

成功学经典系列

- ◇ 生命的炸药
- ◇ 唤起你的酣睡
- ◇ 想象力的伟大
- ◇ 乐观万事可成
- ◇ 怎样补救缺陷的品性
- ◇ 大内在
- ◇ 梦想者
- ◇ 开辟新天地

人生进取指南

作者：(美) 马尔腾 ◇ 成功学奠基人之一
文学大师林语堂亲自选编翻译

凡是真正伟大的人
都能很好地统治自己的精神国土

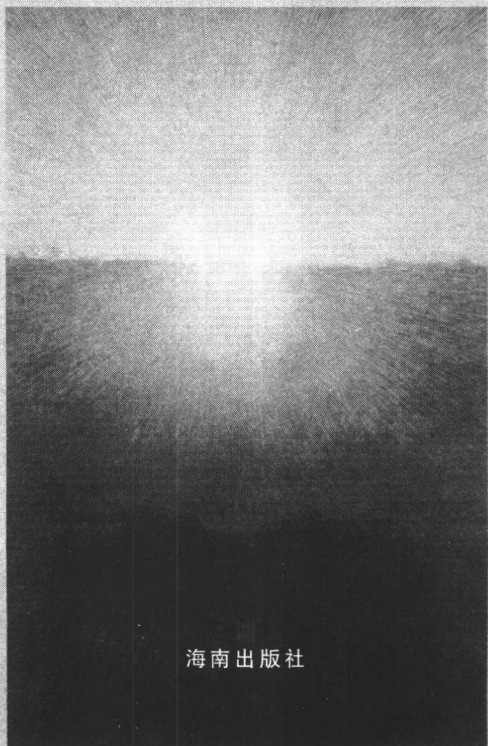
海南出版社

人生进取指南

〔美〕罗杰·马尔腾 / 原著
林语堂 / 编译

NBAC76/01

Ren Sheng Jin Qu Zhi Nan



海南出版社

目 录

生命的炸药	(1)
大内在	(6)
今日	(12)
唤起你的酣睡	(17)
梦想者	(22)
开辟新土地	(27)
中心意志	(32)
想像力的伟大	(37)
自信的奇迹	(42)
力量的储藏与准备	(47)
坚忍	(52)
没有机会	(57)
断绝你的后路	(63)
困苦忧患	(68)

人生进取指南

缺陷的刺激	(74)
失败了以后	(79)
工作的精神	(84)
在薪金之外	(89)
尽善尽美	(94)
开辟新蹊径	(99)
日新又新	(104)
工作系统化	(109)
等不得一等	(114)
清醒的头脑	(119)
敏捷的决断	(124)
直截爽快	(129)
“不小心”的悲剧	(134)
不要恐惧	(139)
战胜惧怕	(143)
怎样补救缺陷的品性	(152)
乐观万事可成	(158)
消极使人无力做事	(171)
凡事须作积极肯定	(180)
要自信胜于他人	(189)



目 录

当事情不顺利时·····	(196)
忍耐的奇迹·····	(202)
一失足成千古恨·····	(206)
不与烦闷相处·····	(212)
精神化学家·····	(217)
期待的哲学·····	(222)
心灵的愿望·····	(227)
自恃与自助·····	(232)
努力自爱·····	(237)
争取自由·····	(242)
神经过敏者·····	(247)
一颗善心·····	(252)
人格操守·····	(257)
思想正当一生不败·····	(262)
精神之友敌·····	(269)
交友的影响·····	(275)
怎样去吸引朋友·····	(280)
择业不可不慎·····	(286)
机智与手腕·····	(291)
身心的康健·····	(297)

体力与事业	(302)
爱美的投资	(307)
聪明的经济	(312)
谈话的艺术	(317)
生命的资本	(322)
成功的机器	(326)
一年一度的休假	(332)
自求进步	(337)
读书的习惯	(341)
学校以外的教育	(346)
职业技能的训练	(350)
却贫法	(354)
要心气和平	(359)
思想能影响他人	(366)
不要让年纪上身	(376)

生命的炸药

一颗潜水艇水雷弹，其力量之大，可以把巨舰炸成粉碎。但是普通的“击撞”，是不能使这雷弹发生其可怖的炸力的。

孩子们可以把它玩弄终年，把它抛掷，把它拨转，把它做种种玩意，弹壳或者会洞穿寻常居舍的墙壁，而仍不爆发其巨大的炸力，必须将它放入巨口炮中，以巨大的压力，把它放射出去，遇到了一尺来厚的军舰上的钢板的阻挡，然后它可怖的炸力，才能全部爆发开来。

