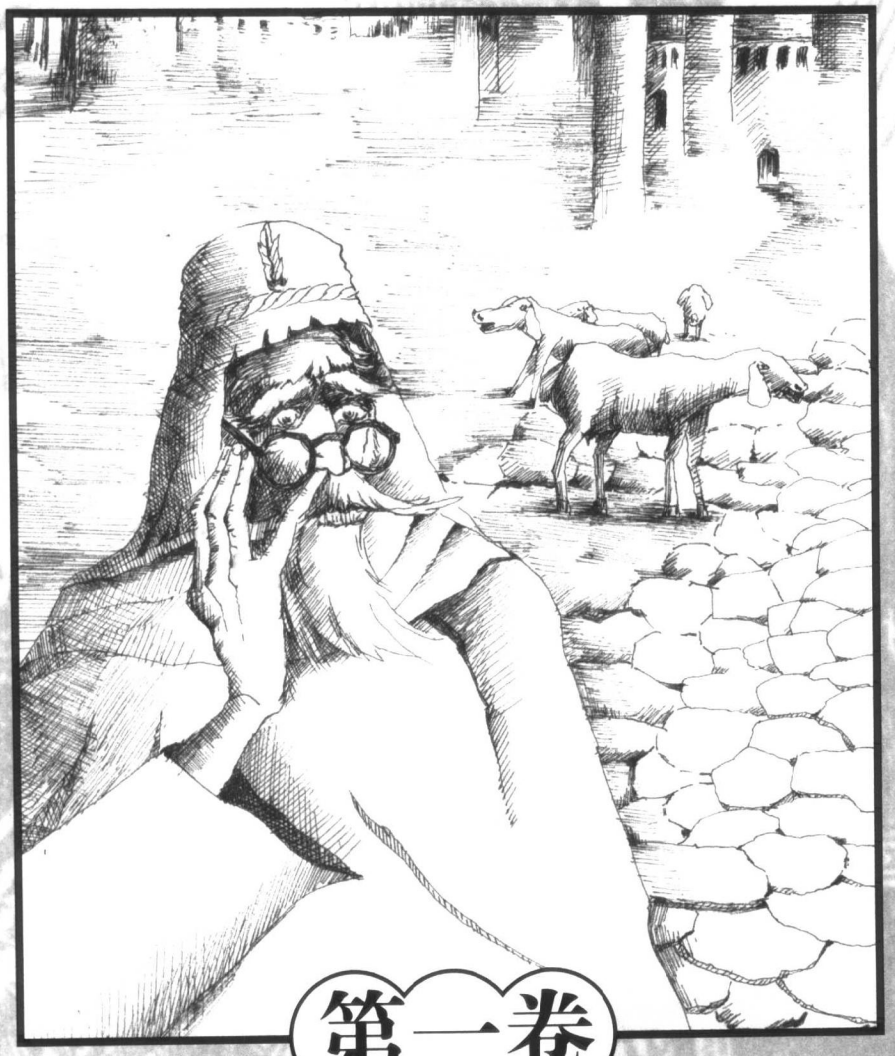


第一卷

你比任何人都清楚，最危险的敌人就是自己。

查尔斯·斯伯尔根

需要全本请访问 www.ertongbook.com

要想明智地计划未来，就应该充分了解和学会欣赏过去。

唐·库德蒂

第1课

如何看待自己的过去

准备开始迈向美好生活的第一步了吗？

如果是，那么我真诚希望，致辞篇中的两句话仍在你脑海中回响。“没人能代替你生活，没人能代替你成功！”

正如唐·库德蒂在经典名篇《失败的建议》中所提及的那样：“活在世上并不容易，体面地活着更不容易；真正了解自己不容易，而喜欢自己更是知易行难。但是我们必须活下去，生活中还有一个人我们都必须面对。”

那个人，当然就是——你自己。可是你又是谁呢？你是什么？我们很多人都知道如何驾驶汽车却不知道如何驾驭自己，这是多么可悲的一件事啊！

假如有人问你是干什么的。你也许会说你是销售员、电脑程序员、模特、股票经纪人、卡车司机、木匠，或其他随便什么职业。但是，你说错了！

你所从事的职业，是我们大家都从事的职业——那便是“生活”。尽快了解你自己是谁，为什么现在是这个样子，你就能尽快面对一直困扰你成功的诸多疑惑和挑战。好了，还是让我们快点开始……

我叫他乔，因为故事一开始，乔就是一个彻底的失忆症患者。他不记得自己的名字，对以前的生活也已完全忘记，他甚至不知道自己怎么到的这里。最大的可能就是，他以前是个飞行员，遭遇了事故，落难到了此地。乔苏醒过来，发现自己好像躺在一个黑暗的山洞里。

