

ZUIWEI DAD
XINLING
JIA YU SHU



每一位想出人头地的年轻人必读的

最伟大的 心灵驾驭书

(美) 奥里森·斯韦特·马登
谢冠■译

◎ 这本书可使任何一个普通人都能够变得非凡伟大 ◎

他的著作有一种不可思议的魅力

他的著作改变了成千上万贫苦人的命运，使无数人走出苦海，走向成功！



 中国工人出版社

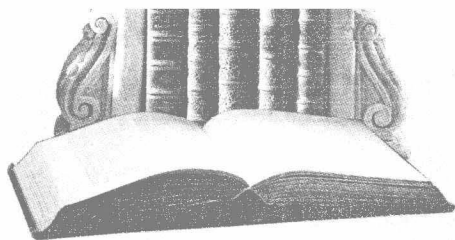
每一位想出人头地的年轻人必读的

最伟大的 心灵驾驭书

—— ◎这本书可使任何一个普通人都能够变得非凡伟大◎ ——

他的著作有一种不可思议的魅力

他的著作改变了成千上万贫苦人的命运，使无数人走出苦海，走向成功！



 中国工人出版社

图书在版编目(CIP)数据

最伟大的心灵驾驭书 / (美)马登著; 谢冠译. —北京:中国工人出版社, 2009. 1

ISBN 978 - 7 - 5008 - 4283 - 5

I. 最… II. ①马… ②谢… 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(2008)第 185741 号

出版发行: 中国工人出版社

地 址: 北京鼓楼外大街 45 号

邮 编: 100011

电 话: (010)62350006(总编室) 82075964(编辑室)

发行热线: (010)62005450 62005042(传真)

网 址: <http://www.wp-china.com>

经 销: 新华书店

印 刷: 北京建泰印刷有限公司

版 次: 2009 年 1 月第 1 版 2009 年 1 月第 1 次印刷

开 本: 700 毫米 × 1000 毫米 1/16

字 数: 150 千

印 张: 14.25

定 价: 25.00 元

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换

序言

一部与人类同在的书

犹太政治家 美国前国务卿基辛格

奥里森·马登先生是美国人，他的身世曲折艰辛，他靠自强不息最终成为一代励志大师。马登先生著述甚多，内容大多是激励、劝慰年轻人的文字，并为世人所传诵。

我们知道在世界的民族之林中很难找到一个像犹太人这样的民族，虽然有5000年的历史，但人民有2000年流离失所、浪迹天涯的苦难经历。我们在历史的长河之中被奴役、受歧视、遭迫害，流散于世界各地没有家园，在寄人篱下的困境之中我们顽强地生存着。烦闷、消极、悲观、颓废，是谁给了我们力量与不屈的意志？

我们民族中有一本《塔木德》，这本书带给了我们民族希望与灵魂，这也是我们这个民族的文化遗产。不知何时我们的人民手中有了马登先生所撰写的这本书，这本书带给了我们力量，因为书中深入浅出的道理能让所有的人接受。

世界上最坚强的人，就是能够驾驭心灵的人；同时，世

世界上最难的事也是驾驭心灵。这是一本不可多得的励志书，更为确切地说是一本驾驭心灵的书。人的器官是由心灵所左右与操纵的，心可以观看、听闻、欢喜、愤怒、快乐、憎恨、仁慈、亲切……。很多人自读了马登先生的书之后，精神为之大振，人生的许多观念也发生了根本性的变化，烦闷与消极，颓废与悲观驱逐一尽。任何苦难都不能阻碍你的成功，你只要心中怀有希望，有一颗积极向上的心，就能让你获得你希望。