每个人对于自己的最大的才能，最高的力量，总不能认识，除非大责任，大变故，或生命中的大危险的训练，把它催唤出来。

在陇亩间，在制革工场中工作，转运木材，做店员，在镇市中做短工，这种种境遇，

都不足以唤起格兰德将军的酣睡着的“伟人性”；甚至连西点军官学校，连墨西哥战争都不能把它唤起。假使美国没有南北战争的爆发，则格兰德将军的名字，必然埋没无闻，必不能流传后世。

在格兰德将军的生命中，是有着大量之动力在，然而却需要南北战争的大“击撞”，去把它炸发，寻常的境遇不能触发他的酣睡着的力量，不能燃起他的生命炸药。

耕田、砍木、做铁路员役、做测量员、做州议员、做律师，甚至连做国会议员，这种种境遇，都无足以燃起林肯的生命火药。炸发林肯的生命动力，只有把国家危急存亡的重任放在他的肩头，这位美国有史以来最伟大的人物之生命炸药，这才爆发出来。

历史上有许多伟大的人物，除非到了除自己的勇气与耐心以外，一切都已丧失，到了大祸临头，驱使他们入于绝地，而不得不谋死里逃生的时候，决不能发现他们的真面目。

伟人是在“需要”之学校中训练出来的！



他们之所以成为伟人，就因为他们是大量的困难之克胜者，大量危急情形之超越者，他们在克胜种种阻碍中，得到了力量。

许多的大商人，在大不幸、大恐慌没有使他们的产业、营业扫地以尽，使他们的一切凭借荡然无存以前，是不会发现他们自己的真实力量。

许多男子女子，非到了认为可以帮助自己达到成功的外力已经失掉，非到了在他们的生命中所认为亲爱宝贵的东西都已丧失的时候，决不会发现他们自己的才能。我们的最高的力量，最大的可能性，蛰伏在我们生命的内层，必须有大事变，大的危难，才能把它唤出。

只有在我们感觉到前无出路，后有追兵的时候，感觉到一切的外援都已绝望的时候，才能发掘出我们的全部的力量。我们一天还能得到外援，即一天不能发现我们自己的力量。有多少青年男女，其日后之成功，都是受赐于当初的或重大的不幸——父母亲戚的死亡，营业财产之丧失，或其他驱迫他不得不依赖自己，

不得不用自己的拳头，去打出一条生路的别种大灾祸！

因不测的变故而被迫负上重大责任的地位的青年，往往于一年半载之后，大反其以前的为人。他已经练出了为别人以前所梦想不到的坚强力量与品格，是“责任”造就了他！

责任是最足以发挥我们的力量的东西。从来没有立上负责任地位的人，决不能发挥他们的真力量。在终身处在附属、卑贱的位置，终身役于人的人中间，所以很少见有伟大坚强之人物者，其一部分理由，就在于此。他们的力量，因为从来未为重大的责任所试练、所发挥，所以他为人一世，总是个弱者。他们不必要用自己的思想，只须执行别人的命令。他们没有机会去学习着独当一面，去自己思想、自己动作。

创造综合的力量，应付非常的力量，是从那不断地集中自己的才智去对付艰难的环境，寻出解决困难的方法中所得来的力量，那可以使个人足以应付国家危急存亡的局面的力量。



这种力量，只有重大责任之下，多年的实地训练中才能练出来。

有人以为，假使一个青年人生来有些大本领，则这种本领，迟早总会显露出来，这真是最错误的一种观念。本领谁有，可以显露出来，也可以不显露出来，这全视环境，全视足以唤起志愿、唤醒力量的环境之有无。生来有大本领的人，未必是同时生来有大的志愿，大的自信力的人。

把重大的责任搁上一个人的肩头，驱使他入于绝境，则情势之要求，自能把这个人内在的全部力量发挥出来。这可以催唤出他的创造智力，催唤出他的自恃、自信力，及解决困难的力量。假使在他生命中，有些做大人物、做领袖的成分，“责任”可以把它催唤出来。所以，朋友，假使有重大的责任，搁上肩头，你当很高兴地欢迎它，它可以预言你的成功！

大 内 在

你可明了，在你的生命中，是有着种种的力量，这些力量，只要能发现、能利用，可以使你成就你所希望的一切东西。

人们身体中的亿万细胞，尽有巨量的潜力。这种潜力，只要能被唤起，可以做出种种神奇的事来。然而大部分人，都不能明了这点。病人在病势垂危、生命呼吸的时候，听了医师或至亲好友的热烈恳切的——席安慰话，会起死回生，这在医药界中，是屡见不鲜的事。而病人以为必不能痊愈，必无生望的信念，却可以摧残与破坏身体中的抵抗疾病的力量，循至无力足以阻遏病势的猖獗。只有在病人失掉了自信，而存着必死的信念时，疾病才能致命。