他还能动弹，骨头显然没受伤，不过脑子是不太管用了，于是他很快又失去了知觉。乔也不知道自己在山洞里呆了多长时间。虚弱无助的他迷糊一会儿，活动一会儿，又迷糊一会儿。既然自己又暖和又不饿，还非常舒服，那么也就用不着着急了。一切就这么样吧，乔感到很满意。

可是在乐园里的他又失去了乐园。一天，乔发现自己让人十分唐突无礼地拽了出来，拉到了光亮的地方。自从事故后，他第一次感到害怕，这是一种慑人心腑的恐惧，充斥着身体的每个细胞，甚至每个毛细血管。突然走出黑暗的他让强光炙烤着，双眼一片漆黑，什么也看不见，耳边鸣响起各种声音，寒意穿透了每一个毛孔。乔只记得，把他从藏身山洞里拽出来的土人又把他推进了地狱。

不过，土人显然并不想杀死他。他们给乔穿上衣服，盖上被子，扶他躺下。乔累得筋疲力尽，便酣然入睡。接下来的几天，几个星期，他一直在睡。乔十分虚弱，连抬头的力气都没有了，只能集中所有精力来支撑自己活下去。当地的土语他一句也不会说，好在土人们对他倒是有求必应。乔一醒来就哇哇直叫，要是还没有人来的话，他就放声大喊。这可不太像话。不过想想咱们自己要是到了他那般田地又会怎样呢？乔又虚弱又无助，周围都是些陌生人，他们想干什么，会干什么，自己全然不知。自己的脑子又不太好使，动一动都疼，眼睛也看不清，除了知道自己还活着，完全依赖着他人之外，乔什么也没弄明白。

一天又一天过去了，乔的疼痛逐渐消退。他从头脑和精神的阴霾当中逐渐清醒过来，感觉自己的体力也在渐渐增加，注意力也时不时的向外拓展。于是乔试图回想自己到底在哪儿，土人们对自己是否友善。乔注意到，土人们显然指定了一个“她”来照顾自己。乔只要需要什么，通常来照应的都是她，偶尔也会是她的助手——一个男人。看到她对自己十分温柔，甚至还有那么点儿喜欢自己，乔开始觉得多少对自己的境遇有些放心。不过他对山洞里那份安宁静谧而且简单舒适的怀念并没有消失，只是不再那么强烈罢了。周围的环境越来越吸引乔的视线，他甚至还小有收获，因为他注意到女人正冲着自己微笑。这一发现鼓舞了乔，让他认为自己也许能学会与别人相处，于是他也对女人报以微笑。这个举动让女人分外惊喜，赶紧叫其他土人

来看。乔亲切地冲着众人微笑，心想要是这是大家想要的，他但做无妨。

时光流逝，乔体力渐长，不过这还是一个缓慢的过程，他除了睡觉，什么也不干。醒来，他躺在床上看着天花板，便盘算着自己好了能不能四处走走，看看自己究竟是降落到了什么样的地方，都会遇上什么样的人。乔很自然地认为其他土人肯定和照顾自己的女人一样，于是便尽可能从女人身上搜集线索：从她的声音语调中判断她高兴还是不满，从她对待自己的方式上猜测自己以后要应付的是充满敌意还是和平友好的人群。他计算着自己表示饥饿后她会多久才送上饭菜，从而弄清以后自己需要生活用品时会不会容易得到。尽管自己不懂当地的语言，他也经常偷听周围人们的交谈，从而判断这个地方的人是特别爱吵架呢，还是容易相处。女人为自己服务时，乔时常观察她的表情，判断是扭捏腼腆呢还是从容大方。

乔知道，一旦自己能动了，那生活就取决于自己是否能让这些土人接受。于是他最想知道的是女人怎么看自己。他观察着女人的举止，收集着各种信息：看看自己能让人喜欢吗？能让人觉得可亲可敬、可爱可慕吗？能从大家那儿获取同情、博得好感吗？或者，根本就没人理睬他呢？乔满脑子想的就是这些。于是，只要女人喜欢自己的地方，他也喜欢；女人不喜欢自己的地方，他也憎恶。不知不觉，他把女人当成了一面镜子，照出自己是什么样的人。