该书教给了人们在浩劫、艰难中从不畏惧，拥有自尊心与创造力。苦难与挫折只能消灭我们的肉体，但不能摧毁我们心中的圣殿和希望。

这本书正在改变着我们的民族以及整个人类。

愿这本书与人类同在。让苦难成为机会！

目 录

第一篇：体验自我力量

- | | |
|-----------------------------------|-----|
| ■ 1. 梦想(dreams) | 001 |
| ■ 2. 决心(determination) | 002 |
| ■ 3. 自信(self-confidence) | 002 |
| ■ 4. 坚定(steadiness) | 003 |
| ■ 5. 工作态度(working attitude) | 004 |
| ■ 6. 自立自助(self-help) | 005 |
| ■ 7. 希望(hope) | 006 |
| ■ 8. 期待(expect) | 007 |
| ■ 9. 坚韧(tenacity) | 009 |
| ■ 10. 意志力(willpower) | 011 |
| ■ 11. 优柔寡断(indecision) | 012 |
| ■ 12. 忍耐力(endurance) | 014 |
| ■ 13. 正直(pure-heartedness) | 016 |
| ■ 14. 内在力量(internal strength) | 017 |
| ■ 15. 镇静(keep your pant on) | 019 |
| ■ 16. 果敢(courageous and resolute) | 021 |
| ■ 17. 勇气(courage) | 024 |
| ■ 18. 成功(success) | 028 |
| ■ 19. 自我克制(posess yourself) | 030 |

第二篇：让自己燃烧

- | | |
|----------------------------------|-----|
| ■ 1. 环境(environment) | 034 |
| ■ 2. 他人(others) | 035 |
| ■ 3. 机会(chance) | 036 |
| ■ 4. 吸引(attract) | 038 |
| ■ 5. 诚实(honesty) | 040 |
| ■ 6. 善良(goodness) | 042 |
| ■ 7. 社交(sociality) | 043 |
| ■ 8. 终身学习(live and learn) | 045 |
| ■ 9. 出走(leave) | 047 |
| ■ 10. 锻炼自己(anneal yourself) | 050 |
| ■ 11. 正确择业(select exactly) | 051 |
| ■ 12. 职业(occupation) | 054 |
| ■ 13. 怨叹(complain & suspiration) | 056 |
| ■ 14. 求职(to apply for a job) | 058 |
| ■ 15. 别人的力量(others'power) | 060 |
| ■ 16. 忠实可信(loyalty and reliable) | 063 |

第三篇：成功的有效途径

- | | |
|---------------------------------|-----|
| ■ 1. 放弃退路(abandon your leeway) | 064 |
| ■ 2. 勇往直前(go well up to bridle) | 065 |
| ■ 3. 创新(innovate) | 066 |
| ■ 4. 创造力(creativity) | 067 |
| ■ 5. 尽善尽美(perfect) | 069 |

■ 6. 进步(progress)	071
■ 7. 生命(life)	073
■ 8. 美(beauty)	075
■ 9. 情绪(emotion)	076
■ 10. 条理(consecution)	078
■ 11. 准时(on time)	080
■ 12. 简洁明了(forthright)	082
■ 13. 通天大道(the broad road to horizon)	084
■ 14. 惜时(treasure time)	087
■ 15. 判断力(sense)	090
■ 16. 刻苦认真(assiduity & earnest)	092
■ 17. 稳妥(reliable)	095
■ 18. 迅速(speedy)	097
■ 19. 敏捷(promptitude)	099
■ 20. 改善效率(improve efficiency)	100
■ 21. 慎重(prudence)	102

第四篇：潜能伟大欢歌

■ 1. 谈话(talk)	107
■ 2. 工作(working)	108
■ 3. 机智(wit)	110
■ 4. 商业知识(business knowledge)	112
■ 5. 把握今日(holds today)	113
■ 6. 精力(energy)	115
■ 7. 储备力量(hiving strength)	116
■ 8. 成功的要素(success factor)	119

- 9. 补救缺陷(remedy your limitation) 124
- 10. 知识就是力量(knowledge is power) 125
- 11. 书籍(book) 127
- 12. 奴性(slavishness) 129
- 13. 衣着(dress) 130
- 14. 发展才干(develop your ability) 131
- 15. 诚恳(pure-heartedness) 134

