

奥里森·马登◎著

史上最强的
成功学读本

成功的基本法则

成功学创始人奥里森·马登的经典读本
众多投资大师力推的一生必读书



改变亿万青年人的自信励志经典
美国人书架上必备的奋斗说明书



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
成功学读本

成功的基本法则



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

史上最强的成功学读本：成功的基本法则/（美）马登著；黄嘉颖译．

—广州：广东旅游出版社，2013.9

ISBN 978 - 7 - 80766 - 589 - 2

I. ①史… II. ①马… ②黄… 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 175194 号

责任编辑：梁嘉韵

封面设计：邓传志

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 242 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。

奥里森·马登◎著

史上最强的
成功学读本

成功的基本法则



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

史上最强的成功学读本：成功的基本法则/（美）马登著；黄嘉颖译.
—广州：广东旅游出版社，2013.9
ISBN 978-7-80766-589-2

I. ①史… II. ①马… ②黄… 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 175194 号

责任编辑：梁嘉韵
封面设计：邓传志
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）

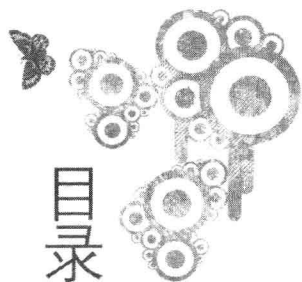
850 毫米×1168 毫米 32 开 11 印张 242 千字

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。



第一章 改变思想，世界也会随之改变 7

积极的思想有无穷的力量 8

正确地思考，你就是成功者 23

改变自己，从改变思想开始 30

做有思想的人，成功在你手中 39

激励自己，这辈子你能活得更好 46

你不是一个失败者 55

别忽视小事的价值 63

天助自助者 68

进步在我，不满足是实现自我的动力 77

第二章 完善你的品格，获取成功的正能量..... 83

个性是成功的基石 84

性格就是力量 93

修炼一份坚韧，毅力让你体现人生价值 101

勇于追求，你的世界会更精彩 111

世界给有决心的人提供了更大的舞台 116

拒绝平庸，勇敢是孕育成功的能量 123

不管世界多忙乱，只有专注才能成功 129

苦难是跻身优秀的台阶 134

做事要善始善终 139

第三章 把握机遇，你的人生永不设限 145

强者创造机会，弱者坐等机会 146

如何面对眼前出现的机会 152

如何把握时机 160

别最终还是错过了机会 163

把握生命中的机会 165

了解自己的天分，发挥自己的潜能 173

第四章 快乐在我，营造没有压力的世界 181

好心态是保持健康长寿的秘诀 182

不要让“坏情绪”污染了你的世界 190

踢开恐惧的绊脚石，你的人生充满阳光 198

摆脱焦虑，为心灵放风 208

学会放松，世界从来不缺少快乐 213

第五章 点亮自信人生， 世界是由你的潜意识决定的 219

理想有多大，你的世界就会有多大 220

成功与幸福都属于你 228

热爱生活之美，你的世界更精彩 237

抱负是人生的指南针 242

建立毫不动摇的目标 246

做一个堂堂正正的人	253
幸福是我们心灵的一份简单平静	258
修炼平凡的美德	264
相信自己，你才能得到人们的信任	270
贫穷的思想导致贫困	278
金钱与富裕并不成正比	286

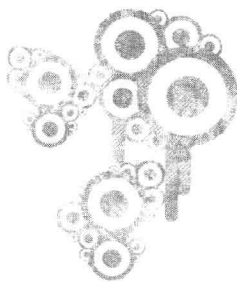
第六章 拥有成功职业， 你就拥有了梦想的推动器 293

职业是一所生活的学校	294
选择有利于身心健康高尚的职业	302
不要只盯着信封里的工资	311
通过演讲提高自己	318
礼貌能给你带来财富	328
为何有人成功有人失败	339

