

反败人生

Les Abonnements
numéro 1
Directeur

羊皮卷

॥ श्री गुरुभ्यो नमः ॥



中国戏剧出版社



羊皮卷丛书

反败人生羊皮卷

叶可行 主编

中国戏剧出版社



图书在版编目(CIP)数据

羊皮卷丛书/叶可行主编. —北京:中国戏剧出版社, 2005. 11
ISBN 7—104—02305—4

I. 羊… II. 叶… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 133117 号

羊皮卷丛书

责任编辑:张榕 李宝云

责任出版:冯志强

出版发行:中国戏剧出版社

社 址:北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码:100089

电 话:84042552(发行部)

传 真:84002504(发行部)

电子信箱:fxb@xj.sina.net(发行部)

经 销:全国新华书店

印 刷:北京海德印务有限公司

开 本:850mm×1168mm 1/32

印 张:166

字 数:2800 千字

版 次:2005 年 11 月 北京第 1 版第 1 次印刷

书 号:ISBN 7—104—02305—4/C·217

定 价:566.00 元(全二十册)

版权所有 违者必究

目 录

第一篇 失败是成功之母	(1)
失败与挫折	(1)
第一个转折点	(2)
第四个转折点	(5)
第五个转折点	(7)
第六个转折点	(9)
第七个转折点	(10)
理想高于金钱	(13)
从失败学到的经验更珍贵	(14)
你必须有一个梦想	(16)
精心为自己设计未来	(16)
写下你的梦想和目标	(20)
严肃地对待我的目标	(21)
有力的计划能够减少障碍	(24)
列出工作计划以提高效率	(26)
放弃不做计划的种种借口	(27)
把目标化成每天要完成的任务	(29)
第二篇 失败心理诊所	(31)
正视失败才能超越失败	(31)

失败未必是成功之母	(33)
你以为只要优秀者总能成功	(36)
不重视宣传较难成功	(39)
你以为奸滑可以成功	(42)
克服心理上的障碍	(45)
了解和喜欢内心的自我	(46)
努力克服自卑,增强自信心	(49)
信心十足才能成功	(54)
不失去信心,很多事并不难	(56)
处于劣势的时候也要自信	(58)
想得到,就做得得到	(59)
不断完善自我性格	(60)
自我性格培养的途径	(65)
为自己的成功和缺点承担起全部责任	(67)
避免一切小小的失误	(68)
以谦虚的态度向别人学习	(71)
第三篇 如何利用“失败机制”	(73)
失败的图象	(74)
理解是最好的治疗	(74)
怎样利用否定思维	(86)
培养成功者的特质	(87)
尽快超越“怀才不遇”的阶段	(92)
树立从零干起的发奋精神	(95)
敢于打破陈规 充分发展自己	(97)
战胜逆境的最佳方式就是发展自我	(100)
掌握知识,不断进取	(102)

目 录

最好使自己与众不同	(103)
水温够了茶自香	(104)
利用“马太效应”助你发展	(106)
轻松自然地发展自己	(108)
选择职业的时候要注重发展潜力	(110)
第四篇 正确对待失败	(113)
汲取教训,改善求进	(113)
只有放弃才失败	(117)
毅力可以克服障碍	(120)
做自己的对手,战胜自己	(121)
勇气使人立于不败之地	(124)
建立精卫填海的信心	(127)
不要在心里制造失败	(128)
正确认识挫折	(128)
对待挫折的有效措施	(133)
增强抗挫折的能力	(137)
你放弃的时候,你就失败了	(139)
历经磨难也不绝望地放弃努力	(140)
遇到困境时不沮丧	(144)
永远不要绝望	(147)
坚忍不拔,直到任务完成	(149)
失败后积极实施新的计划	(152)
第五篇 如何反败为胜	(154)
成功是一连串的奋斗	(154)
毅力要与行动结合	(157)
信心与意志可以用自我暗示诱导和修炼出来	(168)