第五篇：让努力成为一种习惯

- 1. 自由(freedom) 136
- 2. 贫穷(poorness) 137
- 3. 苦难(hardship) 139
- 4. 脱离贫困(out of poorness) 142
- 5. 健康(health) 143
- 6. 源泉(headspring) 145
- 7. 基石(footstone) 147
- 8. 自爱(amour-propre) 150
- 9. 身心和谐(the balance of body and mind) 153
- 10. 另一种投资(another investment) 155
- 11. 播撒(planting) 156
- 12. 必备资本(the necessary capital) 159
- 13. 风度(presence) 161
- 14. 萎靡不振(cachexia) 162
- 15. 刻苦学习(study) 165
- 16. 考虑周到(considerate) 168
- 17. 信任(trust in) 170



■ 18. 顺应时代(temporize)	171
■ 19. 友谊(friendship)	177

第六篇：态度决定一切

■ 1. 拯救自己(slave yourself)	181
■ 2. 不悲观(optimism)	182
■ 3. 节俭的弊害(the canker for frugality)	184
■ 4. 不要烦恼(Don't worry.)	186
■ 5. 健全的人格(the wholesome personality)	187
■ 6. 敏感(sensitivity)	189
■ 7. 挫折(frustration)	191
■ 8. 失败(be defeated)	192
■ 9. 正确与精细(correct and fine)	194
■ 10. 恐惧(dread)	196
■ 11. 自我激励(inspirit by yourself)	197
■ 12. 特长与航向(the strong suit and course)	198
■ 13. 弱者(lightweight)	200
■ 14. 关心(care)	205
■ 15. 债务(indebtedness)	206
■ 16. 信用(honor)	209
■ 17. 仁慈(benignity)	212
■ 18. 事业的成败(miss and catch the bus)	217



第一篇 体验自我力量

1. 梦 想 (dreams)

梦想者是人类的先锋，是我们前进的引路人。他们毕生劳碌，不辞艰辛，为后来者开辟出平坦的大道。他们给人类的生活注入了新鲜的力量，把很多人从困境中解脱出来。他们是勇士，是先行者，赢得了所有人的尊重。

在人类历史中，如果把梦想者的事迹删去，那样的历史将会是如何的枯燥无味？现在的一切，不过是过去各个时代梦想的总和，不过是过去各个时代梦想的现实化。

毫无疑问，梦想者的远见和胆识给人类带来了不可估量的财富。他们能运用智力和知识，把那些目光短浅、深受束缚和陷于迷信的人解救出来。有先见之明的梦想者，还能把常人看来做不到的事情一一变为现实。有人说，想象力这东西，对于艺术家、音乐家和诗人大有用处，但在实际生活中，它的位置并没有那样的显赫。但事实告诉我们：人类各界的领袖都做过梦想者。不论工业界的巨头、商业的领袖，都是具有伟大的梦想、并持以坚定的信心、付以努力奋斗的梦想者。

马可尼发明无线电，是惊人梦想的实现。这个惊人梦想的实现，使得航行在惊涛骇浪中的船只一旦遭受到灾祸，便可利用无线电，发出求救信号，由此可拯救千万生灵；电报在没有被发明之前，也被认为仅仅是人类的梦想，但莫尔斯竟使这个梦想得以实现，电报的发明，使世界各地消息的传递，从此变得便利而迅捷；斯蒂芬孙原先是一个贫穷的矿工，但他制造火车机车的梦想也变成了现实，使人类的交通工具大为改观，人类的运输能力也得以空前地提高。不久以前，勇敢的罗杰斯先生，驾着飞机，实现了飞越欧洲大陆的梦想。

