

每个人都是超人

[美] 马登 著

世界图书出版公司

73787

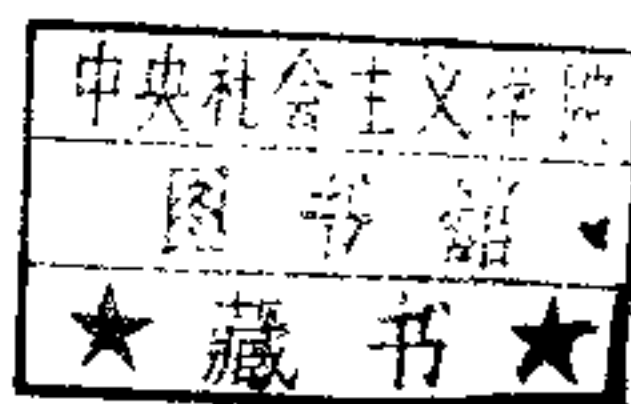
每个人都是强人

04/5/26 [美] U.S. 马登 著

高峰 译



200124980



世界图书出版公司

1989

内 容 简 介

本书以分析和综合的方法，论述了古今之圣贤名哲、英雄豪杰成功的事迹及所用方法。阐明了每个人都具有巨大的潜力，每个人都有均等的机会，每个人都是强人，为广大读者指出了一条通往成功之路。

Training For Efficiency
Orison Swett Marden

每个人都是强人

【美】O. S. 马 登 著
高 峰 译

责任编辑 涂根楫
世界图书出版公司出版

北京朝阳门内大街137号
北京顺义燕京印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

*

1989年7月第 一 版 开本:787×1092 1/32

1989年7月第一次印刷 印张:4.25

印数:0001—1,3000 字数:86,528

ISBN 7-5062-0339-1/G·30

定价:2.70 元

序

《效率训练》(原名《Training for Efficiency》)一书为美国人马登(Orison Swett Marden)所著。书中所述,大多为古今之圣贤名哲、英雄豪杰成功的事迹及所用方法。全书的叙述,采用两种方式:一种是分析法,即论述一事,必分析其内容,凡所论断,不仅从客观上着眼,而尤其注重科学的实证。例如引用拿破仑率军队作战,其战斗力便立时增强一倍,作为自信之实证。另一种为综合法,即从多方面着眼,前后各节,均有系统的联系。例如第一、三、四、五节,激发了潜在的才能,还需有破釜沉舟之毅力,更要用苦干来创造机会,闯出一条新路来;每篇各自独立,却又前后贯穿,息息相关。马登此著作,有三个立场:第一,民主主义的立场,基于民主,则各人均有向上发展之机会。第二,机会均等说的立场,由于机会均等,则虽处逆境,若能努力奋斗,百折不回,终有成功之日。第三,自由平等的立场,我们要建立伟大的功业,必须争取自由平等。马登此作之目的,在于提高青年的修养,使他们在青年时代养成良好的习惯,这是今后成功的基础。立意纯正,加上论证精确,笔触生动,故自出版以来,风行全美。本书根据Thomas Y. Crowell Company出版的版本译出。但愿青年读者能借他山之石,慎思笃行,成就伟大事业。

译者

目 录

1. 激发自己潜在的才能.....	(1)
2. 幻想是事实之母.....	(3)
3. 破釜沉舟.....	(5)
4. 用苦干来创造机会.....	(7)
5. 闯出一条新路来.....	(9)
6. 自信的奇迹.....	(11)
7. 健康和成功.....	(13)
8. 尽力使工作最佳.....	(15)
9. 付出代价, 摆脱束缚.....	(18)
10. 贫穷也是幸福.....	(19)
11. 工作应具有的精神和态度.....	(22)
12. 训练自己的口才.....	(24)
13. 薪金不能偿付的报酬.....	(25)
14. 珍视自己的体力和精力.....	(27)
15. 胜任自己的工作.....	(29)
16. 胜利的象征.....	(31)
17. 实现自己的希望.....	(33)
18. 希望的哲学.....	(35)
19. 要随时随地求进步.....	(37)
20. 怎样脱离贫困的境地.....	(39)
21. 解决一切困难的钥匙.....	(41)

22. 意志的制约.....	(43)
23. 启发能力的机会.....	(45)
24. 不要做一个犹豫者.....	(47)
25. 坚持到底.....	(49)
26. 有意义的人生.....	(51)
27. 机智.....	(52)
28. 要有磁石般的吸引力.....	(55)
29. 怎样处逆境.....	(57)
30. 沮丧时勿下决断.....	(58)
31. 勿以欺骗为手段.....	(61)
32. 保持身心健康.....	(63)
33. 爱美的生活.....	(65)
34. 不合理的节俭.....	(67)
35. 化学性的心灵.....	(68)
36. 摒除烦恼.....	(71)
37. 内在的力量.....	(73)
38. 神经过敏.....	(75)
39. 镇静.....	(77)
40. 学点商业知识.....	(79)
41. 不朽的今日.....	(80)
42. 要有新的创造.....	(81)
43. 吃尽苦中苦.....	(83)
44. 和善的收获.....	(86)
45. 挫折的刺激.....	(88)
46. 如何对待失败.....	(90)
47. 疏忽的祸害.....	(91)

48. 次序和条理·····	(93)
49. 养成准时的习惯·····	(95)
50. 简捷的力量·····	(97)
51. 如何应用自己的精力·····	(98)
52. 积蓄的价值·····	(100)
53. 社交的效益·····	(102)
54. 当心身体这部机器·····	(103)
55. 恐惧是个恶魔·····	(105)
56. 拖沓的恶习·····	(107)
57. 怎样补救缺陷·····	(109)
58. 自强不息求进步·····	(111)
59. 家庭教育·····	(112)
60. 晚年的教育·····	(115)
61. 从事自己热爱的职业·····	(117)
62. 心灵上的友和敌·····	(118)
63. 休假是一种投资·····	(120)

1. 激发自己潜在的才能

约翰·维特看见他的儿子玛珊在店里招待顾客，就问店主戴维思：“戴维思，我的孩子近来生意学得怎么样了？”

戴维思一面从桶里拣出一只苹果递给约翰·维特，以示敬意；一面回答道：“约翰，我们是多年的好友，不愿使你日后懊丧，我又禀性直爽，喜欢讲老实话。玛珊的确是个稳健的好孩子，这不用说，看情形就可知道。但是他即使在我的店里学习1000年，也不会成为一个优秀的商人。因为他生来不象个做生意的。约翰，还是带他回到乡下去，教他去挤牛奶吧！”

倘若玛珊依旧留在戴维思的店里，那么他决不会成为举世闻名的商人。可是他后来到了芝加哥，亲眼看见许多原来很贫穷的孩子做出惊人的事业，激起了他做大商业家的决心。他自问：“别人能做惊人的事业，我为什么不能做呢？”原来，他具有大商业家的才赋，而戴维思店铺里的环境不足以激发他潜伏着的才干，发挥他贮藏着的能力。

一般来说，才能来源于天赋，不容易有什么改变。可是，许多人的才能深藏潜伏，必须予以激发，既经激发，又加以继续的注意和教育，才能发挥光大，否则终将萎缩而消失。

因此，如果人们不激发、保持、光大自己的才能，那么，固有的才能就要逐渐失去它的力量。

艾姆逊说：“我最需要的，就是要有人叫我去做我所能

做的事情。”去做“我”所能做的事情，是表现“我”才能的最好途径。拿破仑、林肯未必能做，但“我”能够做，这只要尽“我”最大的努力，发挥“我”具有的才能

大多数人都潜伏着巨大的才能，一经激发，便能做出惊人的事业来。

在美国西部某城的法院里，有一位法官，中年时，还是一个未受教育的铁匠。他现在60岁了，拥有全城最完备的图书馆，获得许多读者的称誉。他唯一的希望，是要帮助同胞们接受教育，获得知识。他自身未受系统教育，为何产生这样的宏愿？原来他听了一篇关于“教育之价值”的演讲，这演讲唤醒了他潜伏的才能，激发了他远大的志向，从而使他做出了这番造福人类的事业。

现实生活中有许多人，直到老年时才表现出自己的才能。才能表现的动机，有的是由于阅读富有感染力的书籍而激发；有的由于聆听讲演而感动；有的由于朋友的鼓励。关系最大的，就是朋友的信任、鼓励、赞扬。

在印第安的学堂里，曾经刊行过许多印第安青年的照片。若把他们从家乡里出来的时候和从学校里毕业的时候比较，则神气大不相同。他们在毕业照片上的那副神气——服装整齐，面上露出智慧的神态，双目炯炯，表现出丰富的才能，可以预卜他们将来定能做出伟大的事业。当他们回到自己的部落以后，努力过着他们的新生活，可不久就逐渐恢复旧日的面目。这当然不能一概而论，那例外的，是由于他们有坚强的特性，有抵抗堕落的力量。

如果和一般失败者晤谈，就会发现：他们之所以失败，是由于他们尚未获得良好的环境，他们的才能，埋藏潜伏，

没有被开发出来，遂至沮丧失败，发愤无由。

人的一生中，无论做什么，务须处身在足以激发自己才能的环境中。常和了解、信任、鼓励你的人接近，对于你的成功，具有莫大的影响。更须紧紧跟随世上一批志趣高雅、抱负远大的伟人，接近那些坚决奋斗的人；不知不觉地，便会深受他们的感染，振作起奋发有为的精神，如果你做得还不十分完美，那些成功的伟人，就会来鼓励你下更大的努力。

2. 幻想是事实之母

你是一个幻想者吗？

使世人生活更有意义，使许多人得以从困境中解脱出来，这些，都应归功于一些幻想者。

如果把历史上幻想者的事迹删去，谁还愿意去读那些枯燥无味的历史呢？幻想者是人类的先锋。他们毕生劳碌，不辞艰辛，弯着背，流着汗，替人类开出平坦的道路来。

今日的种种事业，都是往昔一些幻想者幻想的实现。

如果没有幻想者到新大陆来开辟殖民地，那么美国人至今依旧徘徊在大西洋的沿岸。

对世界最有贡献的，就是一些目光远大，而有先见之明的人。他们能运用智能，造福人类，把那些目光短浅，深受束缚和被迷信围困的人解放出来。有先见之明的人，能把在常人看来做不到的事情，一一变为现实。

事实告诉我们：人类的领袖都做过幻想者。不论工业界的巨头，商业的领袖，都先具有伟大的幻想，并持以坚定的

信心，付以努力的奋斗。

马可尼发明无线电，是惊人幻想的实现。实现了这个惊人的幻想，航行在惊涛骇浪中的船舶一遇灾祸，便可利用无线电，拯救千万生灵。

电报在没有发明之前，也被视若幻想。但莫尔斯毕竟使这幻想得以实现了，世界各地消息的传递，从此是何等的便利。

斯蒂芬孙原是一个贫穷的矿工，他制造火车机车的幻想也成了事实，使世界上的交通工具顿改旧观。

不久以前，大胆的罗格斯，驾着飞机，实现了飞越欧洲大陆的幻梦。

大西洋的无线电报，报是费尔特幻想的实现，使欧美两州，得以密切的联络。

这许多成功者之所以具有惊人的幻想，应归功于大诗人莎士比亚，他教人们从平凡中看不平凡的事，从通常中看见非常的事。

人类所具有的最神奇的力量，就是有幻想的可能。倘若我们相信有更美好的明天，那就不必计较今天所受的痛苦。有幻想的人，即使阻以铜墙铁壁，也不能挡住他。

一个人如果能具有从烦恼、痛苦、困难的环境，转移到愉快、舒适、甜蜜境地的才能，这真是无价之宝。人如果失去了幻想的力量，那末谁还有充分的信念，充分的希望，充分的勇敢，去继续奋斗呢？

幻想是美国人的特性。无论多么贫穷不幸，他们都轻视命运，自信好的日子就在后面。商店里的学徒，会有自开店铺的幻梦；工厂里的女工，会有组织美满家庭的幻梦；出身

卑微的人，也会有掌握大权的幻梦。

有了这些幻梦，才有远大的希望，才会激发人们的智能，增强人们的努力，寻得光明的前途。

只有以坚强的毅力来实现幻想，那幻想才有价值。如果徒有幻想，不努力求其实现，那幻想便毫无价值可言。

幻想而不使之实现，便成妄想。有许多人，只会幻想，他们费尽心机，构成空中楼阁，却不想使之实现。究其弊害，不只是那幻想劳人心思，而且耗费了他们固有的才能。

将幻想变成事实，全靠自己的努力。具有幻想以后，付以不懈的努力，方可使幻想实现。

造福人类的幻想，更有价值。约翰·哈佛用了几百块钱，创办了世界闻名的哈佛大学，就是一个最好的实例。

人要构成幻想，信仰幻想，更要激励自己使幻想实现。人人具有向上的志向，志向就会象一只指南针，指引人们走上光明之路。良好的幻梦，就是将来美满成功的预示。

3. 破釜沉舟

公元前一世纪时，罗马的凯撒大帝统率他的军队抵达英吉利以后，决心绝不退却。为了使士兵们知道他的决心，便当着士兵们的面，将所有的船只尽行焚毁。

许多青年往往在开始做事的时候便留着一条后路，作为遭遇困难时的退路。这样哪能成就伟大的事业？

绝无后路的军队，才能决战致胜。所以无论做什么事，务须抱着破釜沉舟的决心，永往直前，遇任何障碍都不能后退。若是立志不坚，遇难便退，那绝不会有成功的一日。

一生的成败，全系于意志力的强弱。意志力坚强的人，遇任何艰难障碍，都能排除万难，去除障碍，玉汝于成。而意志薄弱者，一遇挫折，便颓丧退缩，导致失败。

实际生活中有许多意志薄弱的青年。他们很希望上进，只是没有坚强的决心，不抱着破釜沉舟的信念，一遇挫折，立即后退。

下了决心，不留后路，竭尽全力，向前进取，那么即使遇千万困难，也不会退缩。

如果抱着非达目标不止的决心，就会排除阻碍，获得胜利，把那犹豫、胆怯等妖魔全部赶走。成功之敌，在坚定的决心下，必无留存的余地。

有了决心，便能克服种种艰难，获得胜利，得到一般人的敬仰。有决心的人，必定是个胜利者。有决心，才能增强信心，充分发挥才智，从而在事业上取得伟大的成就。

犹豫不决的恶习，深入了许多人的膏肓，那些人无论做什么事，总是留着一条退路，无破釜沉舟的勇气。人如果下定了决心，便会有坚强的信念，破除犹豫不决的恶习，把世界给予人类的因循守旧、苟且偷生等最大的窃贼，一齐捆绑起来。

事事因循苟且而等待将来，确实是个恶习。如果你有这恶习，请速将其抛弃。无论问题多么困难，都应该把它放在面前，考虑解决，决不可任其延误、耽搁。

有决策能力的人，一遇事情便会立即决策。无决策能力的人，要决定是非，总是逢人便商量，再三考虑，这样终至一无所成。

如果养成了决定以后不复更改的习惯，那末在决策时，

便会运用自己的最佳判断力。假若你的决策不过是个试验，因为明知不是最后的决断，就容易使你有重复考虑的余地，就不会产生一个美满的决策。

如果决策后绝不更改，明知未经深思熟虑的决策，不会美满，实行了将徒受牺牲，就会在决策之前，小心翼翼地不妄加判断，这样便会发挥自己的最佳判断力。

4. 用苦干来创造机会

一个人不应为命运所支配，世界上有许多贫穷的孩子，他们虽没有佳缘良机，却能做出伟大的事业。例如富尔顿发明了一个小小的推进机，结果成了美国一位大工程师；法来奚依靠药房里几瓶药品，成了英国有名的化学家；惠德尼凭借小店里的几件工具，竟成了纺织机的发明家。此外如夏夷由几只缝针和梭子，发明了缝纫机；贝尔仅用最简单的器械，发明了对世界文明贡献极大的电话。

在美国的历史上，最动人的故事便是由于奋斗而成功的事迹，一些男子和女子们，抱着伟大的目标，在前进的途中，遇到种种阻碍，非常艰难。可是他们依然忍耐着，奋斗着，最后终于克服了一切困难，获得了成功。更有许多人，本来处于平庸的地位，以其坚韧不拔的意志，努力奋斗的精神，结果竟得跻身于超出常人的地位。

“没有机会！”这是失败者的推诿之词。失败者常说他们所以失败，是因为没有机会，没有人帮忙提拔，好位置都让别人捷足先登，等不到他们去竞争。

可是有意识的人，绝不作这种推诿。他们不等待机会，

不向亲友们哀求，唯有靠自己的苦干努力去做，唯有自己创造机会。

亚历山大在某一次胜利后，有人问他，是否等待机会来到，再去进攻另一个城市，亚历山大听了这话，大发雷霆地说道：“机会吗？机会是要我们自己创造出来的。”创造机会，便是造成亚历山大之伟大的原因。所以，唯有会创造机会的人，才能建树轰轰烈烈的伟绩。

做一件事情，如果必须等待机会，那是极危险的一件事，一切努力和热望，将因等待机会而付诸东流，那机会也终不可得。

有人以为机会是成功的钥匙，一旦有了机会，便能稳操胜券。事实并非如此。不论做什么事情，就是找到了机会，也需要不懈的努力，才有成功的希望。

在社会上，拥挤着大批失业的人群，看来是人浮于事。事实上却有许多空位保留着。在每种职业的门口，都有“征求职员”的广告。当然，职业界是在寻找那些受过更好训练的男子和女子，需要更好的经理和领袖，征求人格更完善的人材。

人们往往把希望要做的事业，看得太高远。其实伟大的事业，只需从最简单的工作入手，一步步地前进，便能达到登峰造极的地位。

青年们看了林肯幼时的境遇和他后来的成就，有何感想？他住在一所粗陋的茅舍里，既没有窗牖，也没有地板；他处在旷野之中，距离学校那么遥远，既没有报纸书籍可以阅读，更缺乏生活上一切必需品；他一天要跑二三十里路，到简陋不堪的学校里去上课，为了自己的进修，要奔跑一二

百里路，去借几册书籍，晚上靠着燃烧木柴发出的火光来阅读。林肯只受过一年学校教育，处于那样艰苦的境遇之下，竟能努力奋斗，一跃而成为美国最伟大的总统，成了世界上最完美的模范人物。

这种伟大的成功，在等待那些富有奋斗精神的人们去享受。应该牢记，良好的机会，全在于自己去创造。如果以为良机在别的地方，在别人身上，那么一定会失败。机会，本是包含在每个人的人格中，这正如未来的橡树包含在橡树果实里。

“没有机会”，这位生长在穷乡僻壤茅舍里的孩子，怎么会进了白宫？那些同时生长在有图书馆和日校夜校的孩子，其成就反不如茅舍里的苦孩子，又怎样解释呢？

再看那些贫民窟里的孩子们，有的不是做了立法委员吗？有的不是做了大银行家、大财政家、大商业家吗？还有那些大商店和大工厂，有许多不是由并无机会的孩子们，只靠着自己的努力而创立的吗？因此，“没有机会”，是失败者的推诿之词。

5. 闯出一条新路来

当杜明在佛朗哥将军面前陈述之所以未能攻陷却斯登城的种种原因时，佛将军便说道：“此外还有一个原因，你未曾提及，就是你不相信你能干那件事。”

一个人如果不自信能做那从未做过的事，他决做不成什么。只有觉悟到这一点，不依赖他人的帮助，不断努力，方可成为出众的俊杰。所以人必须要有坚强的意志，要相信自

己。

“勇往直前”是罗斯福一生的座右铭，也是世界上一般成功者的要诀。

在每一个时代，每一个国家，都有靠自己闯出一条新路的伟人，如夏夷、非尔特、斯蒂芬逊、富尔顿、贝尔、莫尔斯、依立阿、爱迪生、马可尼、莱特，他们都是闯出新路的健将。

勇敢和创造力，是进取者必须具备的特点。在全人类中，只有那些相信自己、做事不退缩，勇敢而有创造力的人，和那些有冒险精神的人，才能成就伟大的事业。

闯出新路的伟人，决不抄袭他人，摹仿他人，也不愿意受前人陈规的束缚。

格兰特将军不照搬军事课本上的战术，虽受到许多将士的苛责，却能战胜强敌；拿破仑并不熟谙以往的一切战术，他自定新计，竟战胜了全欧洲。那些有毅力有创造力的人，往往是闯出新路的先锋；一般懦弱胆怯而无创造力的人，永远不会打开新的出路。罗斯福的施政方针，绝少依照白宫中前辈的政策。他做过警察、行政员、副总统、大总统，他总是按照自己的主意去做，绝不摹仿他人，终于表现出他惊人的政绩。

专事仿效他人的人，不论他所仿效的人是多么伟大，决不会成功。成功决不会出于完全的因袭，只有出于自己的创造，才能达到成功的境地。

在传教士皮去尔和巴洛克出名以后，几百年来，青年教士们常常学着他们讲道的方式、态度和种种姿式，然而在这些青年教士中，没有一个成功的。这便是成功决不会出于完

全因袭的见证。

有创造力的人，社会总会给他们预备出路。那专事抄袭、追随、依附他人的人，绝少有开辟新路的希望。世界上所需要的是一批具有创造能力、能打开新局面的青年。

成功的秘诀，蕴含在人的体力、勇气、决心、创造力中。

前进的人，向着光明的大路走去，不去做已有很多人在努力的某项工作，也不去用他们所用过的方法。目前世界上的种种进步，都是不断打开新局面的结果，是摒弃一切陈旧的学说、落伍的思想、愚昧的迷信而努力更新观念，不断创新的结果。

美国在不久以前，售出31艘兵舰，售价1500万元。这个数目，还不及造舰时费用的5%。原来，这些兵舰已搁置多年，式样陈旧，不得不低价售出。在500年之后，今日最新式的机械也会被前进了的制造者视为旧货。所以一切陈旧的东西，自然都将被淘汰。一切创造，却为时代所需要。

世界的进步，应该归功于以往的创新者。如果把那创新者的事迹从历史中删去，再有谁去读世界历史呢？

人类生活的改进，现代社会的繁荣，原是孕育在一批能闯出新路者的脑海之中。他们虽遇有困难、反抗、讥讽，但是他们毫不顾忌地建树崭新的事业，来促进世界的进步。

6. 自信的奇迹

据说拿破仑亲率军队作战时，那支军队的战斗力，便会增强一倍。原来军队的战斗力一半基于兵士们对于统帅的敬

仰。统帅如果抱着怀疑、犹豫的态度，全军便要混乱。拿破仑的自信坚强，使他统率的每个士兵增加了战斗力。

坚定的信心，能使平凡的人们，做出惊人的事业。胆怯和意志不坚定的人，虽具有巨大的才干，优美的天资，高尚的性格，终难有伟大事业的成就。

一个人的成功，决不会高于他的自信。如果拿破仑在领着军队越过阿尔卑斯山的时候，只是坐着说：“这件事太困难了！”无疑的，他们永不会越过那座高山。所以无论做什么事，坚定不移的自信力，是达到成功之途最重要的因素。

坚决的自信，便是伟大成功的源泉。不论才干多么大，天资多么好，成功决定于坚定的自信力。相信能做的事，一定能够成功。反之，不相信能做，那就决不会成功。

有一次，一个士兵骑着马，送信给拿破仑，因为走得太快，在他没有到达目的地之前，猛跌一跤，那马就此一命呜呼。拿破仑接到了信，立刻写封回信，交给那个士兵，吩咐他骑自己的马，从速把回信送去。