积极的自我暗示能够提升自己	(170)
进行积极的自我暗示	(174)
不断地在内心肯定自己	(175)
自我激励的镜子技巧	(180)
向自己挑战,不断激励自己	(181)
第六篇 培养必胜感	(183)
经常考虑可能性	(183)
神经系统不能分辨“真正的失败”和想象的失败	(184)
让你的机制向着成功开动	(185)
“必胜的感觉”赢得高尔夫球赛	(185)
“必胜感”的科学解释	(186)
大脑如何记录成功与失败	(187)
把成功模式注入大脑皮质	(188)
循序渐进	(189)
怎样重现内在成功模式	(190)
积极和建设性的顾虑	(191)
如何培养信心和勇气	(192)
不要与恐惧妥协	(192)
把消极感情作为一种挑战	(193)
应付自己的消极暗示	(194)
用美好来战胜邪恶	(195)
决定要靠你自己来做	(195)
旧的记录可以改变	(197)
充沛的活力取决于你的思想	(198)
生活其实并不悲惨	(199)
不让财物的得失影响自己的心情	(200)

目 录

你可以在最坏的境况下做得最好·····	(201)
重新框视你的人生遭遇·····	(203)
从消极中寻找积极·····	(207)
保持积极的心态·····	(208)
消极的情绪会阻碍你做出正确的判断·····	(211)
没有理由生气·····	(215)
避免负面的情绪特征·····	(216)
及时把消极情绪转移走·····	(218)
不能依靠麻醉神经来逃避沮丧·····	(220)
从起床和早餐开始激发好情绪·····	(223)
把使自己觉得幸福当成习惯·····	(224)
学会控制精神压力·····	(225)
适时宣泄疏导心理压力·····	(227)
用行动摆脱压力·····	(230)
摆脱压力的想象脱敏法·····	(231)
尽快解决那些让人困扰的问题·····	(233)
积极对应工作中的压力·····	(235)
第七篇 勇往直前冲向成功 ·····	(238)
办法总比困难多·····	(238)
为解决问题做准备·····	(239)
有效解决问题的基本程序·····	(243)
找到全新角度解决问题·····	(244)
要有决断的魄力·····	(245)

第一篇 失败是成功之母

失败与挫折

在普通情形下，“失败”一词是消极性的。但拿破仑·希尔将这两个字赋予一个新的意义。因为这两个字经常被人误用，而给数以百万计的人带来许多不必要的悲哀与困扰。

拿破仑·希尔解释道：“这里，先让我们说明‘失败’与‘暂时挫折’之间的差别。且让我们看看，那种经常被视为是‘失败’的事是否在实际上只不过是‘暂时性的挫折’而已。还有，这种暂时性的挫折实际上就是一种幸福，因为它会使我们振作起来，调整我们的努力方向，使我们向着不同的但更美好的方向前进。”

不管是暂时的挫折还是逆境，都不会在一个人意识中成为失败，只要这个人把挫折当做是一种教训，事实上，在每一种逆境及每一个挫折中都存在着一个持久性的大教训。而且，通常说来，这种教训是无法以挫折以外的其他方式而获得的。

挫折通常以一种“哑语”向我们说话，而这种语言却是我们所不了解的。如果这种说法不对的话，我们也就不会把同样的错误犯了一遍又一遍，而且又不知从这些错误中吸取教训。

也许,拿破仑·希尔协助您解释挫折意义的最佳方法,就是带你回顾他本人将近三十年的亲身经历。在这段时间里,曾经7次遭遇转折点——也就是一般人通称的“失败”。在这7次转折中的每一次,他都以为自己遭遇了令人沮丧的失败。但后来,拿破仑·希尔明白,看起来像是失败的,其实却是一只看不见的慈祥之手,阻挡了拿破仑·希尔的错误路线,并以伟大的智慧强迫他改变方向,向着对他有利的方向前进。

第一个转折点

拿破仑·希尔自一所商业学校毕业之后,找到了一个速记员兼簿记员的工作,并且一连干了五年之久,由于一直奉行那种“任劳任怨,不计酬劳”的原则,因此,拿破仑·希尔晋升得很快,所获得的薪水及所负的责任,都超过了当时年龄的标准。拿破仑·希尔的银行存款达到几千元,很多人竞相聘请他。

