

SHENGHUO
ZHELI
CONGSHU
(美) 休勒 著
任曄 編譯

生活哲理叢書

逆境求生

突破事業中的種種障礙



逆境求生

——突破事业中的种种障碍

[美]休 勒 著
任 晔 编译

中国妇女出版社

责任编辑：马祖培

逆境求生

/美/休勒 著 任晔 编译

中国妇女出版社出版 新华书店首都发行所发行

北京新古城胶印厂印刷

787×1092毫米 32开 4.375印张 100千字

1991年6月北京第一版 1991年6月第一次印刷

印数1-10,000册

ISBN 7-80016-577-9/G·354 定价：2.30元

目 录

一、逆境不久 希望常在	(1)
乐观者的成功	(5)
死里逃生的重逢	(8)
动脑筋发财的裁缝	(10)
残疾人勇夺金牌	(13)
二、鼓足勇气 执着追求	(17)
你的症结在哪里	(17)
人生的高潮与低潮	(19)
强者的双向选择	(21)
三、创造机会 积极行动	(25)
恰当地估计自己	(26)
等待的消极因素	(27)
果断——强者的个性	(29)
点石成金的契机	(32)
四、化整为零 四面出击	(38)
没有不透风的墙	(38)
条条大路通天堂	(42)
每件事都应试试	(45)
五、掌握主动 驾驭人生	(51)
借助于外力的风帆	(52)
争取再争取	(54)
坚毅是成功之本	(58)
六、愚公移山 左右逢源	(63)

渔夫与珍珠的启迪	(63)
大项毁于中止	(66)
耕耘时期的忧患	(69)
功亏一篑的叹息	(70)
汗水伴收获	(74)
七、锲而不舍 金石可镂	(75)
挫折是试金石	(75)
莫把名声当包袱	(79)
创造条件也要上	(81)
八、万里之行 始于足下	(84)
动手是成功的一半	(85)
你是哪一类人	(87)
九、发动“引擎” 迅速起飞	(90)
成功三要素——判断力、勤勉、健康	(91)
易怒的苦恼	(93)
自我发现	(95)
内心的平衡力量	(96)
你想去哪里	(97)
积极思考的方法	(99)
比金钱更重要的新构想	(101)
看、想、取	(102)
辨明事情，适可而止	(103)
总有涨潮的时候	(105)
想象自己还是很强壮	(108)
向健康挑战	(109)
扫除障碍的必要条件	(111)
成为“该怎么做”的人	(113)

一定要避免的三个词	(114)
相信自己能得到	(115)
十、斗志不灭 浩气长存	(117)
飞机上的嬉皮	(119)
探知内心平静的秘密	(122)
飞越马塔峰的快感	(123)
阿尔卑斯山中最美好的一日	(124)
懒惰的拉利——成为发电机	(126)
今天真是个美好的日子啊	(129)
活跃的人决不会无聊	(131)

一、逆境不久 希望常在

一个有斗志的选手，教练对他已有了九成的把握。曾在大学足球队取得辉煌成绩的杰克说：“愈是崎岖不平的道路，愈能造就出强人。”有勇气的人，敢于接受困难的挑战，并从中磨炼自己，最终将得到胜利。他们不但能继续生存下去，而且站在世界的顶端。

美国爱德华州的农民在收获马铃薯后，依照大、中、小分开标价，然后才装入袋子，用卡车拉到市场上去卖。

这个行业中有一人赚了许多钱，可他从来不请别人做分类的工作。附近的人都觉得很奇怪，便问他：

“你的秘诀是什么？”

他回答说：

“很简单，我把所有的马铃薯放在车上，运到市场上去卖。路途约有十公里，由于道路不是很平坦，车子会一路颠簸，小马铃薯自然会掉在车子的底层，中个的夹在中间，剩下的就是大的了。”

其实，人生又何尝不是这样呢？唯有不怕困难又有耐心的人，才能在困境中坚定不移。

路不会永远坎坷难行，不为困难所屈服的人，才能克服障碍，生存下去。

约翰·布伦迪被他的朋友称做“马拉松人”，这是众人所知的事实。在1960年，他为了赛跑，流了许多汗。当时，马拉松赛跑不像现在这么普及，但是约翰每天早上都练习，虽然遭