乔对女人十分依赖，她只要一离开，乔就会陷入绝望，担心她再也不回来了。只要乔想到女人也许已经抛弃了自己，那份消逝的焦虑便会卷土重来。他占据了女人大部分的时间、关怀和注意力，以致过了很长时间，乔才明白女人也有自己的生活。而她的生活并不是以乔为中心的，因为他们根本就是两种人。起初乔看着女人，曾觉得她仿佛是自己身体的延伸，抬起腿就能为自己拿东西，伸出手就把饭喂进自己嘴里。虚弱使乔变成了一个可怕的、以自我为中心的人，正像那些以自我为中心的病人一样。

他们俩常在一起，难免日久生情。他们发明了自己的语言、自己的手势和自己的声音，而女人对乔的要求总是百依百顺。现在乔更了解女人了，了解她的情绪，解读她的表情。有时他们开怀大笑，有时他们息声安坐，一起玩游戏，一起逗乐，彼此作弄。有一次他们嬉戏

需要全本请访问 www.ertongbook.com

玩耍时，乔掐了女人一下，向她展示自己的力量增加了。可女人却猛地撤回身，皱着眉，尖利着嗓音说着什么，吓得他不知所措。乔没伤害她的意思，不过同时也明白了土人不喜欢这种过激行为，那他最好还是把任何有这种冲动的倾向藏匿起来。

至于那个男人，乔常能看到，也开始喜欢上了他，甚至和男人玩得还更野一些。乔很喜欢这样，因为这可以给自己必要的练习。从这对女人和男人身上，乔了解到这个文化中的人是如何示爱的。于是，乔也企图模仿，因为乔意识到，正是男人和女人之间爱的行为让自己明白了生命与死亡的不同意义。如果他想让这些认识自己的人最大限度地关怀自己，亲近自己，从别人那里得到友善和好感，那么就要备加关注这方面的线索，而且还要尝试运用这些方法去取悦人们。

显然，乔现在不仅活了下来，而且还要和这些土人过上很长一段时间，所以乔决定学习他们的语言。这既有好处也有坏处：和别人轻而易举的交流固然让人满意，但自己和女人之间那种直接、无言的交流一去不回多少让人有些伤感。乔仍然留恋着那种无言的交流，就像留恋山洞的静谧一样，就像他虽然越来越能照顾好自己，却更加渴望能和别人亲密相处。不过他知道，自己不能一直那么脆弱，也不能一直那么依赖别人。

女人也清楚这一点。于是她说，乔自己应该学会自己洗漱，这在他们相处当中还是头一遭。不过，乔反而发现自己占了上风，因为他可以选择是遵从还是反抗，从而检验一下自治的范围。意志较量的战斗似乎仍在推进，不过女人还是努力表现出来一副好脾气，对乔不予理睬。而乔考虑到女人的和善、大度，也决定尽量服从她的要求。

乔越来越像个正常人了。而正常男人的举动之一就是爱上女人，这没什么好大惊小怪的。于是乔向女人求婚，而她却拒绝了：因为乔需要更长时间的照顾才能独立，况且自己已经和那男人结过婚了。对于第一个借口，乔认为那不过是病人想和护士结婚会遇到的挫折罢了。至于第二个借口，乔采取了更直接的行动。他明白地告诉男人自己打算和她结婚，并表示男人要是不再来自己的住处，自己会十分感激。那男人笑了笑，立刻就天天晚上都到乔家来。乔权衡了方方面面的可能，想了很久，决定诉诸武力来解决这个害事的男人。可是一作力量对比，乔大吃一惊，那个男人远远比自己强壮，出师借口也远比

自己更有理；男人完全可以先发制人，把自己打得落花流水，无力招架，更别想夺人所爱。一想到自己还可能让男人活活给废了种种可怕的后果，乔就害怕得要命，于是放弃了所有计划，再也不敢想取代男人。事实又使他走向另一个极端。从理论上讲，若不能战胜敌人，那就加入敌人一伙。于是乔试图与男人步调一致，努力使自己更像他。这一出插曲就这么烟消云散，乔和那男人反倒成了好朋友，成了女人共同的仰慕者。

乔就这么不尴不尬地和他们住了四年之久。从这段经历中，乔明白自己最好还是开始拓展自己的视野。于是他决定先从女人这里开始自己的冒险。当然刚开始的时候，乔虽然还走不了路，不过肌肉已经更有力量了。在女人的帮助下，乔试着迈着小步，后来没有女人的帮助他也走得相当不错了。乔慢慢挪动脚步，在村子附近走来走去，随便看看，一有什么事就叫人帮忙。慢慢地，乔和周围的土人混熟了，细致观察了他们做事的方式、习俗、准则，甚至还扩大了词汇量，掌握了新技能。到这时，乔认为自己关于女人和其他土人的论断说的没错，自己从女人身上得出的结论也得以验证。最令人欣慰的一点是，乔发现别人很喜欢自己，这给了乔很大的自信。和土人们交朋友非常容易，他们喜欢他的微笑，他的结实，同时对他乐于学习适应自己所处环境的种种努力也给予充分肯定。