为了对抗这些竞争者的争相聘请,拿破仑·希尔的老板把他提升为该矿业公司的总经理。他很快就达到了“世界的高峰”。

但这却是他命运中的悲哀部分——拿破仑·希尔知道。

接着,命运之神伸出和善的双手,轻轻推了他一下。拿破仑·希尔的老板宣告破产,拿破仑·希尔则失去了工作。这是拿破仑·希尔第一次遭遇的真正挫折。

拿破仑·希尔的第二项工作是在南部的一家大木材厂担任销售经理。拿破仑·希尔对木材一无所知,对于销售管理亦所知不多。但拿破仑·希尔已经懂得“任劳任怨,不计报酬”的道

理,而且他也知道,应该主动去发现工作来做,不做等待别人来指挥自己做什么。银行中的丰富存款,加上他在以前工作中不断晋升的优良纪录,令拿破仑·希尔产生了所需要的一切自信心。

拿破仑·希尔在新公司晋升很快,在第一年内,他的薪水已经增加了两次,他在管理销售方面的表现太好了,因此,老板邀请拿破仑·希尔和他合伙。他们立刻就开始赚钱,拿破仑·希尔又再度觉得自己是处在“世界最高峰”了。

站在“世界最高峰”能够使人得到一种十分美好的感觉。但是,那却是一个很危险的站立地点,除非你站得很稳。因为如果你站得不稳,你将会摔得十分惨痛。

在那时候,拿破仑·希尔却一直未曾想到,成功是应该以金钱和权势以外的事物来衡量的。也许这是因为事实上他当时拥有了太多的金钱,也拥有了超过了当时安全使用能力的太多的权力。

命运之神却在前面等着,它拿了一根结实的棍子,正准备重重地打拿破仑·希尔一顿。

就如同晴天霹雳一般,1907年的大恐慌降临在他身上,在一夜之间,它替拿破仑·希尔提供了一项令他毕生难忘的服务:它毁掉了拿破仑·希尔的事业,夺走了拿破仑·希尔所拥有的每一块钱。

1907年的大恐慌,以及它所带来的挫折,使拿破仑·希尔从木材业转行去研究法律。在这个世界上,除去挫折之外,没有任何事物能够造成这种结果,因此,拿破仑·希尔生命中的第三个转折点就如此地乘着大多数人所谓“失败”的翅膀,飞进他的生命中。

拿破仑·希尔上了法律学校的夜间部，白天则去当一名汽车推销员。他在木材业的销售经验在这时候帮了大忙。他很快就发达起来，销售成绩很好，使他获得了进入汽车制造业的良好机会。他注意到，汽车厂十分需要受过专业训练的汽车技术人员，因此，拿破仑·希尔在汽车厂内开办了一个训练部门，开始把一般的工人训练成为汽车装配及修理技工。这所训练班成效极为良好，每个月给拿破仑·希尔带来 1000 多元的纯收益。

于是，拿破仑·希尔再度觉得自己又“功成名就”了，当时他依旧认为，所谓的成功就是金钱和权势而已。

他存款的那家银行的经理知道他的情况良好，因此就借钱给他扩展业务。

这位银行经理不断借钱给他，使他债台高筑，到最后再也还不起。然后很镇静地把拿破仑·希尔的事业接收过去，仿佛它本来就是属于他的，而事实上也的确如此。

拿破仑·希尔从一个每个月有 1000 多元收入的人，突然间又变成了一文不名的穷人。

一切美好的景象突然消失了，金钱与权势也随之烟消云散。一直到许多年之后，拿破仑·希尔才发现，这种暂时性的挫折可能就是他所遭遇的最大幸运了，因为它强迫拿破仑·希尔退出这样一个即不会增加自己的知识，也不会协助增加他人知识的行业，而把他的努力方向转变到另一种行业，使他获得他所需要的丰富经验。

在一生当中，拿破仑·希尔第一次问自己，一个人在功成名就之后，是否能够找到金钱与权势之外的其他有价值的事物。但这种疑问只是偶尔出现在他的脑海中，而且他也未一路追踪下去获取答案。