那个士兵看到那匹雄伟的骏马，身上装饰得无比华美，便对拿破仑说：“不，将军，我这一个平庸的士兵，实在不配骑着华美雄伟的骏马。”

拿破仑回答道：“世上没有一样东西，是法国士兵所不配享有的。”

世界上充满着象这个法国士兵一样的人！他们以为自己的地位太低微，一般富贵之家所有的珍品他们不配享有。这种自卑自贱的观念，便是不求上进自甘堕落的主要因素。

有许多人这样想：世界上最好的东西，不是他们这一世所应有的，他们以为生活上的一切快乐，是保留着给一些有

佳运的人所享受的。有了这种卑贱的心念，当然不会有出人头地的观念。许多青年男女，他们可做大事，立大业，但是竟做着小事，过着平庸的生活，原来由于他们的自暴自弃，没有怀着远大的希望，不具有坚定的自信。

自信是人们从事任何事业最好的资本，它能克服许多困难，排除种种阻碍，它能使事业获得美满的成功。

如果一个人对自己有了真实的估计，自信能够获得成功，但是一经挫折，便中途停止，这是由于自信心不坚定。所以有了自信心，更须使之坚定，那么遇着挫折，便能不屈不挠，向前进取，决不致一遇困难便退缩。

成功者在开始做事之前，总是具有自信力，深信必能成就所干的事业，这样，在做事的时候，就能付出全部精力，冲破一切艰难险阻，直到胜利。

玛兰可利说：“如果我是块泥土，那么我这块泥土，要预备给勇敢的人来践踏。”

如果在面容上和行为上随时显露着卑贱，在每件事情上表示不信任自己，不尊重自己，这种人自然得不到别人的尊重。

创造者给予我们极大的力量，鼓励我们干伟大的事业。这力量潜在我们的脑海里，使每个人有永远不灭的目的，有神圣伟大的策略。如果不尽自己的本分，在最可能的时候，不把自己的本领尽量表现出来，那末世界便丧失了一种新事业。世界上层出不穷的新事业，正等待我们去努力创造！

7. 健康和成功

众所周知，一个人的素质和才干，都因体力健全而增

强，而整个一生工作的效能，也因体力健全而增加。

身体强健的人，有过人的勇气和才干，而身体衰弱的人，遇事便畏难、犹豫，决没有创造的精神。

健全的成功，系于你健全的精神，健全的精神，寓于你健全的身体。如果在做事的时候，耗尽了体力，在血液里、大脑里，没有存余的能力，那么当大事临头的时候，就无力应付。

不专心的人，不能成就任何工作。有强健的体力，那么不论做什么事，不是被动，而完全出于自动，自告奋勇，不是出于勉强，工作才坚强有力，专心一致，有独特开创的成就。假如做事的时候，精疲力竭，没精打彩，无疑要遭失败。所以无论做什么事，若表现出软弱，决没有成功的希望。许多人的失败，其原因即在于此。一个人如果做起事来没精打彩，毫无生气，目标低下，思想落后，意志不坚，脚步不稳，那么他永远做不出有价值的事情来。

一个善战的将领，决不以无用的士兵，去和敌军决战，他一定率领着训练有素的精兵，去应付大战。

成功和失败，和一个人曾否受过专门的训练是有关的。一匹平庸的马，经过马夫的训练，能胜未经训练的良马，一个有才干的人，胜于十个没有才干的人。如果在血液里和体质里，没有储藏着充分的能力，那末一遇挫折，便会立刻后退。

假如一个人能相信自己，并且有强健的体质来克服环境的不利，他就能避免紧张、惊惶、犹豫、怀疑的束缚。

强健的身体里蕴含着伟大的创造力，他能增加人的素质和才干，做出来的事情，较那体质衰弱者更有成效。

许多人有做大事的愿望，只是缺乏强健的体力，来帮助他成功。更有好多人，天天在那里浪费消耗这帮助成功的力量，因此做事没有圆满的结果。

罗斯福之所以能成功，不也是因他注意身体的健康所致的吗？如果他不注意，也许会遭失败。他曾经说：“我本是个娇弱多病的孩子，因为能够注意锻炼，我的身体日趋健康，精神益见充沛，所以做每一件事，必能达到预定的目的。”

健康和成功，有着密切的关系。所以我们对于体力和智力，要兼顾并重。一般人只偏重于发展一方面，过分刺激一部分肌肉的细胞，而忽略着营养。营养不足，便致体力衰弱。因此适当的营养，非常重要。

工作和运动，是诊治孱弱最适当的药物。人体器官，假使不加使用，机能就会逐渐蜕化。工作就是人类器官的调节物。闲居无事，无论在什么时候，什么地方，都能生出痛苦来。一切卑劣和罪恶，都发生在空闲的时候。人在忙于工作的时候，一切罪恶的引诱，便无法侵入之。

一个英国名医曾经说：“你如果要享长寿，那么在醒着的时候，务使神经活泼，在正当职业之外，应该有生活上的嗜好，这嗜好可给你愉快，使你工作的兴味增强，一点不出于勉强。”要知道，生命在于运动，闲着不动，便是死亡！

8. 尽力使工作最佳

糊涂、畏难、掩饰、偷懒这种种恶习，都足以使人堕落。

在一座伟大的建筑物上，有句很使人感动的格言，就

是：在此只有那最好的，才算是好。”这是多么有意义的格言！那句格言的意义，就是无论做什么，只有做那最好的，才够称好。

人类的历史，充满着可怖的惨剧，它的起因，都是由于糊涂、畏难、掩饰、偷懒、轻浮所致。不久前，在宾夕法尼亚的奥斯汀镇，因为筑堤的工程简陋，没有照着设计去筑石基，结果堤岸溃决，全镇都被淹没，溺死了无数的生命。象这种因工作疏忽而引起惨剧的事实，在这辽阔的土地上，随时都有发生的可能。无论什么地方，都有人犯疏忽、糊涂、偷懒的错误。

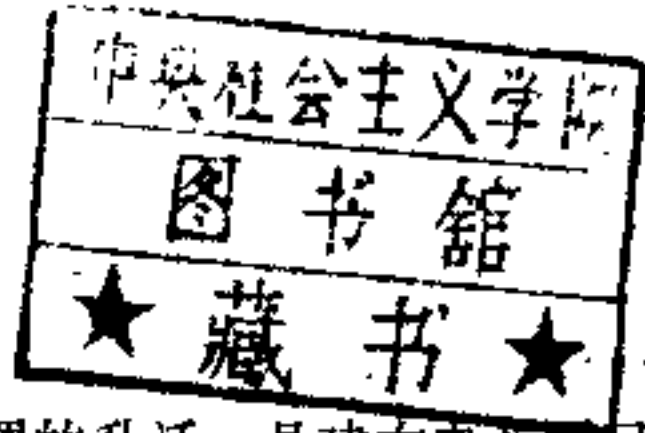
如果每个人都本着良心做事，并且不畏难退缩、半途中止，那么非但可以减少不少的惨祸，而且可使每个人都得具有高尚的人格。

养成了轻浮敷衍的恶习，那么做事就会不诚实，人们轻视他的工作，必定轻视他的德性，粗劣的工作，足以造成粗劣的生活。工作是人们生活的一部分，做着粗劣的工作，不但减少工作的效能，而且会消失做事的才干。所以粗陋的工作，是摧毁理想、堕落生活、阻碍前进的仇敌。

要达到成功之途，唯一的方法，就是在做事的时候，要抱着非做成不可的决心。无论做什么事，决不可以做到“尚佳”为满意，或是做到半途便停止，换句话说，非做到完全满意不可。世界上扛着前进之旗的、为人类创造幸福的人，就是具有这些素质的人。

有人曾经说过：“轻浮和愚鲁，能造成更大的祸患。”

有许多青年，因为做事轻率，降低了他们所处的地位。他们对于所做的工作，如果没有人在旁监督，便从来做不到



完美。

大部分的青年，不知道位置的升迁，是建在忠心于目前职务的日常工作上。现在所做的事业，就能使他们渐渐地提高。

有许多人在找寻发挥自己本领的机会。他们常这样问自己：“做这种乏味平凡的工作，有什么希望呢？”可是，在极平凡的职业上，极低微的地位上，往往藏着极大的机会。只要把自己的工作，做得比别人更完美、更迅速、更正确、更专注。运用自己的智力，从旧事中找出新方法来，这样便能引起别人的注意，使自己有发挥本领的机会，满足心中的愿望。所以不论月薪是多么微薄，都不该轻视和鄙弃自己的工作。

在做完一件工作以后，应该这样说：“我愿意做那工作，我已竭尽我的力量把那工作做到完成，我更愿意人家来对我的工作加以批评。”

成就最好的工作，需经过充分的准备，以最大的努力。英国的小说家狄更斯，在没有完全预备好要选读的材料之前，决不轻易在听众的面前诵读。他的规矩，是每日读一篇，这一篇是预备着在六个月以后读给公众听的。法国的小说家鲍寿克，有时因为写一页小说，花上一星期的时间，而一些现代的写作者，还在那里惊异着鲍寿克的声誉是从哪里来的！

许多人做了粗劣的工作，借口因为没有充分的时间，其实按照各人日常的生活，都有着充分的时间，都可以做出最好的工作。如果养成了做事要做得最好，要做到完成的习惯，一生便会感到无穷的满足。而成功者和失败者的区别，也就在这一点。

无论做什么，务须达到最佳的境地，丝毫不能放松，无论是什么职业，都不可轻率疏忽。

9. 付出代价，摆脱束缚

人们处在拘束，不自由的境遇之下，热忱被抑制，雄心被摧残，能力被削弱，就会虚度大好光阴。如果缺乏勇气去解除束缚，缺乏自信去努力奋斗，这样，雄心最终必丧失殆尽。

要得到伟大的生活，充分发展自己所有的才能，必须先以任何代价来摆脱束缚，克服一切障碍。

世界上没有一样东西，能封闭人们潜在的才能。人应以任何牺牲，将自己潜在的才能表现出来。当然，在没有表现出来之前，要经许多磨难和痛苦。宝贵的钻石，如果不受琢磨，它的小平面上，将永远显不出光彩和美丽。这番琢磨的工夫，便是把它由黑暗中解放出来的代价。

许多人缺乏知识，这无异受了束缚；他们因为没有受到教育，所以永远为此而受到限制。他们没有勇气来补足小时的失学，争取解放；他们以为这时读书，已是太晚，因此他们就甘受束缚，处着困苦的境地。还有一些人，他们为偏见和迷信捆绑着，因此他们的生命，狭隘而鄙陋。最可怜的是，他们盲目得不知道自己被束缚着。

畏怯也是一种束缚。许多有为的青年，他们颇有雄心来发展自己，只是缺乏自信，被畏怯所阻碍。他们觉得应该运用具有的能力，来发展自己生命的价值，但是因为或许要失败而恐惧。

怕人家说自己冒险或自负，实际是在束缚自己的双手，压抑自己的雄心。有些人不敢做不明确的事情，怕向前进，专等机会，希望得着一种神秘的力量，来解放种种束缚，这样很难获得成功。

成功事业的最主要准备，就是把妨碍事业的一切，尽量除去，并且要尽量改善环境。有很多人，天性受了捆缚，不能摆脱，本来能做大事的，反倒去做着低微卑陋的工作。

成就事业最大的困难，一则由于没有胜利的准备，二来由于太依赖了命运。

世界上成大事立大业者，是什么力量，使他们具有远大的思想，丰富的经验？这就是他们努力的结果。由于他们的努力，获得自由的环境，最好的品格，打破种种束缚，实现他们的理想。

思想闭塞，雄心消沉，都会吞没人的志向，毁灭人的希望。

无论在什么境地，如果不尽量发挥自己伟大的热情，就不会过得愉快。只有运用自己的热情，才会得到愉快。

不可因一切诱惑——不论其为巨额的薪金，丰富的酬报，或一切有利的允许——把自己放在一个不能做人的境遇中。

一个有为的青年，假如行为、言论、思想受到了限制，失去了自信，还有什么呢？所以人应该以任何代价来获得一生的自由。

10. 贫穷也是幸福

有人问一个著名的艺术家，跟你学画的某青年，将来能否成为一位名画家？那艺术家回答道：“决不会的，他每年

有着6000镑的进款呢！”这位艺术家，知道唯努力方能克服困难，方能获得成功，并且他深知在富裕境况之下，很难产生有为的青年。

安得烈卡基说：“不要以为富家的子弟，得到了好的命运。大多数的纨绔子弟，做了财富的奴隶，不能抵抗一切诱惑，以至于沦落。须知，享乐惯了的子，决不是出身贫苦的孩子的手。一些穷苦的孩子，穷苦得连读书的机会也没有。一些由普通学校投入职业界的苦孩子，开始做着非常平凡的工作。可是这些苦孩子，也许就是无名的英雄，将来能拥有很丰富的资产，获得荣誉的褒奖。”

努力挣扎，是排除贫穷唯一的方法。一个人如果生来口里就有一把调羹——不需要工作而得饱食——那末他就把孩提时代无限地延长。

我国历史上大部分成功者，在开始的时候，都是穷孩子。许多成功的伟人，发明家、科学家、大商业家、工业家、政治家，都是因为贫乏的刺激，努力向前，从此发展他们的才干，成就他们的伟业。

有好多来自国外的客籍青年，他们并不谙我国的文字，也没有受过高深的教育，既无朋友相助，更无满足的生活，可是他们竟获得显要的地位，拥有巨额的资产，足以使家境富裕、知识丰富而默默无闻的本国青年自惭形秽！

伟人经劳苦困难而产生。一个人如果贪逸恶劳不能战胜困难，就决不会有什么发展。俗话说得好：“一生未遇困难的人，只算半个人。”

一个青年人从出生到长大，一向依赖着他人，从不想为自己的面包而奋斗，这样的青年，白白地送掉一生，好不可

惜！森林里雄伟的橡树，之所以伟大，是由于它和狂风暴雨努力奋斗的结果。

贫穷好似是我们体格强健的健身房里的器械，是我们努力奋斗最有利的出发点。贫穷本是困厄人生的东西，如果能由奋斗而脱离贫穷，便是无上的愉快。

格罗佛克里兰，起初不过是个穷苦的店员，赚着每年50镑的薪金，他说道：“的确，赤贫时发生的雄心，比较来得切实而有力。”

假如一个青年的境遇不逼迫他工作，感到生活上的满足，那末他就不会再努力奋斗，一方面固然是满足自己生活的需要，一方面是在发展自己的人格，造福社会的人类。可是有的人往往只为自私而奋斗，他的努力，只在求得满足他自己的渴望。

一个在等候着命运的孩子说道：“一早就起床工作，有什么意思呢？我将有财富来临，尽可享用一生呢！”于是他翻过身来，再睡了一觉。惟有那些没有依赖性的孩子，一早就起床，勤勤恳恳地工作。他明知除了努力以外，没有第二条出路。他没有人可以依靠，没有人来帮助他，只有靠自己，为着自己的前途而努力。

奇妙的大自然总是偏爱那些努力奋斗的孩子，给他们以高尚的品格，富足的资产，优越的地位。

自然更给人以绝好的机会，使得每个人在经验的大学里，受多年的训练，以完成其工作。至于以努力所得的资产，所享的荣誉，不过是意外的获得。自然跟在人的后面，以巨大的代价，来报偿那些奋发有为的青年。

11. 工作应具有的精神和态度

要测验一个人做事的优劣，只要看他工作时的精神和态度。倘使某人做起事来，不甘受人管束，感到所做的工作，劳碌辛苦，不觉得有兴趣，那么他决不会有伟大的成就。

一个人对工作所抱的态度，和他本人的性情，做事的效能，有着密切的关系。一个人所做的工作，就是他人生的部分表现。终身的工作，就是他志向的表示，理想的实现。所以了解一个人的工作，在某种程度上等于了解那个人。

如果一个人把他的工作，看得冷淡，做得粗陋，那末他决不能尊敬自己。一个人视他的工作为辛苦的、烦闷的，他的工作决做不好，也不能发挥他内在的特长。

有很多人尊重自己的工作，不把工作看成创造事业的要素，发展人格的工具，而视为衣食住的供给者，视为不能避免的劳碌，这是何等错误的观念。

人在克服困难过程中，可以产生勇气、刚毅和高尚的人格。常对工作抱怨的人，在其一生中，决不会有真正的成功。抱怨，推诿，实在是懦弱的自白。

无论在什么境地，切不可把自己的工作，视若苦工。不要憎厌自己所做的工作，要去找寻工作里面的乐趣。做一件事情，有着充分的兴趣，这是我们对于工作应抱的态度。抱了这种态度，无论做什么工作，都能有很好的成效。

如果某人对自己的工作有着鄙视的思想，厌恶的心理，那么这种人必将失败。引导成功者的磁石，惟有真实、乐观和百折不挠的热情。

不论对工作如何不满意，只要用十二分热情去做，就可由平庸的地位上高举出来，不至再有劳碌辛苦的感觉。

工作时，如果能用精进不息的精神，火焰似的热忱，充分发挥自己的特长，那末不论所做的工作怎样，都不会觉得工作的劳苦。工作是不分高下的，如果我们能以炽热的精神去做最平凡的工作，也能成为精巧的工人；若以冷淡的精神，去做所谓的高尚工作，也不过是一个平庸的工匠。所以各行各业，都有发展才干、增进地位的机会。在全社会中，实在没有可藐视的工作。

一个人的终身职业，就是他的雕像，它是美丽还是丑恶，可爱还是可憎，都是由他一手所造成。

人的一举一动，无论是写一封信，出售一件货物，或是一句谈话，一个思想，都是说明雕像或美或丑，可爱或可憎的一举。

努力，对于事业的成功和失败，有极大的影响。一个人得到了以全力来对付工作免除工作辛劳的秘诀，掌握了达到成功的原理，用主动的 efforts 的精神来工作，那么最平庸的职业，也能增加他的权威和财富。

不要使生活太呆板，做事太机械，要把生活艺术化，那么在工作上自然会感到兴趣，自然会尽力去工作。

人应有这样的志向：做一件事，不论遇有什么困难，总要做到美满的地步。在工作中，要表现自己的特长，不可因工作的低下而贱视。粗劣的工作，是卑贱可耻的表白。

12. 训练自己的口才

哈佛大学前任校长依略德说：“我认为青年男女应具有的唯一能力，就是讲正确和纯粹，本国语。”

一个善于辞令的人，能引起别人的兴趣和注意，象这一类人，都是伟大事业的成功者。因为善于言谈能使做律师的吸引一些诉讼的事主，做医生的吸引病人，做店员的吸引顾客。即使贫穷的人，健谈也会帮助他踏进衣食无虑的地位。

健谈在社交上尤为需要。

相当多的人，谈起话来，不善辞令，没有把谈话当作艺术。如果没有下苦功夫来练习，没有读大量的书籍，没有充分的准备，贪图省便，在讲话之前，不加思索，讲出来的，难免是轻浮杂乱的话。

有些青年，多喜空谈，和朋友们谈着无意义的事情，却不知这样的谈话，足以消灭一个人的雄心，堕落一个人的思想。这毫无意义的谈话，只会养成肤浅而无思想的恶习。

不论在街道上，车子里和其他公共场所，常听得许多人讲着卑贱粗俗不堪入耳的话。

要显示自己所受教育的深浅，或者有否受过良好的训练，没有再比谈话显示得更迅速了。在谈话中，可以显示自己一生的历史，使得世人对你有正确的估计。

有许多人，由于善于辞令，做出了成绩。有许多人，因为善于辞令，获得了名声，或被选入国会，或是获得其他的高位，因此，一个人要获得很好的职位和薪金，假如单靠他的才干，恐怕难以达到。

要把自己训练得善于辞令，必须富有兴趣，活泼自然，表情丰富，并且要待人和气。人家感兴趣的事情，应该同样的表示兴趣。如果表示冷淡疏远，不关痛痒，那末休想引起别人的注意。其次对于所谈的问题，要有道理，有层次，还要用清楚、明显、简洁的语言，活泼有趣的态度，来表白自己的思想，凡此种种，便是最好的训练方法。

和有谈话艺术的人谈话，实在是有兴趣的一件事。

希望讲得好，除了实践上述的种种训练外，还应该多和社会上一些受过高深教育的朋友来往。如果不和高尚的人来往，那末谈话的内容，便不免流于庸俗。

社会上有一帮懦弱，胆怯者，他们的感觉受了抑制，思想受了封闭，要想说的，不能随心所欲地说出来。

有时候，我们要表白的意思忽然不翼而飞，或是口吃得说不出来，这是由于准备得不充分，训练得不纯熟，应该进一步努力，那么在下次讲话的时候，必定能够讲得好些。继续不断地努力，一定会有惊人的成绩。

好多人有着丰富的思想，新奇的意念，可惜缺少了灵活贴切的语句，因此不能尽情表白，博得人家的动听。他们讲起话来，不是词不达意，便是说了再说，不会运用生动贴切的语句，来表白他们胸中的意思。

多读好书，可以丰富我们的思想，得到新奇的意念。要想运用灵活贴切的语句，就必须注意到修辞学的研究。

13. 薪金不能偿付的报酬

倘使允许我对于有关青年切身问题发言的话，那么我

希望每个青年切切牢记：“在你们开始做事的时候，不必顾虑薪金的多寡，务须注意工作自身所给予的报酬，如发展你们的技能，增加你们的经验，使你们的人格为人所尊敬。”

工作能发展人的才能，它是生活的学校，训练的工具，又能使人扩大思想，增加智慧。

一个人只是为着薪金而工作，没有更高尚的动机，实在不可取，被欺骗最厉害的，不是别人，倒是他自己。这样做下去，虽是终日劳苦，永远得不到好的报酬。

根据一个人的工作，就可以断定他的人品，如果他在工作的时候，出以努力，不敷衍，不偷懒，那末不论他的薪金是多么微薄，终有成功的一日。

雇主给了你微薄的薪金，你固然可以敷衍塞责来报复。可是你该明了，雇主给你的工作代价是金钱，你给予自己的工作代价，乃是珍贵的经验，美满的训练，效能的表现，品格的建立，较之金钱的代价，高得千万倍！

雇主将根据雇员的功绩来擢升，这是无疑的。没有一个管理者，不愿意得到一个能干的工人。继续地努力尽职的人，总会有擢升的一日。

有些薪水很微薄的人，忽然擢升到重要的职位，这看来似乎很奇妙，其实是因为他们得到微薄薪金的时候，他们付于自己的是优美的工作，切实的努力，充分的经验，这便是他们忽然擢升的原因。

许多年轻人，他们以为所得的薪金，不应这样微薄，他们情愿放弃比薪金更宝贵更重要的代价，对工作故意躲避、偷懒、轻率，来报复他们的上级

他们淹没了自己的才能，消灭了自己的创造力和发明

力，使成为领袖的一切特性，都不能发展。为报复计，固然可以敷衍地工作，可这样去做，无异枯萎自己的生命，断绝自己的希望，一生只能做着庸碌、狭隘的懦夫。

对于自己的职位，应该这样想：我投入职业界，是为了自己，也是为着自己而工作。固然，薪金要尽力地多得，但那只是个微小的问题，最重要的是由此踏进了社会活动的机会，能由目见耳闻获得大量的知识和经验，这将有极大价值的酬报。

人应该运用自己的机智，发挥自己的发明力和创造力，来改善做事的方法，要力求进步而不致落伍，用富有兴味的精神，来干一切事情。只有这样，才能使你的顶头上司，对你切切地注意。