每一次成功都激励着乔去尝试下一次成功。女人和男人已教给他足够的东西，而他失败时也能从中吸取教训，然后继续探索。经过依靠别人照顾的漫长时期，现在令人欣慰的是，乔变得坚强、独立，自力更生，再加上没什么精神烦恼，这段时间他过得十分平静安详，连照顾他的人也引以为荣。乔对什么事都很了解了，也知道规矩，他们不用总拎着绳子拽他回来。不过当乔尝试力所不能及的事情，他们就会在他身边。这样，乔既是独立的，又能有所依靠，一切都再好不过了。

这些人的文化可不像乔想像的那么简单。刚开始，他总想随便下一些简单的结论，结果却发现，自己接受的却是一些复杂的，甚至是矛盾的信息。乔没有一味地探求答案，而是停下来开始探索问题。乔意识到推论的过程比做结论更有用处，于是变成了事实的收集者。

时间就这样一天天过去了，乔过得很不错。最初的时光已在他脑

海淡忘，只有当自己办错事、说错话时，过去的记忆和一些焦虑偶尔又会溜回来。十二年里，乔在这里学到了很多东西，现在他开始惊异地发现，以前在自己心目中无所不知、无所不能的女人和男人，实际上知道的并不多。显然乔已经超越了他们，而他们对乔来说已无多大帮助。现在乔的力量、激情已不可能再那些男人和女人那里获得，而是从朋友那里获得。朋友们理解他，了解他的兴趣，关注他的事情，甚至理解他的急躁。乔对于背叛了照顾自己的女人和男人感到愧疚，但同时他又对自己说：“又不是我让你们非把我拽到了你们的世界里的。”

如果说以前的那段时光平静而安详，那么这段时光则充满了暴风骤雨、雪雨冰霜。这段时光逝去之后，乔回首往事，才明白一切都必须这样经历才行。内心的骚动让乔变得叛逆，这骚动的源泉是知识的鼓动，鼓动他走出去，离开这个家。如果他想弄清楚自己到底是谁，究竟属于什么地方，那就必须和他们断绝来往，就如同孩子断奶一样。以前的生活是试航阶段，船仍旧可以停泊在码头上，可是，现在他要挣脱缆绳了。乔对女人和男人的感激在心中荡漾：毕竟他们也聪明过；当他们不再聪明时，他们也曾慷慨过。乔看到他们尽了努力，同时也很爱自己。乔也爱他们，这爱不但没有让他消耗什么，反而让他更加充实。他们为自己提供了二十一年的庇护，如今知道该让他走了。他们该做的都做完了，现在是乔自己闯荡的时候了，去寻找属于自己的世界。

于是，乔做了一生中最艰难的选择：离开他们。

除非获得五种基本要素，否则成功不会来临。

霍华德·惠特曼

第2课

如何
打造自己成功的品牌

如今，世界上的人有多少，成功的定义就有多少，可谓是见仁见智。甚至有人宣称，经过多方论证，我们这个时代最伟大的“失败”是——“成功”，因为人们越来越多地将成功单单和物质财富捆绑在一起

“我尝过富有的滋味，也尝过贫穷的滋味——当然有钱的滋味更好了。”娱乐界的人们一个接一个如此这般地高唱低吟，而我们也一边微笑，一边忍不住点头赞许。

难道这就是成功的惟一内涵吗？当霍华德（1905～1976，美国商人，电影制片人，飞行员）手里最初的100万美元成倍增长时，他是欣喜若狂呢，还是心如止水？当保险箱里塞满钻石的电影明星为了嫁给第五任丈夫而甩掉第四任丈夫时，是觉得更加心满意足，还是怅然若失？

那么，你又如何给成功下个定义？也许你太忙，根本无暇考虑这个问题。不过没关系，如果你上我们这所成功大学的目的在于改进生活，那么我劝你，接受忠告还是越早越好，这样你可以想得更清楚，做得更明白。

你的确是想采纳我的建议，对吧？看这本书时，你手里的确拿着笔，对吧？希望如此，因为从杰出人物霍华德那里，我们不仅应该学习而且更要牢记他带给我们的无价信息。在《成功在于你自己》这本书中，霍华德为我们揭示了一个又一个成功的真正要素

