理智便是力量。青年时鲁莽，老年时悔恨。生气不会没有理由，但很少有好的理由。无论何事，因愤怒而起，必以羞愧而终。受了伤害能原谅别人，是高尚；没有把它放在心上是肚量，这些都比报复强。不为琐事、常见的或不可避免的事情所烦恼。如果灾难没有出现，那恐惧是徒劳的；如果灾难已经发生，那恐惧只会增加痛苦。

冷静使人充满自信，也赢得别人的信任	(255)
控制情绪，不要因生气损害你的身体健康	(258)
为了健康你必须约束自己的情绪反应	(261)
我们应该用理性的态度来面对愤怒	(265)
克服急躁情绪，培养耐心	(268)
【本章要点与思考】	(269)

第十一章 注重品行，追求道德

懿行美德远胜于貌美。站着的农夫比跪着的绅士高贵。玻璃、瓷器和声誉，容易破碎却难于修补。跟你身上的邪恶作战，跟你的邻居和睦共处，每一年都让自己变得更好。不追逐性爱，除非是出于健康或者是繁衍后代的目的；不纵欲无度；不因此毁坏自己或他人的内心宁静与名誉。

富兰克林是依靠道德自觉成功的典范	(273)
注重自己的品格，摆脱“投机”的心理	(276)



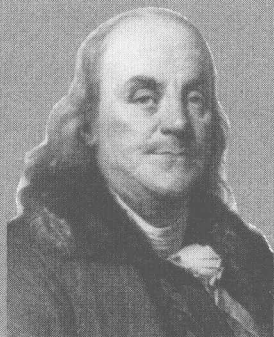
努力做一个理智与情感和谐的人	(279)
切勿贪求，安心于家庭生活	(283)
苟且偷欢只能获得一时的愉悦，却有可能造成巨大的不幸	(287)
纯洁的思想是高尚人格的标志	(289)
【本章要点与思考】	(290)

第十二章 谦卑处世，低调做人

最难抑制的情感是骄傲，尽管你设法掩饰，竭力与之斗争，它仍然存在。平庸的人最大缺点是常常觉得自己比别人高明。自高自大比怨恨更容易遭人唾骂。经常出风头的人是笨蛋。不懂礼貌的人，任何优点也弥补不了。瘙痒的地方容易磨破，骄矜之人容易树敌。争吵是一种人玩的游戏。然而它是一种奇怪的游戏，没有任何一方曾经赢过。

学会低头才能减少挫折和阻力	(295)
切勿采取独断式的、自以为是的态度	(297)
保持谦虚，不要故意卖弄学问	(299)
把克服骄傲心理当做一项长期的任务	(301)
善于改进自己，避免固执己见	(304)
【本章要点与思考】	(305)

Collected Edition Of Benjamin Franklin's Great Theories Of Wealth



本杰明·富兰克林财富成功思想全书

第一章

节制饮食，保持身心健康

饮食节制常常使人头脑清醒，思维敏捷。世界上最大的笨蛋是酒鬼。很少有人死于饥饿，太多的人死于滥吃。吃得太好容易生病。少吃肉，多长寿。防疾病，千防万防，不如禁欲与节制。对酒肉、女色和情性都要有自制，否则病痛和瘟疫就会抓住你。布匹应远离火种，青年应远离玩乐。只有会生活的人，才是伟大的学问家。每年改正一个坏习惯，会让我们中最差的人变好。

◆ 节制饮食是一种好的习惯

富兰克林 12 岁那年，他的哥哥詹姆士从英国带回一架印刷机和一些铅字，在父亲的授意下，富兰克林开始当他哥哥的学徒，学习印刷术。

一晃四五年过去了。其间，富兰克林和他的哥哥常常吵架，一方面是因为富兰克林年少气盛，经常顶撞哥哥；一方面詹姆士脾气也相当暴躁，动不动就对当学徒的弟弟拳打脚踢，搞到最后两人终于不欢而散。

富兰克林后来辗转去了英国，原先以为在英国可以得到资助，实现自己创业的想法，但是因为进展不顺利，他只好先留在英国工作。英国的印刷工人大多是酒鬼，因为他们认为喝酒可以增长气力，但是富兰克林不同，他认为节制饮食能使人头脑清醒、思维敏捷、提升效率，所以他不仅不喝酒，还是个素食主义者。于是，工厂里的英国人都嘲弄他是“喝水的美洲人”。尽管喝水不喝酒，富兰克林还是特别努力、排字速度也最快，因此总是被指定做一些急件，所以他的工资也特别高。

在饮食方面，富兰克林提出了“食不过饱，饮不过量”的节制原则。这一原则看起来简单，然而施行起来却也不容易。为了说明这一道理，在富兰克林的著作中，他讲述过一个“猴子节食”的故事：

一群猴子决定要节食一天。

“在我们开始之前，我认为我们应该把节食结束时要吃的食物准备好！”一只小猴子建议道。

其他猴子点头表示赞成。于是，猴子都出去觅食了，等它们回来时，怀里都满满当地抱着香蕉。

“我认为在节食之前，我们还应该把香蕉分好了。这样一来，节食完毕时，我们就不需要花费时间来分香蕉了，可以想象那时我们该有多饿呀！”小猴子又建议道。

猴子们又都点头表示赞成。然后，它们把香蕉一一分好，各自收好自己的那份香蕉。



“为什么我们不剥开一个香蕉，做好充足的准备？”小猴子接着说。

“好啊，剥吧！”一只胖猴子叫着附和道。

“好吧！”年长的猴子看看众猴子说，“我们可以剥香蕉，但是无论如何不可以吃！”

猴子们开始剥香蕉，剥好后放在面前，等着节食结束后吃。

“为什么我们不把香蕉放在嘴里呢？这样的话，我们在节食完毕第一时间就可以吃到了！”说话的还是那只小猴子。

众猴子看看年长的猴子，年长的猴子犹豫了一会儿说：“只要不吃，这完全可以。”

就这样，猴子们把香蕉放到嘴里，开始节食了，它们含着香蕉，很不舒服地互相看着，一起等着时间一点一点地过去。

结果，它们的口水在嘴里越积越多，猴子们试图轻轻咽一下，谁知道，香蕉很快便顺着它们的喉咙消失了。

节食宣告结束。

富兰克林指出，节制饮食是一种好的习惯。然而，告别坏的习惯、养成一种好的习惯是不容易的。猴子节食的过程就像坏习惯的养成一样，犯一点小错误没关系，总是告诫自己，只要能守住心里的底线就没问题。结果，今天一点，明天一点，慢慢地，小毛病就像猴子嘴里的口水一样越积越多，直到控制不住，才酿成了大错。

富兰克林还提醒我们：“每年改正一个坏习惯，会让我们中最差的人变好。”