

奥里森·马登◎著

史上最强的
正能量

最伟大的励志书

成功学之父奥里森·马登最具影响力的作品
哈佛大学图书馆百年来最受欢迎的十本书之一
西方世界年轻人必读的成功圣经

贝拉克·奥巴马、比尔·盖茨、大卫·贝克汉姆的家庭必备书



一本扭转日俄战局的奇书，
日本国民尊奉为“圣经”的励志读本。

 **广东旅游出版社**
GUANGDONG TRAVEL & TOURISM PRESS
悦读书·悦旅行·悦享人生

奥里森·马登◎著

史上最强的
正能量

最伟大的励志书



廣東旅游出版社

GUANGDONG TRAVEL & TOURISM PRESS

悦读书·悦旅行·悦享人生

图书在版编目 (CIP) 数据

史上最强的正能量：最伟大的励志书/（美）马登著；戴国华译．—广州：广东旅游出版社，2013.9

ISBN 978 - 7 - 80766 - 584 - 7

I. ①史… II. ①马… ②戴… 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 (2013) 第 175196 号

责任编辑：冯 婉

封面设计：回归线

责任技编：刘振华

责任校对：李瑞苑

广东旅游出版社出版发行

（广州市越秀区先烈中路 76 号中侨大厦 22 楼 D、E 单元 邮编：510075）

邮购电话：020 - 87348243

广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

广东昊盛彩印有限公司

（广州市白云区良沙路陈洞村台头街 6 号 邮编：510545）

850 毫米×1168 毫米 32 开 11 印张 150 千字

2013 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

定价：25.00 元

〔版权所有 侵权必究〕

本书如有错页倒装等质量问题，请直接与印刷厂联系换书。



序	9
第一章 改变思路，为成功创造条件	11
转变思路，发现生机	12
拒绝借口，向前就是希望	13
不放弃，坚持可以改变结果	15
做到奋勇向前，全世界会为你喝彩	17
抓住机会，你会变得非同寻常	19
淡定面对，成功就在不远处	21
强者创造机会，弱者等待机会	24
准备好一切，迎接机会的降临	26
当机立断，立于不败之地	28
看到机遇，抓住机遇	30
财富不是终极目标，仅是一个机会	32
机会降临，答案在自己手中	34
做好准备，迎接机会	36
善于观察，看到机会	37
发现机会，把握机会	39

什么才是最好的机会？	41
人生没有后悔药，不要错过机会	42
小失误，足以毁灭一切	44
实干，才能抓住机遇	47
创造机遇也要上	49

第二章 坚持不放弃，成功之门就会为你敞开

..... 51

出生，并不意味着未来	52
成功的大门对所有人敞开	55
抓住每一个机会，搭建成功阶梯	59
注重仪表，给人良好的第一印象	61
相信自己，全力以赴	64
一无所有时，不要忘记努力拼搏	66
逆境，是最好的学校	68
面对贫困窘迫，依然要坦然达观	70
利用劳作间隙，把握零散时间	73
争分夺秒，成就美好未来	75
阅读，可以改变生命的轨迹	77
跨出第一步，是成功的前提	80
坚持不退缩，就会获得他人的支持	82
保持高贵品格，全世界都会为你侧目	87
不放弃梦想，才能抓住前行的机遇	90
没有机会，创造机会也要上	93
逆境中，也不要放弃	97
不要悲观绝望，成功之门就会为你敞开	102

第三章 珍惜现在，让“没有时间” 的口头禅见鬼去吧 105

珍惜时间，是伟人成功的秘诀 106

学会控制时间，成功就在眼前 111

让“没有时间”的口头禅见鬼去吧！ 114

把握现在，而不是寄希望于虚无的未来 118

第四章 找准定位，天赋才会难被淹没 123

只有找准定位，才能成功 124

职业能够重新塑造人 128

保持检讨的习惯，判断你是否适合你的职业 133

选择适合自己的职业，才能逃脱平庸的命运 136

第五章 发现自己的天赋， 才能找到合适自己的位置 141

做擅长的事，保证优势 142

埋头苦干，才能平步青云 145

掌握处世技巧，事半功倍 148

细心发现天赋与特长，把握自己命运 152

女性需要重新锻造自己，尽善尽美 156

年轻人起步的六大法则 159

第六章 不在奋斗中成功，就在奋斗中死亡 ... 161

工作不在于多，而在于有意义 162

集中精力，就会利于不败之地 165

专心致志，提高工作效率	167
成就与付出是成正比的	170
不在奋斗中成功，就在奋斗中死亡	172
永远不要抱着投机的态度学习	177
第七章 拒绝拖延磨蹭，成就未来	181
拖延会带来致命的后果	182
拒绝拖延磨蹭，做到果断行动	185
珍惜每一分每一秒，是成功的重要原则	188
恪守时间，成就未来	191
第八章 良好的修养，可以轻易取信于人	195
良好的仪容姿态，是一生的财富	196
高雅的举止，可以改变命运	199
良好的举止，更容易取信于人	202
影响力，首先来自于良好的修养	205
自然缺陷，可通过良好的举止弥补	208
宽宏大量，是绅士的重要品格	212
体谅与关心，是修养的重要一课	214
文明举止，可促使商业成功	218
克服害羞，大方得体	222
正直与忠诚，是教养必不可缺的元素	226
第九章 始终保持好的心态，就可创造奇迹	231
保持热忱，可以创造奇迹	232