成功有两个重要标准：1. 别人认为你成功吗？2. 你认为自己成功吗？

这两者之间的关系就好像吸管和冰镇汽水之间的关系。要想好好享用冰镇汽水，最好是两样都有。但是如果只能选择一样，那当然有汽水要比光有吸管好得多，因为吸管本身并没多大作用。同样，如果你自己觉得不成功，即使整个世界都认为你成功也徒劳无益。这客成功的冰淇淋仅在于你内心的欣赏与品味，所以，自己的成功未必非要得到外部世界的认可。

但问题在于，我们往往致力于按照外部世界所制定的尺码来打造自己的成功。可是，这些尺码并不是从我们的角度或依我们的需要而定。于是麻烦就来了：我们究竟为谁成功？为自己还是为别人？就其意义而言，成功应该是件很个人化的事，依个人性格不同而有不同的内涵。实际上，成功常是随着人格的提升而崛起；因此，我们也要时常带着审视的眼光去探索自己，发掘自己对成功的看法究竟是什么。可是，我们却往往屈从于外界所认为的成功模式，用它来套用我们个人的情况，就像对生活中其他的事情一样随声附和，缺乏自己的思考和判断。令人欣慰的是，我们当中还是有不少勇士，有胆量去思考这个问题；而且如有可能，他们偶尔还能拼画出新的成功模版。这立刻让人觉得他们是那么诚恳坦率、勇往直前、个性十足。

诺贝尔文学奖得主威廉·福克纳曾说过："我生来就是个流浪汉，一无所有的时候最幸福。以前我有一件外套，兜儿特别大，里面装上一双袜子、一本莎士比亚精选集，再来上一小瓶威士忌。那我就非常知足了，因为我什么也不需要，什么责任也不用承担。"

也许有人会对这种成功的定义不屑一顾。不过，尽管别人可以为自己去否定这个定义，却不能替福克纳否定这个定义。这种坦白直率的定义，恰恰反映了典型的密西西比人所独有的诚恳和坦荡。

阿尔伯特·茨威格（1875～1965，奥地利作家，传道士，医生，音乐家，1952 诺贝尔和平奖获得者），看到这个名字的次数之多，听到人们的盛赞之多，连我自己都不免有些厌烦了。1955 年全世界的茨威格迷都在为他庆祝 80 岁生日，人们筹集了大量的基金作为生日礼物（仅在美国就募集了 20000 美元，其他地方也有不少），送到了这位个头矮小、性格温存的医生手里。而茨威格正是为了躲避世界的

赞誉，才选择了非洲最深处——法属赤道非洲去隐居。可是生日那天，还是有五百多人唱着歌，打着鼓，捧着花，聚集在一起，为他庆祝。因为，在这个黑非洲的大陆上，在这位好心医生头上闪烁的光环，比欧洲任何繁华都市的霓彩都更耀眼。然而，这一天茨威格的慨叹却是“真遗憾，这么喧闹，让我疲倦”。

这里我们看到的是茨威格对成功的伟大见解——可世人却偏偏不容他去追寻

十九世纪中叶，在动荡的欧洲有一位藐视习俗、浪漫无稽的乔治·桑德女士。她在一封著名书信中，对成功做了一番惊人的定义：

> 由个人之努力而备感幸福。一旦得知幸福之必须要素——简单的品味、些许的勇气、略微的自律、心爱的工作，以及清白的良心——于是幸福不再是一个迷茫虚幻的梦。每个人如果合理运用经验和思想，都能从自身发掘很多东西，再加上决心和耐心，就能实现健全的心智。所以啊，好好把握今日的生活，不要那么贪婪，不知满足。

综上所述，我们得出这样的结论：个人成功一定是存于个人的内心深处，具有无形的个人价值。莫罕塔马·甘地最让世界感动的，莫过于一帧照片记录了他临终前所有的财产：一副眼镜，一双草鞋，几件衣服，一架纺车，还有一本书。然而整个世界都知道刚刚故去了一位世界上最富有的人。也许人们还依稀记得亨利·大卫·梭罗那言简意赅的话语：“一个人的富有程度与令他无动于衷、置之不理的东西成正比。”甘地经常说要减少欲望，减少需求。对他而言，生活好像一段逐渐摒弃需求的过程。因此生活会让一个躺在摇篮里、无所不需的婴儿，逐渐长大成人，独立自主，什么也不再需要。甘地自己就是这种成长过程的表率。甘地是如此的杰出，以至于他的生活是如此富有戏剧色彩，令我们那么多人相形见绌.

