

Der Feuer Läufer

渡火者

—— 你能得到你想要的

● 埃米勒·拉特尔班德 = 著

● 徐龙顺 = 译

欧洲最有成就的励志大师

一位成功的商人

欧洲 50 多套电视节目对他进行了报道

他的书和演讲音带成为抢手货

该书成为欧洲销量最大的励志图书

在荷兰被誉为白金图书

应邀为 270 多家知名企业施教和培训

经济日报出版社



渡火者

——你能得到你想要的

◎ 埃米勒·拉特尔班德 || 著

◎ 徐龙顺 || 译

竹海日报出版社

图书在版编目(CIP)数据

渡火者/(德)拉特尔班德著 徐龙顺译. —北京:
经济日报出版社, 2002. 10
ISBN 7-80180-109-1

I. 渡... II. ①拉... ②徐... III. 成功心理学
IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 069462 号

渡火者

著 者	(德)拉特尔班德
译 者	徐龙顺
责任编辑	杨 娜
责任校对	木 易
出版发行	经济日报出版社
地 址	北京市宣武区白纸坊东街 2 号(邮政编码:100051)
电 话	010-63567683(发行一部)63567690(策划) 010-63588447(发行二部)63567687(直销)
网 址	edp. ced. com. cn
E - mail	edp @ ced. com. cn
经 销	全国新华书店
印 刷	上海市印刷十厂
开 本	890×1240mm 1/32
印 张	10.125
字 数	200 千字
版 次	2002 年 9 月第一版
印 次	2002 年 9 月第一次印刷
书 号	ISBN 7 80180-109-1/G·015
定 价	20.00 元

版本所有 盗印必究. 印装有误 负责调换

前 言

您将如何回答下面这问题：

人和动物的区别何在？

每当我在课堂讨论中提出这个问题时，

答案不外有以下两个方面：

(1) 自我负责地作出重要决定的能力

(2) 思维能力

这在理论上颇为动听，而实际上大多数人是在“被动地活着”，因为他们既不想承担生活的责任，又不想对自己，对他们的处境和他们独一无二的机会进行思考。一旦遭受挫折就寻找外界的责任（讨厌的上司，可怕的市场状况，不正派的顾客，使人厌恶的生活伴侣……）。这方面，他们不理解就是那种忍受命运（而不是去掌握命运）的生活态度葬送了我们这一事实。

然而，人们并非是由于某段时间有意识地选择了这一牺牲的角色，大多数人是由于在他们儿童和青年时代没有得到不应做生活的旁观者或配角，而应作为生活的主宰的引



渡火者

导。谁要不是有幸地在家庭中为负有责任感的生活作好准备的话,他在学校里是学不到的。学校里我们学的只是求平方根。

我们不同于动物。那句老话(少壮不努力……)纯粹是错误的。这层关系用英语“You can not teach an old dog new tickets.”表达要来得好一点。是的,我们人类自认为是具有活到老,学到老的能力的。这就是说,我们任何时间都能决定由自己来把握生活、承担责任以及起主导作用。

我们越是不习惯对我们自身,对我们的生活和我们面临的可能进行真正的思考,生活道路上的“指路人”就越具有帮助意义。这本书就是这样的“指路人”,他可以改变您的生活。

尤其是作者本人已经经历过这段路程。他坦率地向您描述他的生活道路,具有非常的高度和深度。这将给人以勇气!他携起您的手,与您同行一段路程;不是作为高谈阔论的“作者”,而是作为邻里,作为朋友。他以明确而简单的语言,犹如坐在您身边同您聊天一样向您讲述他的成功之路,并且根据神经语言编程(NLP)的基本原理向您演示它的作用以及这些作用是怎样发挥的。任何人都能领会他所说的,毫无“大话”!您手中的这本书也就只说一点:您的生活以及您今后想有什么作为。