全心投入，是成功的关键 236
自己相信，才能让他人相信 240
树立目标，勇敢前行 244
坚信未来是光明的，就可转危为安 247
即使已老去，也要保持热忱 250

第十章 随机应变的能力， 是走向成功的重要技巧 253

才华是一种能力，机智是一种技巧 254
缺乏机智，难以在社会立足 258
关键时刻的灵机一动，可以改变结局 262
即使拥有过人的才华，没有机智和常识也是无用 266
懂得忽略无意义的打击，才是真正的机智 270

第十一章 只有拥有自尊与自信， 才具有了成功的可能 273

自重，才能赢得他人尊重 274
保持自信，确认自己的重要性 278
依靠自己，相信自己 281

第十二章 保持高贵的品性，才能拥 有影响他人的力量 283

个人教养是巨大的财富 284
高贵品格，就是力量 287
成功，不仅是个人的也是社会的 289
仅仅拥有财富，并不是真正的成功 293

具有非凡品格的人，可以影响他人 296

努力保持纯正的品格，不向现实低头 299

向先贤学习品格塑造，坚定前行 303

良好的修养是最重要的资本 307

第十三章 细节决定成败，不是一句套话

..... 309

细节，成就完美 310

精益求精，奠定成功基础 314

不敷衍，不忽略细节 316

只有细心的人，才能做到精确无误 320

养成良好的做事习惯 324

第十四章 意志力决定一切，坚持就是胜利

..... 327

确定目标，奋力向其前进 328

勤奋，可以弥补缺失的才华 332

不会挫折打倒，目标就会达成 335

恒心与忍耐力，是成功必备的条件 338

意志力决定一切，坚持就是王道 341

即使绝望，也不要放弃努力 344

第十五章 简洁，是一种智慧 347

力求简洁，切中要害 348

越简洁，越有影响力 350

奥里森·马登◎著

史上最强的
正能量

最伟大的励志书



廣東旅游出版社

GUANGDONG TRAVEL & TOURISM PRESS

悦读书·悦旅行·悦享人生

图书在版编目 (CIP) 数据

史上最强的正能量：最伟大的励志书/（美）马登著；戴国华译．—广州：广东旅游出版社，2013.9

ISBN 978 - 7 - 80766 - 584 - 7

I. ①史… II. ①马… ②戴… 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 (2013) 第 175196 号

责任编辑：冯 婉

封面设计：回归线

责任技编：刘振华

责任校对：李瑞苑

广东旅游出版社出版发行

（广州市越秀区先烈中路 76 号中侨大厦 22 楼 D、E 单元 邮编：510075）

邮购电话：020 - 87348243

广东旅游出版社图书网

www.tourpress.cn

广东吴盛彩印有限公司

（广州市白云区良沙路陈洞村台头街 6 号 邮编：510545）

850 毫米 × 1168 毫米 32 开 11 印张 150 千字

2013 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

定价：25.00 元

〔版权所有 侵权必究〕

本书如有错页倒装等质量问题，请直接与印刷厂联系换书。



序	9
---------	---

第一章 改变思路，为成功创造条件	11
------------------------	----

转变思路，发现生机	12
-----------	----

拒绝借口，向前就是希望	13
-------------	----

不放弃，坚持可以改变结果	15
--------------	----

做到奋勇向前，全世界会为你喝彩	17
-----------------	----

抓住机会，你会变得非同寻常	19
---------------	----

淡定面对，成功就在不远处	21
--------------	----

强者创造机会，弱者等待机会	24
---------------	----

准备好一切，迎接机会的降临	26
---------------	----

当机立断，立于不败之地	28
-------------	----

看到机遇，抓住机遇	30
-----------	----

财富不是终极目标，仅是一个机会	32
-----------------	----

机会降临，答案在自己手中	34
--------------	----

做好准备，迎接机会	36
-----------	----

善于观察，看到机会	37
-----------	----

发现机会，把握机会	39
