

新世纪向
中国读者强力推荐！

本书荣登欧美
畅销书排行榜
26种文字、34个国家
畅销2000万册

新幸福日子

重又来临

激励千万人去获得
财富和幸福的名著

〔美〕拿破仑·希尔核心编译组

179930

新世纪向

中国读者强力推荐！

新世纪的 重又来临

本书荣登欧美
畅销书排行榜
26种文字、34个国家
畅销 2000 万册

【美】拿破仑·希尔核心编译组

民主与建设出版社

图书在版编目(CIP)数据

幸福的日子重又来临/高津友主编. —北京:
民主与建设出版社, 1999. 9
(金领航图丛书)
ISBN 7-80112-307-7
I. 幸… II. 高… III. 成功心理学—普及读物
IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 37646 号

责任编辑 王 欢
封面设计 润 之
出版发行 民主与建设出版社
电 话 (010)65523123 65264696
社 址 北京朝外大街吉祥里 208 号
邮 编 100020
印 刷 北京密云红光印刷厂
开 本 850×1168 1/32
印 张 12
字 数 264 千字
版 次 2001 年 3 月第 2 版 2001 年 3 月第 2 次印刷
书 号 ISBN 7-80112-307-7/F·084
定 价 19.00 元

注:如有印、装质量问题,请与出版社联系。

跋

真正主宰我们命运的是我们自己

多少人相信命运，似乎它是一种独立于世界之外、不以人的愿望为转移的异己力量。

人生中遭到某种不幸或挫折的人，往往会认为“命运不佳”或“命中注定”。事实上，真正主宰我们命运的是我们自己。

被人誉为“乐圣”的德国作曲家贝多芬一生遭到数不清的磨难贫困，几乎逼得他行乞、失恋，甚至使他耳聋，几乎毁掉了他的事业。可是，贝多芬并未一蹶不振，而是向“命运”挑战！ -

贝多芬在两耳失聪，生活最悲痛的时候，写出了他的最伟大的乐曲。

正如他给一位公爵的信中所说：“公爵，你之所以成为公爵，只是由于偶然的出身，而我成为贝多芬，则是靠我自己”。

最富有与最成功的华裔金领——王安博士，他赤手空拳在美国打出天下，扬名异域，赢得世人的尊敬。

前些年，他出版了自传，奇怪的是他的书不是叫《第一主义》、《电脑巨人》、《创业奋斗史》，却命名为《教训》，由此可以看出令金领体会最深刻、最能让大家分享的，即是他克服逆

境的心路历程。

事实上，《教训》一书，其内容多在阐述如何以逆境为师，不断地吸取不幸的教训。

过去，金领常被人视为天才，或是说他们有奇遇。但在现实世界中的自诩的天才，往往是聪明反被聪明误，不然就是禁不起逆境的考验，而致于一蹶不振。

王安所强调的教训是：“拥有财富非出于天才，只是执著而已。”

事实上，拥有财富与不幸常是一体之两面，金领也是不幸最多的人。

发明大王爱迪生在遭遇无数的实验后，才语重心长地说：“成功乃是一分天才，加上九十九分的努力。”

俗语说：“刀靠石磨，人要事磨。”

的确，惟有耐得住“事磨”与“心磨”的人，在经过那一番寒心彻骨的磨练后，才得以在“山穷水尽疑无路”之际，机灵地掌握住机会，寻得“柳暗花明又一村”的景象。将事业“危机”化为“转机”，进而开启“良机”。

世上鲜有长久的卓越，却有数不尽的横逆与考验。

成功常是短暂的，它常出现虚幻的假象，因为过去的成功必然带来更大的挑战，暂尝成功之果的人若初尝甜头就止住不前，难免不被后起之秀所取代。

正因成功之不易，所以很多人坚持不到最后关头就轻言放弃、中途而废了。

因此，我们处处可见不幸充斥，挫折横行。

俗话说：“失败为成功之母。”

我们相信：惟有历经不幸的种种磨练，方能一窥金领的殿堂。

事实上，每次不幸就表示一定还有不足之处，“找出病症”正表示距离金领更近一步，金领的面貌也被你逐渐廓清。

我们可大胆地说一句：金领的种子是不幸所播下的，关键乃在你所下的功夫够否。

所谓“行百里者半九十”，若是止步不前，不再积极奋进，则最后必然功亏一篑，只有落得徒劳无功、一事无成的后果。

历史上，一些成名立业的人物鲜有一开始就平步青云、大展鸿图的。这些人反而多是“宦海浮沉，飘泊不定”地渡过大半生，就因其过程坎坷起伏，使他有克服万难的心灵修养，最后竟迂迂迴迴地走过许多陷阱与险境。

