

Frustration

挫折大学

获得完美人格必修的一所大学

[美] 拉尔夫·艾尔伯特·佩里特◎著
郦英华◎译

我们一定要记住，在这个世界上
没有人能够买到教育，也没有人能给予我们教育
更多的教育是我们在这所大学中获得的

哈佛、耶鲁等美国十多所名校指定参考书

- 全球销量突破2000万册
- 已被译为20种语言版本



插图典藏版

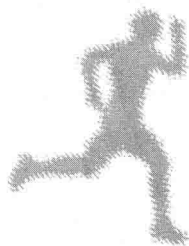
咪咕阅读



中国出版集团



研究出版社



F R U S T R A T I O N

挫折大学

获得完美人格必修的一所大学

[美] 拉尔夫·艾尔伯特·佩里特◎著
鄢英华◎译



中国出版集团



研究出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

挫折大学 / (美) 拉尔夫·艾尔伯特·佩里特著;
郦英华译. —北京: 研究出版社, 2016. 7
ISBN 978-7-80168-953-5

I. ①挫… II. ①拉… ②郦… III. ①挫折 (心理学)—青少年读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 118031 号

挫折大学——获得完美人格必修的一所大学

作 者	[美] 拉尔夫·艾尔伯特·佩里特 著
译 者	郦英华 译
责任编辑	刘姝宏
出版发行	研究出版社
地 址	北京市东城区沙滩北街 2 号中研楼
邮政编码	100009
电 话	010-64257481 (总编室) 010-64267325 (发行部)
网 址	www.yjcbcs.com
电子信箱	yjcbcsfxb@126.com
印 刷	三河市南阳印刷有限公司
开 本	890mm×1240mm 1/32
印 张	7.25
版 次	2016 年 7 月第 1 版 2016 年 7 月第 1 次印刷
书 号	ISBN 978-7-80168-953-5
定 价	28.00 元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

序言 PREFACE

一个能够努力克服艰难的人有权利得到他应得到的，他会得到上帝的庇佑。

——启示录 21:7

祸兮福之所倚。就像蟾蜍，长相丑陋并且分泌毒液，然而，它的身体里却藏着珍贵的药材。因此对于我们的生活，应该抛开那些每日重复又重复的琐事，而去寻找树的妙语，溪水的思想，冥石无言的启示，以及自然万物的精神给予人类的美好启迪。

——莎士比亚

迄今为止也许已有上百万人付钱在吕克昂学府、教师进修学院、俱乐部或其他的聚会上听过关于挫折大学的演讲。其中大概有一千人询问过这篇演讲能否编撰成书，可能更多人已经开始撰



写了。

这就是本书的由来。书中的内容是人们在演讲中听到的，或者他们只听到了其中一部分。我花了许多夜晚才整理完毕，最后将其装订成书。其实这并不是我的写作风格，其中很多部分都有些口语化。因为演讲的对象是听众，听众是验证一篇演讲是否成功的关键。

在这本书中，第一人称似乎有点多，与其说这是一篇演讲，不如说是一份自白，因为没有人在自白时会绝口不提“我”。

我的学习才刚刚开始，每一天我都觉得自己在取得进步，对于事物的看法更加透彻，我本应该等到明天再打印这本书，因为我可能会发现更多的不足之处。但这已经是我今天能做到的最好也是最认真的事了，因为大家都已经在期待了。

谨对大家的支持表示最诚挚的感谢！

芝加哥《吕克昂杂志》

拉尔夫·艾尔伯特·佩里特

关于本书

WHAT IT'S ALL ABOUT

没有人能买到教育，也没有人能给予我们教育。

更多的教育是我们“在实践”这所大学中获得的。书本和校园只是为我们提供了学习的工具和场所，其中有些书本和学校是世界上最好的。我们必须学会利用这些工具和场所。只有辛勤地实践、不懈地奋斗、英勇地献身、不断地完善以及最后取得骄人的成绩，才能使我们认识世界、理解世界、取得成功、享受快乐、增长力量，最后学会生活。

