

经典收藏

一部改变无数有志青年命运的成功励志宝典

羊皮卷

一卷创业成功的宝典

全书

一部穿越时空的奇书

黎策◎编译



既然，命运由机遇安排。那我们就应该懂得，
每个人不论普通人还是伟人
都要设计自己的生活。这样，理想也许会在
未来某个时候变成现实。

——雨果

◎ 吉林大学出版社

黎策◎编译

羊皮卷

全书



吉林人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

羊皮卷全书/(美)曼狄诺著;黎策编译. —长春:
吉林大学出版社, 2010. 1
ISBN 978-7-5601-5311-7

I. ①羊... II. ①曼... ②张... III. ①成功心理学—
通俗读物 IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 243596 号

书 名: 羊皮卷全书
编 译: 黎 策
责 任 编 辑: 王世林
责 任 校 对: 王世林
封 面 设 计: 创品牌
出 版 发 行: 吉林大学出版社
社 址: 长春市明德路 421 号
邮 编: 130021
发行部电话: 0431-88499826
网 址: <http://www.jlup.com.cn>
E-mail: jlup@mail.jlu.edu.cn
印 刷: 三河市耀德印务有限公司
开 本: 710×1000 毫米 1/16
印 张: 20
字 数: 240 千字
版 次: 2010 年 1 月 第 1 版 第 1 次印刷
书 号: ISBN 978-7-5601-5311-7
定 价: 36.00 元

前言

《羊皮卷》是世界上最伟大的励志丛书,它所蕴藏的力量改变了无数人的生活命运,其中就包括撰写出风靡世界的《世界上最伟大的推销员》的本书编者奥格·曼狄诺!

《羊皮卷全书》所辑录的 11 本书的作者都是近 200 年来美国各个行业中的成功人士,他们根据自己的经历,循循善诱地向世人告知成功的秘密以及由之所带来的幸福生活的意义。世界每天都在发生着变化,但是,做人处事的原则却是亘古不变的。心灵的纯净会带来纯净的生活和纯净的身体;同样,肮脏的心灵会带来肮脏的生活和腐化的身体。

太多的人都在忙于改善自己在物质社会中的地位,拼命地去占有一切,孰不知,生命是有规律的,只有遵循了一定的原则去生活才能获得成功,才能实现你的目标,从而改变自己的一生。

《羊皮卷全书》,该书的作者奥格·曼狄诺便是这样的人类多年难得一见的精英。此书附会了一个耶稣降生的故事,我们可以信其有也可以信其无,说在那个时代流传下来十道羊皮卷,里面记载了经商与致富的秘诀,谁要是得到了它,谁就会成为富可敌国的人。经过几世单传之后,才于近年被允许公诸于众。该书一经问世,英文版当年销量突破 100 万,迅速被译成 18 种文字在世界各地广为流传。1996 年 4 月,该书在中国大陆出版。同样受到各个阶层广大人士的热烈欢迎。那如诗歌般美妙的文字,闪烁着人类思想精华色泽的内涵,不知影响了多少读者的生活。本书将《羊皮卷全书》的精华内容与当今现实相结合,力图为你打造一条成功人生之路。如果你有志于成功的话,无论如何都不可以忽略它。

目 录

第一章 把握今天 创新生活

展开第一张羊皮卷	2
把握今天	4
善于把握今天	4
把身后的门关上	5
相信自己	8
断剑的启示	8
切莫怀疑自己	9
相信与怀疑的选择	10
信心与成功	12
带上你的伞	13
相信面前没有不可能	13
注重习惯	14
不要受习惯支配	14
习惯改变命运	15
沙皮狗之死	15
让好习惯吸引成功	16
改造自己	17
先改变自己	17
改变是痛苦的	18
向“经验”挑战	19
埋葬昨天,忘记私怨	21

燃烧欲望	23
欲望马车夫	23
欲望就是力量	24
欲望引力定律	25
要成为欲望的主人	26
明确自己真正的欲望	26
让你的欲望燃烧起来	27
向前看改造人生	27
制定计划	29
目标与计划	29
毛毛虫的故事	30
制定自己的人生计划	31
每天都应作好计划	32
对自己的人生计划要忠诚	32
当心误入陷阱——总要计划	32
19岁少年计划的人生	33