当然这并不是说，安贫乐道应该成为我们的目标，或者要像苦行僧一样痛恨物质财富，窃窃地以为只有这样，我们才能成为甘地式的伟人。实际上，相当多的伟人都拥有巨大的财富，如安德鲁·卡耐基、雅各布·瑞伊斯、朱利尤斯·罗森瓦尔德、萨缪尔·玛莎、古根海姆家族、拉塞尔·赛格。这还仅仅是其中的一小部分。所有这些人

需要全本请访问 www.ertongbook.com

都获得了个人的成功。他们的成功既受到了外界的承认，又获得了内心的满足；所以他们既有冰镇汽水又有吸管。

不论从卡耐基身上还是从甘地身上，我们都能找到真正成功的共同要素。这些核心要素，超越了财富或名誉，不受贫穷和禁欲修行的影响，因为它们包含了成功内涵的精髓。

成功的第一个共同要素是：目标。不论做什么事情都应该有明确的目标。成功最大的敌人是没有目标。在沼泽和泥潭中，谁会有成功的感觉呢？可是一旦有了目标，我们就有了能量和活力，充满了想像和展望，这些动力驱使我们向“某个方向”前进。不过在这条道路上既会有兴高采烈，也会有灰心绝望，每到这一刻，我们就应告诫自己：不要迷失了方向。

最近，密西西比州毕罗西市的一篇报道生动体现了“目标”这个要素如何使生活重新焕发了光彩。在这个美丽如画的小镇码头上，一位 24 岁的舞蹈演员跳了下去，企图自杀。据这个年轻姑娘后来讲，她那么做是因为“厌倦了生命”。可是，正当姑娘跳下码头的时候，一个小伙子发现了她的举动。小伙子立刻脱掉衣服，一头扎入水中去救她，却忘了自己根本不会游泳。小伙子在水里奋力扑腾挣扎，眼看着快要淹死了。就在这时，舞蹈演员好像忘了自己一时的绝望，奋力向小伙子游去。还在小伙子大口呛水、大口喘气的时候，姑娘一把抓住了他，拉着他安全游到岸上。就这样，本想结束生命的姑娘反倒救起了一个人。

就在那个关键时刻，小伙子为了求生拼命挣扎，这让姑娘觉得自己的生命突然找到了目标。码头下面的海水淹没的不过是她的绝望，在那电光划过的瞬间，她已经知道“不知为何而活”与“为了什么而活”的区别。事后，姑娘又重返舞台，开始了新的生活。

并不是所有人在缺乏目标时都会有如此极端的行为，但每个人都曾有过类似的经历：有时觉得生活充满了活力和冲劲，那是因为我们明确自己要向某个方向前进；也有的时候，屋漏偏逢连夜雨，我们仿佛已经走投无路。所以，要想让成功有意义的话，就应该遵循一定的目标，否则即便我们像植物人那样能延续生命，也毫无成功的乐趣。

成功的第二个共同要素是：成功率。这是成功的内在特点。成功不是铁板一块，我们也不是每时每刻都在成功。相反，在成功当中有

峰回路转，有失败的峡谷衬托着胜利的高峰。最近我碰到一位成功的电视制片人，他每天都要负责制作一个极为复杂、难度很大的节目。他这么说：

> 要是按照绝对完美的标准来评判我每天的业绩，那我非疯了不可。我努力得到的是一个不错的成功率。就像棒球比赛，我很清楚自己有时会犯规出局，但是只要我把握住了一垒安打和二垒安打，时不时再来上一个本垒打，我并不在乎不可避免的错误和出局。

所以你看：成功的生活也许只会光彩几天，而失败的日子却会笼罩着几年，甚至生活中还会遇上几次大败而回的挫折。但是这些都不能使生活荒芜，充其量只能算作一些不可避免的失败。它们验证的是：成功不会那么容易。

心理医师告诉我们，“冲动型”的人常常承受不了失败的打击，而实际上这些人也无法真正尝到成功的滋味。他们的嘴角永远挂着平庸，他们对最轻微的失败都感到恐惧，更不用说凭借自己那摇摇欲坠的自信一试身手。相反，那些坚定抓住自信的人却总能够吸纳偶尔的失败。事实上，经常在实际中摸爬滚打的成熟人士都很清楚，那就是失败是不可避免的。因此他们决不会耗神费力让偶尔的失败腐蚀自己的坚毅，而是会用更多的力量去争取成功，争取胜利。