“我们中间最伟大的人，应该是我们最忠诚的公仆。”所谓伟大就是肩负更大的责任，服务更多的人。

健壮的臂膀是花钱买不来的，必须通过锻炼来获得；伟大的思想是买不来的，必须通过内在的培养来获得；伟大的人格也是买不来的，必须通过道德上的约束来获得。

挫折大学具备两大功能——阻碍和帮助。我们用一生来学习，因为并不是所有人都具有天生的智慧。我们不知道记住了什么，



只知道我们被赋予了什么，为了什么活着，或者当我们被传唤为证人时，什么会被当作证据。

美国何时才能够强大并大步向前，取决于我们培养了多少个“格西”^{*}。我们并没有变老，而是走向永生。我们过去所有的岁月都是为了这一天，我们生命中最伟大、最智慧、最快乐的一天。

当和平、和谐、友爱、明智和理解取代了冲突、争吵和罪恶，我们最终完成了我们的教育。

当我们克服一切困难攀登上了生活的高峰，我们便超越了自己，所有的艰险和阻碍都变成了明媚的阳光。我们站在生命的最高点，俯视一路走来的灯光，在上帝的学位授予典礼上获得了崭新的永生。

^{*} 格西，书中一个故事中的主人公，是一个典型的教育失败的产物。他从小享尽父亲无节制的宠爱和纵容，结果长大后一事无成。

愿上帝保佑我们

我们只是孩子，一直在成长，却永远长不大

愿上帝保佑我们

继续挑战自我

继续服务社会

继续克服险阻

我们的生活会更长久，更强韧，更开心

我们将获得生命中美好的一切

永远告别烦恼

愿上帝保佑我们

昨天已逝，珍重现在，面向未来

—— 目录
CONTENTS

CHAPTER 1 —— 成长与挫折为伴 / 001

CHAPTER 2 —— 80 年磨一剑的摩西 / 019

CHAPTER 3 —— 从生活中毕业 / 051

CHAPTER 4 —— 小提琴与调弦 / 067

CHAPTER 5 —— 回首往事 / 091

CHAPTER 6 —— 憧憬未来 / 107

CHAPTER 7 —— 攀登高峰 / 119

附英文版 / 127



CHAPTER

1

成长与挫折为伴

世界上所有的父母常常这样说：“我们这辈子是没有太多机会了，但是我们要尽可能地给孩子们多提供机会。我们的孩子要得到我们所能给予的最好的教育。”

当然也有一部分人认为教育有时是可以用钱买到的，所以当孩子不能考上大学时，他们就花更多的钱给孩子们买教育。

但是更多的人做不到这一点，他们只能为孩子们打开机会的大门，然后对他们的孩子说：“师傅领进门，修行在个人。”

他们总是把自己的思想灌输给孩子们，但是简单的给予和灌输并不能让孩子们领会父母的良苦用心，只有当孩子们能够彻底领悟其中的意义才能真正拥有这些财富。

只有通过自己的努力才能使我们拥有身边的一切；只有亲身经历才能让我们领悟其中的意义；只有实践才能出真知。

我们无法不劳而获。



我们不仅仅是从书本中学习知识，更是在挫折中获得进步。

我们都在一所伟大的学校中学习——一所充满挫折的大学。
它的操场是整个宇宙，校长是上帝。

在这所学校里，我们能学到自己所需要的所有东西，然后再把我们的所学都写入自己的经验之书。

我们所经历的每一次挫折都是人生中宝贵的一课。在挫折中学习，就可能不会再犯同样的错误，虽然紧接着我们又可能会犯新的错误。如果我们自认为天资聪颖，这是最糟糕的事，这样我们就不能真正理解在挫折中学习的意义，我们会一次又一次地犯同样的错误，直到有所醒悟。莎士比亚或其他人的话使我们明白，“每个小挫折对我们来说都深具意义”。

随着我们慢慢长大，会发现自己一共经历过两类挫折——需要的挫折和不需要的挫折。其中有些挫折是在我们意料之中的，有些则是在意料之外。

我们可以以另外一种方式表达，一所挫折大学共分为两个学院——非必要挫折学院和必要挫折学院。

孩子们，或许你们不相信我要说的，我们无法把所有的东西都教给年轻人。你们天性聪明，会知道得更多，但你们也会犯我们曾经犯过的错误。如果你们能够记住我所要说的，在以后的日子里，你们会发现它们对你们的人生有莫大的帮助。