世界上有些人，专为薪金而工作，工作固然在解决面包问题，但是较面包更可贵的，那就是尽自己的能力，做正直而纯洁的事情。专为着面包而工作，未免太无价值了。

14. 珍视自己的体力和精力

有些人很小心地保护家里的钢琴，使的音律准确，但是从不注意校正自身的发音机能，因此他们虽很想在自己活的乐器上奏出和谐的音调来，可是很奇怪，发出来的声音，往往抑扬失和。

人生最大的目标，是要发展自己的力量，贮藏自己的精力，维持自己的健康，作充分的准备来应付一切的事情，这是每个人神圣的责任。

我们随处可见一些青年，终日为着平凡的工作而劳碌，

他们的才干，的确能做大事，但是为何干这种工作呢？只因为他们缺乏活泼的生气，旺盛的精力，来克服一切困难，向前迈进。

一个人要发挥自己的 能力，唯一的条件，便是自尊，“一个人心中怎样想，他就成为怎样一个人。”一个人心里的一切意念，都可由他的身体表白出来。如果想做个非常的人，那末在思想上行动上，不应再有卑贱的表现。

在各种职业界里，随处可见一些雇员，醉生梦死，过着错误的生活，表现卑鄙的思想，染着种种恶习，在他们的身体里，充满着死和毒的细胞，无怪在他们生命里，发不出伟大的力量来。

有些人平日把体力和精力白白的消耗，缺少勇气和自信力，遇到机会来临的时候，只是颤栗、怀疑、胆怯，这是导致失败的直接原因。

只有少数人，知道身体健康的重要性，他们象保护一部有价值的机器一般保护他们的身体。

以供给全身动力的消化器官为例，好多人都不能使它正常地工作，很多的消化力，费在消化不是身体所需要的各种食物上，另有一些人，不吃富有营养的食物，因此面黄肌瘦，好似不得一饱的饥民。

还有好多人，终日忙碌，操劳过度，连休息和娱乐的机会也没有。这对于身体无疑是很不利的。

有了才干而不能使用，这才干将失去意义。有了才干而要使之充分发挥，一定要有充足的精力，强健的体力。如果身体孱弱，精力消散，那么才干便无法发挥。

一个作家，作品写得淡而无味，不能引起读者的兴趣，

是由于作者的身体羸弱，精神萎靡。一个传教士，在讲道时，不能获得听众的注意，也因为他措辞缺少力量和生气，究其原因，也由于他身体柔弱，精神不振。一个教师，在授课的时候，引不起学生们的注意，也因为他缺少生气和热忱。一个人的精力衰败，体力孱弱，这都是平日不善保重的缘故。

预备将来成大事的人，应该珍惜自己的体力和精力。一切工作，都应劳逸调节，提高工作的效率。此外，该有一个舒适快乐的家庭。

浪费宝贵的体力和精力，比金钱的浪费，更为可惜。因为浪费了体力和精力，等于丧失了努力的机会，实无异于慢性自杀。

效能是成功的要素，要获得成功，体力和精力都是增进工作效能的资本，所以千万不得轻易浪费。

无论做什么，都应慎用体力和精力，持之以恒，好似溺在海里的人，紧抱着飘流水面的木杆一般。体力和精力，是成功的资源，有了强健的体力，充沛的精力，虽赤贫如洗，比那些拥有财富而把体力和精力消耗的人，富裕得多。体力和精力与黄金钻石相比，黄金钻石是一堆无用的废物，至于房屋地产，更不能与体力精力同日而语。

15. 胜任自己的工作

一个人事业的成功，并不以银行中存款的多少衡量，全在于他怎样用身体里所有的资本，以及办事的能力。一个身体柔弱或嗜好烟酒因而精力不佳的人，他成功的机会，比较那些体格健壮精神旺盛的人，一定少得多。

任何一个镇静者、忠诚者、有为者，都会保持自己的种种力量，不论是身体上，精神上，对生命中宝贵的资产，决不轻易消耗。

精力的消耗，是最可惋惜的浪费，最大的罪恶，甚至可视为犯罪的行为。

我们应该阻止成功资本的无谓消耗，汇集全副的精神，作最经济最有效的使用。

如果把自己的才能，保持在最高的标准，那么在做事的时候，自然能有极大的成效。

如果在工作的時候，不能发挥自己坚强有力的才干，那么成功的可能性，是很小的。

最可怜的，就是一个人在早晨工作的时候，便精神颓唐，毫无生气。这样去从事工作，哪能得到良好的成绩？

对于工作，务求胜任而愉快，那么就不至感到棘手和痛苦，在和工作接触的时候，应该抱有浓厚的兴趣，取胜的决心，这样工作时就会浑身有劲，体力健全精神旺盛地工作一小时，足以与体力柔弱的终日工作的成绩相比拟。

一个青年，欲以不健全的体格，或未受训练的才能去获得高尚的地位，是不可能的。最可悲的是，一些聪明有为的青年，他们具有成功的才能，因为不知善用，便埋没了一生。

建立伟大事业，身体是最大的资本。个人成功的秘诀，封锁在自己的脑海、神经、肌肉、志向、决心里。体力和智力是最紧要的，因为它约束人的精神、生气和做事的才干。

有些人在工作时间以外所耗的精力，多于在职务上所费的精力，倘使有人去提醒他们，也许他们会震怒。他们只以

为体力的消耗，乃足使精神受损，不知精力有种种消耗，如烦恼、发怒、恐惧、幻想。此外，把工作带到家里，利用应该休息的时候来工作，也是一种精力消耗。

如果不善为利用，成功的资本——体力和智力——有什么用处呢？

无论做什么事都不能表示软弱。否则，在工作的时候，就会不知不觉地受到抑制，消耗成功的资本。

自然是无情的，即便坐在君王的宝位上，如果违反了她的规律，也要受责罚，在自然的目光中，君王和乞丐，是不分贵贱的，她要求人们保持着高超的境地，不息地努力去做事，不接受任何借口或推诿。

16. 胜利的象征

普通人有一个通病，就是在某一方面缺少特殊的才能，他就不再想努力，以为努力也是徒然。可是有许多人，在起初的时候，看来与常人无异，但终于成功了，这是由于他们的自信力强，努力奋斗。不去实地试验，就不会知道在自己身体里面，究竟有多少才力。

自信力远胜于势力、资本以及亲戚朋友的扶助，具有不可思议的力量。它能使人们克服许多困难，成就许多事业，完成许多发明。

每一个人，都有独立的可能性，可是从实际观察，只有少数人能够独立。当然，依赖他人，靠着人家来生活，跟随他人，靠着人家来策划，较之自己去谋生，策划自然要容易得多。

一个人有了依赖的观念，以为样样有人供给，他怎会

有勤勉努力的精神呢？

有人认为给孩子们开辟了很好的出路，孩子就不必努力，生活无虑。这样的溺爱，乃在无意中给孩子以祸患，给孩子所开辟的出路，也许就是给予他们的挫折。青年应有自主的能力。可惜大多数青年，都是依赖成性，有拐杖他们就不想自己走，有依赖，他们就不再想独立。

发展精力体力的，不是拖拉，乃是自助，不是依赖，乃是自信。

世界上只有脱离依赖，抛弃拐杖，具有自信，出以自主的人，才能得胜。自信是进入成功之门的钥匙，是获得胜利的象征。

在风平浪静时，并不需要训练有素富有经验的船长来指挥行驶。

要试出船长的真实本领是在狂风暴雨、波涛汹涌、船将颠覆、人人惊恐的时刻。同样，一个人的机智，必定是在失败后的挣扎、奋斗时，才会显露出来。

一个人只有在困境中，才能立定意志努力奋斗，获得极大的成就。

人在独立、自信时，就开始走入了成功之途。抛弃依赖，就会发展自己固有的力量。

外界的扶助，有时也许是一种幸福，但情况相反的时候多。供给你金钱的人，并不是你最好的朋友。唯有鼓励你独立的人，才是你真正的好朋友。

一个身体健全的人，在他依赖旁人的时候，就会感觉到自己不是完人，一个人有了职业、能够独立的时候，他会感到自由自在，无比幸福。

许多人所以社会上无所作为，是因为他们贪生怕事，或是缺乏自信，不敢照着自己的意志去做。东去询问，西去探访，要得到了人家的同意，才敢决定，这样缺乏自信，哪能有所作为呢？

一个人不敢表现自身的能力，表白自己的意见，实为奇耻大辱。照着自己的意念，增强自己的信心，努力去做，自然能获得美满的结果。

17. 实现自己的希望

人们心中的希望，较之理想幻梦，更有价值。它是将来事实的预言，它更是人们做事的指导者，它能测量人们目标的高低，效能的多寡。

有许多人，让自己的希望消失，这是因为他们没有体会到，坚持着自己的希望，便能增加力量。使希望成为事实。

希望会鼓舞人们创举的力量，尽力去做自己要做的事情。她是才能的补剂，能增加人们的才干，使一切幻梦理想，成为事实。

自然是个公平的大店主，付以相当的代价，需求什么，她就会给什么。人的思想，好似树根，散布在四方，这许多思想的根，变为活动，便能带来希望。

如果没有南方，那么候鸟在冬天就没有飞往南方的天性。创造者给人们以希望，希望他们得到更伟大更完美的生命，希望人格充分地发展，希望获得永生，只需努力去干，都有达到实现的可能。

希望务求合理，合理的希望，并非出自胡思妄想。人生

最可贵的希望，是有完善的人格，希望着在相当的时间内，能把才能卓越地发挥出来。

从一个人的希望可以看出来，他在增加或减少自己的才能。知道一个人的理想，就能知道他的品格，因为理想常能统治人们的一生。

人的思想和情感，在树立希望以后便坚定不移。因此，每个人都应有高尚的目标，上进的思想，更需下决心，绝对不容那卑鄙存留在自己的思想里、行动里，不论做什么，都得有高尚的目标。

上进的思想，足以改进人的希望，尽量地发挥才力，达到极高的地步。上进的思想，能战胜减弱才能、阻碍成功的仇敌。

即使看似不可能的事情，只要抱有希望，坚持去做，总有成功的一日。希望原为事实之母，不论希望有健康的身体，高尚的品格，还是伟大的企业，如果方法得当，尽力去干，便有实现的可能。

希望再加以决心，就会产生创造的能力；希望再加努力，就会达到希望的目的。有了希望，若不加以决心和努力，漠然视之，那么一切希望，便会烟消云散。

人的理想，对于造就人生，有着惊人的力量。

一座洋房，在没有建筑之前，工程师的脑海里早有精密的设计，一切事业，在没有进行之前，自然要有确定的希望。

为了实现希望而制定的计划，如果不加以切实的努力，那末一切计划，便会成为泡影，正如工程师的图样打好以后，不兴土木，多么好的图样亦等于废纸。

如果要改进某件事情，同样需要坚持雄心，坚信理想，一

不能放松，直到实现为止。

在理想集中的雄心中，有着极大的创造力，这种创造力会发展人的才能，实现人的希望。

18. 希望的哲学

在希望里，有着极大的力量使得人们的志向幻梦，成为事实。

没有别的再比得上乐观的希望，来得有助于人。所谓乐观的希望，就是希冀获得最好最高最快乐的效果。

凡是相信能成为事实的观念，乃是创造的极大动机。理想家庭的幻梦，繁华生活的幻梦，在社会上获得重要地位的幻梦，这都是富有创造力的动机。

也许有好多的人，以为世上一切舒适繁华，精美的房屋，华丽的衣服以及旅行娱乐，不是为他们预备，而是为别人预备着的！他们确信这种幸福，不属于他们，乃属于另一阶层的人所享受。原来他们以为属于劣等的阶层，没有希望的阶层。试问，一个人有了这自卑的观念，怎会得到美好的享受呢？

如果一个人不想得到美好的享受，得了他人抛弃的糟粕便引以为满意，以为一切美好的东西，并非为自己预备着的，那末这种人永远没有出息。

人应该努力来获得自己向往的东西。如果一个人什么都不向往，当然就一无所得。安于贫贱的人，自然不会变成富翁。

有了希望，心中却常抱着怀疑的态度，就要到达东方，

反向着西走。常对自己才干发生怀疑的人，只有失败；唯有希望成功的人，才能成功。所以做一个人，必须有进步、创造、建设、发明的思想，而乐观的思想，犹为重要。

凡一方面努力这样，而同时又希望那样的人，其结果亦唯有失败。有了富足丰裕的希望，不应该再有卑贱穷困的观念。

有许多人，虽是努力从事，但往往一无成效，原来他们的理智，不能和他们的努力一致，当他们从事这种工作的时候，又在希冀其他工作，从事一件工作的时候，没有抱着胜利的希望，这是使希望无由实现的巨大障碍。每个人都应当牢记这句格言：“希望的东西，是会成就的。”

恐惧的心理，会减少人的生气，它有着极大的势力，会使生命的泉源干涸，凡事皆趋失败。唯有远大的希望，深切的信仰，才能医治人的懦弱，改善人的习惯和品性。

希冀将来有美好的享受，希冀获得健康和快乐，希冀在社会上有地位，这种种希冀，都是成功的资本。

许多成功者，都因他们能使希望实现，不论所遭的境遇是多么黑暗，他们的信仰都坚定不移。

希望会使人们潜在的能力发挥出来。希望原是极大需要的表示；基于极大的需要，焕发体内的潜力。如果不以极大的需要来呼唤，那么这些能力，都潜伏在体内，永远不会发挥出来。

每个人都应坚信自己所希望的事情能够实现，切不可有所怀疑。任何怀疑的思想都应驱逐，代之以必胜的信念。

在美满的希望中，要有坚定的信仰。如果有坚定的信仰，努力向上，将会有美满的成功。

19. 要随时随地求进步

一杯清洁的水，如果放着不用，不久就会变臭，同样，一个经营得很好的商店，店主如果不时刻作更好更新的改进，无疑的，他的营业也必定逐渐地衰退。

一个进步者的特征，就是他能随时随地求进步。他深惧退步，恐怕堕落，因此自强不息地力求改进。

一件事做到某一个阶段，决不可停止下来，应该继续努力，达到更高的一步。一个人在自以为满足而不再求进步时，便是他事业败坏的开始。

每天早晨，应下定决心，改进自己一天的事务。晚上离开办公室、工厂或其他工作机关的时候，一切都要安排得比前一夜更好。这样做的人，一年以内，他的业务定有惊人的成就。

不断改进这种习惯，具有极大的感染力。能不断改进的厂主，他的雇工或职员，就会受他的感染，来改进他们日常的工作。

能激起自己的雇工职员自动努力的雇主，那末在他的企业中，就获得了强有力的同盟者。

一个富有感染力的人，对于受了挫折而致沮丧者，有着极大的帮助。

要求进步的人，应该常和他的竞争者接触，应前往模范的店铺、商场、展览会以及一切管理得较他更好的机关团体去参观，借鉴新奇的方法。

芝加哥有一个成功的杂货商，他利用了一星期假期的机

会，去参观国内的大杂货铺以后，得到了改良自己店铺的办法。此后，他便每年远游东方，专门去研究几家大规模杂铺的售货术和管理法。他认为这种参观，是绝对需要的，否则，墨守陈规地做下去，势必走向失败。

他说，他的店铺，经过这番改进，和以前大不相同。以前从未注意的缺点，例如货品布置得不能吸引顾客，雇工的不认真等，经过参观，便历历在目，引起他极大的注意。于是他大加刷新，改变橱窗的陈列，辞退不尽职的雇工，店内的气氛，从此焕然一新。

一个从不离开其店铺，从不想和同业竞争的店主，是盲目的。所以要使自己的店铺发达，唯一的方法，是使新的光明进入店铺，这就需要去观摩同业的好办法，作为改进的借鉴。

人身的血液，时刻在更新，因此身体健康活泼。同样，从事商业的人，应该时常灌输新颖的思想，获得改进的方法。这样，他的商业，才能一天一天地发展。

只有才能出众的人，会领悟到改进的价值，用客观的态度，去观察别人的优点，考察自己的缺陷，力求改进。

那些老是依恋现处境的人，必定要走入失败的迷途。他们对现实状况心满意足。对发生的缺陷，他们毫不觉得，如果不变换他们的环境，便绝对不会发现那缺陷。

一个旅馆业的领袖，在他踏进另一个旅馆的一刹那，便会注意到有许多事情，是该旅馆主人应该加以改进的。而那营业不振的旅馆主人，他去观察别家旅馆中应加改进的事项，也许费一年半载，还观察不出呢！

大多数人认为，要改进他们的事业，一定要整个的改进。只有用神秘的方法来改进，才能出人头地。他们不知道

改进的唯一秘诀，乃是随时随地求改进，在小事上求进步。逐渐的改进，远胜于虎头蛇尾的改进。

把这句话，挂在自己的办公室里，将会有所功效，就是：“今天我应该在什么地方，改进我的事务？”我认识一个人，他从小就把这句话做格言，从他所做的事业上可看出这句话有无穷的感应力。他努力求进步，他所做的事业，没有粗劣、杂乱和半途中止的，都能圆满地完成。

20. 怎样脱离贫困的境地

贫困，在大多数人看来，是个病症，一切卑贱的生活思想和犯罪作恶，都是由于贫困。贫困的境遇是不受任何人欢迎的。许多事实证明：世界上一切产业，只要人们勇敢地坚持地去努力，就会获得成功，那贫困的环境，就可打破。

世上贫困的人，能由黑暗和沮丧的环境中回过头来，向着光明和乐观方面走去，并且决心和贫困奋斗，那末在短时间内，就能使贫困尽行消失。

好多人想脱离贫穷，却不肯十分努力。

浪费，和懒惰一样，会使一个人陷于贫困，并且懒惰的人，通常也浪费，浪费的人一定懒惰。

人类有着几种特性，是和贫困不相容的，就是自信和勇敢。有许多人，他们虽处贫困，虽遭患难和不幸，因为他们有着自信和勇敢的秉性，贫困终于被他们克服了。如果一个人失去了勇敢和自信，只是偷懒畏缩，那末他就永不能战胜贫困，发奋有为。

如果一个人打定主意，弃绝贫困，凡在服装上面容上态

度上所有贫困的污点，一概洗刷干净，就要表现自己的志气，要有坚定的趋向，致力于自己的业务，世上的一切，都不能使决心动摇，这样，自然会增强自信，发挥力量，获得惊人的成就。

如果一个人甘处贫困，视贫困为正常的状态，不想努力奋斗来脱离贫困，那末潜在身体中的力量，就失去其效能，一生便将永远不能脱离贫困的境地。

还有一些人，没有脱离贫困的自信力，并把贫困视为他们的命运，那末，它们实在是个无希望者，除非他能恢复已失去的自信力，弃绝受命运支配的思想。

我认识一个青年，是在国内著名大学毕业的，他说如果他父亲一星期不供给他五块钱，他就要挨饿。

这是一个沮丧的青年，他不相信他能成功什么，他试过许多事情，尽遭失败。他对于自己的才干，没有自信力，他不相信他所做的事业会成功，因此今天做这样，明天做那样，终于做不成一样事情。

一般人以为贫困了，就该常处贫困，这实在是个绝大的错误。

如果觉得自已正在堕落，看起来一切事情都黯淡和失望，那末就可回过头来，走向光明和希望之路，

要迅速地抛弃贫困的思想，怀疑的思想，忘却脑海中的黯淡、忧郁的印象，代之以光明的有希望的和快乐的印象。

伟大的世界，为每个人都预备着美满的境地，我们应下决心，集中精神，去努力争取，这美满境地的争取，是天赋的特权。有成千上万的人，因为能运用这特权，努力向前，终得脱离贫困的境遇。

21. 解决一切困难的钥匙

刚毅是解决一切困难的钥匙，试想，诸事百业，有哪一种可以不经刚毅的努力而成功呢？

在乡间，有无数因刚毅而成功的事实。刚毅使力耕的妇女们养活了她们的全家；使穷苦的孩子，努力奋斗，寻到了出路；使一些残废者，也能够养活他们年老病弱的父母。此外，如山洞的开凿，桥梁的建筑，铁道的铺设，没有不是由于刚毅而成功的。更有因刚毅，获得历史上最大胜利的，那就是新大陆的发现。

世界上没有发现别的可以替代刚毅的东西，教育不能替代它，父亲的遗产，有势力者的提拔，也不能替代它，命运更不能替代它。

赋性刚毅，是事业成功者的特征。他们的事业成就，也许缺乏其它的特性，可是总少不掉刚毅的特性。苦力者不憎厌工作，劳碌者不觉疲倦，生活困难者不感到志气沮丧，其原因这是由于他们具有刚毅的特性。

以刚毅为资本而成功的青年，比借金钱为资本的多。整个成功者的历史，显示出刚毅足以克服贫穷。

已过世的克雷基夫人说：“美国人成功的秘诀，就是不怕失败，他们在事业上竭尽全力，毫不顾及失败，即使失败，也会立刻再来，并立下比以前更坚韧的决心，努力奋斗，直到成功为止。”

有些人遭了一次失败，便看作是拿破仑在滑铁卢，失败了便一蹶不振。可是在刚强坚毅的人的目光中，却没有滑铁

卢。那些一心要得胜的人，即使失败，也不以失败为最后的结局，还是要奋斗，在每次失败以后，便再起来，比以前更有决心地向前努力，非达到目的不肯罢休。

有这样的人，他们不论做什么，总是紧盯着目标，努力进取，在每次失败时，他们使笑容可掬地站起来，然后下更大的决心前进。象格兰脱这个人，他从不知道屈服，在他的词汇里面，没有“不能”和“不可能”几个字，绝不因困苦患难而沮丧。

坚韧勇敢，是伟大成功者的特性。没有坚韧勇敢特性的人，不敢利用机会，遇到困难，便自退缩，获得小小的成功，便感满足。

历史上许多伟大的成功者，都是由于刚毅而产生的。发明家在埋头研究的时候，何等的艰苦，一旦成功，又是何等的愉快。没有人能忍受缝纫机发明家夏夷在未发明时所受的痛苦和穷困，后来发明了缝纫机，便享受着安乐的生活。世界上一切大事业，都在坚韧勇毅者的掌握之中，别人放弃着不做的，他们却坚定地向前去做。有坚心毅力的人，总是埋头苦干，直到成功。

有许多人，在开始做事的时候，似乎很有热忱，但因缺乏毅力，不待做完，便中途停止。做一件事情，开端易而完成难，所以估计一个人才干的高下，不能看他下手所做事物的多少，要看他的成就有多少。例如赛跑，裁判并不计算在跑道上出发得怎样快，而是计算跑到终点时刻的先后。

要考核一个人做事的成功与否，只要看他做事有无恒心，是否有始有终。持久是人应有的美德，是完成工作的要素。许多人和别人合作完成一件事时，起先是共同努力，可

是到了中途，便觉困难，多数人停止合作，只有少数人，勉强维持，这少数人如果没有坚心毅力，再遇阻力，势必随着多数的人，同归失败。

有人在给他的商人朋友推荐店员时，列举着许多优点。那商人问道：“他能保持着这些优点吗？”诚然，这实在是最紧要的问题。有没有优点？有了优点，能否保持？遇到失败，能否坚持不懈？所以，具有坚持勇毅的精神，才能克服一切艰苦困难，达到成功的愿望。

22. 意志的制约

要使水变为蒸汽，必须要有212度（华氏表）的温度。200度的温度，不能使水化为蒸汽，即使加热到210度，也依然不能。沸水发出来的蒸汽，能发动机器，使火车前进，至于温水，便发不出这般力量来。