第二章 付出爱心 善于思考

展开第二张羊皮卷	36
要有爱心	38
爱是奇迹	38
爱心的力量	38
爱是武器	39
尽量宽容和谅解别人	41
获得之前先付出	42
捧一颗爱心上路	43
山谷里的回音	44
付出与收获的关系	44
付出总会有回报	45

永远有利息在人间	46
真诚地关心他人	46
关照别人相当于关照自己	47
关爱健康	49
人生最大的财富是健康	49
壮未酬身先死	50
如何处理好健康与工作	51
身体影响精神	53
别为了钱拖垮健康	53
善于思考	54
思考与性格	54
思想与目的	56
思考对环境的影响	57
成功中的思考因素	63
梦想与理想	65
平静	67

第三章 控制情绪 找寻快乐

展开第三张羊皮卷	70
控制情绪	72
要成为情绪的主人	72
怎样发泄愤怒	73
走出愤怒的误区	74
消除愤怒的最佳方法——幽默	75
了解愤怒的表现形式	75
消除心中的怒气	77
利用情绪	78
保持情感的强度	78
情绪可成为事业的动力	79

利用负面情绪	82
如何克服浮躁情绪	84
与时俱进	87
用发展的眼光看问题	87
及早给自己“充电”	88
不要做迟缓的人	90
内疚和悔恨是无用的	91
寻找快乐	92
何为快乐	92
发现快乐	92
快乐就在自己手中	94
怎样才能让自己快乐	94
付出不求回报也快乐	95
制定快乐计划	95

第四章 充满激情 笑待一切

展开第四张羊皮卷	98
保持微笑	99
制造微笑的心	99
微笑,并保持微笑	100
把握生命的阳光	102
克服失望情绪	102
消除忧虑的良方	103
笑待一切	105
笑对人生	105
笑对失去	106
笑对天下难事	107
让名人来鼓励你	108
每天保持好心情	109

第五章 重视自己 奉献价值

展开第五张羊皮卷	112
重视自己	114
每个人都有价值	114
肯定自己的价值	115
不能低估自己	116
重视自己但不高估	117
选择职业要明智	118
超越自己	119
最大的敌人是自己	119
培养超越的能力	120
超越极限	121
做正确的取舍	122
奉献自我	124
仁者无敌	124
增值的麦粒	125
为别人才能更好地生存	127

第六章 目标已定 立即行动

展开第六张羊皮卷	130
寻找力量	134
发现它,最伟大的力量	134
选择的力量	137
选择周围的环境	139
选择你的性格	142
选择财富	147
选择幸福	150
让我们选择相信	156

敢于冒险	158
打破束缚	158
应具有冒险精神	159
冒险才有意外的收获	161
冒险的时代已经临近	162
付诸行动	163
行动须忠于目标	163
把握当下,立即行动	165
靠行动打开局面	166
自主行动,不受干扰	168
别给自己留退路	168
良好开端,事半功倍	169

第七章 坚持不懈 直到成功

展开第七张羊皮卷	172
善待苦难	173
享受苦难	173
海龟的启示	174
苦难造就天才	175
苦难事实上并不苦	176
流浪者和他的苦难	177
苦难的意义	177
把困难视为机遇	179
克服恐惧	181
都是恐惧惹的祸	181
走火	182
打破你的限制	183
克服恐惧	184
拥有希望	185

让希望指引你	185
指明方向	186
开发潜能	186
学会按部就班	187
增强工作动力	187
昭示远景	188
再试一次	188
坚持下去	188
等你准备好了再来	190
坚持与成功	191
一定要有梦	193
成败皆福	196
成功和失败	196
在失败中找到成功	196
失败成功有时是两个骗子	198

第八章 直面现实 不断挑战

展开第八张羊皮卷	202
把握机会	203
把握住成功的机会	203
天上会掉馅饼吗	206
让自己准备充分些	207
抓住并制造机会	209
正视现实	210
学会接受现实	210
保持自身的特点	213
抵制“必须”	214
相信自己是独一无二的	216
切莫不要模仿他人	217