第一章

改变思想， 世界也会随之改变

成功的第一步往往起源于人们的思想。



积极的思想有无穷的力量

让自己的思想时刻保持积极的态度吧，那样我们将迎来成功。

成功的第一步往往起源于人们的思想，一旦人们头脑中的意识与成功的方向相悖，那么任凭你如何努力都难以成功。我们最忌讳的就是手头做着一件事，脑子里却盘算着另外的事情。任何事情要想做成，都必须先在头脑中形成一个模式，然后按着这个模式按部就班去完成。

一个人如果只一味想着自己很穷，那么他很难变得富有。如果我们渴望某物，我们就有可能得到它；如果不渴望，那永远也不会得到。如果从思想上认为自己肯定会失败，那么你怎么能获得成功？

脑子里总想着黑暗、沮丧、失败、绝望，那只会使人变得越来越消沉，以致一事无成。即使你做了很多努力，也于事无补。所以最根本的就是要找到一个正确的思想导向，才能走向成功。

很多人都缺乏一个正确的思想态度。从某种意义上来说，他们压制了自己的很多能力，因为他们的思想没有很好地配合自己的行动。他们通常都是手里做着这件事，脑子里却想

着相反的事情。他们对胜利永远充满怀疑，不能用积极的态度对待自己正在进行的工作、对待自己想要成功的事情。他们总是生活在消极的状态中，要么缺乏信心，要么刻意回避。

有贪慕财富的欲望，但思想上总是套着贫穷的桎梏，或是对自己的能力持怀疑的态度，结果只能是南辕北辙，离梦想越来越远。怀疑自己的能力对走向成功毫无益处，结果只能导致失败。

要想成功，就必须采取积极的态度，对成功充满信心。这并非夜郎自大。他的思想应该昂扬上进，富有创造性和建设性，并且随时保持乐观。

人们向前的脚步总是随着头脑中的念头而动。如果你总想着贫穷、匮乏，那么你就会向着那个方向发展。反之亦然，如果你千方百计地抵御、拒绝有关贫困的想法，那么你就会向着富有迈进。

在生活中，很多人都会陷入一种矛盾。我们每一个人都想变得富有，但是内心深处又认为自己很难变得富有，这种意识支配了我们的行为。其实，正是由于我们对贫穷的态度，对自己能力的怀疑、不自信或是畏惧……这些因素注定我们无法摆脱贫穷。

时刻让自己保持一种积极的思想态度。我们一定不能在自己拼命赚钱的时候，还在思想上认为自己不会富有。你要是有那种贫穷的想法，就会给人贫穷的印象，自然生财无望。

西方有一句俗谚：羊每叫一声，就会少吃一口草。所以每当你抱怨一次：“我很穷，我永远也做不到像别人那样，我永远也不会变得富有，我没有别人那么有能力，我是个失败者，幸运不属于我。”你就在自己成功的路上多放了一块绊脚石，你也就越来越难以打消这些疑虑。每重复一次，它们就在你的意识中扎得更深一些，最后变得根深蒂固。

思想有着如同磁石一般的功能，会对相关联的事物保持吸引。如果你脑子里总在想着贫穷和疾病，那么贫穷和疾病

就很有可能到来。当你头脑中想着一种结果，那你收获另一种结果的可能性是不存在的，因为你的行为是受思维意识支配的。每个人行动上的成功总是先在思维里成形的。这就是说，一件事情你一定是先在头脑里酝酿：我要做好这件事，之后你才可能付诸行动把这件事做好。若你思维中根本没思虑过这件事，却自动完成了，这种情况是很难发生的。

害怕失败、害怕丢脸，这使很多人失去了成功的机会。这种焦虑不断地折磨他们，使他们泄气，使他们和成功失之交臂。

如果你总觉得生意不好，抱怨时运不济，担心生意会每况愈下，那么结果就真会如此。无论你工作多么努力，只要你思想中充满了对失败的恐惧，那么你的一切努力都会付诸东流，成功也会离你远去。

对待事物的积极态度就是从光明的、充满希望的角度出发，并且对自己充满信心，抛弃一切犹疑不定和踌躇不前的想法。相信最美好的事情会发生，真理最终会战胜谬误，和谐与健康是世界的本来面目，事业不顺和身体不适都只是暂时的，这就是乐观主义者的处世态度。这种态度最终会改变世界。