好多人想用微温的水，或用将沸的水，来开火车，可是他们很诧异，火车老是停着不动。

用冷淡的态度对待工作的人，决不会有所成就。正如同温水不能推动火车一样。

每一个人，应有坚强的意志，还应有使意志趋于坚决的能力，如果没有这种能力，就象水一样，永远达不到沸点，那火车也只有停着不动。

一个有着坚强意志的人，便有创造的力量。不论做什么事，都要有坚强的意志，极大的努力，才能成功。

怎样对付一个困难？当困难临头的时候，你慌乱吗？恐惧吗？是延宕还是逃避？你对付困难，是否用推诿的态度，

如说：“倘使我能做的话，我一定做”，或者以“试试”的态度来推诿？还是用一种不畏缩的志向来对付困难？

人的志向有着极大的能力，它能克服一切困难，不论所费的时间是多么长，牺牲的代价是多么大，终能达到成功的目的。

一个能制约意志的人，有伟大的推进社会的力量。这种力量，可以满足他的希望，达到他的目标。向着自己的目标前进，意志坚固得象钻石一般，在这种志向之下，一切困难，就都溶解了。

远大的目标，乃是一个人有力的支柱。它能使人们从许多试探中解放出来，没有它，人也许会堕入恶劣的潮流中。

如果某小孩，他有决心，打定了主意做什么，便去做什么，从来没有“倘使”，“但是”，也没有“或者”，那么这种孩子，将来一定会获得成功。

凡有明确目的，照着固定程序去做的人，便能坚定性格上一切的力量。并支撑成功的力量。

理想的自由，乃是人人该去争取的，因为取得了自由，方能表现出伟大完满新奇的成绩。如果不争取理想的自由，不实现最高的目的，那末不论他多么尽职，多么努力，他的一生，必趋失败。

没有制约意志的力量，便没有持之以久的恒心，没有发明创造的可能性。有许多青年，起先很热心努力于他们的企业，但是过了一夜，竟会放弃努力着的企业，而去进行别的企业。他们常在怀疑着，他们是否处在正当的地位上？他们的才干，怎样才能最有价值？当 they 与困难交战时，便要灰心。或者听了别人成功某项事情，他们便沮丧埋怨，为何不

也去进行同样的事情。

倘使一个人经常放弃他素所怀抱着的目的，可以肯定他是个失败者。从一个人所做的事业就可以看出他的真正的气质，在他的细胞里，有着他所要做的事业的写照。

要使生命有特殊意义，就要做高尚的事情。不论要费多少时间，要经多少曲折，决不可放弃成功的希望和志向。

23. 启发能力的机会

一枚炮弹，有着充分的能力击沉兵舰，但是这枚炮弹，经过普通的抛掷，绝对不会爆炸，孩子们尽可把它当玩具玩，或击或滚，没有妨碍，只有将它置于大炮中发射，才会发出惊人的力量来。

每个人对他具有的能力，并不知道，只有等到大难临头，或是重大的责任临到他肩上时，他的能力，才会启发出来。

一切平凡的工作，甚至墨西哥战争，都没有激起格兰脱大将的潜伏力。如果没有内战的发生，也许他的声誉，不会闻名遐迩。

在格兰脱大将的身体里面，有着极大的力量，但是一直到内战发生，才激发起他潜在的能力。

再如林肯，他的伟大力量，不是种田、砍木、测量、管理店务、执行律师所能激发，甚至合众国的国会也不能激发，直到国家危急时，他担当着伟大的责任，才启发了他巨大的力量，成为美国历史上无与匹俦的英雄。

历史上有许多伟人，等到丧失了他的一切，才有勇气来重找出路。或是等到遇了极大困难，甚至到了绝望而处于进

退两难的地步，才竭其全力来打开出路。

伟人是需要创造出来的，他们为了战胜一切困难，克服种种艰苦，才发挥他们极大的力量，成了名垂史册的伟人。

美国有许多伟人，起先所做的事，一点没有表现出他们的能力，直到恶运毁灭了他们的产业，把他们依赖着的拐杖夺去以后，才发出真正的力量来。

有好多的人，一定要等到他们的才干消失以后，才发现才干的真正用处，一定要等到剥夺了他们的一切以后，才会表现他们的才干。人的力量，往往潜伏在里面，到了需要的机会，才会激发出来。

人只有当破釜沉舟后路断绝，没有外力扶助的时候，才能启发潜在的能力。当依靠外力扶助的时候，绝不知道自己的力量。有许多青年，他们之所以成功，要归功于恶运，或是断绝了他们的扶助者，如亲属的死亡或失散；或是失去了职业；或是遇到了灾祸，于是他们只有靠自己，被迫去为自己奋斗！

因为失去了依靠，被迫奋斗的青年，便养成了勇毅果敢的独立性，这种独立性，是在依人生活时从未梦想得到的。

责任乃是能力的绝大启发者。没有责任心的人，永远不会启发真正的力量。有许多身体强健的青年，都处在平庸的地位，替人工作，他们所以老是处于这般的地位，是因为没有重大的责任，来启发他们的力量。他们只是依照着人家所规划的去做，从不想别出心裁，来表现自己的才能。

应付困难创造事业的能力，发挥在重大责任之下。以为“有什么便会发出什么”的哲学，不知贻误了多少青年。潜

在身体里面的能力，或许会发泄出来，或许不会发泄，这全视有否激发你能力的环境。没有这种环境，即使有最大的雄心和自信力，未必会发挥最大的才能。

把重任放在肩头，便会奋起精神，运用自己固有的能力，来完成任务。其他如自信、刚毅等特性，都能为责任所养成。朋友，如果责任临头的时候，乐意地欢迎吧，它是使你成功的绝好机会。

24. 不要做一个犹豫者

世上最可怜的人就是犹豫不决的人。如果有了事情，一定要去和他人商量，不取决于自己，而取决于他人，这种专事犹豫、意志不坚定的人，既不相信自己，也不为他人所信赖。

好多人怕决断事情，不敢负责任。之所以如此，是因为不知道事情的结果怎样。他们只怕如果今天决断了一件事情，也许明天会有更好的事情发现，以致对于第一个决断发生懊丧。许多惯于犹豫者，不敢相信他们自己能解决重要的事情。许多人因犹豫不决，破坏了他们美好的思想。

决断迅速的人，不免要发生错误，可是，究竟比一些犹豫者做事迅速，犹豫者简直不敢开始工作。

当犹豫不决这阴险的仇敌还没有伤害你的力量，破坏你一生机会之前，就要即刻把它置之死地，不要等到明天，今天就该开始。要迫着自己，常去练习坚定的决断，事情简单时更须立刻决断，切不要犹豫。

较繁重的事情，在决断之前，应从各方面来权衡和考虑，利用自己的常识，来下最后的决断。既打定了主意，便

不再更改，不再有回头后退重复考虑的余地，坚定不移地关闭那后退之门。这样做，就可养成坚持决断的习惯，非但增强了自信心，同时也博得他人的信赖。养成了这种习惯，在开始的时候，决断也许会有错误，但是所得到的自信力等种种的特性，究竟比丧失得来得有价值。

我认识一个人，他从不把事情做个结束。他不论做什么事，都留着重新考虑的后路。他写起信来，不到最后一分钟，不肯封起来，怕还有什么要更改。我常看见他信封好了，邮票也贴好了，正预备着要去投邮的时候，又把信封拆开，更改信中的意思。他有一件最可笑的、而且是为人所共知的事，他写了一封信给人家，会打电报去，叫人家把那封原信即刻退回。这个人虽然也是个名人，有着极好的品格，而且是我很好的朋友，可是他有了这种犹豫的习性，便很难得到他人的信赖。凡认识他的人，都为他这弱点可惜。

我还认识一个可敬的妇女，也是个犹豫者。当她要买一样东西的时候，她一定要把全城出售那东西的店铺跑遍。她走进了一个商店，便从这个柜台，跑到那个柜台，从这一部分，跑到那一部分，从柜台上拿起了货物，各方面仔细打量，看了再看，心中还不知道喜欢的究竟是什么。她看看这个颜色有些不同，那个式样有些差异，也不知道究竟要买哪一种是好。甚至问了种种问题，使店员们发生厌烦，结果，也许一样也不买，竟空手回去了。

她要买一样取暖的东西，不喜欢买得太笨重，又不喜欢它过分的暖热。她要一样东西，既便于夏天，又便于冬天，既适用于高山，又合用于海滨，不单可用于教室，又可用之于戏场，有这几种不可能的苛求，这样东西从哪里去买？即使

她交易成功，买了一样东西，她心中还是怀疑着，所买的东西是否不错？要否带回去一询他人的意见，然后再向店中掉换？她不论买哪一样东西，总得要掉换二、三次，还是不感到满意。

犹豫不决，实在影响到人格的建立，它不仅使勇气消失，意志削弱，而且破坏自信力和判断力，破坏理智的效能。

坚定决断的力量，与才干有着密切的关系。没有决断力，就象一艘船，永远漂流在狂风暴雨的深海里面，永远达不到目的地。

25. 坚持到底

做一件事情，当“天资”失败，“机智”隐退，“才能”也说不可能、要放弃工作的时候，“勇毅”和“坚持”，便惠然来临，帮助人们得胜，成功。

由意志坚定所做出来的事情是奇妙的。一切力量逃避了，坚韧性依然存在，终能克服许多困难，甚至失望的事情，也由它做成。

人人停止着不敢做的，只有勇毅者才能坚持去做。人家因失望而放弃的主义，只有勇毅者才会坚持着，为自己的意见辩护。所以有这特性的人，就能获得很大的收益，很好的名誉。

坚持有礼貌，使很多的商人，获得成功。他们不因顾客的粗暴，无礼貌，甚至污辱而冷淡，倒反殷勤地接待，坚持和气的态度，终于获得了顾客的赞扬，发展了他们的业务。

那些冷待顾客的，不但永远不会发展，而且要一天一天的衰败。

当顾客要购办货物或订阅书籍的时候，有一种顾客，即使店员冷待他，他也不动气，店员对于这种顾客，是不易拒绝的。店员若遇见了有礼貌的顾客，非但不能草率对付，甚至对于那顾客的人格，油然而生敬仰之心。

一个有恒心的人，再加上慈祥、和蔼、诚恳和乐观，实在是个幸运儿。

去做合意喜欢的事情，较易成功，去做不如意而被迫做的事情，那非具有勇气和毅力不可。

具有勇敢的精神，踏着坚毅的脚步，再加以热忱，即使去做不相称不如意的工作，也能做出很好的成绩。换句话说，就是那些能制约意志，坚持到底，不论工作合意与否，总要达到目的的人，才能获得胜利。

没有比集中力量，坚定意志，更会获得他人的钦佩和敬仰了。

一个有坚持到底决心的人，世界将为他打开出路。那些犹豫沮丧者，被人家视为由柔弱的质料所造成，自然要受到践踏和弃绝。

没有坚持到底决心的人，决不能成功大事，引不起别人的敬仰，得不到别人的信赖。唯有那些有决心的人，才能创造一切，而为他人所信赖。

世界总替那些有意志的人开辟出路。坚持自己的意志，发挥自己天才，便会获得成功。

26. 有意义的人生

林肯的名声，为什么不因岁月的久长而消灭，倒反与日俱增，妇孺皆知呢？因为他一生保持着正直的品格，从不滥用才干，也不沽名钓誉。

试问，在人类的历史上，有谁能象林肯那样精神不死流芳百世呢？那恐怕是绝无仅有。这样看来，品格对于人生，具有多么伟大的力量！

一个青年，如果在他开始涉世的时候，便决心把建立品格为资本，无论做什么，以养成完美人格为目的，那么，他虽可能得不到名利，但终不至于失败。那人格堕落的人，断不能成功什么大事。

多数青年，对于品格是资本估计得太低。他们过份的注重伶俐、聪明、狡猾，而忽视那正直的品格。为什么有许多公司，情愿付以大量昂贵的代价，去用已死数十年或数百年的人名来做公司的名称呢？原来因为在那些名字里面，含有正直的品格，使人感到可靠。以名人的姓名为牌号的商行，那些姓名的价值，坚固不移，有若直布罗陀的岩石！

一些青年，明明知道许多事实，可是他们不将事业的基础，建立在正直的品格上，反建立在狡猾、诡计和欺骗上，岂不奇怪？而大多数青年，他们不把事业建立在不可靠和不坚实的基础上，而建立在坚如岩石的正直品格上，他们的成功，才有价值，才有意义。

公道、正直、诚实是成功的因素。这种种美德，林肯无一不备，他倘使缺乏这种种美德，哪能使他做出轰轰烈烈的

事业？

每一个人，应该感到在自己的体内，有一种非贿赂所能引诱，非威武所能屈服的东西。这极可宝贵的东西——一个人的品格，应不惜生命来保持。历史上有名的伟人，他们的人格是不出卖的，也不因金钱、势力、地位来出借人格。

有人叫林肯作错误的判断时，林肯就回答道：“我不能做。如果我这样做，那么当我和陪审员谈话时，我将不知不觉地高声说着：‘林肯，你是个说谎者，你是个说谎者。’”

当一个人行为虚伪，戴着假面具的时候，他将不认识他自己。他的良心，将不住地说着：“你是个欺骗者，你不是个正直的人。”不诚实会撕毁人的品格，破坏人的自尊和自信。

不论什么引诱，切不可出卖自己的人格。过份地追求名利，将会败坏才赋，毁灭品格，做出违背良心的事情。

任何人都应该做到：不但在自己的职业中做出些成绩来，还要建立自己高尚的品格，也就是说，不单是做个有名的律师、医生或是商人，还要做个受人敬仰的大丈夫。这样，生活才有重大的意义。

27. 机 智

谁也不能估计因缺乏机智而遭受的损失。有好多的人因为临事不知应付，以致遭受失败。有好多的人因为缺少机智，竟把才干耗费，或是运用才干，不得其法。

还有许多人，因为缺乏机智，伤害了朋友的感情；由于缺乏机智，商家失去了他们的顾客，律师减退了他们的业务，

作家得不到读者的支持，牧师引不起大众的关注，教师失去学生的信赖，政治家失却大众的拥护。

一个人不论有多少才干，如果他缺少机智，不能在相当的时候，说应该说的话，做应该做的事，那末他就不能有效地运用才干。

受过大教育，受过专门训练的人，往往因没有机智，一无进展。如果有了机智，再加以坚毅努力的精神，可以使事业有进展。

“一个有机智的人，不单努力于他所知道的事，并且努力于他所不知道的事，更会用巧妙的方法，来隐藏他的愚拙。”

机智是商业上的资产。大城市里的百货公司，在他们计划如何吸引顾客注意的时候，机智实际占着重要的地位。

一个著名商人，他把机智列入他成功条件的第一位，其他三个条件，就是热忱、商业常识和服装。

我认识一个人，他一生是努力勤勉的，可惜因为缺少机智，破坏了他的事业。他有做领袖的资格，但是他有憎恶他人的心理，从来不能与人合作，从而使他失败了。他常做他人所不喜欢的事情，常在无意中触犯他人，以至影响他一生的成就，推究其原因，就是因为他缺乏机智。

一般人之所以缺乏机智，一则由于他们的不识时务，二则由于思想不灵敏。

有一个女子，从乡间朋友家作客回去了以后，她就写了一封信给她的朋友，表示感激她款待的盛意，她说回到家后很好，不过在府上被蚊虫咬的伤痕，甚感痛苦，回来了能有

舒适的卧室，深觉愉快。这女子在无意中写这不客气的信，无疑的，也由于她缺少机智。

机智的人，善于交友，能迎合别人的心理。这种人首次与生人会面的时候，找出对方所感兴趣的，便提出来作为谈话资料。他们不多谈关于他们自身的事情，因为他们深深的知道，使对方最感兴趣的，没有再过于对方自身的事情和希望。至于不机智的人呢，那就不然。他们只喜欢谈及自己所感兴趣的事情，这样，便常为朋友们所厌恶。

机智的人，对于不感兴趣的事，不在表面显露。一个有怪僻的人，往往得罪人家，这种人如果要加入一个团体，一定不为大众所欢迎，不是受到冷待，便是自感不安。

世界上没有别的，再比机智来得更需要。有了机智，对于一切事情，能随机应变，处置得当，利用适当的机会，发挥自身的才干。

关于建立机智的方法，一个作家曾经这样”道：

“要对自己所交结的人，一律表示同情。

“对于任何事情，要设身处地地思考。在考虑事情的时候，要顾虑到他人的利益。

“表示反对意见的时候，不应该有得罪他人的思想。

“对于事情的好坏，要有迅速的辨别力。在必要的时候，好的东西，要甘愿让与他人。

“切勿固执己见，在许多意见中，你的意见，只有一个。

“要有真挚慈样的精神，这种精神，能够使仇敌变为友人。

“无论怎样难堪的事，要乐意地接受。

“最紧要的，便是温和、快乐和诚恳。”

28. 要有磁石般的吸引力

有多少孤独的人，发生着这种热望，“我喜欢交友，我希望能得人心。”只是因为他们有了孤独的怪僻，缺少吸引力，没有人和他们交友，失却了他们生活上的乐趣，他们的热望，终于无从实现。

对任何人，在言谈举止上，都能表现着亲爱、和善，自身的吸引力就会不知不觉地增大。

有些经商的人，虽没有巨大的资本，却能吸引一些顾客，他们的企业，比较那些有巨大资本而缺少吸引力的人，有着显著的发展。

在社交上，表现出爱人和乐意助人的精神，就能使自己犹如同磁石一般，吸引众多的朋友。

要获得朋友，还需要慷慨。一个大度的慷慨者，常能获得人心。其次要说他人爱听的话，要发扬他人的长处，不去暴露他人的短处。

那种常轻视他人、寻找他人缺点的人，不可信赖，也不可交结。

浅薄的思想，狭隘的思想，非但不能认识他人的长处；更不能发现自己的短处。

健全的思想，宽大的思想，非但能够认识他人的长处，更能发现自己的短处。

吸引他人最好的方法，就是要使自己对他们深深地感兴趣，而且不可有一点虚伪，

好多人所以不能吸引他人，是由于他们与外界隔绝，专注意他们自己。与外界隔绝，便足以使自己陷于孤独的境地。

我认识一个人，他不明白为什么人人要弃绝他。如果他在一个公众集会的场所，人人都远离他，别人正在互相寒暄谈笑，他一个人却很寂寞地独处一角，即使偶然被人家注意，过了片刻，他依旧孤独地坐在一边。象这类人，好似冰块，好似失却吸引力的磁石。

这个人之所以被人弃绝，只是他太自私。他具有很大的才干，又是个努力工作者，他在每天工作完毕以后，喜欢混在同伴中寻快乐。但他只顾到自己的乐趣，往往给人以难堪，所以人家一见了他，便远而避之。

他绝未想到，自私乃是他不能获得人心的主要障碍物。他只想到自己，不顾及他人。他不能把自己的事情，暂时搁起，来欣赏他人的事情。他和别人谈话，总是把谈话的中心，集中在自身或是自己的业务上。

一个人有了自私的观念，就没有吸引他人的力量，就足以使他人发生厌恶的心理，就没有一个人喜欢与之结交。

一个人如果对于他人感兴趣，便有吸引他人的力量。吸引力的大小，与对他人所感兴趣的程度成正比。怎样才能对他人感兴趣呢？就是要能设身处地，推己及人，给他人以深切的同情。

人生最大的目的，并不专在谋生，还需发扬我们的美德。关心他人，同情他人，帮助他人，自然就有吸引人的力量。

一个人要吸引他人，该具种种美德。自私、卑鄙、妒忌

都不能获得人心，非但不能获得人心，而且将无处不受人弃绝。

穷苦的青年们，当开始涉世的时候，往往妒忌那些有钱的青年，不需自谋生计。其实，那些有钱的青年，何足妒忌。只要自己具有磁石般的吸引力，便能立身社会，这种力量，远超金钱的力量！

29. 怎样处逆境

一个人处在逆境的时候，如能依旧抱着乐观态度，这对于他有着极大的益处。这样的人，具有得胜的质料，不是一般普通人所能比拟。

好多人一遇逆境，立刻会沮丧，达不到他们的目的。

在社会上，没有忧郁、愁闷或失望者的地位。若某人在别人面前总是表现着愁闷似的郁郁不乐，人们就要远避他。

人们看那些忧郁愁闷的人，正如同看不合意的图画一样，本能地喜欢和和蔼愉快的人相往来。

一个人不该做感情的奴隶，一切行动，不该由感情作主。人应该控制感情，做一个能克服环境的主人。

不论周围有多少沮丧的事情，都要能克服。从忧郁中奋斗出来，从黑暗中抬起头来，面向光明大道走去，后面便不会有黑影了。

最坏的仇敌，便是由于思想的不健全，怀疑自己的生命。无论做什么事情，都依赖勇敢、自信和乐观，才得成功。处于逆境的时候，或是碰到沮丧的事件，或是遇了不幸的境地，如果只有恐惧，便丧失自己的意志，以至不可自

拔。好多人如同井底之蛙，缺乏远大的目光，一遇挫折，便失却再度努力的精神。

打破逆境的方法，第一要肃清快乐和成功的仇敌，其次要集中思想，坚定意志。只要运用聪明的思想，抱定坚毅的精神，就可战胜一切逆境。

一个思想训练有素的人，在数分钟里，能逐出忧愁的思想。但是多数人的通病是：不能排遣忧愁去接受快乐；不能消除悲观来迎接乐观。他们把心灵紧紧地封闭着，虽然费力在那里挣扎，但却没什么成效。

人在忧郁沮丧的时候，尽量改换环境。无论做什么，对于使自己痛苦的问题，不要过多思虑，不要常放在心坎上，要尽力思想最快乐的事情。对待他人，要出以最慈善最亲爱的态度，要常说最和善最快乐的话，务需努力以快乐感染四周的人们。这样，思想上黑暗的影子，亦将远逸，那快乐的阳光，将映照一生。

每个人都应该养成一种永远不回忆过去悲痛事情的习惯，要进入最有兴趣的环境中，去寻求几种能使自己发笑和鼓舞的娱乐。有些人在家庭中寻找娱乐，和他们的孩子们嬉戏；有些人在戏院中，在谈话中，或在阅读有感染力的书籍中寻娱乐。

乡间也是一个奇妙的娱乐地，是悲痛的诊治地。一小时的野外散步，会完全改变一个人的心情。

30. 沮丧时勿下决断

人在愁闷抑郁的时候，切不要解决重要的问题。或对于

自己一生的大事，下什么决断，免得那失常的性情，造成不良的后果。

一个人在精神上，受了极大的挫折或沮丧，需要暂时的安慰，这个时候，他无心思来考虑其他的问题。当女子们受极大痛苦的时候，他们竟会决定去嫁给不是真心爱着的男子。

男子们有时受了暂时的挫折，竟致使他们的商业破产，实际只要继续努力下去，便会成功的。

人们有时在极端痛苦之下，甚至明知这痛苦是暂时的，他们竟会遂行自杀。当人们的身体或心灵受着痛苦的时候，就没有正确的见解，也不会有正确的判断。

人在希望断绝精神沮丧的时候，若能做一个乐观者，那是常人所难能的。在这境地之下，不同的人将会有不同的态度。

一个人的真才干，在什么时候最显得出呢？当一个人做事不如意，朋友们都劝他放弃工作，说他是做违反命运的事情，是多么的愚蠢时，如他仍抱着坚毅的精神，努力工作，最显出他的真才干来。

有很多的青年作家，青年艺术家，青年商人，在他们遇到挫折的时候，立刻就会放弃他们的职业，去做完全不合他们天性的事业，到了后来，虽然没有兴趣，也只得勉强去做，怕再改了行，要遭他人的讥笑。