英国谚语说：“顺境试炼幸福者，逆境试炼大人物。”

日本大亨级金领化药公司董事长原安三郎曾语重心长地说：“年轻时代赚一百万的经验，并不能成为将来赚十亿元的经验，但损失一千万的经验，倒可培养赚十亿元的经验。横逆是锻炼人才最好的机会。”

因此，原安三郎劝年轻人不要急躁轻进，反而应趁年轻的时候，多尝尝不幸和挫折。这是使人真正成长的一帖“苦药”。

跌倒，站起来，迈向前！

其实，不幸并不足畏，可怕的是你在心灵上被彻底打败了，又未能体会真正的“教训”，反而一再重蹈覆辙，以致到最后落得无可救药。

我们常说：胜败乃兵家常事。因此要胜勿骄，败勿馁。而更重要的是要经得起挫折，再重振旗鼓，开辟人生另一个战场。

日本大亨级金领松下幸之助对此理念阐扬得最透彻，他说：“跌倒了就要站起来，而且更要往前行。跌倒了站起来只是半个人，站起来后再迈向前行才是完整的人。”

日本三洋电机公司顾问后藤清一，曾在松下电器公司担任厂长，当时松下幸之助就给他最好的教育机会。

有一天，日本遭逢有史以来最悍的台风，虽无人员伤亡，但工厂却接近全毁。后藤清一心想：好不容易有新厂，正想要全力生产、大干特干时，却遭此打击，老板心理上一定很沮丧吧！

松下幸之助是在台风即将停止之前赶到工厂的。此时不巧，松下幸之助夫人亦身体不适而住院，他是探病后再赶来的。

“报告老板，不得了，工厂遭逢巨变，损失惨重，我来当向导，请巡视工厂一趟吧！”

“不必了，不要紧，不要紧。”

“…………？”（彼此无语）

松下幸之助手中握着纸扇，仔细地端详它，横看、纵看，神情异常地冷静。

“不要紧，不要紧。后藤君啊！跌倒就应爬起来。婴儿若不跌倒也就永远学不会走路，孩子也是，跌倒了就应立即站起来，嚎哭是没有用的，不是吗？”

松下幸之助说完掉头就走，对工厂的灾难毫无惊恐失色之态。

俗话说：“山不转，路转；路不转，人转。”

《易经》上也说：“穷则变，变则通。”

《圣经》上也有这样的记载：“上帝关了这扇窗，必会为你开另一道门。”

的确，天无绝人之路，上天总会给有心人一个反败为胜的机会。

斯巴昆说：“有许多人一生之伟大，来自他们所经历的大

困难”。

精良的斧头，其锋利的斧刃是从炉火的锻炼与磨削中得来的。

许多人具备“大有作为”之才资，因为一生中没有同“阻碍”搏斗的机会，又没有充分的“困难”磨炼，足以刺激起其内在的潜伏能力的发动，于是终生默默无闻。

阻碍不是我们的仇敌，而实是恩人。

阻碍可以锻炼我们“克胜阻碍”的种种能力。森林中的大树，要不是同暴风猛雨搏过千百回，树干就不会长得十分结实。同样，人不遭遇种种阻碍，他的人格、本领，也是不会长得结实的。

所以，一切的磨难、忧苦与悲哀，都是足以助长我们、锻炼我们的。

在格里米战役的一次战事中，一颗炮弹把战区中的一座美丽的花园炸毁。但是在那为炮火所炸开的泥缝中，却忽然发现一道泉水在喷射；而从此以后，这儿就成了一个永久不息的喷泉。

不幸与忧苦，也能将我们的心灵炸破。在那炸开的裂缝中，会有丰盛的经验、新鲜的欢愉，不息地喷射出来！

有许多人不到穷途潦倒，就不会发现自己的力量。灾祸的折磨，反足以助我们发现“自己”。

困苦、阻碍，仿佛是将生命炼成“美好”的铁锤与斧头。

惟有不幸、惟有困难，才能使一个人变得坚强、变得无敌。

有一个著名的科学家说：当他遭遇到一个似乎不可超越的难题时，他知道自己快要有新的发现了。

初出茅庐的作家，把书稿送入出版社，往往要受“退稿”