到许多人批评和嘲笑，可这丝毫没有减少约翰对赛跑的兴趣。

1973年6月6日，约翰照常做20分钟的赛跑运动，然而这是他最后一次赛跑……

那天早上跑完以后，约翰依旧到工地去。他和另外三个人一同在屋顶上，天气非常炎热，工作也很艰苦。这时，监工叫约翰拿一样工具给他，约翰便移动双脚，不料水泥尚未凝固，他从上面掉了下来。

当时，约翰认为他可以维持平衡，那么掉落在大约三公尺的草地上，脚就不会受伤。不过一切都太晚了，约翰失去控制，好像在失去浮力的太空中飞行。

这种空中坠落的结果相当可怕。约翰的体重约70公斤，一头朝下坠落。他回忆说：

“那时候我听到很多杂音，和背骨折碎的声音……现在想起来真是可怕。我整个身子一直往下掉，头部还碰到胸部。整个人就像饼干一样。那一瞬间我发现脚一点知觉也没有。

“以后的数秒之中，恐怖、愤怒、绝望——向我袭来。我很想站起来，可是心有余而力不足，能听从命令的只有头部。

“好像有人在上面说：‘唉哟！约翰掉下去了。’我心里不断祈祷，也不断诅咒。我把头转向左边，看到10公分远的地方有穿着鞋子的双脚，脚尖就在眼前，好像是我的脚，可是怎么会在这里呢？那一刻，我真的好害怕。

“好像又有人把我的头抬起来，放在像枕头之类的东西上。起初我不觉得痛苦，后来激烈的阵痛不断侵袭我，疼得几乎死过去。整个头好像被一根绳子吊起来，稍微一动就痛苦不堪。我猜想如果绳子断了，我的头是不是会转动不停呢？很奇妙的想法，是不是？我一直努力使自己保持清醒。

“出乎意料之外的是，急救人员很快就到达了现场，他们

把我抬到担架上。因为痛苦的关系，我非常害怕别人移动我的身体。毕竟是专业的急救人员，他们一面鼓励我，一面尽可能减轻痛苦，这使我大为放心。

“我被抬入救护车后，觉得舒服了一点。可能是心理因素吧。我认为马上就要到医院去治疗，情形不会太严重的。

“一到医院，神经外科医生就表示要照X光。他们把我放在平台上，双手双脚呈八字形分开。为了配合角度，医生不时摆动我的头，一种从未有过的痛苦侵袭着我，真的，从未有过的。

“过了一会儿，医生确定我的颈椎断了。断的部位在第五根和第六根脊椎之间。这不是一个好消息。我在孩提时代，曾听过颈椎折断的故事，没有想到竟发生在我身上。

“漫漫长夜，好像永无止境。我不断地回想当天所发生的事，思绪愈来愈乱，就这样痛苦地度过了黑夜。

“在受伤的昏迷之中，我想起坐在轮椅上的总统——罗斯福，想起他说过的的一句话：‘应该恐惧的是本身。’

“从此以后，我变成一个思想积极的人。我问自己：‘受伤对我有什么意义呢？’我不断地思考，告诉自己：‘我将来一定会了解的。现在必须想办法活下去！我一定要努力！’

“我真正的奋斗，从此刻才开始。

“醒来时，我发现头部两侧的针头已经取出来，原来我还在医院里。当时心想，只要安静下来，痛苦会逐渐减轻。令我惊讶的是，全身竟像木乃伊一样，被白布包裹起来，一点知觉也没有。周围都是医疗用的机器，身旁有位护士，专门处理紧急事情。在我眼中，她们是无所不能的神。我从来没有进过医院，所以对周围的一切都很陌生。”

几个星期之后，约翰的伤势已被认定终生无法痊愈。可是他

依旧充满希望，盼望奇迹出现。也许他的脊椎能够再度恢复健康，于是他专心一致地接受治疗。

约翰急于想知道自己的病情，唯一的方法是向护士打听。有一天，他听到护士指着他房间的方向对助手说：

“四肢麻痹就是像他那个样子。”