一个人的智慧和机敏，在什么时候最感需要呢？就是当一个懦夫向他说种种引诱的话时，如：“你做这件事情，是多么愚笨呀！你既无方法，又无力量，你不回家去享受家庭之乐，反因你的工作而牺牲，是多么的愚笨呀！与其受更多

的牺牲，不如乘早回去为妙。”

有许多青年，受了上述话的引诱，一受挫折，便兴思家之念，随即抛弃职业，离城返乡，不知只要坚持片刻，即见光明，他们的职业，就会立告成功！

许多具有才学的青年，他们到国外去研究音乐和美术，因为受了挫折和思念家乡的缘故，便半途辍学回来了，到了后来，懊悔莫及。

又有许多学医的学生，起初是多么热忱，但是中途感到学解剖学和化学的辛苦，和在分析室内所见憎恶的景象，于是抱着憎恶的态度，脱离学校，回到家里。因为他们缺乏勇气去继续研究，终究不能做一个医生。

还有一些青年，因为想做大律师，便进法科学堂，专攻法律，但是偶然与著名法律家伯莱斯敦和甘德等相较之下，便完全失望，立刻中止研究，一无成就，好似他们是不配做律师的。

一些从未出远门的学生，他们进了大学，由于思家心切，于是决定退学回故里，回家以后，又觉得自己立志不坚而羞愧起来。

一切创造家、发明家和其他伟人所以成功，是因为他们有恒心，肯努力，不灰心，他们能继续奋斗，故得以伟大的成功。

在日常生活中常可以听见这样的话：“倘使我从头就努力，虽然遇有挫折，仍旧照着我的志向去做，也许已做成一件事业了。”这种悔不当初的懊丧，就是由于他们立志不坚，一受挫折便中止了他们的努力。

不论前途是多么黑暗，心中是多么愁闷，如果有事情待

解决，还是等待忧郁过去以后，才去加以决断。

一个待解决的重要问题，须有最清醒的头脑和最好的判断。在悲观的时候，不要解决有关自己一生转变的问题，这种问题，应该在身心最快乐最得意的时候解决。

在无法可想无路可走的时候，乃是最危险的时候，因为在这时无计划的余地。如果有什么事情要计划，要乘头脑清楚心神镇静的时候。

人在恐惧或失望的时候，就不会有精辟的见解，不会有正确的判断。健全的判断，基于健全的思想，健全的思想，基于清楚的头脑，愉快的心情。因此，忧虑时切不要作出决断。

务必乘自己头脑清楚思想健全的时候，计划一切。人在感到沮丧的时候，智力便四散开来，不能集中。镇静、乐观和理智是消除沮丧的要素。

31. 勿以欺骗为手段

不久以前，有一位布商说：“他因为要把完整的布匹，剪为零料，忙碌得不堪。他说零料出售，比整匹出售获利多，顾客们见广告登载得便宜，便信以为真，于是争相购买。可是，一旦顾客们发现他们的欺骗以后，还有人再愿惠顾这种欺人的商行吗？”

许多人视说谎为一种手段，他们相信欺骗会给他们好处。好多被视为诚实的商店，往往也遮盖货物的弱点，用动人的广告来骗人。好多人认为欺骗在商业上的需要，有如资本一样。他们认为在商业上样样讲实话，简直是件不可能的

事情。

近代新闻学上一个最不良的现象，就是用引诱的方法，来破坏真实。一种报纸的声誉，和一个人的声誉，没有两样。如果一种报纸老是故意欺骗人，不久便会获得一个说谎者的名声。诚实不欺骗的报纸，乃是新闻界中的砥柱，他们的销路，比专事欺骗的报纸，多至数百倍。

由随时随地讲真实话而得的声誉——不是近于真实，乃是绝对的真实——比由欺骗暂时所获得的好处，其价值要高千百倍！

商界中最大的危险，就是不诚实，往往在营业不振时，喜欢利用取巧的方法，不讲真话，或是把当说的真话，秘而不宣。结果，得不偿失。

他们没有顾虑到，在金钱上虽是赚了一些，可是人格就此损坏。他们的衣袋里固然增加了一些钱，他们的人格，却已被剥夺一空了。

事实上，有许多说谎的人，或是欺骗的机关，他们感到用欺骗方法来对付他人，实在是得不偿失，终于认识到诚实是人的最好品质。

国内的众多商行中，有着450年历史的，实属少数。大多数的商店，都如昙花一现，开幕时大肆欺骗，吸引着许多顾客的注意，固然繁荣一时，但是因为缺乏诚实做他们的基础，不久便关门大吉。他们看来，顾客们被他们欺骗了，不知到了后来，他们的欺骗，终于为顾客们发觉，于是这许多商店，营业日趋清淡，逐渐收缩，结果竟至停歇。

世界上没有别的广告，可和诚实的名誉来比拟。单为了这名誉，已使几家大商行大公司的名称，值数百万元的价值

呢！

一个专讲实话的人，比一个专事欺骗的人，力量要大得多。

一个以诚实为基础的人，面容上有着光荣的表现，目光有自信，行动有把握。在那欺骗者的面容上，似乎表现着一种鄙夫的标记。

在今日的美国，还有什么现象，比一些青年们为了一些名利，便出售他们的人格，来得更痛心呢？出卖了自己宝贵的人格，来获得一些名利，又有什么意义呢？

一个人的声誉损坏了，能否有什么方法可以补救呢？那实在是件难事。试问一个人失去了他的人格，还有什么价值呢？人若违反了本性，不要说去贪得名利，就是一切丑陋的行为，也会毫无顾忌地去做。

32. 保持身心健康

由于身心不健康而造成的个人与社会的损失，谁能计算呢？

健康乃是生命主要的源泉，因为有了它，天性因之毁灭，生命因而黯淡，效能、生气，亦将一一丧失。一个人有了健康的思想，健康的身体，是多么幸福呀！

一些受着高等教育的青年，思想极好，可惜身体上有疾病，虽抱着远大的志向，即永远不能使之实现。千万人由于身体的孱弱，过着忧闷的生活，不能发挥本有的才能。

一生再没有别的，比达不到目的来得更失望了，心灵上抱着远大的志向，因为没有体力，不能达到，乃是一生最痛

苦的事情。

许多人做了身体的奴隶，受着失望的痛苦，志向被阻挠着不得实现，都是因为他们不知道保养身心健全的缘故，所以每个人，都要有使自己身体健康的方法。

长时间连续干一项工作，绝少更换，有时候竟绝无更换，那么思想就没有活泼的机会。一个人若是呆板不变，很少游戏或娱乐，就容易对自己的业务感到乏味，继而使自己萎靡。一些人早期衰弱，毫无生气，全因为他们工作太多，缺少娱乐。所以没有变化，是使才能枯萎的最大因素。

终日致力于工作，甚至遇见朋友，也无暇谈话的人，都不是成就大事业的人。

我认识一个大公司的经理，他一天办公的时间只用二三个钟头。他常出门游历，清新他的思想，他清楚地认识到：只有保持健康的身体，才可用最大的力量来应付工作。后来这位经理，竟大告成功，他办起公来，因为精力充沛，活泼而迅速，并且绝对正确，他二三小时工作的效能，远胜于一般人做八九小时。

一个过着正常生活的人。储藏极大的体力，能够抵抗一切疾病。若是一个人耗尽了他所有的体力和精神，那么在意外问题发生时，便将无力抵抗。

“专做工而缺乏娱乐，使杰克变为一个愚鲁的孩子。”这是句美国流行的格言。人类原有娱乐的天性，所以娱乐一事，是人们生活上所不可缺少的。可是有许多工人，被迫终日工作，原来那些雇主不知道由健壮体力所生效力的伟大。

人们似乎认为，哄骗自然是件容易的事情，他们破坏一切健康的规律，二三天的工作，一天来做完，二三天吃的食

物，一顿就吃尽，他们以为打破了生物规律，可用医疗方法来补救。

有好多的人，过着极端相反的生活，一方面滥用他们的身体，一方面请医生来诊治。结果，胃病、失眠、癫狂、神经衰弱等病症，终于无法避免。

脑力的充足，全赖于身体的强健。一个身体健全者的才赋，远胜于十个体弱者的才赋，所以我们所需要的，乃是健全的身心。

33. 爱美的生活

人应该在幼年的时候，开始培养完美的性格，高尚的情感，高雅的嗜好，灵敏的感觉。

没有别的投资，再胜于爱美的嗜好了，因为他将给予一个人彩虹般的美丽世界，终生享受着快乐。爱美非但能够增加一个人的快乐，还能提高工作效率。

品格基本上是由视觉和听觉培养起来的，自然界中的鸟唱虫鸣，溪水潺潺，呼啸的风声，芬芳的花草，以及天地间无数的美景，都与学校教育同样的重要。倘使一个人不用自己的耳目，接触自然界的美丽，来启发爱美的本性，他将变得粗暴，枯萎和缺少吸引力。

爱美有陶冶温柔善良品格的力量。最不幸的事情就是把一个孩子，置于爱钱如命的环境中，以致养成他将来做人的目的，不以人格为重，而唯金钱是图。

爱美的人生命才会完美。不会享受自然美，就缺少培养人格的要素。

爱美在人们的生活中，占着很重要的地位。人的性格，很少受他人的影响，然而，自然的风景，美丽的花卉，却能对人的性格产生影响。

美的东西，能使人们的心灵发射出一种力量来，所以，美是人们的清新剂，精力的恢复剂，健康的促进剂。

不论是什么职业，都不应为了金钱，使牺牲了重要的东西，要利用机会，把美放在自己的生命里。

爱美的人，美好的思想，美好的观念，会从他面容和形态上表现出来。爱美的学者，将会成为艺术家，使他的家庭美满而甜蜜，无论是什么职业，爱美之心，使人们不但做个工匠，并且做个艺术家。

一般做父母的，往往不竭力设法来启发孩子们的审美能力。他们没有体会到，对于易受感动的孩子们，家里的一切，甚至连墙壁上的一纸一画，也能影响孩子们正在发展的品格。父母应该利用机会，使孩子们受到艺术的熏陶，如听美妙的音乐，或是吟咏高尚的诗歌，阅读富有感染力的著作等，一切足以引起他们美感的，都要给他们以享受的机会。

高尚的美感，人人都有获得的可能。美的陶冶，并不在外表的美，而重在心灵的美，此外，还要培养和善，有希望，不自私的精神。

培养爱美之心，与增长知识同样的重要。不论在家庭里或学校里，都需视美为最可宝贵的礼物，赠与那天真活泼的孩子。

一个人受了美学的教育，实在是件荣幸的事情，拥有了这种产业。非任何东西所能劫夺。不过这种产业，每个人应该从小就开始培植。

34. 不合理的节俭

约书贝林说：“有几种节俭，是不合算的，忍着痛苦以求节俭，便是其中的一例。”

我认识的一个富翁，就成了一个节俭的奴隶。他老是为着节省一角钱，牺牲大好光阴，他常把半页未曾写过字的信笺撕下来，并截下信封的背面，作为草稿纸，浪费宝贵的时间，去节省细小的东西，实在得不偿失。他甚至用这样吝啬的精神，去经营商业。他叫工人们节省包扎上的绳索，并定作公司里的规条，即使耗费的时间，远超一绳一索的价值，亦在所不惜。象这一类的节省，岂非愚举。

只有少数人，知道真正节俭的意义。真正的节俭，并不是吝啬，而是节省用度，不从小处着想，乃从大处着想。

善于节俭与不善于节俭，有太大的不同。那不善节俭的人，往往为了节省一分钱的东西，费去价值一角的光阴。那重视节省一分钱的人，决不会创立大事业。

吝啬的节俭最不合算。做伟大事业的人。一定要有 大度。用镇静的头脑，合理的处事，才能成功。

广义的节俭，包括具有高明的决断，镇静的头脑，博大的见解。最聪明的节省，常需要过分的消费，如做大事业所用的交际费等，就不是浪费，乃是一种大度的用法。

大度可以扶助人的雄心，使人们获得多方面的收获，与金钱储蓄在银行里的利益有天壤之别。所以欲成就伟大的事业，应该具有远大的见解，切勿因吝啬妨碍期望，灭绝机会，

节省，有时反而得不到良好结果，非但不能成为进身之阶，往往成为绊脚的石头。商人吝啬得不肯多费金钱来经营，农夫吝啬得不肯多撒种，是同样不合理的节省。“种得少，收成也少”，乃是至理名言。

我认识一个青年商人，专在小事上吝啬，竟使他的生意失败。他认为一套衣服和一条领带，要用到破旧不堪，才可以抛弃。他从未想到请一个有深切关系的主顾吃一顿饭，在旅行时与熟悉顾客偶然相遇，也从不替顾客付一次旅费。因此他享有吝啬的声誉，人人都不愿与他做交易。错误的节俭，使他蒙受极大的损失。

许多人为了要节省些微的金钱，竟损坏了他们的健康，要想把工作做好，必须谨防不合理的节省，无论怎样穷，切不可在食物上节省，因为食物是成功的基础。

错误的节省，会消耗人的体力和精力。好多人身体上患着疾病，因为节省金钱，不去求医，不但受着痛苦，并且因身体软弱，在他们的职业上，做不出好的成绩来。

凡能阻碍一个人前进的疾病或其他障碍物，要决不迟延地来诊治、补救，这是一生最重要的。

凡可增加体力和智力的事情，不管要耗费多少代价，都值得做。只要能促进成功，有利于事业，就不可吝啬。

35. 化学性的心灵

真正伟大的人，能主宰他的性情，统治他的心灵。富有化学性心灵的人，能消灭忧虑，解除苦闷，正如同化学家以碱性来中和酸性一般。

不懂化学的人，便不知道中和的道理，错溶在别的酸性里，非但不能获得中和，反使药性更剧。化学家们都知道各种酸性的作用，以及与其他化合物溶解后的效用。

因此一个具有化学性心灵的人，他知道用快乐的解毒药，来消除沮丧的神志、忧郁的思想。他知道乐观的思想，确能消灭悲观的思想。和谐的思想，会解除偏激的思想。友爱的思想，会淘汰仇恨的思想。他心灵上不致受种种痛苦，因为他有补救心灵的方法。

许多人的思想中，留存着种种苦闷，没有方法来消除，因为他不知道心灵上的化学原理。心灵上的苦闷，没有方法来免除，不过到了有一个时期，会有理性的力量，来指导我们用适当的消毒药，来解除心灵上的各种苦闷。

悲观、偏激、仇恨的思想产生时，只要立刻转到相反的思想，便会产生乐观、和谐、友爱的思想，如同要把冷水管的龙头一旋，沸水便会立刻降低其温度。

人应能调整思想，如同调整水的温度一样，在水太热的时候，只要把冷水管的龙头一旋。如果在怒气填膺的时候，只要立刻转到友爱和平的思想，怒气自然就消除了。

有了友爱的思想，仇恨便不会存在。有了爱人如己的思想，便会除灭妒忌和报复的恶念。

多数人不以善美来替代恶念，仅把恶念驱逐便算了事，他们不知用善美的思想，来帮着驱逐恶念将更有效。

人们不能把屋里的黑暗驱逐出去，然而，只要让光亮进来，黑暗便自然逃逸了。

许多人以为思想只是影响着脑神经，其实不然。生理学家发现在盲人的手指头上，有着熟练的神经质。盲人具有一

种惊人的技艺，如能辨别精粗的织品，甚至颜色的浓淡深浅，并能辨认无误，这可证明思想并不全限于脑神经。

人的身体，由十二种不同的细胞织成，如脑细胞、骨细胞，肌肉细胞等，一个人的健康，全赖于各个细胞的健全。

身体上的无数细胞，都有着密切的联系，有害于一个细胞的，就有害于全身的细胞，有益于一个细胞的，也就有益于全身的细胞。每个细胞受痛苦，还是享安乐，有生命还是遭死亡，都与思想有密切的关系。

由实验所得的结果表明，一切邪恶的思想，皆有害于人身的细胞。有时由于激怒，神经系统受了损伤，要费上数星期才能恢复原状。无数的实验证明，一切健全、快乐、和谐、友爱的思想，都有益于全身的细胞，增进细胞的活力。至于那相反的思想，如偏激、绝望、悲伤等，都是细胞的破坏者。

克斯教授做了一个实验，证明愤怒和忧郁的情感，都有损于身体。和谐、快乐的情感，有着滋补细胞和再生细胞的力量。

克斯教授说：“不良的情感，对于人体上的肌肉，有着相当的化学作用。良好的情感，能促进人生的前进。脑神经中的每一个思想，都因细胞的组织而更改，这更改是属于永久的。”

水分中，没有一种污染不能由化学的方法来提净。同样，没有一种污浊、鄙陋的思想，不能由正当的思想来肃清。

偏激、悲观、不和谐，都是思想的病症。真实、美满、乐观的思想，能提高人生的价值。有了良好的思想，那不良的思想，便无存在的余地，因为它们的两不相容的仇敌。

36. 摒除烦恼

世界上有好多的人，受着烦恼的压迫，为了摆脱这妖魔，许多人成了醉汉、烟鬼，出卖了他们的生命。

因烦恼所受的损失，不是人们的智力所能估计的。因烦恼的缘故，迫使那些有天才者做着平庸的工作。人世间，没有别的比烦恼更会引起失败、伤心和失望了。

工作没有损伤过一个人。烦恼倒已伤害了好多人。工作的本身，不会伤害人们，可是对工作的厌倦、恐惧，却使人们遭受了许多损害。

凡由无谓忧虑而消耗脑力的人，便不能正常发挥能力。烦恼会泻漏一个人的精力，枯萎一个人的志向，减少一个人真正的力量，损害人们的健康。

没有一个人因烦恼而获得好处，也没人因烦恼而改善境遇，烦恼只是随时随地损害健康，消耗精力，减少效能。

如果一个商店里的职工，利用他职务上的便利，今日偷一些金钱，明日偷一些东西，天长日久，一旦被店主发觉，他便没有什么面目见人。在他的心灵里，有一个更凶恶的窃贼——烦恼，在劫夺他的体力，泻漏他的精力，损坏他生命的一切。

烦恼足以影响一个人工作的质量。在一个人思想紊乱的时候，他的工作，决无佳良的效能。因为思想紊乱，便不能想得清楚、合理，脑细胞中灌注了烦闷的毒汁以后，注意力便不能集中。

脑细胞常浸在血液中，从血液中吸收养料，当血液满载

了恐惧、烦恼、愤怒、怨恨、妒忌的毒汁以后，那些宝贵细胞的原形质，便变为坚硬而损坏了。

许多做母亲的，在孩子们身上因无谓的愤怒所耗的精力，远胜于用在每日的家常工作上的精力。她们每到晚上是那么疲劳，却从没有想到她们的大部分精力，是浪费在不需要的烦恼中。

人受到烦恼和刺激，生命会消磨得很快，年壮的看来好似老年人一般。有些年方30的妇女们，面容上已起了皱纹，这并不是由于她们做了苦工，也不是因为境遇的困难，而是因为日常的愤怒，这愤怒给予她们家庭的影响，是不和谐和不快乐。

烦恼不但使人的面容看来觉得老，并且使人的心灵变得衰老，烦恼好似一把凿子，在人的面孔上凿出无情的皱纹来。我曾亲眼见过一个人，由于数星期的烦恼忧虑，面容上完全改变，甚至在他自己看来，也好像是另一个人。

一些妇女因为要除去面容上的皱纹，便去用按摩术、电疗法、运动和其他各种方法来补救，。他们不知道最好的补救法——那伟大的万灵药——是在思想里。她们为怎样消除面上的皱纹不停地烦恼着。

一个人若是保持心情愉快，努力工作，便会把一切烦恼驱逐干净。

保持健康，能摒除烦恼，健强的消化，纯洁的心地，成熟睡眠，能消灭许多烦恼。在非常的境遇下，烦恼最容易发生。若处境顺适，生活安定，烦恼便不容易发生。

当恐惧忧虑进入思想的时候，立刻把勇敢、希望、自信，放进思想里，那么这些造成烦恼的种子，自然无法播植

右思想里。

只要知道消毒药，便能很容易地消灭烦恼的思想。这消毒药常在自己的脑神经里，不必去药房或求医生。人在烦恼的时候，只要用希望来代替失望，勇敢来代替沮丧，乐观来代替悲观，心平气和来代替义愤填膺，那么烦恼就无从生存了。

37. 内在的力量

在每个人的身体里面，都有潜伏的力量，只要把它找出来应用，便能帮人们做成那些梦想不到的事情。

许多人没有利用他们的潜伏的力量。这种潜伏力，就在无数的细胞里面，只要一经激发，便会使生命活跃。

许多无以谋生的人，并不是他们没有复活的力量，他们的力量，都沉睡在他们身体里面。如果他们使这种力量苏醒，便会做出惊人的事业来。

在人们身心里面，封锁着极大的内在力。如果有人遇到某种意外事件或其他灾祸，一般人都会奋不顾身地去拯救他。实际上每个人都具有英雄的品格，意外事件和灾祸，是使人们显露这种品格的机会。一个人在灾祸临头的时候，能做出的事情是令人惊奇的。

我曾见一个体力极平常的人，被催眠以后，把他的头和脚，搁在两只椅子的边上，六、七个人站在他身上，他竟能支持得住，或是在他的身上搁了一块木板，让一匹马跑上去，他也能支持得住，这都是心理上的特技。按照一个人平均的体力，照上面的方法悬搁着，决不能支持一千多磅的重量。可

是在催眠术之下，他竟毫无困难地做到了。

从什么地方来的力量，会使这人做出那惊人的事情呢？当然不是由于那个催眠家，他不过把那被催眠者的力量，从身体里焕发出来。这力量不来自外部，而是潜伏在他自己的身体里面。

由于这巨大的内在力，所以人人都能做不朽的事业。一切真实、友爱、公道、正义，都存在于这内在力里面。

在人的身心里面，有一种绝不损坏绝不衰败的东西。那便是潜伏的力量。这种力量，只要把它激发，便能象酵素一样，对身心起发酵作用，增强工作的力量。

人人都有瞥见内在力的时候，在失去一个爱友的时候，就会发现从未发现过的能力。有时读了一本颇有感染力的书，或者由于朋友的鼓励，也能发现自己的内在力。无论用什么方法，激起了内在力以后，就会变成一个大有作为的人。

一个人立足于真实、公道、正义的原则上，即使全世界的人都反对他，他终能屹立在世界上，绝不动摇。林肯在世界上所以有这般伟大的能力，不仅由于他具有一种天赋，并且由于他能把公道、正义等原则当做他立身的基础。

如果一个人能和他内在的原理相和谐，这原理从不死亡，他便能发挥自己最大的效能，获得最大的幸福。

未来的医生，将教导一般人创造生命的方法，创造自身的力量，不停地做再造复生的工作。以骨折为例，什么时候骨头折断，经过伤科手术，什么时候便会复原。我们的教育，如果注重这一点的训练，那末自然的治疗，便会补救身心上和种缺陷。

创造自身的力量，就是每夜睡眠使之复新的力量，也就

是重生身体上细胞的力量。

许多人不知道开发那些供给力量的源泉，因此，他们的生命，是干燥、枯萎、毫无生气的。如果从内在力的深处去汲取，就可寻到活的源泉，只要饮到这活水，就不再口渴。这种源泉就可取之不尽，用之不竭。所以对内在的力量，加以运用，生命便永远不会陷于贫乏卑贱的境地。

