

《纽约时报》连续上榜！二十余种语言全球畅销！

教你如何应对改变、跨越障碍，实现理想与信念的飞跃。

ping



A Frog in Search of a New Pond

寻找大池塘的青蛙

斯图尔特·埃弗里·戈尔德 著 黄聿君 译

万卷出版公司

ping



A Frog in Search of a New Pond

寻找大池塘的青蛙

斯图尔特·埃弗里·戈尔德 著 黄聿君 译

万卷出版公司

这是一个旅行者的故事，
意在唤醒我们内在的心路，
告诉我们生命旅程的真正目的
远非仅仅为了生存。
通过青蛙乒儿英雄般的壮举，
以及那些具有启迪意义的远见卓识，
让我们一起欣然接受生命赐予我们的机遇。

献给我那两位出色的跳跃小子
——艾伦(*Aaryn*)与肖恩(*Shaun*)

ping

成功就是成为最好的你自己

李开复

Google 全球副总裁兼中国区总裁

美国作家威廉·福克纳说过：“不要竭尽全力去和你的同僚竞争。你应该在乎的是，你要比现在的你强。”一直以来，在与国内的大学生以及一些渴望改变现状，实现成功梦想的年轻人交流时，总想为这句话找一个合适的注脚或例证，也总想通过一些别致而生动的小故事来进一步阐述自己的观点，让沟通变得更加有趣。一次偶然的的机会，贝塔斯曼的一位老友向我推荐了这本《寻找大池塘的青蛙》，他说，“老兄，



ping

寻找大池塘的青蛙

我看这个青蛙的故事基本把你的成功观给概括全了。”他的话引起了我的兴趣。

关于青蛙的故事以前倒是听过几个：青蛙王子，井底之蛙，温水青蛙……，但很显然，这本书中的青蛙乒儿要比他们“另类”得多，说他“另类”是因为我实在想不出还有哪只青蛙会主动放弃“王子”般的悠闲生活，跳出观念与视野的“井底”，并能从令人通体舒泰的“温水”中一跃而出，踏上荆棘密布，前途未卜的寻找新池塘之旅！我喜欢这只青蛙，喜欢他的智慧，坚韧，自信和快乐。不知不觉地，从开始阅读这本书的那一刻起，在青蛙乒儿披荆斩棘的旅途上，又多了一个暗暗为他加油的同路人。

从理想植根于我们的心底那一刻起，梦想中的“成功”也就成了吸引我们不断超越自我，努力前行的“大池塘”，而我们也好似化身为书中的青蛙乒儿，在经历了从迷茫到积极、从自卑到自信、从惆怅到快乐、从恐惧到乐观等无数次的千锤百炼之后，终于实现了人生与人性的飞跃，做到了自己连想都不敢想的



ping

事情。青蛙乒儿是成功的，因为他做到了所有青蛙（包括他自己在内）无法想像的事情。而且，我之所以认为他是成功的，不仅仅在于他做到了什么，更重要的是他最终做成了最好的自己。

要做最好的自己，首先就要明确地知道自己的目标，就像这本书中的青蛙乒儿一样，要“看清楚自己是谁，看清楚自己想成为什么样子”，因为只有深入到自己的内心世界，对自己的内心加以审视，才能厘清困惑并找到前进的方向，发掘出引导自己前行的力量。接下来，要看清楚风险。“看清风险就等于将风险降低一半”，而刻意回避风险，忽视潜在的威胁，那毫无疑问是在冒最大的风险。同时，还要具有非凡的勇气。有勇气改变现状的同时，也必须有勇气面对失败。当你畏惧失败时，不妨想一想，你最怕失去什么？最坏的下场又会怎样？你不能接受吗？而且，聪明的人更善于从失败中汲取经验教训，自觉地弥补自己的不足，将失败转化为一种人生财富。因此，不要畏惧失败，成功的路上永远不会一帆风顺。只要你尽

ping

寻找大池塘的青蛙

了力，愿意向自己的极限挑战，你就应为自己的勇气而自豪。当然，还要有持之以恒的精神，因为“做得到和做不到的区别，就在于是否执著。”

《寻找大池塘的青蛙》就是这样一个内容简单，却含意深远的寓言故事，可以说我们每个人都是青蛙乒儿，而“大池塘”就是我们梦想中的财富、事业、健康、学业或是心灵的居所。当我们为寻求梦想中的“大池塘”而需要做出改变的时候，我们可能难免会焦虑、忧郁，甚至会坐卧不宁、寝食难安。其实，我们需要的就是拿出青蛙乒儿的精神和决心，不畏旅途中的艰险，顺着生命之流悠游前行。像青蛙乒儿那样，凭着勇敢的行动和非凡的洞察力，让我们一起来欣然接受生命赏赐给我们的机遇，成为最好的自己！

你在哪里，就从哪里开始吧！

李开复

2007年4月



ping

前言

前 言

重要的是，你得相信有关青蛙乒儿的故事是真的。

就我个人而言，当初也满怀疑的。一读之下，发现这个故事说的是池塘最资深的居民之一——一只青蛙——彻底转变的历程，任何人听了都会半信半疑。

好了，刚刚翻了翻眼睛的读者，请不要却步，因为这个故事里有很多可以学的东西。地球上虽有很多坏事正在发生，同时仍然有很多好事存在。这些好事当中，有一项就是，我们始终拥有可以振奋人心、提升性灵的故事。