约翰从来没有见过四肢麻痹的人。他甚至连这个单词都不会拼，哪会想到自己竟变成这个样子。

简单的一句话揭开了真相，原来，他是一个年轻又健康的丈夫和父亲，可现在从颈部以下全部麻痹，已经形同废人。

虽然如此，约翰还是活下来了。痛苦不曾减轻，可是他活得比谁都坚强。

他又说：

“我之所以决心生存下来，是因为有三个 D 作为我人生的指南，这 3 个 D 是愿望（desire），奉献（dedication），决心（determination）。我想活下去，想治好病，想知道自己究竟可以做什么事。我有这些愿望，这 3 个 D 经常在心中，我为它们奋斗，并相信有一天我可以得到胜利，所以永不灰心。”

如今，约翰坐在轮椅上已经 11 年。从人生的观点上来看，他实在太伟大了。

“我的心中没有仇恨，没有苦恼，也没有憎恨。我认为，相信命运或憎恨别人，对自己并没有好处。相反的，应该爱护他人。虽然我的身体受到伤害，我的心理却很正常。事实上，我证明了一件事：那就是真正的残废是那些身体毫无缺陷，心理上却充满障碍的人。

“我一直这样告诉自己，那次受伤是无法避免的。我可以想成自己颈上挂着一个石臼，它是如此的重，使我沉在海底下，动弹不得。我又可以这么想，它是我一生的转折点，我应

该下定决心正视生活。后者是既健康又正确的，所以我总是这么勉励自己。其实我并不是受害者，我只是很自然地接受了这个安排。

“当我坐上电动轮椅进入超级市场，或通过马路时，轮椅不断发出声音，引起许多小朋友的注意。他们有的在笑，有的满脸迷惑，也有的说：‘满不错嘛！’像是很羡慕的样子。”

遇到这种情形，约翰曾做各种鬼脸逗孩子们发笑，但是他并不是整天和小孩玩，他还要经营公司，为附近社区做介绍婴儿保姆的工作。

另外，他还在教会里做“新希望电话商谈中心”的服务员。为什么他要从事这样的工作呢？因为他对人生充满希望，非常愿意帮助那些失意的人找到新的出路。

约翰胜利了，因为他能生存下去。他曾说过：“艰苦的日子总有结束的时候，心中充满希望，并能继续为生活而努力的人，才能享有新生命。”他不但明白这个道理，也是努力实践的人。

乐观者的成功

我写这本书时，曾收到一封很温馨的信，写信的人我从未见过，是我的读者之一。她的照片曾在生活杂志上刊登六次。她还曾在百老汇舞台上演出，并在《南太平洋》中扮演森林开拓者的角色，在《声音和音乐》中饰演玛丽安，是个深受美国人喜爱的明星。

我个人认为，她对人生有积极的态度，时时充满喜悦和幸福，是个乐天派。

她的私生活多少含有一点点神秘的色彩。她总是勇敢的面

对悲痛，这原本是我所不知道的，也根本没想到的，直到她寄给我这封信。

“在过去的九年中，因为你的三次谈话而彻底改变了我的
人生思想。”信上这样写着：“我一直希望有机会，能让大家知道
这件事情。”

我回信以后，接到她请我吃午饭的邀请。她向我谈起自己
的事。我问她是否可以让我写在书中，她同意了，于是我现在
开始讲讲她的事情。

“九年前，我在电视上听到你说的话：‘逆境不会永久存
在，不灰心的人，没有失败。’当时，我正遭受丧夫之痛，这些
话使我接受了丈夫死亡的事实。

“起初，我无法发出任何声音，当然也不能演唱，整个人
好像死去一般。直到有一天早上，我听到你的话，才积极行动
起来，慢慢地恢复健康，在人生的路上再度行进，重新站在舞
台上。”