的回答，但因此却造成了许多著名的作家。

因为不幸是足以燃起一个人的热情，推醒一个人的潜力而使他达到成功的。有本领、有骨气的人，能将“失望”变为“扶助”，像蚌壳能将烦恼它的沙砾化成珠子一样。

鹭鸟一旦毛羽生成，母鸟立刻会将它们逐出巢外，使它们作空中飞翔的练习。那种经验，使它们能于日后成为禽鸟中的君主和觅食的能手。

凡是环境不顺利，到处被摒弃、被排斥的青年，往往日后会有出息，而那些从小就环境顺利的人，却常常“苗而不秀，秀而不宝！”

“自然”往往在给予人一分困难时，同时也添给人一分智力！

贫穷、痛苦不是永久不可超越的障碍，反而是心灵的刺激品，可以锻炼我们的身心，使得我们的身心更坚毅、更强固。

钻石愈硬，则它的光彩愈耀眼；而要将其光彩显出来时所需的磨擦也愈多。只有磨擦，才能使钻石显示出它全部的美丽。

火石不经磨擦，火花不会发出；同样，人们不遇刺激，生命火焰不会燃烧！

塞万提斯写他的《唐·吉珂德》是在他困处马瑞德狱中的时候。那时他贫困不堪，甚至无钱买纸，而在将完稿时，把皮革当作纸张。有人劝一位西班牙百万富翁去接济他，但那位百万富翁回答说：“上天不允许我去接济他的生活，因为惟有他的贫困，才能使得世界丰富！”

监狱往往能唤起高贵的人的心中已经熄灭的火焰。《鲁滨逊飘流记》是在狱中写成的，《天路历程》是在彼特福特监狱中写成的。拉莱在他 13 年的幽囚生活中，写成了他的《世界

历史》。路德幽囚在瓦特堡的时候，把《圣经》译成了德文。大诗人但丁被判死刑，而过着流亡的生活达 20 年，他的作品就是在这段时期中完成的。

有史以来，被“压迫”，被驱赶，简直是犹太人注定的命运。然而犹太人却产生过许多最可贵的诗歌、最巧妙的谚语、最华美的音乐。对于他们，“迫害”仿佛总是同“幸福”携手而来的。

犹太人很富裕，许多国家的经济命脉，几乎都是掌握在犹太人手中。对于他们，“困苦如春日的早晨，虽带霜寒，但已有暖意；天气的冷，足以杀掉土中的害虫，但仍能容许植物的生长！”

席勒为病魔缠扰 15 年，而他的最有价值的书，也就是在这个时期写成的。弥尔顿在双目失明、贫病交迫的时候，写下了他的著名的著作。

所以彭扬说：“假如那是正当的话，我宁愿祈祷更多的忧患的来临，为了要得到更多的幸福起见。”

一个大无畏的人，愈为环境所迫，反而愈加奋勇，不战栗，不逡巡，胸膛直挺，意志坚定，敢于对付任何困难，轻视任何厄运，嘲笑任何阻碍；因为忧患、困苦不足以损他毫末，反足以加强他的意志、力量与品格，使他成为了不起的人物。这真是世间最可敬佩、最可艳羡的一种人物了。

”命运”不能阻挡这种人物的前程！

目 录

跋：真正主宰我们命运的是我们自己	(1)
------------------------	-----

第一章 捕捉幸福

·幸福的青鸟就在不幸中	(2)
·目标指向幸福，比幸福本身更重要	(9)
·不是幸福离开我们，就是我们离开幸福	(15)
·你把握不住的东西	(20)
·没有不幸，哪有幸福的可贵	(25)
·幸福是对不幸的征服	(30)

第二章 在逆境中成长

·化不幸为终身财富	(37)
·坦然面对失败和痛苦	(41)
·如果你的创伤是无法治愈的	(48)

- 决不能因此而放弃幸福 (60)
- 化诅咒为祝福的方法 (65)
- 面对人生的不幸与挑战 (74)
- 寻找迈向成功的秘诀 (85)

第三章 不幸的幸福法则

- 对不幸的不同思考..... (102)
- 接踵而至的不幸..... (111)
- 不幸的深渊隐藏着更深的幸..... (114)
- 不幸会周而复始..... (119)
- 自以为不幸的人，将一辈子不幸..... (122)
- 对不幸得过且过，就会更不幸..... (126)
- 幸福追不到，不幸逃不了..... (129)