同理，世界上有无数平庸的人，在今日似乎无力足以自活，然而在他们的生命内层中，也是隐藏着小量的潜力，而只要能够唤醒，是可以使他们成就伟大、神奇的事业的。

假使我们明白了在我们的生命中间，原是锁藏巨量的能力的，则一个无用的懦夫，在遭遇火警，或别种变祸时，能够于一瞬间之间，突然变成一个英雄的这种事实，就不足为奇，不难索解了。英雄一向是英雄，变祸不过将这英雄显示出来而已！

没有人能够意想到，在重大、急切的事变突然降临在我们的生命中时，我们能做出怎样神奇的事情来。

我曾经看见过一个气力平常的人，在受催眠的时候，把头、脚分搁在两个椅子的边沿，在他空悬仰卧着一段身体上，立上半打以上的肥胖的人体。有时候，在他的身上，可以放上一匹壮马。这些都简直是奇迹。因为一个体力平常的人，在身体仰卧空悬时，决不能支着千磅之重的马匹与半打以上的人体，正像没有飞

机，人决不能在空中飞翔一样。这个人自己也决不会相信他能做出这种事来，然而在催眠家强烈的暗示之下，说他能够这样做的，他就很容易地做到了。

使这个受催眠的人，做出这种奇事的力量，是从哪里来的？当然不会是从施催眠术者身上得来的。施催眠术者，不过是将受催眠者生命中的力量唤出来而已。这种力量是内发的，不是外来的。这种力量，就潜伏在他本人的生命中。

做成神奇不朽的事迹，是从这个“大内在”中来的。在这“大内在”中间，有一种永远不病，永远不倦，永远不错误的东西。这个“大内在”在我们的生命中，然而却不属于我们，因为我们不能发现、利用它。一切的真、善、美，都居留在这“大内在”中。这里是美丽与公道的住家。这里是精神之美所栖寄。这里居留着“不可思议的平安”与“超越天地的光明”。

在每个人的生命中，总有着一种永远不堕



大 内 在

落、永远不腐败、永远不玷污的东西，一种永远真实、永远清洁的东西，换一句话，就是一种神性。这种神性，假使能被唤起，可以在最卑污、腐败的人的生命中，起一种发酵净化的作用，而恢复他的本相与失掉的“良知”。等到他恢复了“良知”以后，他一定要做正直的事，因为公义、正直、诚实，原是每个人固有的良知。

有的时候，我们可以有机会窥见我们的“大内在”。有时，或者我们最亲爱的人死去了，这极创痛的经验，可以劈开我们生命的一条裂缝，而使我们望见了我们内在的一种为我们以前所梦想不到的力量。有时，或者我们读了一本鼓励的书，或者听了朋友的激励的话，这都可以使我们有机会发现我们的真自我。总之，无论是哪样，在我们一朝望见，觉得了我们的“大内在”以后，我们做人，一定会大异于从前。

一个人感觉到在自己的生命中，是含着真实、公义的大道时，他会明白，即使全世界都

要反对他，他还是要胜利。“自反而不缩，虽千万人，吾往矣！”

林肯之所以成为伟大，理由正在于此。林肯之伟大，不在于他的头脑的了不得，而在于他在他血肉之躯后面的“大道”。使林肯成为伟大的，是他生命中动作的“真实”与“公义”。

假使一个人，能够同他内在的神性，那永不死亡、永不疾病、永不犯罪的神性维持和谐，他能得到最大的生命效率、最高的人生幸福。

将来的医师会教病人知道，在人的身体中，有一种创造的作用，永远在进行。这种创造的力量，不但创造他的生命，并且改造、更新、恢复他的生命。譬如像一个人在受创或骨折了以后，他内部的医治作用立刻开始，而只要他的心理作用、精神状态，不妨碍他身体内部的医治、创造的作用，则医治的过程，是会很快地完成的。

创造我们身体的力量，也即是在每夜睡眠



中，改造、更新我们的身体的力量。我们身体细胞的新陈代谢，即由这种力量所造成。

许多人，为人一世从没有深钻入自己的意识内层，以掘自己生命的大活泉，所以他们的生命是枯燥、渺小、不生产的。假使我们深入我们的“大内在”，则我们将发现生命之大活泉，这种活泉，我们一度啜饮，即永远不致再觉口渴，再感欠缺。因为在那时候，“宇宙万物，皆备于我矣”！

当一个人投身于“无穷”的怀中，而生活于“丰盛”的中间时，他的活命，不会是渺小、卑微的！