38. 神 经 过 敏

“由神经过敏而自趋灭亡”这句话，是最近报纸上记录一件悲剧的开头语。

一个年轻的女孩子，生长在一个舒适快乐的家庭中，忽然由于家庭的剧变，父亲死亡，家中又无资产，不得不投身职业界，为她自己和她年老的母亲解决面包问题。她在纽约城里一个商行中，谋得一个速记员的职位，也曾努力奋斗过。

不过这娇生惯养的女孩子，神经过敏。她穿着褴褛的服装，恐怕引起别人的评论，于是处处畏缩，并且避开那些穿着入时的女同事，因而别人都视她为“怪物”。

一天，同行一个粗鲁的男伙计，问她为什么不略加装饰，象其他女孩子一样。她听见了，便立刻从他面前避开，并且心中好似被猛刺一下，竟哭了起来。经过这次刺激以后，她的神经过敏，有增无减。她看着自己那补缀过的手套、鞋子和那破旧的衣服，便决定辞去她的职位。她不知道这许多时髦女子，家境富裕，并不全靠工作来谋生。一天，她竟去买了一瓶石炭酸，一饮而尽，这样结束了她的生命。

这样纤弱的女子，真好象易受感触的含羞草，手指一触到

它的叶儿，便立刻会收缩起来。

在普通家庭里，常常可以见到由于神经过敏而发生的不幸的事。

有许多人，由于神经过敏，找不到职业，或者有了职业，也不能保持长久。许多商人，由于神经过敏，营业衰落，甚至完全失败。

好多受着高等教育的牧师，由于神经过敏，不能安于牧师的职位。在他们曲解的观察上，好象听他讲道的群众中，有人常在那儿谈论有伤于他们的事情。

教师中受着神经过敏痛苦的也不少。家长的责难，督学委员的批评，或是社会上的流言，都能使他们感到如同针刺一般的难受。

有一些作家，往往也神经过敏。有一个评论家，不但神经过敏，并且好怒，因此他无论在出版社或报馆里做事，总不长久。他一见反对他的评论，便同割了他的肺腑一般，对于有关他工作的提示，认为是对他莫大的凌辱。因为神经过敏，他深受无谓的痛苦。

神经过敏，实在是自我感觉的过于扩张。它远离自尊心，它遮蔽了自己的人格，一个神经过敏的人，觉得他无论做什么、说什么、往什么地方去，都有人在评论他的行动，分析他的性格，其实呢，没有一个人在注意他。

大多数人，都具有善意，乐于助人，不肯评头品足地议论日常接触的人们。在这忙碌的世界上，凡有意进取的人，必先免除病态的神经过敏，否则，必处处感到不快乐而日趋失败。

千千万万的青年，达不到他们渴望着的目的，虽想去做，

却有退无进，这是因为他们与世无争。由于神经过敏，使他们成为懦夫。

这病态的神经过敏，需要彻底地诊治。受这痛苦的人，如要克服它，必定要下绝对的决心，来管束他过分灵敏的神经。

“我该怎样来消除这种神经过敏呢？”一个被害者这样问。要除掉这种痛苦，应该少想到自己，多想到他人。要去过大众化的生活，对于自己以外的事情，要发生兴趣。人家偶有谈论自己的地方，不要放在脑中一想再想，也不要去做分析极简单的批评，不要低估他人的人格。一个重视他人，并给予他人同情的人，就不会受神经过敏的痛苦。

39. 镇 静

人无论在什么境地之下，务须镇静，保持正常的判断力。

一个易于慌乱，遇见了意外事变便手足无措的人，实在是个懦弱者的。倘使遇到了重大困难，这种人便不足恃。惟那遇到意外不紊乱，不慌忙的人，才能担当大事。

好多雇工，常见一个成绩并不十分优异的同事，擢升到重要的职位，便感到惊异。要知道，雇主对于重要职位的人选标准是：性情敦厚、头脑镇静和判断力的健全。企业的稳定，全赖于职员办事镇定和有良好的判断力。

一个伟大的人，不因境地的改变而动摇。经济的损失，事业的失败，都不能使他失去常态。即使繁荣，也不能使他骄傲轻狂。因为他的基础，是建立在真理上面。

做一件事情，事前应该有准备，不然的话，一有困难临

头，便要慌乱起来。人家慌乱，你能镇定，这实在给予你极大的力量。在全社会里，只有处事镇定，无论遇什么风浪而不慌乱的人，才能应付大事。那不稳定的、动摇的、无把握的、危机一到便要颠覆的、遇到了困难便失去主意的人，只是一个庸碌者。

海洋中的冰山，不为狂暴风浪所倾覆，乃是一个极明显的例子。不论风浪多么狂暴，波涛多么汹涌，那矗立在海洋中的冰山，仍屹然不动，好象没有被波浪撞击一样，原来它 $\frac{7}{8}$ 的庞大体积，在水平面之下，很平稳地挺立在深海中，不是水面上波涛的撞击力所可及的。它既有那巨大的体积深藏在水底，即使有狂暴的风浪去撞击水面上的冰山，却丝毫不会动摇，也就不奇怪了。

思想上的平衡，是思想和谐的结果。偏激的思想，即使有其他特殊的才能，总不如平衡的思想来得好。不平衡的思想，无异一棵树的养料，独被一枝吸收去，那枝固然发育得很大，可其余的部分，却萎缩了。

惠勃斯脱所以能在上议院做个巨头，就因为他思想镇静。他那镇静的思想，给他一生极大的帮助。

有许多极富才干的人，做出来的事，却反怪诞而愚蠢，这是由于判断力的低劣。因此他们的品格，好似弯曲的江河，不能远流到海洋中去。

意志不坚定而有怪僻的人，不但做着愚拙的事情，而且终其一生，决没有进展。

要想做大事，做事时一定要镇定。好多人做一件事情，尤其是琐屑的小事，本来应该做得好些，可是他们却随意去做。无异于减少他们镇定的可能性。更有许多人有了困难，

往往不加周密判断，却出于方便，草率地加以判断便去做，结果，困难得不到圆满的解决。

常迫使自己去 做那些该做 的事情，并且做到最好的地步，便会加强自己的判断力，增强镇静本领。

40. 学点商业知识

有好多诚实的青年，为将来考虑，积蓄一些金钱，情愿刻苦工作，牺牲一切舒适和 荣华。可惜因为不谙商业知识，一到中年或老年时，手中竟一文不剩，白费一生的辛苦。

一些大学生，学到许多理论，却没有能力来防备专事欺骗他们金钱的窃贼。这是因为他们在学校里，没有学到实用的商业知识。学校当局，忽视了这种实际能力的培养；做父母的，把子女送到学校里求学，一切便置之不问，不顾他们是否已熟谙普通商业原理，这实在是父母们的过错。

有些人，乘民众缺乏商业常识的机会，开办银行来欺骗一些不善理财的民众，他们竟因此发起财来。他们利用巧妙的广告，动人的传单，和那欺骗性的宣传，使那些贫苦的人们，毫无疑惑地把金钱拿出来，放到他们的钱柜里去。

一个具有商业常识、由贫穷中奋斗出来、而深知金钱来之不易的人，决不会把他用血汗换来的金钱，花在不稳妥的投资上，去白送给数千里以外不相识的人。

许多人因把他们产业的全权，去委托律师或商业上的经纪人代替，以致遭受了许多痛苦。有许多没有经验的人，尤其是妇女，不明白全权委托的意义。不知委托了他人，无异给他使用自己产业的特权，这样，受委托人可以为所欲为。

其实，全权委托是需十分谨慎小心的一件事，尤其要注意到受委托的人，是否可靠，绝对不可去委托那些不诚实的人，以免受骗。

学生在学校里，切不可忽视商业常识的训练。如果训练好了，可以免除种种失败，可以避免倾家荡产，更可免去人家对于自己缺少远见与思想的批评。明白言之，不致一再受人的欺骗。

如果每个人受了完美的商业训练，那末这伙利用人们无知而发财的人，便没有立足的余地。

积蓄金钱和善于投资，颇非易事。那最具经验，曾受商业知识训练的人，尚觉难以安排赚得的钱，何况那从未受过训练的呢？

41. 不朽的今日

世界从有史以来，没有再比今日伟大复杂了。已往的时期，好似滚雪球一般，一代一代的愈滚愈大。今日乃是以往世纪的总汇，是历代精华的仓库，也是历代发明家、创造家、思想家，技术家努力贡献的总成绩。

今日是世界历史上最伟大的一天，是因为它是由过去一切时代所造成的，其中包含着过去的成功，过去的进步。今日的青年，较之50年 100年前同日的青年，其享受之幸福相差很远。

由于蒸汽电力的发明，人们可从苦役中解放出来。过去的辛劳，给予了人们舒适和自由。今日民众所享有的荣华，100年前的君主，也没有享受过呢！

有人错误地认为，除掉目前的时期，乃是一个最好的时期。其实，重视目前的生活才是最重的，昨日和明日，是微不足道的。处于今日的世界，应和今日的社会保持着密切的接触，决不可能把过多的精力，消耗在怀念过去的生活上，或是梦想将来的生活上。

那些过着现实生活，善于利用目前的人，不抱怨过去，不梦想将来，比那些专事抱怨和梦想的人，必有更大的成功，从他们的生命中，会获得无限的利益。

重视今日的生活，不要对将来的生活抱大的幻想，才不会损害自己的生命。不要为了下月下年的打算，便轻视目前一月一年的生活。不要践踏今日脚下的紫罗兰和金钱花，不要把在这个世界上可以享受的一切幸福虚渡过去。

每个人都应去享受目前所有的舒适，不梦想到明年去坐汽车，去驶游艇；去享有目前的服装，不期望明年的华服。

每个人都应使自己目前的屋舍成为最快乐最甜蜜的住所，不梦想理想中的寓所。这并非叫人们不要为了明日的事情计划，并非叫人们不要期望将来更好的事情，乃是叫人们不要过分把注意力集中在将来的事情上，沉醉在明日的期望中，从而错过今日的快乐，今日的机会，今日享受。

人不应该常停留在期望的生活中，因为常停留在理想中，未免使生活枯萎而乏味，对职业不感兴趣，并且破坏享受目前生活的能力。真正的快乐，天天在使人们满足。

42. 要有新的创造

世界敬仰着一些出人头地的人。所以人人都应自己闯出

路，发扬自己的才干，否则将永远不会闻名于全球，惟有惊人的创造，才会吸引他人的注意。

不论是什么职业，切不要去摹仿他人，追随他人。不要做人家已做的事情，要做那些新奇独创的事情。要使人承认自己所做的事业，是空前的创造。

不论成就的事业是大是小，总要出自自己的创作。创造就是生，摹仿乃是死。

闻名的人，决不是由于抄袭，乃是由于创造；不是由于追随，乃是由于领导。有理想的人，时刻求改进。创造的人，随处有他的地位。

世界上充满着追随者和摹仿者，喜欢依照他人的足迹走。但是社会上所需要的，是那些有创造力而能自闯出路的人。律师用出众的见解，来办理讼事；教师用新的方法，来教授学生；牧师能阐发上帝的默示的福音，来启迪教徒。

努力创造，做一个时代的新人。摹仿自己的祖父、父亲、邻友，是极愚拙的事，自然给予每一个人，每一样东西，有一种特质。每一个人的出生，都应做一项创造的工作。如果去抄袭他人，做他人已做过的工作，便是自甘抛弃天赋的特质。

没有一个人去摹仿他人，而能成功伟大事业。成功不能抄袭，不能摹仿，获得成功的，乃是创造。一个人愈去摹仿他人，愈会失败。能力是潜在人的身体里面的，只有把它充分地发挥，才能成就伟大的事业，

各行各业，凡有创造思想的人，都会开出一条新路，制定新的计划，运用新的方法，做出惊人的成绩来。

创造有着极大的传播性，做起事来与别人同样做法的

人，虽然他具有卓越的才干，总引不起大众的关注，假若他自己开创出路，运用新奇和进步的方法，别出新裁，独树一帜，便能引起人们极大的注意，有人奖励他，有人称誉他，无形中替他做了流动广告。

然而，做得新奇，不一定能够成功。惟有有效的创造，才能成功。世界上有千万人，在追寻新思想，新方法，可是并没有因此闻名，原因是由于他们做得无效能，不实用。

世界上需要那些能用新奇良好方法做事的人们。只要一个人把新奇而有价值的东西，贡献给世界，自然有人来领受。个性坚强的人，有勇气来实现他的理想，成就他的创造，很迅速地获得他人的认识。世界上没有比有效的创造更引人注意了。

一个青年，不论他做什么，都要有创造的精神，并且在开始做事的时候，就要下决心，使所做出来的事情，刻上独一的记号，印上品性高尚的商标。如果能这样做，便不需要大量的资本来开创事业，更不需要靠广告宣传。

43. 吃尽苦中苦

有一次，两个强盗偶然经过一座吊死犯人的架子，其中一个便喊叫起来：“如果没有这该死的吊死犯人的架子，我们的职业是多么好呀！”另一个强盗接着说，“呸！你这笨汉。好在有这架子，假若没有的话，人人都要做强盗了。”所以世界上有许多事情，都因为困难而吓退了一些庸碌的竞争者。

斯潘琴说：“许多人享受荣华，都是经过了大困难以后

所得的。”最好的才干，是从烈火中锻冶、坚石上磨练出来的。

世界上许多人，因为没有和困难角逐，激发不出潜伏的力量来，因此他们的才干，竟致丧失无遗。努力奋进，能帮助人们达到成功的境地。尽力奋斗的人，便会获得自己心中期望的东西。

人都有一种逆反心理。在人们身体里，发展着克服反对的力量。没有反抗，人们就无从巩固自己的意志。橡树经过千百次暴风雨的摧残，非但不会折断；反而愈见挺拔。人们所受的痛苦、忧虑、悲伤，也在启发他们的才能，象暴风雨吹打橡树一般。

在克里米的一次战争中，有一个炮弹，打到一个堡垒里面，毁灭了一所美丽的花园。可在那个炮弹落下的深穴里，不住地流出泉水来，以后竟成了一个活泉源。同样，人们心坎上所遭受不幸和痛苦的伤痕，也时刻会流出奋斗前进的泉水来。

许多人要等到丧失了一切以后，才会醒悟过来。困难、痛苦，好似凿子和槌子，能把生命雕琢得更美丽。

一个著名的科学调查家曾说，当他遇见不能克服的困难时，总使他有新奇的发现。

失败往往会激发人的潜力，唤醒沉睡着的精神，引人走上成功之路。有勇气的人，会把逆境变为顺境，如同搅扰壕蜃的沙泥，会变成珍珠一样。

一旦雏鹰能飞，老鹰便推之出巢，让它学习飞翔。因为它有了这种本领，将来才配做鸟中之王，凶猛敏捷，追逐食物。

常遇阻碍挫折的孩子们，往往有可能发展：从没有遇到挫折的人，反而很难有出息。

困难是一种刺激，能坚定人们的思想，发展人们的精力。钻石愈坚硬，它的光泽也愈灿烂，只因被尘埃污染了，便显露不出它充分的美丽来。

火石里的火光，如果不去摩擦它，也许会永远隐伏在里面。人体里的力量，倘使没有外界的刺激，也将永远不会发挥出来。

在马德里的监狱里，西文脱写成了一篇《愤克少之英雄》的名著。他非常贫穷，甚至连稿纸也无力购买，只好写在小块的皮革上。有人请求一位富翁来资助他，可是他回答道：

“苍天禁止人来救济我，惟因我的贫穷，使世界富裕。”

牢狱激发了许多睡着的烈火。《鲁滨逊漂流记》一书，是写在牢狱中的。一部《圣游记》是诞生在贝特福的监狱中。华特兰雷所作的《世界史》，也是在他被囚的13年中写成的。

路德马丁被监禁在华脱堡堡垒的时候，翻译了一部圣经。邓脱在放逐的20年中，甚至在处死刑之下，仍是孜孜不倦地在那里工作。约瑟尝尽了地坑和暗牢的苦味，终于做了埃及的宰相。

从以色列有史以来，那些希伯来人，便一再受尽异族的压制，可是世界上最可贵的诗歌，最聪明的箴言，最悦耳的音乐，都由希伯来人所贡献。对于他们的逼迫，似乎给予他们以繁荣。别的地方遇饥荒，他们却丰收。困苦是快乐的种子，因为隆冬的严寒，杀尽了地下的害虫，植物才能滋生繁茂哩！

音乐家贝多芬，在他耳聋以后，创作了他的名曲。西拉

为病魔缠身十五年，却写成了他最好的著作。密尔顿写他主要作品时，正是他盲目而贫困的时候。朋恩为求更大的成就，宁愿有更大的困难，来临到他的身上。

还有什么更比一个勇毅者，遇到困难不屈服、不战栗、不动摇，而抱有百折不挠精神来得更可贵呢？这一类人，决不会受命运的支配。

44. 和善的收获

从前有个国王，对他的儿子非常溺爱。孩子喜欢什么，就给他什么，从没有拒绝过他的要求，可是孩子总是不快活，常常皱着眉头，闷闷不乐。

一天，有一个著名的魔术师，来到王宫对国王说，他能使太子快乐，使皱眉变成为笑脸，国王笑着说：“倘使你能这样，那末你要求什么，我就给你什么。”

于是魔术师把孩子带到一个私室里，用白的东西在一张纸上写上几个字。他把那张纸交给孩子，叫他到一所暗室里去，燃起一枝蜡烛，放在纸的下面，看发现些什么。于是那魔术师便离开他去了。

太子便照着魔术师所指点的去做，把纸一放在火焰上，那纸上的白字，忽然变为美丽的蓝色，现出了九个字，就是：“每天为人做一件善事。”太子依照那魔术家的劝告去做，不久便成为很快乐的孩子了。

人活着应该有助于人，真诚待人，只有这样，才能得到人家的帮助和尊敬，才能感到真正的快乐。

一次，一个哲学家问他的学生：“世界上最可爱的东西

是什么？”学生听了，便争先恐后地站起来回答，各抒己见。最后一个学生回答道：“世界上最可爱的东西，是和善。”那哲学家说：“的确，他们所有的回答，都为你这两个字所包含，因为和善的人，才会满足。”

和善，诚恳、坦白、慷慨，都是宝贵的财富，比那千万家产，有价值得多。而且有这种财富的人，不用花一分钱的代价，也能做出伟大的事业。

凡用全副精神来替人服务的人，将来定有惊人的发展。人生的美德没有再比和气、善良，来得更宝贵了。

给别人以帮助和鼓励，自己非但不会有损失，反而会有所收获；给人家的帮助和鼓励越多，从人家那儿得到的酬报也越多。

人活着应做一个慷慨者。所得必有所失。那种吝啬成性，对他人不表同情不予赞助的人，无异使自己陷于孤立无助的境地。

说几句鼓励的话，可以造成许多的成功者，大大地有利于世界。

人性的弱点就是误会他人，妄断他人，过分重视他人的错误、他人的短处。要知道，在恶人之中，也许会出一个善人；在守财奴中，也许会出一个慈善家；在懦弱者中，也许会跃出一个英雄豪杰。

有许多人，因为自私而看不见他人的长处。因此，在找他人长处的时候，须以好的观念来估量；倘使以不良的观念来估量，是找不到他人的长处的。

世人会给那些爱人、助人者建立纪念碑。如果这纪念碑不是用大理石或古铜来建立的，那末就建立在那些被爱助而

感动者的心坎中。这样说来，和善能给予人们莫大的收获。

45. 挫折的刺激

拿破仑说他的大将马西那，在战场上如果不见到遍地的伤兵和尸体，就显不出他的勇气来，等他见到了以后，他那如猛狮般的勇气，才会激发出来，于是打仗好象恶魔一般地勇敢。

人有几种本性，不遇到挫折或失败，是永远不会暴露的。这种力量，深藏在人的身体里面，非一般的刺激所能激发。但是每当人们受了讥讽、凌辱、欺侮以后，便会产生出一种新的力量来，做从前所不能做的事。

艰难、失望、贫穷，在历史上启发了许多伟人。拿破仑如果没有遇到什么窘迫、绝望，那末他决不会如此多谋，如此镇定，如此刚勇。巨大的危机和事变，是爆发出许多伟人的火药。

一个成功的商业家说，他在企业上所获得的每一个胜利，皆是苦斗的结果，所以他现在反怕那不费力的成功呢！他觉得不下苦功所获得的成功，是没有价值的。为胜利而奋斗，克服一切阻碍和挫折，定能有愉快的结果。他喜欢做艰难的事情，艰难的事情可以试验他的力量，试验他的才干，他不喜欢做容易的事情，因为不费力的事情，不能给予他振奋精神发挥才干的机会。

我认识一个学生，家境非常贫寒，因此在他四年的大学过程中，常被那伙家境富裕的同学开玩笑，不是笑他衣衫褴褛，便是讥他穷相毕露，他受同学们这样的讥笑，却不为讥讽

所屈服，立志要做一个世上的伟人。

这个青年，后来果然有着惊人的成功：他说在学生时代所受的讥笑，倒成了启发他雄心的最好刺激。

绝望时的奋斗，能启发人们潜伏着的力量。没有这奋斗，便永不会发现真正的力量。如果林肯是生长在一个公馆里，进过大学，也许他永不会做一个总统，永不会成为历史上的名人。因为处在享乐的生活中，便不需要努力，不需奋斗。只因他和逆境苦斗着，所以能造成他这般伟大。

有些人把自己所取得的成绩归功于障碍，那障碍做了他们永存的刺激。他们如果没有刺激，只会利用他们25%的才能，一遇如针刺般的刺激，便会激发他们再用那75%的才能。

无论何时，只要有极大的动机来焕发贮藏着的力量，那潜力便会如潮水般涌出来。

历史上有许多人，虽有身体上的不足，或是病弱，或是残废，却因努力奋斗，启发了他们的资质，获得奇异的成功。一些极平凡的女子，由于她们的努力，竟能做出意想不到的事业来。

据说有一个著名的英国人，生来就没有手和脚。有一个人，因为好奇心的驱使，特地去拜访他，看他怎样行动，怎样吃东西，谁知他那聪明的思想，动人的谈吐，叫那个客人听了十分惊异，完全忘掉他是个残废者。

不能克服身体上阻碍的人，便不能启发他们真正的力量。有许多人连做梦也没有想到，在他们身体里面，具有巨大的能量，甚至到死也没有发现。

46. 如何对待失败

许多人因遇到失败，才发现自己真正的才干。他们若不遇到极大的挫折，就不知道怎样焕发自己内部贮藏的力量。

要试验一个人的品性，只要看他失败后的行动。失败后能否激发他的新计谋、新智慧？能否发现他贮藏的力量？能否增加他的决断力？

伊马孙说：“没有别的思想，再比坚毅的思想、非达到目的不止的思想，来得可贵了。”

“失败了再起来，以便在失败中争取胜利。”那是历代伟人成功的秘诀。

有人问一个孩子是怎样学习溜冰的。那孩子回答道：“哦，由跌了爬起来，爬起来再跌而学成的。”一切胜利，都须具有这样的精神。

也许过去的一切，给某些人带来了极痛苦的失望，只要略加回想，必定认为自己是个失败者，是个庸碌者。他们或许已在希望成功的事情上失败了，或许失去了自己亲爱的朋友和亲属，也许失去了职业，或营业失败。可是，如果能克服种种不幸，胜利就在遥远的路途上等候着他们。

失败是对人的人格の试验，在失去了外界的物质以后，内在的成分有多少？不想奋斗，自认挫败的人，那末他所有的能力，便会全部消失。毫无畏惧，勇往直前，不放弃责任的人，便会得到伟大的发展。