人类所具有的种种力量中，最神奇的莫过于梦想的能力——敢想、



敢做，没有不可能。如果我们相信明天更美好，就不必计较今天所受的痛苦。有伟大梦想的人，即使阻以铜墙铁壁，也不能挡住他前进的脚步。

美国人尤其善于梦想。无论多么困难，他们都不屈从命运，始终相信好的日子就在前面。因此很多商店里的学徒，都幻想着自己开店铺；工厂里的女工，幻想着建一个美好的家庭；出身卑微的人，幻想着掌握大权。这不仅仅是幻想，而是远大的理想。梦想能最大限度地激发人们内在的智能，把不可能变成可能。

当然，仅有梦想还是不够的。有了梦想，同时还须有实现梦想的坚强毅力和决心。只有那实际的梦想——梦想的同时辅之以艰苦的劳作、不断的努力，那梦想才有巨大的价值。

2. 决心 (determination)

像其他能力一样，梦想的能力也可能被滥用或误用。如果一个人整天除了幻想以外不做别的事情，把全部的生命力，花费在建造“空中楼阁”上，那就会弊害无穷。那些不着边际的梦想不仅耗费了大好时光，而且磨灭了一个人的精神和意志。因此，最为关键的是如何将梦想变成现实。梦想仅仅是第一步，坚持不懈的努力才是成就梦想的必备条件。人不仅要有梦想，还要信仰梦想，更要激励自己去实现梦想。梦想就像一枚指南针，指引人们走上光明之路。

哈佛大学闻名于世，可谁能想到这样一所世界名校竟是多年前约翰·哈佛用几百元钱创办的。在庸人看来，几百元钱办一所大学简直就是天方夜谭。但约翰·哈佛用他敏锐的目光、非凡胆略及不懈努力做到了。只要奋不顾身地做了，梦想终将实现。

3. 自信 (self-confidence)

玛丽·科莱利说：“如果我是块泥土，那么我这块泥土，也要预备给自信的人来践踏。”

据说拿破仑亲率军队作战时，同样一支军队，战斗力便会增强一倍。原来，军队的战斗力在很大程度上基于兵士们对于统帅的敬仰和信心。如果统帅抱着怀疑、犹豫的态度，全军便要混乱。拿破仑的自信与坚强，使他统率的每个士兵增加了战斗力。一个人的成就，决不会超出他自信所能达到的高度。如果拿破仑在率领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，拿破仑的军队永远不会越过那座高山。无论做什么事，坚定不移的自信，才是达到成功所必需的因素。

有一次，一个士兵骑马给拿破仑送信，由于马跑得速度太快，在到达目的地之前又猛跌了一跤，那马一命呜呼。拿破仑接到了信后，立刻写封回信，交给那个士兵，吩咐士兵骑自己的马，从速把回信送去。

那个士兵看到那匹强壮的骏马，身上装饰得无比华丽，便对拿破仑说：“不，将军，我这样一个平庸的士兵，实在不配骑这匹华美强壮的骏马。”

拿破仑回答道：“世上没有一样东西，是法兰西士兵所不配享有的。”

世界上到处都有像这个法国士兵一样的人！他们以为自己的地位太低微，别人所有的种种幸福，是不属于他们的，以为他们是不配享有的，以为他们是不能与那些伟大人物相提并论的。这种自卑自贱的观念，往往成为不求上进、自甘堕落的主要原因。

4. 坚 定 (steadiness)

有许多人这样想：生活中的一切快乐，都是留给那些命运的宠儿来享受的。有了这种卑贱的心理后，当然就不会有出人头地的观念。许多青年男女，本来可以做大事、立大业，但却过着平庸的生活，原因就在于他们不怀有远大的梦想，不具有坚定的自信。与金钱、势力、出身、亲友相比，自信是最有力量的东西，是人们从事事业最可靠的资本。自信能排除各种障碍、克服各种困难，能使事业获得完满的成功。