本书所说的故事就是其中一个。

ping

寻找大池塘的青蛙

前言

很久很久以前，早在你我出生之前，早在变幻莫测的 WiFi、宽频、输出网络影音 (Streaming Video)、DVD、VCR 出现之前，早在电视、电影、收音机，甚至书本问世之前，世上便流传着用来娱乐、教化、鼓舞人心和激发灵感的故事。有些流传了好几个世纪的老故事，目的是在安抚心灵，或是助眠安神。而我要说的是个生命旅者的故事，旨在帮助读者意识到心灵方向，证明生命之旅的意义不只是存活而已。故事中青蛙乒儿展现出的英勇之举与洞察力，盼能促使你得到启发，进而掌握生命中的种种良机。

为了让这个故事真实可信，我动笔之前先访问了几十个人，包括亚洲人与欧洲人，西藏喇嘛与禅宗大师，缅甸耆老与道家方士，把笔记本记得满满的。有



ping

前言

的受访者领我神游日本，有些领我神游中国，有些则替我引见美国本土某几位哲人，但是，唉，只有少数人知道青蛙乒儿的故事，而这少数人里面只有少数人还能记得很完整。毕竟，这个故事发生年代有点久远。

即便如此，这个故事仍在我脑海里萦绕不去，所以我又多花了好几个月的时间进行研究。感谢老天，最后终于让我找到正确详实的记载，因此才敢打包票，保证故事的真实性。当然啰，这些努力值不值得，得由你来判定。毕竟，若说历史教了我们什么，那就是有些故事听听就算，有些则可以相信。

青蛙乒儿的故事是哪一种呢？

嗯，是一则将会永久流传的故事……

ping

目 录

成功就是成为最好的你自己(李开复) 1

前 言 ----- 5

1 信心飞跃 ----- 001

2 态度决定高度 ----- 011

3 初学者的心灵 ----- 031

4 一只会走路的青蛙 ----- 043

5 心灵风景 ----- 053

6 飞渡恶水 ----- 067

7 生命之流 ----- 075

后 记 ----- 084

1

信心飞跃

最有意义的旅程，就是探索心灵之旅。

从前从前，有一个池塘……

在那个时候，池水并不深。事实上，有好一段时间，池水都这么浅，不过住在池塘里的动物并不在意——反正那地方就是这个样子。

举例来说，乌龟只要水深到够他们在池里游来游去就很高兴了；他们甚至喜欢浮在水面上晒太阳，所



ping

寻找大池塘的青蛙

以水浅也无所谓。

浅水对鹤来说也很棒；他们喜欢浅浅的水，因为摆首之间，轻轻松松就能叼起美味食物。鱼也没什么好抱怨的——离水面愈近，就愈容易捕捉到浮游生物。

说真的，池塘里的居民都很知足；在池里游来游去，从来没有谁抱怨或是叨叨咕咕。大多数居民都习惯这样平平淡淡过日子，没什么好不开心的。

大多数居民这么想，并不代表全部都是如此。

乒儿是一只青蛙，不过他并不知道身为青蛙值得骄傲。举例来说，乒儿不知道，在东方古老传说里青蛙来自月亮；青蛙从蛋里孵化出来后，随着银雨从天而降。不过，乒儿对自己的事情倒是有点印象，记得自己小时候在池塘里的日子。那时候，他的手脚还没长出来，在深水中摆动尾巴前进；他记得那种上上下下



ping

信心飞跃

下、快乐悠游的感觉。

等他长大一些，可以蹦蹦跳跳了，跳跃成为他的最爱。乒儿是天生的跳跃好手，跳得比谁都远。

乒儿一跳，就能完美飞跃九尺远的距离——抱歉，更正一下，是九尺三寸才对——无人能及的纪录。青蛙乒儿的跳跃天赋惊人，只要他开始跳跃，池塘的居民不管在做什么，都会停下来观赏。他们深感荣幸，有机会目睹这荣耀的一刻。

乒儿对这些赞誉不以为然。他只知道，跳远好玩得不得了。而现在池塘几乎干涸，他再也没办法好好跳上一跳，好不悲惨哪。

我们要先了解到：想要过超越地心引力的优雅生活，得具备两个条件。首先，得有强烈的欲望，想活出最精彩的生活。再者，得有决心，乐于让自己每天





有谁说得准,自己熟悉的世界
会不会彻底改变?

ping

信心飞跃

都过得精彩。

乒儿两者兼具。

他缺少的是水。他需要水让他跳进去。

说到这里，我得补充一下。以前有一段时间，源源不绝的泉水不断注入池塘，但泉水流向为什么改变了？关于这点，我进行研究的时候，始终找不到任何线索。不过我的确发现，就这么不特别喜欢或讨厌地待在老地方，对这个池塘里其他生物来说没什么大不了，但是对乒儿来说，他可不甘心。

乒儿耸耸肩，叹了一口气。他渴望过去那种又深又广的池水。他享受过莲花与百合飘荡水面，带来的清新与醉人芬芳；芦苇随着竹林间的微风摇曳，摆动着静谧节奏。如此景致，带给他的心灵无限愉悦。然而，这一切已成过往。眼下池塘里的残景，对乒儿的心灵毫无助益。