冯·F·比肯比尔

自序

敬请谅解

人分男人和女人。然而，德语中如果同时指这两种性别的人就受到局限。所以本书在指他/她或男人/女人时通常写成“他”。在此特请作为女读者的您对这简单的表达予以理解。

写作动机

我写本书的动机是想在尽可能短的时间内让尽可能多的人掌握神经语言编程(NLP)的技术——以便让您以快而有效的方法得到改变，并改善您和其他人的生活质量。

精神的力量！

我能带您一起去作一次特别的冒险吗？由于您手上拿着这本书并正在阅读，从现在起您就开始了您生活的一个



渡火者

新阶段。

您可以通过读这本书开始改善您的生活质量。您会更好地理解为何好事往往遭失败。本书将告诉您,为得到您想得到的东西您必须做什么。您会知道如何让您的生活走一条使您梦想成真的捷径。

我的目的是让您借助于本书成为一个更加幸福的人。您将明白并且学会如何掌握这本小册子,如何为您的将来指明您所希望的发展方向。

我会向您解释,什么是神经语言编程以及如何去利用它,以便您能主宰您自身和您周围所发生的一切。您尚需将这种新的思维技巧引入您的大脑并让其发挥作用。请相信我:在以后的日子里它肯定能更好地派上用场。请果断地接受它吧。但是,我事先得提醒您:本书将改变您的生活。

倘如您目前的生活已经是一个完美的梦,倘如您已经拥有您所希望的一切:经济独立,极佳的健康状况,和睦的家庭关系,在周围人中间您已享有良好的口碑,富足的精神生活和您在这方面还能列出的种种优越性——如果您已经拥有这一切,那我就得感谢您在这本书上所作的投资。您现在就可以结束您的阅读并把这本书放进您的书架里,最好放在最显眼的地方。

倘如您的生活尚须改善的话,那就请将我在此为您而写的东西付诸于实践,并且要马上,即刻,从现在开始。这



很简单,您只须行动。

我希望您能静下心来读这本书,理解每句话和每个想法,我希望您对我所说的一切能有一个直观的具体概念,希望您能感到:这本书是为您写的。我将激励您去做。

这样一来,本书就成了您的一部分,而您可以更好地加以利用。由此使您达到我所希望的那样:给您带来乐趣和您想要的东西,让您的今后的岁月成为成功的历史。

神经语言编程很简单,它就是日常生活。这方面重要的是您本人的参与。

您有权把后面所说的仅仅当成是听听而已的报道。然而,这样做是很遗憾的。这样您会坐失良机,失去机遇并成为纯阅读的傀儡。

但是,如果您真地按我建议的那样做的话,您将每天享受生活。阴云将从您身边散去,您将成为自己的气象师,掌握着风云的变幻。

我真诚地愿您万事如意!

我们如果能成为朋友真是太好了。在本书中我毫无保留地讲述了我的生活;我开放自己并对您的灵魂诉说。灵魂是不认识“您”这个称呼的。我能称您为你吗?在荷兰,人们立即以你相称是习以为常的,不管在商店里,在面包铺里,在大街上,还是在红绿灯旁闲谈时——“你”这个称呼马上建立了一种朋友般的关系。它更亲切,更舒适。我希望你能同意这样做。行吗?如果不行的话,请将书退还。



渡火者

我想与你生活一段时间

不用害怕，我会进入你的心灵。完全温和地随我的话进入你的生活。这是一种完全亲密的，具有深度的经历，对此我很了解。神经语言编程的故事已具有叙述者，这里就是我和你生活一段时间的力量。

这将是一种纯属私人的经历，这方面我想呆在后台并给你一种感觉：这本书——完全出于个人的关系——是由你的一位朋友特地为你写的。事实也就如此。

埃米勒

目 录

前言(冯·F. 比肯比尔)

自序

第一部分

鲍费蒂斯面包师

埃米勒·拉特尔班德的自述…………… (3)

心灵的语言

神经语言编程是如何产生的…………… (23)

我是什么?

这关系到你的自我形象…………… (44)

你追求什么?