像成功者一样做乐观的人

乐观主义是思想的阳光，为我们铸造了生命、美丽和成长。我们的思想在它的普照下日渐茁壮，就好像花草树木在阳光的照耀下蓬勃生长。

消极的悲观主义，就像是一个黑暗的地牢，吞噬了一切生机与繁荣。

那些只看到事物阴暗面的人，他们头脑中只有罪恶、失败和丑恶，等待他们的也只有这些。

事物总是排斥自己的异类。它们通过向外界展示自己的特质，然后借此吸引同类。如果一个人想要变得快乐又富有，

那么他必须持有一种快乐而大方的态度，不能缩手缩脚、斤斤计较。那些对贫穷常怀忧惧的人，通常只会变得更加贫穷。

如果你不想自找麻烦，那就别再想那些无谓的琐事；如果你想变得富有，那就丢掉那些关于贫穷的担忧。不要总想着那些使你烦心害怕的事物，它们是你成功路上最大的绊脚石，扔掉它们吧！尽你所能去想一些积极的事情，你会惊奇地发现，你这么快就得到了你想要得到的结果。

对待工作或理想的态度，会直接影响你完成它们的方式。如果你对待工作的态度像被鞭笞着的奴隶，把它看成苦差事；或者你对自己所从事的工作很失望，除了挣口饭吃，不再有任何指望；抑或是你觉得前途黯淡，一生中充满了贫穷、剥削与辛劳；甚至以为自己生来就是过这种痛苦生活的，那么你所能得到的也就只能是这些，别无其他了。

不妨换个角度去想，无论你现在多么贫穷，只要你保持乐观开朗的态度，期待一个更加美好的未来，相信自己总有一天会跳出这单调的工作，进入一个多彩的世界，那么美好、舒适、快乐就会在前方等着你。头脑中有一个明确的目标，并且不断地朝着这个目标努力，相信自己有能力成功，那么终有一天你会如愿以偿的。

也许有些事情当下看来毫无可能，但只要 we 坚信有一天一定会找到可行的办法来达成，那么思想就会逐渐进入一种创造性的模式，去吸引那些我们需要的东西，最终使我们成功。

我还从没见过一个意志坚强、充满信心、并不断向着自己的目标努力的人竟然会一事无成。只要做到上述几点，愿望就一定会转化为动力，最终变为现实。

请努力使你的思想变得积极、振奋。不要允许它有一刻去怀疑你自己能否完成手头的工作。这些怀疑是很危险的，它们会破坏你的创造力，压制你的目标。你一定要经常告诫自己：我必须得到我所需要的东西，这是我的权利，我一定

能行！

如果你认为你注定会成功、健康、快乐、对社会有所贡献，世界上就没有任何东西能够阻挡你去获得这些。这种思想会有一种奇特的积累作用和磁力效果，帮助你成功，帮助你拥有你渴望的事物。

果断而坚定地持有这种积极的思想，一段时间后你会惊奇地发现，那些你曾为之疯狂、为之奋斗的目标竟已出现你的面前。

我认识一个人，他将近半生的努力和奋斗都在一场金融危机中化为乌有。他什么也没有了，唯有坚强和勇气尚存，还有那等他糊口的一大家子。我们都以为他会一蹶不振。但想要动摇他的意志就好比一个人去打消拿破仑征服世界的勇气。带着胜利的决心，握紧拳头，他勇敢地面对现实，并坚信自己有一天一定会赢回属于自己的那一片天空。几年后，他真的重振昔日的雄风，东山再起。

不要让自己成为外界的傀儡、环境的俘虏，我们要努力创造适合自己的环境和条件。没有什么事情是毫无理由的，这个理由就是我们的思想。我们对待事物的态度会创造成功或失败的环境，而我们努力工作的结果将会自动地与我们的思想靠近。积极的思想创造积极的结果，而不协调的、焦虑的、沮丧的态度也会使我们的思维变得颓废，从而在我们的成功之路上设置重重障碍。