玛莉说话时显得很高兴，虽然已经 69 岁，但和从前没有
两样，依旧是年轻而有魅力。更令人无法相信的是，几个星期
前，她才刚从医院出来。

我和玛莉见面前，曾在 NBC 早晨新闻的“今日访问”中见
到她，电视中的她不但健康已经恢复。两脚也毫无异状。

“当然！我有关节炎和白内障的苦恼。”她会心一笑，两眼
炯炯有神，全身充满活力，真令人难以相信她会有什么烦恼。

于是她告诉我数月以前所发生的车祸。

那时她和她的经理，还有交情很好的朋友保罗和盖瑞，一
同在旧金山市内搭乘出租车。

“当时，保罗对我说：‘玛莉，你先进去。’于是我先进去，
然后是盖瑞，保罗很有绅士风度，最后才进去。不久，我们的

车子就和另一辆车子相撞，对方的司机因为喝醉而猛闯红灯，于是发生了车祸。

“这是相当猛烈的碰撞。保罗当场死亡，盖瑞则在生死线上挣扎了好几个月，终于得以在家里渡过圣诞节。

“这段时间，我非常痛苦。”

玛莉依旧目光炯炯地对我说：

“诚如你所言，我痛苦的日子并没有持续很久。因为我努力要消除心理上的不平衡，而我真的做到了。我深感自己是个真正的强者。”

失去了最亲密的朋友，同时还要忍受肉体上的苦痛，但是玛莉仍有奋斗下去的力量。这股力量是从哪里来的呢？没有别的，只是一个坚定不移的信念：只要我坚强，只要我忍耐，我就可以渡过难关，恢复愉快的心情。

“后来，理查写了一首歌，歌名就叫‘永远的乐天派’。”我静静地倾听，玛莉兴致勃勃地说着。

“当理查正在着手写《南太平洋》剧本时，他得知我要在片中饰演玛丽安的角色，就以我的故事，加上他的想象，写了这首歌。‘我是个永远的乐天派’，听起来好像很愚蠢，可是我真的永远充满希望。”

乐观是治好任何疾病的最佳药方。垂死的生命将再度复苏，如同雨后的阳光一般。任何人有了它，不管多大的困难都能克服，多痛苦的境遇也能忍耐，最后必能得到胜利。

鲁塞那有一个黑人孤儿叫巴特，还没有到达加州以前，曾经辗转被人收养了14次。

我遇见巴特时，他还没有所属的教会。根据我的观察，巴特内心有很深的自卑感，于是我主动和他做朋友，想为他解决问题。

有一天，他对我说：“我是一个黑人，黑人是被人看不起的。我只是奴隶的子孙。”

我马上对他说：“你这样想是不对的，黑人也有很优秀的遗传。”

“你这话什么意思？”他迷惑地问。

“连你在内，所有美国的黑人血统都是来自非洲，你们应该以你们的血统为荣。”

“为什么呢？因为你们是非洲所有的子孙中最具生存力的人。弱者在未离开非洲之前，就死在森林或船上，尸体被投到大海中。留下能够生存的你们，有知识和才能，还有健康的身体和不平凡的力量，以及丰富的情感，这些都是生存的条件。所以，在美国的黑人比任何种族都强壮和优秀，这种血统一直遗传下来。”

“你身上就有这样的血液。”

巴特后来取得医学博士学位，现在是一位开业医生。他将自己的潜能完全发挥了出来。“逆境总有终结的时候，永不失望的人才有充实的未来。”明白这句话的人，才懂得奋斗的必要。

死里逃生的重逢

我在1960年认识了菲力普。他是一家公司的建筑师。当时，我和理查为了兴建教堂，到他的建筑事务所工作，三人一同设计蓝图，共同度过了许多岁月。

无意间，我发现菲力普的左手有一条约两公分的青纹，上有“KL”和八个小数字，我觉得很奇怪，就问他：“K表示什么？”

菲力普很惊讶地说：“你不知道什么意思吗？”

“我真的不知道 K 是什么意思。”

“‘K’是德文 konzentrationslager，意思是集中营。”

于是他对我们说出一段辛酸的往事。

1939 年，在波兰的华沙，菲力普和相恋的女友安妮正准备结婚。就在这时候，德军占领了华沙，整个城市陷入恐怖混乱之中。菲力普不幸和其他犹太人一起被抓到德军的集中营，直到 1945 年才得到解救。