成为众人瞩目的焦点	218
挑战自我	223
你会做得比现在更好	223
你是不是精英人物之一	226
敢于冒险	228
去努力做事	230
创造性思考	236
培训自己参加战斗	242
发展个性	246
与人共享	262
向深处发展	269

第九章 珍惜生命 感恩生活

展开第九张羊皮卷	278
珍惜时间	279
时间是一条单行道	279
树立一个时间观念	280
在限定的时间内办事	282
把握零碎时间	283
挤时间读书的毛泽东	284
计划时间	284
敏捷地抓住现在	286
抓住时间	288
时间是挤出来的	288
一刻钟决定一个成功	290
善于把握第一时间	291
感恩活着	295
活着的幸福	295
活着就有机会	296

要珍惜活着的权利	297
不能痛苦的活着	298

第十章 调整心态 坚定信念

展开第十张羊皮卷	300
调整心态	301
心态决定命运	301
心境的魔力	302
坚定信念	303
你需要正确的信念	303
失败,只是暂时的失败	304
失败后依然保持清醒	305
有阳光就够了	306

第一章 把握今天 创新生活

今天，我开始新的生活。

今天，我爬出布满失败创伤的老茧。

今天，我重返人世，我出生在葡萄园中，园内的葡萄任人享用。

今天，我要从那最高最密的藤上摘下智慧的果实，它是好几代前的智者种下的。

今天，我要品尝这美味的葡萄的果实，还要吞下每一粒成功的种子，让新生命在我心里萌芽。

我选择的道路充满机遇，当然，也布满荆棘。失败的同伴数不胜数，叠在一起，高过金字塔。然而，我不会像他们一样失败，因为我手中持有能指引我正确方向的航海图，可以领我越过汹涌的大海，最终抵达梦中的彼岸。

展开第一张羊皮卷

今天，我开始新的生活。

今天，我爬出布满失败创伤的老茧。

今天，我重返人世，我出生在葡萄园中，园内的葡萄任人享用。

今天，我要从那最高最密的藤上摘下智慧的果实，它是好几代前的智者种下的。

今天，我要品尝这美味的葡萄的果实，还要吞下海一粒成功的种子，让新生命在我心里萌芽。

我选择的道路充满机遇，当然，也布满荆棘。失败的同伴数不胜数，叠在一起，高过金字塔。

然而，我不会像他们一样失败，因为我手中持有能指引我正确方向的航海图，可以领我越过汹涌的大海，最终抵达梦中的彼岸。

失败不再是我奋斗的代价。它和痛苦都将远离我的生命。失败和我，也将水火不容。我不再像过去一样接受它们。我要在智慧的指引下，渐渐走出失败的阴影，步入富足、健康、快乐的乐园，这些都超出了我以往的梦想。

我如果可以长生不老，就能够学到一切，但我不能永生，所以，在有限的人生里，我必须学会忍耐的艺术，因为大自然的行为一向是从容不迫的。造物主创造树中之王橄榄树需要整整一个世纪，而洋葱经过短短的九个星期就会枯老。我不留恋曾经那种洋葱式的生活，我要成为万树之王——橄榄树，成为现实生活中最伟大的推销员。

可是怎么可能呢？我既没有渊博的知识，又没有丰富的经验，况且，我曾一度跌入愚昧与自怜的深渊。答案很简单：我不会因所谓的知识或者经验阻止我前行的脚步。造物主已经赐予我足够的知识和本能，这份天赋是其它生物望尘莫及的。经验的价值很多时候被人们高估，人老的时候开口讲的多是糊涂话。

不能否认，经验确实能教给我们很多东西，只是这需要花费太长的时间。等到人们通过经验获得智慧的时候，其价值已随着时间的消逝而减少了。结果往往是，经验丰富了，人也余生无多。经验和时尚有关，适合某一时代的

行为，可在今天不一定仍然行得通。

只有原则能够持久不变，而我现在正拥有了这些原则。这些可以指引我走向成功的原则都详细地写在这几张羊皮卷里。它教我如何避免失败，而不仅仅是获得成功，因为成功更是一种精神状态。人们对于成功的定义，各抒己见，而失败却常常只有一种解释：失败就是一个人没能达到他的人生目标，不论这些目标是什么。