-----------	----

什么才是最好的机会？	41
人生没有后悔药，不要错过机会	42
小失误，足以毁灭一切	44
实干，才能抓住机遇	47
创造机遇也要上	49

第二章 坚持不放弃，成功之门就会为你敞开

出生，并不意味着未来	52
成功的大门对所有人敞开	55
抓住每一个机会，搭建成功阶梯	59
注重仪表，给人良好的第一印象	61
相信自己，全力以赴	64
一无所有时，不要忘记努力拼搏	66
逆境，是最好的学校	68
面对贫困窘迫，依然要坦然达观	70
利用劳作间隙，把握零散时间	73
争分夺秒，成就美好未来	75
阅读，可以改变生命的轨迹	77
跨出第一步，是成功的前提	80
坚持不退缩，就会获得他人的支持	82
保持高贵品格，全世界都会为你侧目	87
不放弃梦想，才能抓住前行的机遇	90
没有机会，创造机会也要上	93
逆境中，也不要放弃	97
不要悲观绝望，成功之门就会为你敞开	102

第三章 珍惜现在，让“没有时间” 的口头禅见鬼去吧 105

珍惜时间，是伟人成功的秘诀 106

学会控制时间，成功就在眼前 111

让“没有时间”的口头禅见鬼去吧！ 114

把握现在，而不是寄希望于虚无的未来 118

第四章 找准定位，天赋才会难被淹没 123

只有找准定位，才能成功 124

职业能够重新塑造人 128

保持检讨的习惯，判断你是否适合你的职业 133

选择适合自己的职业，才能逃脱平庸的命运 136

第五章 发现自己的天赋， 才能找到合适自己的位置 141

做擅长的事，保证优势 142

埋头苦干，才能平步青云 145

掌握处世技巧，事半功倍 148

细心发现天赋与特长，把握自己命运 152

女性需要重新锻造自己，尽善尽美 156

年轻人起步的六大法则 159

第六章 不在奋斗中成功，就在奋斗中死亡 ... 161

工作不在于多，而在于有意义 162

集中精力，就会利于不败之地 165

专心致志，提高工作效率	167
成就与付出是成正比的	170
不在奋斗中成功，就在奋斗中死亡	172
永远不要抱着投机的态度学习	177
第七章 拒绝拖延磨蹭，成就未来	181
拖延会带来致命的后果	182
拒绝拖延磨蹭，做到果断行动	185
珍惜每一分每一秒，是成功的重要原则	188
恪守时间，成就未来	191
第八章 良好的修养，可以轻易取信于人	195
良好的仪容姿态，是一生的财富	196
高雅的举止，可以改变命运	199
良好的举止，更容易取信于人	202
影响力，首先来自于良好的修养	205
自然缺陷，可通过良好的举止弥补	208
宽宏大量，是绅士的重要品格	212
体谅与关心，是修养的重要一课	214
文明举止，可促使商业成功	218
克服害羞，大方得体	222
正直与忠诚，是教养必不可缺的元素	226
第九章 始终保持好的心态，就可创造奇迹	231
保持热忱，可以创造奇迹	232

全心投入，是成功的关键 236

自己相信，才能让他人相信 240

树立目标，勇敢前行 244

坚信未来是光明的，就可转危为安 247

即使已老去，也要保持热忱 250

第十章 随机应变的能力， 是走向成功的重要技巧 253

才华是一种能力，机智是一种技巧 254

缺乏机智，难以在社会立足 258

关键时刻的灵机一动，可以改变结局 262

即使拥有过人的才华，没有机智和常识也是无用 266

懂得忽略无意义的打击，才是真正的机智 270

第十一章 只有拥有自尊与自信， 才具有了成功的可能 273

自重，才能赢得他人尊重 274

保持自信，确认自己的重要性 278

依靠自己，相信自己 281

第十二章 保持高贵的品性，才能拥 有影响他人的力量 283

个人教养是巨大的财富 284

高贵品格，就是力量 287

成功，不仅是个人的也是社会的 289

仅仅拥有财富，并不是真正的成功 293

具有非凡品格的人，可以影响他人 296
努力保持纯正的品格，不向现实低头 299
向先贤学习品格塑造，坚定前行 303
良好的修养是最重要的资本 307

第十三章 细节决定成败，不是一句套话 309

细节，成就完美 310
精益求精，奠定成功基础 314
不敷衍，不忽略细节 316
只有细心的人，才能做到精确无误 320
养成良好的做事习惯 324

第十四章 意志力决定一切，坚持就是胜利 327

确定目标，奋力向其前进 328
勤奋，可以弥补缺失的才华 332
不会挫折打倒，目标就会达成 335
恒心与忍耐力，是成功必备的条件 338
意志力决定一切，坚持就是王道 341
即使绝望，也不要放弃努力 344

第十五章 简洁，是一种智慧 347

力求简洁，切中要害 348
越简洁，越有影响力 350