非必要挫折

说到这里，我清楚地记起小时所经历的一次非必要的挫折。

当时，我企图使全家人都服从我的意志。那时的我已经四岁，家人围坐在我的周围，我就坐在一把高脚椅上，对周围的一切都跃跃欲试。

高脚椅刚好高出旁边的餐桌，这使得桌上的咖啡壶触手可及。那天，我对咖啡壶着了迷，非常希望能得到那个咖啡壶，真的太得到了，没有人能理解我当时的渴望。我对自己说：“在这个世界上你只缺一件东西，就是这个咖啡壶！”

但在我准备伸手去拿时，却意识到身边坐着一个女人——我的母亲。她是我所知道的最爱管闲事的女人，四年来，我所做过的所有事情她都要插手。那个女人说：“别碰！”

我越想越烦躁，这个女人有什么权力总是干涉我想做的每一件事？这种女人掌权的暴政我已经忍受了四年，该让它收场了！（我心里这么想却没有说出来）然后我采取了行动，没有理会她。

终于，我拿到了那个咖啡壶，我毫无阻力地拿到了它。我不仅知道我是何时拿到的，而且知道是从何处拿到的。但这样做的唯一结果是，我将足足一加仑的咖啡全部浇在了自己身上。我想，绝没有哪个淘气鬼弄翻过那么浓、那么烫的咖啡，到现在我还能



感受到它的滚烫！

此后的几周里，我被严严实实地包裹起来。他们在我的身上涂满了苹果酱，还有煤油、蛋青、淀粉等，那些热心的邻居们将所能想象到的治疗烫伤的东西，一股脑儿地涂在这个暂时黯然失色的“小心肝、小太阳”身上。那次因为我用很愚蠢的方法拿到了咖啡壶，同时自己也受到了惩罚。

我的妈妈总是用她自己奇特的方式教育我——“只说一次”。她不会重复她的话，也不会与我争吵。她就只说一句“不行”，然后就自顾自地继续编织她的毛衣，任我为所欲为。奇怪，现在的妈妈们为什么不织毛衣了呢？

妈妈常对我说：“别往坑里跳。”结果往往是她的话音刚落，我整个人就已经在坑里面了，而她甚至都不看我一眼。邻居们经常抱怨我的妈妈对待她天使般的宝贝很残酷，但他们有所不知的是，我是一个多么倔强、多么任性的小东西，这一点只有妈妈知道。她也知道这是教育我最快捷、最有效的方法。

于是，我很快明白了一个道理：如果不听妈妈的话，如果粗心大意，壶里滚烫的咖啡就会浇在我的身上。妈妈不是在惩罚我，妈妈不是那种爱惩罚人的人。整个事件的善后处理当然都是爸爸的事，是他在寓所后面的实验室里完成的。



多年的经历告诉我们，那些非必要的挫折如出一辙，只要你小心，是完全可以避免的。智慧的声音在召唤我们每一个人：“人类的孩子们啊，做正事，走正道吧！你们会越来越明智，越来越幸福。”然而，我们大多数人都宁愿永远被胁迫着走上正道。

因为我们总是希望做自由自在、不受道德约束的人。

于是，我们总是偏离正道，总是沿着禁止通行的小道一直向下走去，因为这些小道走起来更加轻松愉快，也更有吸引力。任何时候，向下走总是轻松的，我们只需滑下去；向上攀登却不同，我们要花费力气，付出更多的艰辛和勇气。

这是因为，任何事物如果是向下，就会自动行进；如果是向上，则必须借助外力的推动。咖啡迟早都会洒出来，我们会被烫出满身的大泡，我们会尝到非必要挫折的滋味。如果你现在还没有遭遇过，你早晚会遇到。

我以前常常把这种挫折称为坏运气，现在我才知道这些都是对我们的惩罚。“吃一堑，长一智”吧！有一次，我付给一个看相的女人两美元，让她看看我的手相。她说：“这不是你的过错，而是你的出生时辰不佳。你出生时，头顶正悬着一颗黑煞星。”天哪，你们不知道这句话给过我多大的安慰！因为那都不是我的错，只是因为命理不好我才会那样。但现在我明白了，我们每个人都可能会遇到挫折，但幸运的是我们能在挫折中吸取教训。这样以后我