在经过截至当时为止的最艰苦的一次挣扎之后，拿破仑·希尔终于接受了这次暂时挫折，而且错误地认为它是“失败”。然后就进入他一生当中下一个——也就是第四个——转折点。

第四个转折点

由于妻子娘家的帮忙，拿破仑·希尔立刻又得到了一项工作，担任一家世界上最大的煤矿公司的首席法律顾问的助手。拿破仑·希尔的薪水比一般新手多得太多了，和他对该公司的价值真是不成比例。但由于有人推荐，拿破仑·希尔还是安坐在公司中。同时，拿破仑·希尔展开努力，对于自己缺乏法律技术这个缺点，拿破仑·希尔也尽力弥补。

对于这项工作，拿破仑·希尔足可愉快胜任。而且实际上已经拥有了一个可以享用终身的铁饭碗了。

但拿破仑·希尔并未和朋友做过任何商量，也未事先提出警告。就辞职了。

这是由拿破仑·希尔自己选择的第一个转折点。它并不是强加在拿破仑·希尔身上的。他看到命运之神那个老家伙向他走过来，他立刻赶上去，在门口将它打倒了。

他之所以辞掉那项工作，是因为那项工作太容易了。他轻松愉快就足以胜任。拿破仑·希尔发现自己即将养成懒惰的习惯，拿破仑·希尔知道，紧接着，自己就要退步了。拿破仑·希尔在公司里面的朋友太多了，因此，他没有必要努力工作，以求表现。四周都是他的朋友和亲戚，而且自己还拥有一项终身保障工作。他心想：“我还需要什么呢？”

“什么也不需要！”拿破仑·希尔开始这样告诉自己。

就是这种态度，使拿破仑·希尔觉得自己已经在逐渐退步了。为了某种他至今仍然不知道的原因，拿破仑·希尔采取了在许多人看来疯狂的举动——辞职。尽管他在当时可能对其它事务极其无知，但拿破仑·希尔却很感激他竟然有足够的判断力去体会只有经由不断努力和奋斗才能产生的力量与成长，这种力量与成长如果停止了，就会造成虚脱与腐败。

他选择芝加哥作为开创新事业的地点。这样做是因为，他相信，在芝加哥这个地方可以看出一个人是否具备在这个竞争激烈的世界中生存所必要的条件。拿破仑·希尔下定决心，如果自己在芝加哥从事的任何行业中，能够获得一些成就，那就证明自己具有可以发展成为真正能力的潜能，这就是一个很奇怪的逻辑过程。

在芝加哥，他的第一个职位是一所规模函授学校的广告经理。他对广告所知不多，但他以前有过担任推销员的经验，再加上他任劳任怨，不计报酬，因此拿破仑·希尔得以作杰出的表现。

第一年，他赚了 5200 美元。

拿破仑·希尔很快就“东山再起”了。慢慢地，成功的美景又开始在拿破仑·希尔四周盘旋。他再度看到成堆的钞票就在伸手可及的地方，盛宴之后就是饥荒，历史上有很多这种证据。拿破仑·希尔很高兴享受了一顿丰盛的大餐，却未预料饥饿将接着来到。工作得相当不错，因此得意洋洋，对自己极为欣赏。

自我陶醉是一种很危险的心境。

有一种伟大的真理是许多人所不知道的，必须等到时间老

人把柔软的双手按在他们肩上之后，他们才会恍然大悟。

有些人却永远不会获知这种真理，而真正知晓这种真理的人，最后终会了解挫折的“哑语”。

第五个转折点

在这家函授学校担任广告经理时，拿破仑·希尔的表现极为良好，因此，这家学校的校长说服拿破仑·希尔辞去了这项工作。和他合伙从事糖果制造业。他们成立了“贝丝·洛丝糖果公司”。拿破仑·希尔出任该公司的第一任总裁。