如果我们去分析研究那些成就伟大事业的卓越人物的人格特质，那么就可以看出一个特点：这些卓越人物在开始做事之前，总是具有充分信任自己能力的坚强自信心，深信所从事之事业必能成功。这样，在做事时他们就能付出全部的精力，破除一切艰难险阻，直到胜利。

造物主给予我们巨大的力量，鼓励我们去从事伟大的事业。而这种力量潜伏在我们的脑海里，使每个人都具有宏韬伟略，能够精神不灭、万古流芳。如果不尽到对自己人生的职责，在最有力量、最可能成功的时候不把自己的本领尽量施展出来，那么对于世界也是一种损失。世界上的新事业层出不穷，正待我们去创造。

坚强的自信，便是伟大成功的源泉。不论才干大小，天资高低，成功都取决于坚定的自信。相信能做成的事，一定能够成功。既使平凡的男男女女，如果有了坚强的自信，往往也能做出惊人的事业来。胆怯和意志不坚定的人，即便有出众的才干、优良的天赋、高尚的品格，也终难成就伟大的事业。

5. 工作态度 (working attitude)

看一个人做事的好坏，首先要看他工作时的精神和态度。如果某人做事的时候，感到所做的工作劳碌辛苦，感到受了束缚，没有任何趣味可言，那么他决不会全身心投入。常常抱怨工作的人，终其一生，决不会有真正的成功。抱怨和推诿，其实是懦弱的自白。

一个人对工作所具有的态度，和他本人的性情、做事的才能，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。而一生的职业，就是他志向的表露、理想的所在。所以，了解一个人的工作，在某种程度上就是了解那个人。如果一个人轻视他自己的工作，而且做得很粗陋，那么他缺乏最基本的责任感，很难在这项事业上有所成就。在社会上，有许多人不尊重自己的工作，不把自己的工作看成是创造事业的要素，发展人格的工具，而视为衣食住行的来源，认为工作是生活的代价、是不可避免的劳碌。这是多么可怕而错误的观念啊！

在任何情形之下，都不应该对自己的工作表示厌恶。如果你为环境所迫，而做着一些乏味的工作，你也应当设法从这项工作中，找出乐趣来。要懂得，只要端正自己的心态，凡是应当做而又必须做的事情，总会有吸引你的地方，这是我们对于工作应抱的态度。有了这种态度，无论做什么工作，都能有很好的成效。

不管你的工作是怎样的卑微，你都当以艺术家的精神对待之，当有十二分的热忱对待之。这样，你就可以从平庸卑微的境况中解脱出来，不再有劳碌辛苦的感觉，你就能使你的工作成为乐趣。而厌恶的感觉也自然会烟消云散。一个人工作时，如果能投入进取不息的精神，火焰般的热忱，充分发挥自己的特长，那么不论所做的工作怎样，都不会觉得工作上的劳苦。如果我们能以充分的热忱去做最平凡的工作，也能成为最精巧的工人；如果以冷淡的态度去做最高尚的工作，那我们最终也不过是个平庸的工匠。所以，在各行各业都有发展才能、增进地位的机会。在整个社会中，实在没有哪一个工作是可以藐视的。

不论做什么事，必须竭尽全力，这种忘我的投入是在工作中取得成就感最基本的要素。如果一个人领悟了通过全力工作来免除工作中的辛劳的秘诀，那么他也就掌握了达到成功的原理。能处处以主动、努力的精神来工作，即便在最平凡的职业中，也能为他赢得最广泛的尊重。

6. 自立自助 (self-help)

每一个人都想过自立自助的独立生活，可是在实际生活中，只有少数人能够实现真正的自立。当然，依赖他人，追随他人，让别人去思想、去策划、去工作，这自然要比我们自己去做要容易得多，也惬意得多。但是，一个人一旦有了依赖的观念，以为样样有人供给，他就会丧失勤勉努力的精神。