消极的人只会坐等事情的发生。他们觉得无论怎么努力，事情都会发生，他们是改变不了什么的，所以世界上的任何奇迹是不可能靠他们创造的。他们忘记了，正是那些思想积极的人，用他们的创造性、启发性、勇气和坚定，创造着一个又一个的奇迹。积极的人不会坐以待毙，他们会积极地去创造条件，让自己所期望发生的事情发生。要知道石头自己是不会动的，你必须去推它，才能让这顽固之石离开原有的位置。

我们的行为就像是思想的仆人，我们想什么，行为就会反映出什么。如果我们认为自己可靠，有能力，那么在意识的指导下，行为就会发挥出最大的潜能。如果我们感到恐惧，行为也会变得畏首畏尾。

许多人由于外界的影响而丧失了自信，他们本来积极的思想变得消极起来，心中的信念被一点点蚕食。这一切也许都来自别人对自己的评价，来自自己对自己的评价。他们很可能就此认为自己有很大缺陷，认为自己工作不称职，认为自己根本不懂工作等。这些微妙的心理将逐渐消磨他们的意志，这些可怜的受害者不再像以前那样精力充沛地对待任何事情。他们渐渐失去了果敢，开始不敢决定一些重要的事情，思想也变得优柔寡断。这样一来，他们不再是以前威风凛凛的领导者，而成为现在低人一等的仆从。

那么如何积极地处理这种事呢？我们认为，应当从内心深处坚定不移地相信自己，充满自信地期待。换句话说，也就是将所有的精神与意志全部集中在我们的期望与解决问题的方法上，只有这样我们的意志力才能帮助我们成功。那些强烈的期望将赐予我们活力，使我们朝着自己的目标不断前进。

强烈的愿望以及争取达成某件事情的决心在我们的心中建起了一个模型，这样我们的意志将围绕这种模型努力把它再现于现实生活中。这是一幅精神图画，为我们描绘了积极性、建设性与创造力。

一个充满期待的人，努力实现自己目标的人，他总会将自己的理想铭记于心，摆脱懦弱与优柔寡断，果断地消灭阻止他获得成功的敌人，为自己的理想而不懈奋斗。

在我们的内心深处隐藏着一股神秘的力量，我们无法用言语解释，但有时可以明确地觉察到它的存在。它仿佛会生成一种指令，驱使我们去完成预定的目标。

保持积极的心态

如果我一直以为并暗示自己是一个微不足道的人、一条“可怜虫”，我不像别人那么优秀，那么不久我将会相信这一点，我的潜意识也会受这一点。这时我的精神机器开动了，在我的思想里，它开始为我塑造一个小小的人物模型。如果我还是一再表现出那种不自信、懦弱以及没有能力的想法，那么这个模型很自然地就会再现于我的现实生活中，那时我将不得不吞咽软弱、失败与贫穷的苦果。

相反，如果我勇敢坚定地相信自己是这世界上所有美好事物的继承人，所有美好事物的拥有者，得到它们是我与生俱来的权利，在我的身上总是表现出一种王者风范，确定我将实现自己这一生之中最伟大的理想，相信力量属于我，健康属于我，那么，任何疾病、懦弱与混乱都将离我而去。这种积极的心态，将具有极强的创造力，为我带来的不是毁灭，而是所有我所期望的东西。

积极的具有建设性的思维意味着健康与财富，我们将因此成为一个能力超群的人，而消极的思维则意味着不幸、疾病以及所有其他折磨。积极的思维是我们的保护神，保护我们免遭贫穷疾病的折磨。失败者的大军中，绝大多数都是有消极思维的人；在胜利者的阵营中，他们都是一些具有积极性、创造性和建设性思维的人。

积极向上、充满活力的精神状态，确实是我们最好的保护神。

当我们由于判断失误，做了一笔亏本的买卖，或进行了一次错误的投资，或其他类似的傻事，使我们失意时，消极的态度就会阻碍我们的进步。当我们犯了错误或是遭遇不幸，我们难免会感到泄气、沮丧、心理失衡。这时我们一定很想摆脱焦虑与不安，重新找回自信和舒适的感觉。记住，当我们思想上消极的时候，也就是我们最懦弱的时候。