有人或许要说，失败太多，再试也不会成功，那真太自

暴自弃了！精神奋发的人，没有失败。不论成功的是多么遥远，失败的次数是多么多，成功还是可能的。狄更斯的神话中讲到一个守财奴司克罗，起初是多么爱钱，多么吝啬，甚至把全副的精神，都钻在钱眼里，可是到了晚年，竟变为一个慷慨的慈善家。在这童话里，含有很深的意义。现实生活中也有许多人，失败了再起来，沮丧而不挫折，抱着不屈不挠大无畏的精神，向前奋进，终究获得了成功。

世界上有很多人，虽然丧失了他们的一切，可是丝毫不丧志，不泄气，仍和往昔抱着同样的态度，这是因为他们具有刚毅的精神。

无论遇有什么失望和失败，绝不失去镇静，这种人总能获得最后的胜利。痛苦，会使懦夫俯首屈服，可是那头脑镇静、自信坚决的人，便能克服一切痛苦。

温特非力说：“失败，是步入更高的开始。”许多人所以获得最后的胜利，只是由于他们努力战胜一再的失败。没有遇见过失败的人，就不会知道什么是大胜利。失败会给予勇敢者以果断。

47. 疏忽的祸害

谁能估计因疏忽而遭受的损失呢？往往由于些微的疏忽，车辆会倾覆，房屋会焚毁，丧失许多宝贵的生命。铁轨上的小小的裂痕，或是车轮上机器有一些毛病，会遭覆车之祸，伤害许多生命。因为不小心抛弃一根燃着的火柴，或是一个香烟头，星星之火，竟使燎原，一城一镇的房屋，因此而焚毁。人们往往注意着大事，疏忽小事，谁知闯大祸

的，就是那许多琐碎的事情。

疏忽而铸成的大祸，是非常可怕的！由于疏忽包裹上误写着的地址而使许多商行所受的损失，不可胜数。由于铁路员工的疏忽，扳道工和机械师的不谨慎，不知已丧失了多少乘客的生命。

在人类历史上，充满着由于疏忽所造成的可怖惨剧。

世界各地都可以见到因工作疏忽所造成的惨祸。许多断腿折臂的残废者，是因工作的疏忽和轻率所致。

违犯法纪，是一种罪恶。害人的疏忽，即因疏忽而丧失人生命的，无异是个杀人犯。

芝加哥一个商行的经理说，在他商行里的各部门，随处都驻有纠察员，来免除错误的弊端。另一个经商者说，就芝加哥一城而言，一天因疏忽而遭受的损失，约达100万元。这数目看来似乎惊人，事实上，在每分钟内，随处都有人因疏忽而出错，对于偌大数目的损失，是无足惊奇的。

精细，是诚实的孪生弟兄。一个做事精确的工人，其影响，甚于他的聪明，他的特长。

有些人做事总是免不了错误。分析他们错误的原因，或是由于观察得不仔细，或是由于思想的不精密，或是因为缺少理智，或是因为行动粗劣。

“呀，那是够好了。在那一件工作上，不容多费时间了。查理！不要多做了，多做也不计算工钱的。”这是一个傢具店的店主，向一个新进店的专门送信送货的学徒所说的话。每当那学徒有几分钟空闲的时候，他便去借几件工具，来叫学徒修理傢具。不久他的技艺长进，店主便不再叫他送货，派他专事修理傢具。那店主常这样说：“一只钉已足够的地

方，不要再用两只钉。一个钟头可做的事情，不要费上两个钟头。我们对于那种精美，是得不到钱的。”

但是那个学徒，决不以“够好，”或“很可以”为满足。他对于所做的每一件事情，都有恒心，不到做成不停止，他总是尽他最大的能力，到做好为止。

由于他的做事精细，几年之后竟擢升到一个重要的职位，现在已有数百工人，在他掌管之下。

绝对的正确和精细，是一个青年从事职业的重要资本。拥有了这种资本，店主自然会器重，也会得到一般顾客的信任。

如果每一个人都把心思放在工作上，做得很小心，那末，非但可以减少生命的丧失，身体的损伤，物质的破坏，金钱的损失，还可有一个更高尚的人格。

48. 次序和条理

在许多不会计划的商行里，享受着高薪的雇工，在做极简易的工作，如拆信、把信札分类，寄发传单等事情，其实这些工作，待遇微薄的职工，也一样能够做得很好。象这种不善打算的商行，是永远不会发展的。往往有一类职工，因为做事无次序，无条理，以至做起事来，不是不经济，便是做错。

只有少数经商者，会去注意到职工们对于时间精力的经济问题。大多数雇主，往往不加注意。其实，不去注意职工们的工作，是营业上最大的失策。

做事没有次序的商人，一定会受到极大的损失。对于手下的工作，不知好好的安排，办起货来，不是过多，便是

不足，所有的存货，都已过时，不合需要。从不把货物整理一下，刷新一下，什么东西都纷乱不堪。

一个商界的经纪人说，数千商行失败的原因，是由于“做事没有次序。”

那种因做事没有次序而遭失败者，常在求人帮助。他们以为只要有许多人来帮助，便可成事。其实那种人所需要的，不在于人家的帮助，而在于做事有规律。他们因为无秩序，无计划，以至耗费了大量的精力和物力，无所成就。

没有次序的人，无论做哪一种事业，决没有功效可言。有计划、有次序的人，即使才能平庸，他的事业，也可有相当的成就。

有一个性急的人，不论别人什么时候遇见他，他总是很匆忙。如果要同他谈话，他只能给数秒钟的时间，倘使谈得时间长一点，他便要拿出表来，看了再看，暗示他的时间是很宝贵的。他的事业，做得虽还可以，但是已花了极大的耗费。他对于工作，毫无次序，七颠八倒。做起事来，常为那杂乱的东西所阻碍。在他办公室的书桌上，看来好象是一只货船。他常很忙碌，从来没有时间来整理他的东西，即使有时间，他也不知道怎样去安放。

他无论自己工作，或是督促职工，都没有次序。他只是催促职工做得快些。因此职工们的工作，也都紊乱不堪，毫无次序，做起事来，也很随意，有人在旁催促，便认真地做，没有人在旁催促，便随便敷衍。

有一个和他竞争的人，恰是和他相反。做事非常镇静，从不慌乱。别人不论有什么难事和他商谈，他总是彬彬有礼地款待。在他的商行里，人人都寂静无声地埋头苦干，各样

东西，安放得也有条不紊。

他每夜整理他的书桌。没有一封重要的信，置之不复，并且把信件整理得井井有条。他办的事虽是繁多，却样样处理得清清楚楚。他那有秩序的精神，影响到他的全公司，每一个职员，做起事来，都极有秩序，绝无杂乱的现象。

因为工作有次序，处置有条理，所以他在办公室中，不会浪费时间，不会扰乱神志，办事的效率极高。

做事有方法有秩序者，他的时间也一定很充足。他的事业，都能依照预定的计划表进行。

今日的时代，是思想者计划者的时代。惟有那些办事有次序有条理的人，才会成功。那种头脑昏乱，做事没有次序和条理的人，绝少成功的机会。

49. 养成准时的习惯

一个有学问的人曾说，伟人有两个要素，那就是能力和准时，前者又往往是后者所结的果实。凡珍视时间者，一定能发出极大的力量来。

真正的成功者，极少是不准时的。一个乘火车常脱班，会友常失约，还债常延期的人，他的信用，必一落千丈。也许他很诚实，不过误时总要失去他人的信任。

事事准时者，无形中增加了他的时间。拿破仑曾经说：“他之所以能战胜奥地利人，是由于他们不知道五分钟的价值。失去的每一份乃是给予一个不幸的机会。”

没有别的，再比准时来得重要，也没有别的，再比准时会节省他自己和他人的时间。一次，拿破仑请他部下的将士

们吃饭，可是到了时间，不见他们来到，他便一个人吃起来。在他吃罢的时候，将士们来了。他说：“各位！中饭已完毕了，我们立刻就要去办事。”

许多人因为拖延不准时，失去了很好的机会。最近去世的文特毕，很重视准时。他认为不准时，乃是无可原谅的罪恶。一次，他约定一个恳求他谋事的青年，在某天早晨的十点钟，到他办公室里来，陪他去会见一位火车站站长，接洽铁路上的一个职位。但这个青年，在那天去见文特毕时，照约定的时间，迟了二十分钟。哪知文先生已离开办公室，去出席一个会议了，过了几天，这个青年便再去见文先生，文先生问他那天为什么失约，他回答道：“呀，文先生，那天我在十点二十分来的呢！”“但是约定的时间是十点钟啊！”文先生提醒他。他还以辩论的语气来回答：“呀！我知道的。但是我还以为迟了一二十分钟，是无关紧要的。”文先生很严肃地说：“谁说不紧要？你要知道，准时赴约，是件极关重要的事情。在这件事上，你已经失去了你所想往的位置，因为已在当天接洽好另一个人了。我要告诉你，你不能认为我的时间不值钱，以为等一二十分钟是不要紧的。老实告诉你，在那一二十分钟的时间中，我还接洽好两件重要的约会呢！”

死去不久的摩根告诉一个朋友，他把每一个钟头，看作1000块钱的价值。许多青年，虽承认摩根的话，却仍虚度他们宝贵的时光，他们认为他们的时间，没有摩根的时间来得值钱。

劳伦斯说：“做事的秘诀，第一要养成准时的习惯，可是一般人的习惯，往往一再拖延。”

准时的习惯，也象其他的习惯一样，要早日加以训练。

纳尔逊曾经说：“我一生的成功，要归功于办事前早到一刻钟的习惯。”

50. 简捷的力量

在一个大公司的门口，写着这几个字“要简捷！一切的一切、都要简捷。”

这张布告，显示着两层意义：第一，显示着办事要敏捷；第二，显示着简略的必要，那喜欢赘言长谈的，已不适于今日。

一个闲着偃卧在沙发上，脑子中想着什么便谈什么的商人，无疑的，一定不能使他经营着的企业成功。现代的经商需要做就做，不要做便不做，不可犹豫，不可拖延。

谈话抓不住重点，专事旁敲侧击，说来说去，使人得不到他谈话要领的人，往往会使人厌倦。

那种不直接爽快而迎欢绕圈子的人，虽下苦工，却往往做不成什么大事。惟有做事爽直简捷的人，才能做成事业。

这种才干，只要及早培养，并不是一件难事。常常练习，集中思想，处事有条不紊，谈吐简洁明了，便会养成简捷的习惯。

在书信方面，更能显示一个人有否简捷的性格。许多青年，往往由于应征信函写得不合格，不是写得冗长，便是写得不整洁，因此得不到好的职位。有一个店主，在阅读许多

自荐信的时候，只把一封简洁的信，放在一边，他知道写那封信的青年，是一个能干的青年，虽然他从来没有和那青年会过面。其他写得冗长的，写得自夸的，都不能引起他的注意。

商业上的信函，写得要清楚简明，要象打电报一样，把每一个字，当作值二角五分钱看。字数务求其少，涵意务求其广。在一封信稿写好以后，看来已认为简明，但还要从头至尾读一遍，把多余的字句，尽行删去。学会了简略，就不致再有冗长散漫的字句写出来。这样练习，也会改进一个人的思想。写信要简略，和人家谈话，也要简略。基欧说：“我看见一种美德，是我能力所能获得的，那就是简略，我决计要得到它。”

51. 如何应用自己的精力

如果拿一吨煤用作发电机的燃料，它所产生的电力，不过是原有能量的1%的能量会发出光来，其他99%，都耗费在机械和电力损耗上。这巨量的耗费，实足惊人，这正是近代科学家急欲设法补救的一大问题。

青年人开始进入社会的时候，以为自己是取之不尽用之，不竭的能源。他们相信能利用这精力，做出惊人的事业来，要把一切的精力，完全变做成功的因素，

他们为自己年轻感到自豪，以为他们的能力，没有用尽的一天，因此，便随时随地滥用。有时花在烟酒上，有时花在赌博上。有时花在滥吃滥用上，有时花在放荡的生活上，直到后来有所感触，便问自己道：“我所要发的光亮，在哪

里呢？难道我的能力，不能发出什么光亮来吗？”

他们将惊骇地感觉到，他们充分的精力，连照耀自己的光亮还发不出来，想照耀他人，那更不用说了。原来他们那成功的力量，已在半路上泄漏干净了。

一个青年，在一夜中，浪费千百元，固然是可惜，如果把他的精力消耗干净，岂不更可惜吗？金钱的损失和精力的耗费，两相比较，其轻重怎样呢？哪一样更有价值呢？

人人都知道，金钱损失了，还有方法去收回来，精力一旦消耗，非但无法收回，并且还有附带的千百倍的损失，因为它能败坏人格，无形中破坏生命的基础。

有人因琐碎的事情而泄漏精力，有人由于发怒、抱怨、吹毛求疵，消耗了精力，有人甚至因暴怒而泄漏的精力，多于在正式工作上所耗费的精力。有人把那贮藏精力的管子，开放着不加关闭，致使所贮藏着的精力，尽行泄漏完了，这是多么的可惜！

雇主对雇工进行谩骂，吹毛求疵，不仅丧失了他们的精力，他们的自尊，而且失去了雇工们对他的尊重和敬仰。

有许多人，把精力消耗在无秩序的工作上。还有许多人，把精力消耗在无意义的忧虑和慌张上，好象一部救火机，把一切压力都费在机器上，而没有力量把水喷射到火焰上去。

应尽快减少一切泄漏精力的机会。如果发现自己已经走错了路，那末就回到原处，重新再走。要尽一切力量，把一切耗费精力的恶魔，摒除干净。

凡足以损伤精力的事情，千万别做。要常这样问自己：“我做的这件事情，与我的工作有什么帮助？能否增加我的

力量，而使我的服务更有效呢？”

要在世界上建立功绩，必定要歼灭那精力的消耗者，成功的屠杀者。

52. 积蓄的价值

没有积蓄的人，一遇失败，便没有振作再起的可能。

有很多青年男女，因为不把力量积蓄起来，在他们的事业遭失败后，便没有充分的精力和体力来应付那非常时期。

一些人所以无所成就，是由于他们没有受过相当的教育。播种得少，收成哪里会丰盛。一个人能否成功，全看他积蓄的力量是否充足。人生最有价值的，就是贮藏着充足的精力，可供一生的应用。精力贮藏得愈多，愈能应付外来的事变。

卫勃斯脱给予海尼的答复，是最有名的演说词，是以积累着的东西来应付事变的最好例证。海尼在会议中，曾发表了一篇颇为精彩的演说，照他想来，这演说是无可辩驳的，卫勃斯脱对于这篇演说，想在次日的早晨作一个辩驳的答复。可是他无暇去查考记录，翻阅历史。他一个人站着，既没有书籍，也没有别的帮助。他于是想到平日储存着的材料，在他书桌的小架子上，发现了一卷会议用的稿子，就把它作为答复海尼的参考材料。第二天早晨举行会议时，他用很充分的理由，答复了海尼的演说。假使他平日没有积累材料，那么在匆促的时间里，怎能产生这有名的答辩呢？

人生对于身体上、精神上、道德上的积累，都有无可计

算的价值。要在世界上创大事立大业的青年们，必须有应付一切事变的准备，并且要准备得非常充足。

普鲁士的名将莫尔克，在普法战争中，由于眼光的远大，多年的准备，击败了拿破仑第三。这段历史，可给予每个青年一个很大的启示。

在战事发生前的13年，莫尔克已经一一计划好了。他亲手写着一切训令，给予每个军官，一旦战争爆发，立刻依照训令去做。

每一个司令，有一个密封着的信封，里面放着秘密的训令，如怎样调遣军队，怎样进攻退守等战略。这许多密封着的信，一得上司出兵的军令，便拆开来阅，立刻依照着去做。此处，对于军事上的一切，都充分准备好。

在战前的13年中，莫尔克常在修正一切合于现代化的战术，修正好了，再密封着交给每个将领，以备随时应付战事。据说，在1870年应用的最后战略，两年前就已确定，开始的战略，远在13年前就确定。因此在战争爆发以后，日耳曼军队的行动，在莫尔克领导之下，进退自如，秩序井然，好似钟表里的机器一般。

如果把莫尔克那样深谋远虑的准备，来和法国军部相比较，无异有天壤之别。莫尔克不等待机会，而法国的军部，事事只在静候机会。

法国的将领，常从前线打电报给总司令部，不是说缺乏供养，便是说缺少扎营材料，还常报告总司令部，说明军队不能集中，法军的纷乱，可见一斑。因此在战场上，法国的军队，经不起敌军的一击，结果，给了法国一个不能忍受的耻辱。

有许多人，由于没有准备而失败，发生了多少悲剧。他们以为只要一点儿知识，就可以来应用，不想再求深造，来建立一个宽阔的基础。他们没有把人生看得完全，只看到了一部分。

一个青年，如果希望有丰盛的收成，必须准备充足的肥料，必须在播种的时候，撒上美好的种子。

53. 社交的效益

世界上没有一个人，能够离群而独居，总是要过着团体的生活。每一个人，好似葡萄藤上的一根杈枝，其生命完全依赖在主藤上，什么时候它脱离主枝，什么时候就要萎缩枯干。一簇葡萄的味美色香，完全依赖于葡萄的主枝，分枝是无能为力的，如果要把分枝剪断下来，那末分枝上的葡萄，便都要枯萎了。

社交能增强人的能力。一个人的接触面愈广，那末他的知识、道德，将愈加长进，若是与人断绝来往，那么他的一切能力，也就会锐减下来。

人应不断吸收他人的长处，参与各种集体活动，获得精神上的各种食料。

和伟人接触，会增加自己的知识和才能。

著名的演说家讲得所以精彩，还是靠着许多听众，如果叫他去对着一两个人来演说，他绝对发挥不出能力来。

与同伴合作，能发现自己新的能力。如果不去和别人合作，这隐藏着的力量，是永远不会发挥出来的。

不论什么人，都能给自己一些影响，如果能选择吸收，

将会有所帮助。没有一个人只靠自己，会发挥出他所有的力量。所以他人的确是自己能力的启发者。

人的成功，很大程度上依靠他人鼎力相助和鼓励，在心灵上也需这种帮助，对于这一点，人们很少体会到。

人体的发育，赖于吸收多方面的营养。一切光和声，由视觉和听觉器官来接受。

同学间的切磋琢磨。能使学生的思想，因摩擦而锐利，激起他们的雄心，开发他们的能力，并且启发他们的新希望新理想。书本上的知识，固然有价值，可是由彼此间交流得来的知识，更是无价之宝。

一个人不论有多少学识，不论有什么成就，如果不和别人来往，对他人一点也不表同情，一点不肯关心，一点不加帮助，那末他将过着孤寂的生活，毫无人生的乐趣。

人应和超越自己的人接触，和一些经验多学问深的人接触，这样可得到许多帮助，使自己有完美的理想，高尚的情操。

彼此心心相印，这力量是无法估量的，它有着极巨大的建造力和破坏力。只和弱者接触，将会使自己不断下降精神水平和工作能力。

不去和超越于自我的人接触，实在是个错误，这无异失去了对自己极大的帮助。惟有注意社交，和他人多多接触的人，才能得到很大的效益。

54. 当心身体这部机器

一个人在世界上要想有所作为，必须“善待自己”，就

是应该当心他的那部机器——自己的身体。

有许多人，无意识地损害自己，欺骗自己。他们出外办事时，一点东西也不吃，就是吃，也不依照规定的时间，还要剥夺睡眠的时间，正当的娱乐。他们摧残着自己的身体，不上40岁，头发已变灰白，露出衰老的样子。他们不知道，要使雄心和志向得以实现，是需要体力的。对于自己的体力，切不可随意消耗。

工欲善其事，必先利其器。理发匠用迟钝的剃刀来理发，一定得不到顾客的光临；木匠用迟钝的斧子、锯子、刨子来工作，必定没有优美的器具做出来。

许多人具有优秀的才干，却只成就了平凡的事业，就因为他们对于自己的那部机器，不善保养。千千万万人遭到失望甚至连1%的希望，也不能达到，就因为他们不好好保养自己的身体。他们毁灭了成功的能力，践踏了自己的生活。

人如果能根据身体上的需要，给予适当的食物，充分的水量，新鲜的空气和日光，就不致有消化不良，胆汁过多，以及头痛脑热等种种病症。

维持身体健康需要适当的营养，过着有规律的生活，反常的生活，会损害人的体力。

很多人为了节省，便剥夺身体上应有的营养。他们往往站在饭店的柜台旁，很匆促的吞一块夹肉面包，饮一杯牛奶，便算了事，以为既省时间。又省金钱。有时，忽然又顾虑自己的健康，便到一个有名的食堂或饭店，用充分的时间，来吃一顿富有营养烹调很好的午膳。

这种情形，非但没有节省，反而是一种最坏的浪费。一个人最经济的办法，是要积蓄大量的体力和精力，作为成功的

资本。一个人剥夺那能产生力量的食物，无异把一只产金蛋的鹅杀死！

没有别的再比体力更宝贵，我们须以任何代价来保障它。这宝贵的体力，能够加强人们的努力，促进人们的进步，许多人因为苛待自己的身体，以致减弱了自己的机能，丧失了自己的能力。

众多的人，在开始做事的时候，储藏大量的体力，后来由于疏忽的缘故，把贮藏的力量，浪费无度，终至事业未成。

睡眠和营养的不足，户外运动的缺乏，工作过度的疲劳，凡此种种，都是使体力减弱的主要原因。

还有许多人，把体力浪费在愤怒、忧虑、怨恨以及琐碎的事情上。甚至在愤怒、忧虑、怨恨和琐碎事情上所浪费的体力，多于用在正式工作上的体力。

要想将来有所发展，必须保持自己充足的体力，凡浪费体力的事情，都要设法免除。不良的习惯会摧残人的身体，使人的体力下降。所以凡可减弱体力的事情，千万做不得，人应该常这样问自己：“我要做的事情，能否增加我的力量，增强我的健康，使我完成最好的工作？”

55. 恐惧是个恶魔

不论哪一种恐惧，都是人类最大的仇敌，它劫夺人类的快乐，使许多人变为懦夫，使许多人遭受失败。

恐惧具有使人瘫痪枯萎的力量。它使人贫血，减少肉体和精神上的生命力。它还能破坏志向，灭绝勇气，衰弱

思想，使人发挥不出创造力来。

很多人差不多什么都怕：怕吹风，怕受寒，怕大众的评论，怕做生意亏本，更怕未来的艰难，怕贫穷，怕失败，总之，他们的一生，充满着恐惧。

恐惧会使一个人的勇气和创造力消失，会毁灭一个人的个性，使心灵变得软弱。凡遇事便生恐惧，工作抱着恐惧心理者，其工作效率，一定很低。从古到今，恐惧这个恶魔，破坏了许多人的事业。

最坏的一种恐惧，就是恐惧着未来的祸患。这种恐惧的思想，如天空中的乌云，笼罩着人们的全部生命。

许多人常受到这种恐惧的痛苦。他们恐惧着将遇不幸的灾祸，恐惧着将失财失业，恐惧遭遇意外的惨祸，他们还恐惧患危险的疾病。如果在他们的孩子远离的时候，又生火车倾覆、轮船沉没等非非之想。总之，在他们思想里，充满了不幸，危险。