有的人想要给予他们的子女以相当的凭借，让他们在世上不至奋斗得太艰苦，这种做法其实是在不知不觉中给孩子以祸患。给孩子所

开辟的出路，也许就是给他们带来的危害。青年人应有自立自助的能力，可惜大多数青年人，都依赖成性，一旦有了拐杖他们就不想自己走路，一旦有了依赖他们就任性懒惰。事实上，能真正给我们的生活带来动力的，不是外援，而是自助；不是依赖，而是自立。自立自助是进入成功之门的钥匙，是获得胜利的保证。

外界的扶助，有时也许是一种幸福，但更多的时候情况恰恰相反。供给你金钱的人，只能解决你一时的困难；唯有鼓励你自立自助的人，才是真正的朋友。

一个身体健全的人如果依赖他人，就会感到自己不是一个完整的人。一个人有了职业、自立自助的时候，他才会感到自由自在、无比幸福。

许多人之所以在社会上碌碌无为，是因为他们贪图省事，或是缺乏自信瞻前顾后，不敢照着自己的意志去做，事事要经得他人的同意认可才敢决定。这种缺乏自立自助精神的人，不仅畏首畏尾放不开手脚，而且也无法取信于他人。一个人如果不相信自身的能力，不敢表达自己的意见，就永远无法摆脱依赖他人，毫无主见的恶名。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。当人自立自助时，就开始走上了成功的坦途。抛弃依赖之日，就是发展自己潜在力量之时。

7. 希望 (hope)

希望具有鼓舞人心的创造性力量，她鼓励着人们始终不要放弃。人们心中的希望，与理想梦幻相比，常常更有价值。希望常常是将来事实的预言，更是人们做事的指导。希望是才能的增补剂，能激发人们的才情，使一切幻梦化为现实。

如果没有南方的温暖，那么候鸟就不会在冬天飞往南方，因为正是繁花似锦的季节给了候鸟希望。造物主赐给人们希望，希望他们实现更伟大、更完美的梦想，希望他们的人格获得充分的发展，希望他

们获得永生。即使到了绝望的低谷里，希望之星依然闪烁着耀眼的光芒，让我们相信一切都会过去，所有的事情都是朝着好的方向发展的。

希望是人间最伟大的女神，她的出现让人们燃起了坚持下去的勇气。没有什么比希望的力量更强大的了。干涸的沙漠里，对绿洲的希望支撑着旅行者顽强地走下去；艰苦的战役中，对胜利的希望带给战士们无穷的力量，让他们在极端恶劣的条件下依然坚守阵地。树立希望以后，人的思想和情感便会变得坚定不移。每个人不但应有高尚的目标和积极的思想，更需下定决心，积极进取，尽量地发挥他的才干，达到最高的境界。积极进取的思想，可以战胜低下的才能，可以战胜阻碍成功的仇敌。即使看似不可能的事情，只要抱有希望，努力去做，持之以恒，终有成功的一天。一个人有了希望，再加上坚韧不拔的决心，就会产生创造的能力；一个人有了希望，再加上持之以恒的努力，就会达到希望的目的。有了希望，如果没有决心和努力的配合，对希望漠然视之，那么即便再宏大美好的希望也会烟消云散，化为泡影。

希望对于造就人生的大厦，往往具有惊人的力量！一座楼房在没有建设之前，工程师的脑海里早有精密的设计；同样，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，那么一切计划都会成为泡影；正如工程师的蓝图打好以后，不兴土木，再好的蓝图也等于废纸一张。

如果你愿意求得生命中某几方面的改进，你就应该很热烈地、很坚毅地渴望着这些理想，把这些理想保留在你的心中，一刻也不要放松，直到实现为止。一颗充满希望的心灵，具有超常的创造力，这种创造力会带给你超乎想象的力量。

8. 期 待 (expect)

我们期待什么，便得到什么；如果我们什么都不期待，自然就一无所得；安于贫贱，自然就不会富有。常常怀着美好的期待，憧憬着