在成长的过程中，每个人迟早都会明白，并不是每天都是圣诞节；我们追求的成功也不会次次胜利。所以我们必须记住：不是每一次努力都会戴上辉煌的光环。

成功的第三个共同要素是：成功的代价。这就是说没有免费的成功。芸芸众生中最令人惊叹的，甚至最匪夷所思的，是我们与生俱来的一种缺陷，让我们无法享受不是自己赢得的东西。心理医师的沙发常常让那些娇生惯养的中年妇女压了一个个深窝；她们想要什么就有什么，可奇怪得很，她们却无法享受生活中任何一点点快乐。也许有一天，心理治疗师应该在一架微妙精细精的天平上探索人性。我相信在天平的一端他肯定会注上“喜悦”，而另一端则会注上“努力”。这样看来，成功的喜悦一定是由成功的努力来平衡的，而这一点正是每个人性格中都存在的天赋的因素。

最近，我参加了奥柏林学院（俄亥俄州北部）的毕业典礼。在颁发荣誉学位的仪式上，学院将法学荣誉博士学位授予了西奥多·E. 斯坦威——斯坦威父子公司的总裁。证书上写着这样的话：斯坦微公司“生产了 342000 架钢琴，弹奏过它的人从李斯特到小鲁宾斯坦。”证书上还写着：“在音乐会盛典中，一台大钢琴的铁架子上，依靠 243 根拉紧的琴弦产生了 40000 磅的力量。西奥多·E. 斯坦威不断向我们证明：极大的张力能够带来极大的和谐。”

这也许就是西方文化里阴和阳的表现。正如我们熟悉的太极图中鱼形的半圆是“喜悦”依偎在“努力”的半圆之上；于是紧张与和谐在这个无所不包的圆弧里合二为一。同样，成功和成功的代价也是不可分割的整体。

成功的第四个核心要素是：满意度。没有它成功也不能称之为“成功”。当然，也许你奉之为金科玉律的东西，我却视之为粪土垃圾。也许一个人的满意度来自财富的积累，而另一个人则来自创作一首诗的乐趣。但可以肯定，不论是对财富还是对诗歌，要是没有满意度，那谁也不会感觉到成功。

我们应该享受成功，也许这成功是眼泪赚来的成功，但一定是由欢笑为它加冕。这样的努力才值得。否则，也许成功很好，甚至很伟大——但对每个人来讲，如果没有内心的微笑，用另一个名称来讲就是“满意”，那我们就不会感到真正的成功。这一点甚至已成为我们这个时代的一个怪现象：很多人都拥有成功的外在装饰却没有根本的内在快乐。他们感觉不到成功，他们的内心不是温暖的而是一片荒凉。于是人们不禁要问：“我努力地干啊干，像奴隶般地干啊干，把自己都榨干了——可究竟为了什么？”

成功的满意度不需要让任何人看见或听见，只要我们自己知道成功在哪儿就行了。学校老师拿着微薄的薪水辛苦工作，人们对他们的尊敬日趋减少。因此，在许多人眼里，教师们可算不上成功。但是如果他们自己心中满意，感觉很好，确信自己在深爱的岗位上做得不错，那么这就是成功。这一基本要素在于我们自己是否知道成功，而不在于别人是否了解我们如何成功。这一要素相当大程度上依赖于每个人自己的态度，而不在于是否得到别人的普遍认同。这就好比一个木匠也许整日哀叹自己的失败，因为他要靠双手干活，从上司那儿接

受订单，而其他人则坐在办公室，向秘书们发号施令。可另一个木匠也许感到很成功，很满意，因为自己掌握了一门手艺，而正是自己的手艺创造出了上司们坐的大班台。恰巧，我就认识这样的一个木匠，他对谁也不必点头哈腰，因为他自己掌握着一门绝活。

牧师也许会感到内心的成功，因为在安详宁静的氛围中，他将上帝的爱抚带给了众人；生产商也许会感到成功，因为他成就了世界上最好的产品，是他引以为荣的源泉；职业棒球手应当会感到成功，因为他喜欢自己的运动；家庭主妇也应当感到成功，因为她每日的劳作充满了创意。满意，很大程度上源自一个态度，这对每个人来说都不缺乏，因为它来自内心，是我们灵魂深处蕴藏的珍宝。

成功的最后一个共同要素是：精神世界的思想和信仰。很难想像找不到上帝和理想。找不到生活意义，找不到目标的人们，成功还会有什么意思。不论是成功的无业游民还是银行大亨，要想闻到成功鲜花的芬芳，必须有一种执著的信念，无论这种信仰多么微小都没关系，但必须与上帝和信仰同步。他一定是多少感受到了上帝无所不在的暖流，才会使自己的存在溶入到这些潮流当中。