“我的安妮在何处？”痛苦的日子持续了好几年。每当菲力普想起这个问题，就哀痛不已。

其实，安妮听到菲力普被捕时，就乔装成非犹太人逃离了波兰。后来她以为菲力普已经死去。

集中营里有 4000 个犹太人。每天的食物只有一个面包和一碗汤。因为汤比面包更能填饱肚子，所以多数人就用面包来换汤，这种交换的情形每天都有。

在同盟国反败为胜时，集中营里的俘虏由 4000 人减到 400 人。德军把这些人的手绑起来，命令他们在冬天的雪地上行进，许多身体虚弱有病的人，体力不支纷纷倒下。

令人难忘的早晨终于来到。

首先听到的是引擎声。仔细一看，地平线上出现了好几辆战车。战车越驶越近，车上有美国国旗和士兵，所有的犹太人终于得救，菲力普重获自由。

自由了！菲力普第一件事就是寻找安妮。她究竟是生是死？有人告诉菲力普：“安妮没有死，就住在汉堡。”他非常高兴，犹如在大海中看到一块浮木。

菲力普马上乘车抵达汉堡市。在车内，他看到窗外有一个女人和安妮像极了。他马上飞奔下车，追踪着那个女人，那个女人也看到了他。一刹那，两人终于认出了对方。

“安妮？”

“菲力普！”

两人互相拥抱，忍不住哭了起来，继而又笑着。他们之间的爱依旧存在。于是他们到美国去开创新生活。苦难的日子不会永久存在，永不绝望的人才能克服困难，迎接新生活。

动脑筋发财的裁缝

1980年7月，珍妮失业了。离婚以后，她几乎没有收入，又有两个十岁左右的女儿，生活实在非常困难。她既没有受过正式教育，也未学得一技之长，因而感到前途茫然，不知何去何从。

珍妮住在明尼苏达州的明尼亚波利。她曾在电视上看过我的节目。我在节目中鼓励大家多思考，相信天下无难事，凡事决定了就放手去做，不要消极，也不要犹豫。

“用积极的态度去看待未来，你头脑中就会产生新的设想。选择一项适合自己的计划，然后采取实际的行动。”

珍妮听到上面的话以后，心中非常信服，便开始从事不动产生意。结果因为不善于选择时机而失败，好在珍妮并不气馁。

她决定把女儿带回故乡，因为在那里可以使女儿受到文化的熏陶。于是，收拾好行李和钱财，她出发了。

回到夏威夷后，珍妮对于岛上宽松的衣服感到满意，却又认为夏威夷的服装缺乏创新，尤其在高雅的场合。她去逛街，发现衣服款式千篇一律，都照着同一尺寸做好，看上去完全没有个性。而且，衣服都是用印花布做成的，无论色彩或料子，都不适合社交场合穿着。

这时，珍妮想起我说的话。

“成功的秘诀在于能发现别人的需要，进而满足他们。”

珍妮已经发现了别人的需要，并决心满足这种需要。于是，她便去采购衣料，开始设计新款式服装，加上漂亮的装饰，剪裁的合身，穿上也很舒服，既不膨松，又具个性，感觉良好。邻居的一位女士，对珍妮所设计的衣服非常喜欢。

“当然可以！”珍妮笑着说：“我很乐意为你做衣服。什么时候我能为你量尺寸呢？”

“尺寸吗？是要做完全合身的衣服吗？完全合我身材的衣服吗？”

“当然！我要做出与众不同的衣服，无论是袖子、手臂、还是肩膀宽度都要符合你的身材。”

很显然，珍妮设计出来的新式样，展示出一种全新的视觉效果。

珍妮最近对我说：

“休勒博士，我第一次设计衣服，大概在 10 个月前。现在，每个月我大约可做 123 件衣服。”

“这样你赚了很多钱，对不对？”

“我是赚了很多钱。”她回答说：“可是我本身几乎不需要花费任何金钱。我为客人量尺寸，买布料，基本的布料只有三种，我不必担心剩余的零头。量好尺寸后，我把布料交给剪裁的人，并告诉他尺寸，请他在家中剪裁，这可以说是一种包工方式。因此我不需要雇请工人，也就少了一项花费。

“布料裁好以后，我把它们分给几个女人，请她们替我缝好，这也是包工，所以又少了一项开销。

“我简直不需要花钱，可是一个月仍然可以做 123 件。这样的生产方式完全可以在我狭窄的公寓里进行。”