第四章 抵达幸福的彼岸

- 我们无法生活在没有不幸的世界里..... (133)
- 追求幸福是人之本性..... (137)
- 汤姆·德布敦的建议 (146)

·七大金科玉律——IPDE 原则	(151)
·坦然接受一切，描绘想做的事	(160)
·所要做的可能性思考	(170)
·掌握人生的主权	(179)
·召唤幸福的训练	(193)

第五章 福至心灵——写给你的福音书

·一个伟大而幸福的人	(204)
·会见最重要的活人	(213)
·改变你一生的一句话	(224)
·化自卑为奋进的动力	(243)
·站在一定的高度去思考生活	(256)
·为你的幸福奋斗吧！	(266)

第六章 幸福的生活法则

·创建自己的生活方式	(288)
·均衡的生活法则	(299)
·规划你的均衡生活	(306)

- 获得均衡生活的四大步骤..... (313)
- 均衡生活实例（一）..... (328)
- 均衡生活实例（二）..... (336)

第一章

捕
捉
幸
福

幸福的青鸟就在不幸中

对于一个人来说，摆脱痛苦的欲望比获得幸福的欲望会更强烈。幸福对于处于痛苦之中的人来说，常常是奢望，人们往往是以摆脱痛苦为第一步。

这些年，年轻人流行青鸟症候群的行动倾向。

这句话指的是，那些刚进社会工作的年轻族，虽然已经进入这家公司，可是嘴里还会说：其实我准备要做的工作不是这样的！然后就跳槽了。

因为他们的心里很像梅特林克笔下《青鸟》的主角奇奇、米琪，所以才会取“青鸟”这个名字。故事中奇奇和米琪到处寻找幸福的青鸟而四处历险，即使发现真正的幸福是什么，还四处寻觅。

寻找青鸟并没有什么不对，就因为存在不幸的思维，才会成为寻找幸福行动的原动力。再加上如果没有追求幸福的强烈欲求，就不能找到真正的幸福了。

这种寻找总比不寻找更有机会可言。

有成功“魔岛”之称的美国百老汇，既是“希望的坟场”，又是“机会的明灯”，每年总有大批人来此追逐权力、名誉及荣华富贵。而每隔一阵子，总有人排除重重关卡，脱颖而出，成为举世闻名的金领。

虽然不乏名成利就的先例，但百老汇并非轻易的就可征服的，只有在你锲而不舍，克服万难的挑战后，最后它才“承认”你的存在，并给你加倍的荣宠。

幸福是人人企盼的，但幸福也有两重性。

有这么一句话：“没有吃不了的苦，却有享不了的福”。

其意思是说：人们忍受苦难的能力，是非常大的。不论有多么大的困苦，都可以千方百计去克服。但是优裕的生活条件、事业上顺利、追求的满足，对于某些人却是受用不了的。一些人在艰难困苦的境遇中，不会做出什么不好的事，而在优裕的条件下，或是在顺利之中、满足之中，却做出了一些不应当发生的事。顺利、追求的满足，会使人自高自大、傲慢、胆大妄为，对别人不尊敬，为人变得尖刻，盛气凌人，不可一世。灵魂中的这类疾病，是很难治愈的。

如果在这种时刻，经历到人生的磨难，那么，痛苦也许能使他清醒一些，如果能因此认真反省，避过向善，则可以使其以后免除此类的挫折，走上幸福的坦途。

从情感上讲，痛苦是人人所厌恶的。肉体上的痛苦，或者使人疼痛难忍，或者给人的生活带来许多不便。有一些肉体上的痛苦，还会给人带来心灵上的创伤。灵魂中的痛苦，较之肉体上的痛苦，对于人来说，是更加难以忍受的。

它或者是自我的谴责，无尽的悔恨，痛不欲生；或者是感到人生的艰难，怀疑人生的意义和价值；或者是处于一种难堪的境地，进退不得，左右不得；或者是受到外在的压力，使人感到自己没有任何前途；或者是心中不平，使人倍感不公。

诸如此类的痛苦，是任何人都极力想要避免的。

然而从理性上来看，痛苦不完全是人生的仇敌，不能把它视为绝对的恶。

应当看到，那些必然的、不可避免的痛苦，是有双重品格的。

它既是人生中难以完全避免的，也是人在争取幸福的过程