你的梦——你的目标…………… (61)

成功之美德

热情·原则·灵活性…………… (83)

接受欢乐

选择幸福…………… (102)



渡火者

我要=我能够

克服恐惧..... (113)

信念是你的真理

如何给你的大脑编程..... (121)

你是你生活的主人

饱满的情绪..... (138)

调整着眼点

寻找共性..... (147)

个性的基础

列出价值等级..... (162)

力量之源泉

使人强大的七大信念..... (180)

第二部分

饮食与呼吸..... (185)

视觉、听觉、触觉..... (197)

内心自我交流..... (209)

与外界的交流..... (225)

模仿——成功捷径..... (238)

形体语言..... (254)

分离法..... (261)

重新评价..... (271)

目 录



设立诱发点.....	(283)
精神感应.....	(295)
结束语.....	(306)
附:给埃米勒·拉特尔班德的来信	(307)

第 一 部 分



鲍费蒂斯(Poffertjes)面包师

埃米勒·拉特尔班德(Emile Ratelband)的自述

我觉得有必要,另外也是出于对作为读者你的尊重,作一下自我介绍:我是谁,我干了些什么,值得我写这自白。对你,我无需什么秘密。所以我首先讲一些关于我的情况,以便让你知道,通过这本书你会同谁照面。

清晨三点,父亲去上班,他是荷兰阿纳姆组施达特居民区的一位面包师,这是一个典型的工人居住区。1949年我出生在这里,面包房和这条街成了我新的世界。母亲卖面包,从早上8点一直工作到晚上6点。我惟一的哥哥比我大两岁零五个月,我和哥哥拥有一间卧室。父亲老是说:“小伙子,我们是特权人物,在这城里,我们拥有最大的起居室。”我们的起居室才15平方米,但在我的幻觉中它足有舞厅那么大。我那些朋友的父母大都没有厨房,而且全家只有一间卧室。所以我感到自己非常富有。

父亲常有卓越的想法并且喜欢心血来潮,他做着五光十色的梦;遗憾的是他无法、也没有经济能力把梦变成现



渡火者

实。他看着那些漂亮的楼房，有着各种美妙的计划——他着手干一切，但从无结果：他的要成为“阿纳姆标志”的糕点厂；他的能让植物长快的发明；他的小面包干和汤棍，所有这一切都只是开了个头而无结果。然而，父亲以他了不起的幻想教会了我不按世俗的眼光去看待事物。

“这人一无所有，我们可以把这些钱给他。”

父亲是个温和的好人，他只有一个弱点：酒喝得太多。一个星期天的早上，我跟父亲去当地中产阶级经常聚会的MUSIS SACRUMO酒吧。酒吧门口坐着一个潦倒的流浪汉，那人弯蜷在他的拐杖上。那时正值冬天，天气阴凉刺骨。那个流浪汉大概是想用一直戴到耳根的帽子来造一点假日的气氛。父亲给我十盾，让我去给那个流浪汉。在1959年，这对我来说是一小笔财富。“为什么？”我问道，“他只会拿去买酒喝。”父亲回答我说：“这人一无所有，没有妻子，没有儿女，没有家。只有酒才能使他忘记痛苦。我们可以把这些钱给他。”这种经历培养了我。

在我亲爱的，笃信神鬼的埃菲姑妈身上我同样受到这种烙印。每年我去她那里做五天客，这就足以使我从她那里了解到，在每个人身上都能发现许多好的方面。这样就会使人变得和善。连在谈论曾经抢走她前夫的安丝姑妈时，她也充满爱和尊重。这给当时12岁的我留下了深刻

第一部分 鲍费蒂斯(Poffertjes)面包师



的印象。

在学校里我毫无希望

SPIJKER 区第 12 小学是为较好的学生开办的。在新的第 15 小学建立后,我不得不离开第 12 小学,这是由市里的大人物所决定的。在这所新学校就读的都是些民众中的渣滓。学生们用自行车链子互相斗殴,14 岁的少女怀孕也屡见不鲜。老师把班级分为两个组:4 个孩子是聪明的,其余的都是天赋不佳(36 人!)。在第一个组刻苦学习的同时,其余的人只能听天由命,其中也包括我。对我们来说无任何希望。那时我体重 85 公斤,身高 1 米 20,老是生病,烦躁并且浑身湿疹。我敬重比我强的孩子,然而大家都比我强。

我梦想当牧师

经过很大努力,我终于上了文科中学。在校园里,我梦想当一名牧师。我仿佛看到自己已经披上法衣,周围香烟缭绕并充满圣水。但这纯属胡思乱想,因为我根本没受过罗马天主教教育。然而从那时起,我把我的注意力集中到为人类做些什么方面。我 13 岁时,父亲去世了。那年,我在校成绩再次糟糕透了。老师允许我留级的惟一理由是认