当然这一点同样是很个人化的事情。成功的无业游民和成功的银行大亨的思想也许很难定音在同一个八度里，然而不管音阶相差多么远，他们还是能组成和弦。这种和弦不会受到不同的世界观和不同职业的影响，而是和造物主的曲调一致。

成功不是犯人身上的枷锁，不是规范一切的模板，更不是刻板冷酷的大印。它就是每个人的指纹，每个人的眼神，是个性的表现和彰显。我们所需要的就是鼓起勇气，去了解自我，去实现自我。

为自己叫屈，对现实抱怨，不仅浪费时间，而且还可能是你所有恶习当中最糟糕的一个。

戴尔·卡耐基

第3课

如何计算自己的赐福

你在第一课已经见过唐·库德蒂了。她在心理治疗和医药方面出版过许多书，同时她还有一项特殊的天赋，正如你所看到，就是能将复杂的思想、充满个性的理念深入浅出地展现出来。唐·库德蒂的著作《失败的建议》自1965年出版以来一直名列畅销书的行列。

第二课的老师是霍华德·惠特曼。他当过战地记者、综合专栏作家、电视评论员、制片人，发表过成百上千篇关于家庭生活和人际关系方面的文章，三次获得过“自由基金会”的奖章。

现在你要听到的是一个更为家喻户晓的名字——戴尔·卡耐基。他的名字在全球已经回响了半个多世纪。他的书《如何赢得朋友，如何影响他人》发行量高达一千多万本。起初这本书是戴尔·卡耐基在基督教青年会教书时为成人课程所准备的补充教材（当年他教书的报酬是一晚上五美元）。他主讲的课题是：自信以及与他人相处时如何树立自信。

不过，除了如何影响别人，从中获得个人的价值之外，其实我们从戴尔·卡耐基的哲学中还能学到很多很多东西：他的智慧、常识、经验，等等。戴尔·卡耐基提炼出成功的精华，拯救了无数生活在失败和自卑当中的人们。

为自己的处境感到委屈吗？那不妨听听戴尔·卡耐基讲的故事吧。故事摘自他的另一本畅销书《如何停止忧虑，开始新的生活》——

我和哈罗德·阿伯特是多年的老相识，他曾是我演讲的经纪人。一天我们约在堪萨斯城会面，然后他开车送我去密苏里州贝尔顿的一个农场。路上我问他如何使自己远离忧虑，他给我讲了一个故事，给我很大启发，让我永远都无法忘记。

哈罗德说：“我以前经常发愁。想想那是1934年春天，我正走在韦比城西多哈特街上，映入眼帘的一幅场景扫除了我所有的忧虑。这一切不过发生在10秒钟之内，然而就是这短短的10秒钟比我以前10年学的东西都多——因为我学会了如何生活。”

“当时我在韦比城开了一个杂货店，经营有两年了，”哈罗德接着说：“我不仅花光了所有的积蓄，还欠了债，整整用了7年才还清。那天是周六，杂货铺刚刚倒闭，我正要去商业和矿业银行借钱，然后才有钱去堪萨斯城找工作。我走在路上，就像挨了别人一顿饱揍，所有的力量和信仰都弃我而去。就在那一刻，我突然看到有个人沿街走了过来。他没有双腿，坐在用自行车轮子和小木板搭的小车上，用一只手拿着棍子戳着地走。我看到他时，他刚要穿过马路走到人行便道上去。他抬起小车板，仰起一个角度，眼睛碰上了我的目光。他咧嘴一笑，大声地问候我：‘嘿！早上好！今儿天气真不错，不是吗？’他说话时中气十足。我站在那儿，看着他，突然意识到自己是多么富有：我还有两条腿呢！我还能走呢！我真为自己的自卑感到羞愧，我暗下决心：他没有腿还能那么高兴、快乐、充满自信，我难道不更该如此吗？我立刻感到自己又挺起了胸膛。一开始，我只想向商业和矿业银行借100美元，而现在我要借200块。以前我想说，我去堪萨斯城找份工作试试看，而现在我要自信地大声宣布，我要去堪萨斯城干份工作。于是，我得到了贷款，而且也得到了工作。”

“如今，我在浴室的镜子上一直贴着这么两句话，每天早上刮胡子的时候，我都会念上一遍：

我曾经十分沮丧，因为没有了鞋子，
可是就在街上，我遇到了没有脚的男子。”

我拜访过埃迪·瑞肯贝克尔，他和伙伴们在太平洋航行时迷失了方向。他们划着救生筏，在海上漂流了21天。我问埃迪最大的收获是什么？他说：“那次经历中我最大的收获是，只要还有饮用的淡

需要全本请访问 www.ertongbook.com