事实上，成功与失败的最大区别，来自不同的习惯。好习惯是开启成功的钥匙，坏习惯则是通向失败的一扇门。因此，我首先要做的便是养成良好的习惯，竭尽全力去实行。

小时候，我常会感情用事，现在长大了，我要用良好的习惯代替一时的冲动。我的自由意志是因多年养成的恶习，它们威胁着我的前途。我的行为受到品味、情感、偏见、欲望、爱、恐惧、环境和习惯多种因素的影响，其中最厉害的便是习惯。因此，如果我必须受支配于习惯的话，那就让我受好习惯的支配。那些坏习惯必须戒除，我要在新的田地里播种好的种子。

我要养成良好的习惯，竭尽全力去实行。

这事情并不简单，要怎样才能做到呢？靠这些羊皮卷就能做到。因为每一卷里都写着一个原则，它可以帮助我摒除一项坏习惯，换取一个好习惯，使人进步，走向成功。这也是自然法则之一，只有一种习惯才能抑制另一种习惯。所以，为了走好我的路，我必须养成的第一个好习惯是：

每张羊皮卷用三十天的时间阅读，然后再进入下一卷。

清晨即起，默默诵读；午饭之后，再次默读；夜晚睡前，高声朗读。

第二天照第一天情形去做。这样重复三十天后，就可以打开下一卷了。每一卷都依照同样的方法读上三十天，长此以往，它们就成为一种习惯了。

这些习惯有什么好处呢？这里深藏着人类成功的秘诀。当我每天重复这些话的时候，它们便成了我精神活动的一部分，更重要的是，它们慢慢渗入我的心灵。那是个谜一般的世界，永不停止，创造梦境，在潜移默化中影响我的行为。

当这些羊皮卷上的智慧，被我奇妙的心灵完全吸收之后，我每天都会充满活力地醒来。我从来没有这样精神焕发过。我更有活力，更有热情，要向世界挑战的欲望克服了所有的恐惧与不安。在这个充满争斗和悲伤的世界里，我竟然比以前更快活。

最后，我会发现自己有了应付一切环境的能力。不久，这些办法就能运用自如。因为，任何方法，只要勤加练习，就会变得简单易行。

反复练习，一种看似复杂的行为就变得轻而易举，实行起来，就会有无限的乐趣，有了乐趣，出于人之天性，也就更乐意常去实行。于是，一种好的习惯便形成了，习惯成为自然。既是一种好的习惯，也就是我的意愿。

今天，我开始新的生活。

我庄严地立下誓言，绝不让任何事情妨碍我新生命的成长。在阅读这些羊皮卷的时候，我绝不浪费一天的时间，因为时光错过便不再，失去的日子是无法弥补的。我也绝不打破每天阅读的习惯。因为，每天在这些新习惯上花费少许时间，相对于可能获得的快乐与成功而言，只是微不足道的代价。

当我阅读羊皮卷中的字字句句时，绝不能因为文字的精炼而忽视内容的深沉。

一瓶葡萄美酒需要千百颗果子酿制而成，果皮和渣子只能抛给小鸟。葡萄的智慧代代相传，有些被不明白永恒淘汰，随风飘逝。只有纯正的真理才能永恒。它们就精炼在我要阅读的文字中。我要依照指示，绝不浪费，饮下成功的种子。

今天，我充满失败与痛苦的老茧化为尘埃。我在人群中昂首阔步，不会有人认出我来，因为我已不再是过去的自己，我拥有的是一个崭新的生命。

把握今天

善于把握今天

不少人认为自己每天有做不完的事，并感觉自己的生活压力越来越大。除此之外，还觉得对未来也不是很有把握，不知道未来会是什么样子。这个问题对于现在生活在迷茫中的一代更是一个严重存在的问题。但是这个问题并不是如今才有的，很久以前人们就在受着它的困扰。而以前的人又是怎样解决的呢？让我们看看吧：

在1871年的春天，有一位年轻人跟我们一样有这种感觉。他刚从医学院