他们事业扩展极为迅速，不久，就在十八个城市中成立了连锁店。糖果事业的利润极高，于是拿破仑·希尔又认为自己已经接近成功了。

一切进行得十分顺利，但拿破仑·希尔的合伙人和他们邀请入伙的另外一位合伙人，却暗中策划，阴谋吃掉拿破仑·希尔在公司中的股份。

从某一方面来说，他们的计划成功了，但拿破仑·希尔的反抗远比他们所想象的更不好对付。所以，他们利用伪造的罪名。使拿破仑·希尔被捕，然后提议撤销这些控告，条件是拿破仑·希尔必须把股份让给他们。

到这时候拿破仑·希尔才初次明白，原来，人心竟然是如此残酷、虚伪、不讲道义。

第一次调查庭即将召开之前，拿破仑·希尔的证人竟然消失不见。但拿破仑·希尔还是想法子找到他们，强迫他们站到证人席上，发表他们的证词，结果拿破仑·希尔获得胜诉，并向

法院提出反诉,要求诬告者赔偿损失。

这件官司使得拿破仑·希尔和他的合伙人之间的关系完全破裂,最后并使拿破仑·希尔赔光了自己在这家公司所有的股份。

拿破仑·希尔的损失赔偿是所谓的“民事侵犯”行为,他可以因受诬陷要求赔偿。在伊利诺州——也就是这项行为发生地法律规定,如果赔偿判决成立,要求赔偿者可要求将被告关在牢里,直到他们付清赔款后,再予释放。

不久,拿破仑·希尔就获得胜诉,法院命令他的合伙人须付出赔偿。拿破仑·希尔可以要求把他们两人关入牢中。

这是拿破仑·希尔生命中第一次有机会对敌人进行重重反击。因为已经拥有了一种厉害的武器——而且,这种武器是由敌人们亲自交给他的。

当时的感觉是十分奇怪的。

最后拿破仑·希尔终于决定宽恕他们。

但在拿破仑·希尔尚未作出决定时,命运之神已开始严厉惩罚这些企图毁灭他的坏人,其中一位被判了很长的徒刑,因为他对另外一个人犯一种罪行;而另外一位合伙人则沦为穷光蛋。

我们可以利用各种方法来逃避人类写在法律书上的法律条文,但我们永远也逃脱不了自然法则的制裁。

在当时,被警方逮捕是相当不荣耀的,即使是被人诬告而坐牢。拿破仑·希尔并不喜欢这种经验。但拿破仑·希尔不得不承认,它为他带来一切悲伤是值得的。它提醒拿破仑·希尔,自己可以原谅那些企图毁灭他的敌人,因此,敌人不但未能毁灭拿破仑·希尔,反而增强了他的力量。

拿破仑·希尔发现：只要对一些伟人的传记生平加以研究，人们就不会恐惧或逃避生活的考验，因为他们每一个都是经历了生活的严峻考验，最后才能“功成名就”。这不禁使他猜想，命运之神是否故意先以各种严厉的方法来考验人们，然后才把重大的责任加在他们肩上。

在谈到生命中的下一个转折点之前，拿破仑·希尔提醒我们注意这个意义重大的事实，即每一个转折点皆使他更为接近成功的终点，并为他带来某些极为有用的知识；并且，这些知识成为他生活哲学中永远存在的一个部分。

第六个转折点

这个转折点，可能比任何其他各次的转折点，都使拿破仑·希尔更为接近成功的终点。因为，它使拿破仑·希尔发现，必须把自己所学会的遍及各行各业的知识加以利用。在他的糖果事业的成功美梦破产之后不久，这个转折点立即就出现了，拿破仑·希尔转移到中西部一家专科学校教授广告与推销技巧。

教学事业一开始就很成功。他在这所学校里开了一门课，同时主持了一所函授学校，几乎在世界上每个英语国家中，都有他的学生存在。尽管其间经历了世界大战的破坏，这些教学事业仍然蓬勃发展，拿破仑·希尔再度认为自己又接近了成功的终点。

接着，来了第二次征兵，把学校中的大部分学生都征召入伍了，几乎使学校因此而关门。在那一瞬间，他损失了 7500 多美元的学费，同时，自己也投入了为国家服务的行列。