我认识一个人，生来就是一个怕病痛的懦夫，他常为疾病担忧。倘使他觉得有一些寒冷，他便断定他就要患重病了；倘使他的喉咙觉得有些微痛，他就认为是扁桃腺发炎了，他就为不得下咽而担忧；倘使他在畅饮以后，方寸有点跳动，他就以为他将患严重的心脏病了。象这种神经过敏的顾虑者，世界上不知有多少。

恐惧会减短寿命，因为他会破坏生理上的平衡。在恐惧以后，身体上的汗液，会立刻改变其化学成份，对身体有极大的影响。易生恐惧者，非但老得快，并且死得也早。有许多人被恐惧埋葬了生命，错乱了的神经，引起了可怖的惨祸。

恐惧于人没有一点儿好处。人要如同弃绝不良行为一样

弃绝恐惧。

人们可以利用自然的解毒药，来消除恐惧，那解毒药是什么？就是勇敢的精神，正确的思想，自信的意念。

不要等恐惧深深侵入脑海以后，才利用解毒药。先用解毒药，恐惧就不会侵入。不论怎样的恐惧，都可用解毒药来解除。

当忧虑的思想开始侵入的时候，不但不能让它们发展，并且要立刻转变你的思想，向着相反方向着想。如果你为自己是多么软弱，多么没有准备，看来一定要失败而恐惧，你就得立刻转变你的思想，确信你是多么的坚强，多么有能力，多么有把握，并且准备得多么充分，还有准备应付更大的事情呢！惟有抱这种思想的人，才能步步高升，达到成功的境地。

56. 拖沓的恶习

能永久保持着热情的人，一生将做出优异的成绩。但是，人们往往让决断好的事情，冷淡下去，让幻想逐渐消失，等到要去使其实现的时候，却已不见了。

希腊神话告诉人们，智慧女神密尼佛从丘必特脑筋中跳出来的时候，衣冠整齐，没有凌乱现象。同样，一个人最高尚的理想，最有效的思想，最宏伟的幻想，从脑筋中跳出来时，是很完整的。拖沓的人，迟迟不去使之实现，要等有了机会再去做，这些人都是意志软弱者。而意志坚强的人，往往乘着热度最高的时候，就去把理想付诸实现。

一日有一日的理想和决断。今日的理想，今日下了决

断，今日就要去做，不要留到明日，因为明日自有新的理想产生。

拖沓的习惯，会消灭人坚强的创造力。过分的谨慎，缺乏自信，乃是创造的仇敌。趁着热忱最高的时候，意志催促着的时候，去做一桩事情，是比较容易的。

拿浪费在拖沓上的精神，来办今日的工作，往往绰绰有余。把今日的事情，拖延到明日去做，是很不合算的，有许多事情，乘热忱高的时候去做，会感到快乐，有趣，等到拖延了几个星期再去做，便感到辛苦了。写信也一样，要一收到来信就回复，一再拖延，那封信就不容易回复了。许多大公司规定，一切信件，要当天回复，不让它搁到明天。

命运是奇异的。往往机会好的时候，有如昙花一现，如果不善于利用，错过了那美好的机会，便后悔莫及了。

决断好了的事情，拖延着不去做的人，往往会损及自己的品格。惟有按照计划去实行的人，才能使人崇拜他的人格。人人都能下决心做大事，但唯有意志坚强的人，才能去实行他的决心。

当某一概念闪耀在一个作家思想里的时候，他就能立刻把那概念描写在纸上。假若他认为无暇执笔，一延再延，到了后来，那概念便会模糊，最后，竟会完全从他思想里消逝。

幻想在一个艺术家思想里的闪现，迅速得如同闪电一般，他如果乘那一刹那把幻想画在纸上，必定有意外的收获。倘使他拖沓着，过了许多日子再画，那留在他思想里的幻象，或许早已消失了。

灵感转瞬即逝，应及时抓住，趁热打铁，立即行动。

“拖沓，有着危险的结局。”凯撒大将只因为迟延了读

一份报告，竟丧失了自己的性命。曲崙登的司令雷尔，当值差送信报告他，华盛顿已率领其军队，渡过特拉华河的时候，他还在和朋友玩牌。他把那封信放在衣袋里，等牌玩好了再去阅读，谁知等他去召集军队的时候，大家已做了阶下囚，连他自己的性命，也丧在敌人的手中。只因为数分钟的迟延，他竟失去了他的荣誉、自由、生命！

许多人有病却拖延着不去就诊，身体上受着极大的痛苦，健康也受了极大的影响。

没有别的，再比拖沓更害人了。更没有别的，再比拖延更能懈怠人的精力。

人应避免拖延的恶习。受到拖延引诱的时候，要振作精神去做。决不要去做最容易的，而要做最艰难的，并且坚持做下去，自然会克服拖延的恶习。拖延是危险的仇敌，是时间的窃贼，它会损坏人的品格，毁掉好的机会，劫夺人的自由，使人成为奴隶。

免除拖延的方法，只有即刻去做自己的工作。愈拖延，工作就愈困难。

“即刻开始”，乃是一个成功者的格言，它能够将人们从困难中拯救出来。

57. 怎样补救缺陷

人的身体和思想有密切的关系。身体是否健全，完全依赖于思想的健全。

人在沮丧绝望的时候，也许会有好运道来临，或者来了一位多年未见的好友，或者到郊外去畅游一回，这样，心灵上的

损伤，就会治愈好。

如果在旅行的时候，见了一幅美丽的风景，这种风景，曾经在书本上见过，而且是平日渴望着的。这样的美景，便会解除人的忧虑。

有许多人，自认缺少才能，无法发展，因此闷闷不乐。这种思想，乃是永久的绊脚石，它会破坏成就伟业的自信心。

一个人由于有某种不正确的思想，产生某种缺点，这是可补救的。

智力往往因运用而改变，用得越多，智力就越敏锐，

住在城市的人和住在乡间的人，有许多不同的地方。住在城市的人，因为日常接触的事情多，于是他们的智力，往往比住在乡间的人发达，他们的思想，比住在乡间的人敏捷，他们的行动，比住在乡间的人迅速，这是由于环境的影响。

想望某种才能，就应该在那方面多努力，集中思想，多加思索。常保持着创造、正确、自信、有希望的思想，往往会增强才干，正如同怀疑，忧惧会削弱才干一样。

主意不定、缺少决断的人，只要抱定坚决的态度，怀着成功的信念，那么就可补救犹豫不决的缺陷。

很多人由于无知无识，迷信，因此闭塞了自己的思想。很多人因为恐惧、怨恨、烦恼和被其他情感所限制，因此产生不出正确的思想。

只要明了习惯成自然的道理，便不难补救种种缺陷。

事实证明，去做那不适合自己且从未想到过的职业，有可能妨碍才能的发展。由于职业原因，而使自己的才能得不到发挥，是很可惜的。

思维科学指导人们怎样免除怪癖，怎样补救弱点。思想全面发展，才会发生力量来；片面的发展，乃是对健康的威胁。

58. 自强不息求进步

现实生活中有许多人，终生处在极平庸的职位上，没有出人头地的一日，这是什么缘故呢？原来他们的资质很好，可是从没有好好地去培养，去启发，他们不求进步，只是为着薪金而工作，因此前途黯淡，毫无希望。

一些人因为受教育不够，做起事来感到极大的不利。就好象没有受过训练的职工，不能胜任技术工作。

教育乃是力量。不论薪金多么微薄，若能时时去获得一些有价值的知识，将是最大的收益。许多商店里的学徒，机关里的小职员，他们刻苦地工作，乘着空闲的时候，如晚上、星期六的下午，到补习学校里去补习，或是买了书来自修，去增进他们的知识。

一个人的知识储备得愈多，才能便愈加丰富。生活就越充实。

我认识一个青年，他出门的时间，多于在家的时间，或乘火车，或乘轮船，他不论到什么地方，总预备着一包阅读的书籍随身携带，象古文的缩本啦，函授学校的功课啦。一般人浪费的零碎时间，他都用来阅读自修。结果他博览各国的历史、文学、科学和其他重要的科目，掌握了许多知识。

他因为善于利用零碎的时间而成功了他的一生。可是，大

多数人,却浪费宝贵的零碎时间,甚至去做有害身心的事情。

自强不息求进步的人,表现出卓越超群。

一个青年怎样利用零碎的时间,怎样利用每一个机会,和他的前途密切相关。

有人这样想,他所得微薄的薪金,即使积蓄起来,数目也很小,绝不会富饶。同样,利用那零碎的时间去读书,决得不到大量的学识。可事实是,许多利用空闲的时间去补习的人,也一样得到大学程度的教育。

教育在历史上的地位,没有再比今日更有价值了。当今的社会,竞争是那么剧烈,生活是那么艰难,更要求人们善加利用时间,来增进自己的知识。

许多人雄心勃勃地要立刻做成大事,这当然做不到。惟有抱着不屈不挠的精神,一步一步地增进扩大自己的知识的人,才能达到成功的目的!

一些青年,不去吸收他人的知识,不去吸收报纸上、杂志上、课本上的知识,而把宝贵的时间,去耗费在无意义的思想上,实在是一件极痛心的事。知识是无价之宝,能使人们获得无可测度的财富。

59. 家庭教育

没有书籍、杂志、报纸的家庭,正如同一座房子,没有窗户一样。有了书籍,孩子们会学着阅读,在无意中会使他们增长许多知识。现代的家庭,不能缺少书籍。现在各地的图书馆,乃是社会上所必需的,不得视为奢侈品。

聪明的学生,求学时代最重要的收获,就是熟悉书籍的

积累。善于辨别选择图书馆的书籍，是很有益处的，这如同一个工人善于选择工具一样。

耶鲁大学的校长海特雷说：“在各界做事的人，不论是在商业界的，交通界的还是工业界的，都这样向我说，他们真正需要的人材是各学院培养的、对于读书有选择力、且能活用书本知识的青年。这种才能，只要在那些有书籍设置的家庭，早已训练得良好了。”

如果让一个孩子时常和书籍接触，使他熟悉书本的名称和内容，那末他从书本上将获得惊人的智慧。

孩子们在家庭里，如果拥有几部辞典、百科全书、参考书和其他有益的书籍，他们便能在无意中不费分文地获得许多学识和技能，并且家庭里备了书籍，能使家庭具有吸引力，能使孩子们非常愉快地去阅读。那种不注意孩子们的教育，而在家庭中不备一本书籍的家庭，孩子们往往不愿在家静坐，喜欢出外游玩，结果常常导致陷入各种危险的罗网。

家庭是人们获得主要训练的场所。在那里，人们养成了种种良好的习惯，获得了种种基本的知识，从而奠定了此后的生活基础。

宁可在衣著上节省，不要在书籍上节省。如果不能使孩子们受到专门的教育，至少该给他们购置有益的书籍和定期刊物，以使他们有提高才能的机会。

据说，亨利克莱的母亲把替人家洗衣所得的钱，供给孩子购置书籍，这是值得钦佩的。

新英格兰有一个家庭，孩子们和他们的父母，都同意每晚自修。在晚饭以后的一小时里，他们完全用在娱乐上，做着各种规定的游戏。一小时的游戏以后，接着便是读书，这

时，全家人寂静无声地阅读，房间里静得连坠下一根针，也能听到叮的一声。每一个人，都在各人的位置上，或是习字，或是阅读，或是研究，或是做其他知识上的探讨。倘使有谁精神不爽的话，也不得发出一点声音，来搅扰他人，

每当阅读书籍的时候，思想要绝对的集中。凡足以搅乱思想的事情，应该小心谨防。一小时专心的研究，比二、三小时不专心一致的研究，获益多得多！

许多志向颇高的孩子，渴望求得进步，却被家庭环境所阻挡。例如，全家人都喜欢闲谈，不求进步，那些有远大志向的孩子，在这种环境之下，不但没有机会求进步，有时还要受讥讽，直到他们沮丧为止。

世上有些所谓最忙碌的人，也浪费了许多时间！其实只要把他们的工作，安排得有条不紊，自然会有许多时间空出来，可做些有益的事情！

许多主妇们，终日忙碌着家务，他们认为再没有空闲的时间，来阅读书籍、杂志、报纸了。其实只要把家务安排得有条理，自然可有多余的时间。秩序是省时器，我们应将日常的生活，安排得很有秩序，扩展自己的生命。

哈佛大学前任校长依立阿说：“要养成每日用十分钟来阅读有益书籍的习惯，20年后，思想上将大有改进。所谓有益的书籍，是指世上所公认的知识宝库，如故事、诗歌、历史等。”

大多数人能在忙里偷闲，去做自己心爱的事情。倘使一个人渴望着知识，渴望着求得进步，他也一定会忙里偷闲，去阅读有益的书籍。心在哪里，哪里就有宝库。志向在哪里，哪里就有时间。

60. 晚年的教育

我曾认识一个农夫，他从一个懒惰者的手中，买了一块田，这时已在五月下旬了。先前的地主没有趁初春的时候去耕种，只种了些蔬菜。自从那农夫买来以后，左右邻居都这样说：“春天早已过去了，来不及再耕种，仍旧用它种些蔬菜罢！”但是这新主人是个机智的、善于思考的人。他认为如果去种晚熟的谷类，目前还不算迟。因此就按照自己的主意去做，把那块田耕得好好的，撒上晚熟的种子，很细心地去照顾。后来，竟获得意外的收获，比邻居所耕种的，收成还要丰盛。人们从这事实上，可以获得深刻的教训。

倘使你渴望造就自己，想补救早年的失学，那末必须认识到，无论遇见什么人，总能使自己增加一些学识。如果你遇见了一个印刷匠，他会告诉你印刷的技术；遇见了一个泥水匠，他会告诉你营造的方法；遇见了一个农夫，他会传授给你农事上的种种知识。

惟有善于吸收他人知识的人，才能增加自己的学识，扩充自己的见解，使自己能应付各种问题。

一般人都有过分重视大学教育的心理，尤其是那些曾受过大学教育的人。那些因经济困难或身体孱弱，不能升入大学者，认为这是一种无可挽回的损失，认为是一生没有办法来补救的缺憾，并且认为将来永远不会获得与大学同等程度的教育。他们以为从自修得来的学识是有限的，却不知世上有许多负有盛名的学者，从没有进过什么大学，甚至有许多连中学也没有进过呢！

我认识一位青年，几乎连小学也没有进过，可是因他读了许多历史和名人自传，竟成了一位历史学家。别人都以为他受过高深的学校教育。他勤于自修，阅读不倦，虽不通文法，可是他的英文，却非常优美，因为他读了许多名家著作，在无意之中，学会了极精美的笔法。他靠着自修，能有如此的成绩，在现代的出版界，有更好的书籍，专供自修应用，通过阅读将更有效。

一个人如果利用空闲的时间，去选读函授学校的学科，也能获得极好的教育。有许多中年失学的人，到了晚年，还去选读函授学校的科目，获得了种种知识，帮助他们成就了许多事业。

大多数人以为一过最宝贵的青年时期，便失去了求学的机会。一到晚年，便不能再去求学，其实不然。随时随地，都有学习的机会，只要自己去寻求机会，努力进修，就可补救青年时期的失学。利用业余时间，来补习自修，能使自己学富五车。

人在整个一生中都有受教育的可能性。而且到了壮年以后，思想比从前成熟得多，更有很好的判断力，知道光阴的宝贵，更善于利用机会自修。

有许多人，在求学时代，不知道努力，得不到书本知识的教益。可是到了中年以后，为要补救学问上的缺憾，便努力用功，结果，竟有了惊人的成绩！

其实，我们置身其中的天地间，便是一个极大的学校。天地间的事物，都是最好的学习资料。在每天每分钟里面，只要常运用自己的眼睛、耳朵，随处可以吸收很好的知识。然后趁着空闲的时间，把吸收来的学识，反复思考，就可以

变为更深湛更有意义的学问。

61. 从事自己热爱的职业

许多青年，不愿意把他们的职业告诉别人，似乎很为从事的职业感到羞愧。

不久以前，我遇见一位青年，我问他的职业是什么，他很不愿意似地告诉我，他做着—一个娱乐场的主人。我问他已做了多久，他说将近六年了。他说他恨那个职业，它会降低一个人的地位，不过钱倒赚得不少。他想等到有了相当的积蓄，便要脱离它，去做别的事业。无疑地，这位青年是在欺骗他自己。

一个有希望的青年，确实需要从事适合自己的职业，从事着违反自己意愿的职业，会磨去人的理想，扼杀人的才能，实在是件极可悲的事情。

凡是做不相当职业的人，非但不会发展，反而使其身心疲乏。

有许多青年，故意遏制着良心的反抗，继续做着于心不安的职业，以为暂时做几年，等到有了相当的积蓄，再去做较好的职业，这实在是件可痛可怜的事！

长久置身于不合适的职业上，也就不觉得它的不合适了。假如那个职业很能获利的话，它就会使人麻痹！

由于习惯，人会在不知不觉中做某种职业的奴隶，而不顾意志的反抗。人的一切行动，都会被习惯捆绑得不能自由。

假使意识到自己干的事情是错的，那末应立刻中止，同

它断绝来往。如果处于怀疑状态，不能确定那个职业是好是歹，那么宁可放弃，不要拖延着等待机会，放弃得愈早愈好。

宁愿不得温饱，不愿做有损人格的事情。宁愿做那掘壕、挑担、铲煤等工作，不愿去做那牺牲自尊、破坏人格、断送幸福的勾当。

社会上有许多职业，在等待人们去选择，何必一定要依恋着某种工作，来亵渎你的人格呢？

在寻找职业的时候，要选择足以发展自己才能，保持人格的职业。人格比财富更伟大，比声誉更光明，更非物质的酬报所能交换的。

决心不收受欺骗得来的钱财，不收受有亏人格的酬报，不做损人利己的事情，这就是所谓人格，总之：不论做什么职业，要把利己而又利人作为唯一的标准。

62. 心灵上的友和敌

我们的思想，能随我们的心愿而变，时而愉快，时而恐怖。

人们情愿让盗贼来偷窃自己的珍宝，劫夺自己的金钱，绝不可允许那快乐和幸福的仇敌——不和谐的思想、病弱的思想、恐惧的思想、妒忌的思想——进入自己的脑海，劫夺自己的快乐和幸福。

主宰人们思想的，都是心灵。心灵上有了思想，然后才有事实。那心灵上的意象，深深地刻画在人们的生活中，品格上。整个身体上的组织，就是时刻在那里把这许多意象变为生活。

一个人的思想，很显著地在他的面容上表现出来。当一个人一时感到极大的忧虑、失望，或是经济上受到的大量损失以后，不出几天，在他的面容上，将有惊人的改变，甚至连他的朋友遇见了他，也难以辨认。

一生的价值，在于我们能否保持身心的和谐，能否驱逐破坏我们心境的仇敌。

众所周知，乐观的思想，会使人健康，使人返老还童，使人兴奋。它好似电力一般，能使全身都感受到，能给予人们新的希望。

在一个人的思想里，若是充满着困难、恐惧、怀疑、绝望、忧虑，整个生活就要受到很大的影响。若能抱着乐观，那么蒙蔽心灵的种种阴霾，就可驱逐尽了。

一个保持正确思想的人，能用希望来代替绝望，刚毅来代替胆怯，决断来代替犹豫。一个能用友爱的思想，乐观的思想，来击退妨碍他成功的仇敌的人，比较那沮丧、失望、犹豫的人，有着极大的长处！

不论做什么，都不要让病弱不和谐的思想，进入自己的大脑里。

倘使人人都象孩子们一样，没有一点创伤，裂痕，保持着天真、快乐的思想，那末就可以免除外界对身体的损坏。许多例子证明，在数小时中因忧虑悲伤所耗的精力，竟多于几个星期做苦工所费的精力！

要免除思想的仇敌，必须持久地努力。做任何事情，如果不费力，不下决心，就不能成功，何况那深藏在思想里的仇敌呢？

潜伏在脑海中的思想，乐观会驱逐悲观，愉快会驱逐失

望，希望会驱逐沮丧。每个人都要让爱的阳光，充满自己的思想，这样，一切仇恨妒忌的思想，都会云消烟散，因为这许多黑暗的影子，不能存在于爱的阳光里。

不要让思想的仇敌，侵入自己的脑海面。要这样对自己说：“每一个仇恨、凶暴、沮丧、自私的思想，进入我的脑海，都会夺去我的快乐，减弱我的才能，阻挡我前进。我必须立刻用相反的思想，来把它们驱逐。”

脑海中充满着美好的思想，高尚的思想，友爱的思想，真实的思想，和谐的思想，那一切不良的思想，自然都会消失。在同一个时候，不会有两个相对抗的思想，并存在一个人的脑海中。真实的思想，能消灭错误的思想；和谐的能消灭不和谐的；善的能消灭恶的。

待他人以亲爱、温柔、仁慈、和气，会激发人的情感，给人以健康，使人与大自然相协调。

孩提时赤着脚在乡间行走，会小心翼翼地不去踏在尖锐的石子上，以免擦伤自己的脚底。要驱除那仇恨、妒忌、自私等心灵上的仇敌，只要去竭诚欢迎心灵上的好友。

63. 休假是一种投资

“与其化钱去请医生，

毋宁到乡间去寻健康。

那聪明的人，是借运动来诊治软弱，

上帝的工作，向来不要人去修补。”

世界上所有的医生、药房、诊疗所，与那些每年到乡间去吸收新鲜空气的人们，是不会发生关系的。

那些终年劳碌的商人，当炎热的暑天，仍在店铺里工作，他们的面容，是多么苍老。一些作家，他们几个月不停地在用脑思想，到了后来，心智的机械，不能运用自如，思想也就变得迟钝。那些业务忙碌的律师和医生，显得十分疲劳，要求得有相当的休息。一批久困家庭的主妇，终年为着家务忙碌，为着烦琐的事务而困倦，很明显的，她们需要到大自然中去休息。一些面色惨白的学生，一天到晚学习，经过较长的时间，弯腰曲背，真好似枯萎的花木。上述种种劳碌者，在每一个城市中都有，他们都需要森林、乡村，来调剂他们的生活。

聪明的人会不惜代价，去换取一个休息的假期。休过假后再工作，将有着清醒的头脑、健强的体魄、饱满的精神、更新的希望，他们不再感觉疲劳，只是充满着快乐。

一个人怎样在他工作的时间中，安排一个假期，以增加他的才干，增进他的效率呢？

如果一个人不能为自己安排一个假期，那么他一定有弱点。不是因为职务低微，才力薄弱，做事无系统，便是由于过分的吝啬。以为离职几星期，会减少他的收入。当然，对于做事没有秩序，没有系统的人，他的暂时离开，会影响到全部工作，那末假期对于他，倒反有弊而无利了。不过，假如他是个具有管理才能的人，那末几星期的假期，对于他是大有裨益的。

假期是最有价值的投资。休假的人能从中获得更多的价值，更多的资本。至于快乐的增加，健康的增进，那更不需说了。

有许多人，因为终年工作，得不到片刻的休息，以致断

送了生命。还有好多人，因为他们每年得不到几星期的假期，走进了医院、诊所、疯人院。

假期对于品格方面，也有极大的价值。俗语说：“一个人生了病，他便是个恶徒。”世上有许多人在他身体受损以后，他们的一举一动，会与禽兽无异。人在脑筋疲乏以后，即刻需要休息。如果得不到休息，就容易因琐细的事情而勃怒，思想迟钝，双目无光，脚步无力。

不论是学生、商人或是其他职业界的人，有了上述的病症，就该休止工作。如果不加注意，就要遭受更大的痛苦，甚至影响一生。自然规律是不以人的意志为转移的，它将多次的警告人们，任何人不加注意，都会受到最后的判决，受其惩罚。