

智慧

全集



给你力量励志丛书
GEINILILIANGLIZHICONGSHU



宋建华◎主编

羊皮卷

ZHIHUI YANG
PIJUAN QUANJI

全书从成功的第一步“沟通”开始，用丰富的实例、透彻的点析，以及实用可行的诸多技巧，向你传授为人处世、完善自身的艺术。如果你正处于迷茫阶段，找不到成功站台，那么这本书能够把数不清的智慧之果和妙计放到你的衣兜里，你不再没有重量，相反，你会成为一个重量级的拳手，不管将来的生活向你击出了多么难以承受的重拳，你都能够轻松应对。



中国戏剧出版社

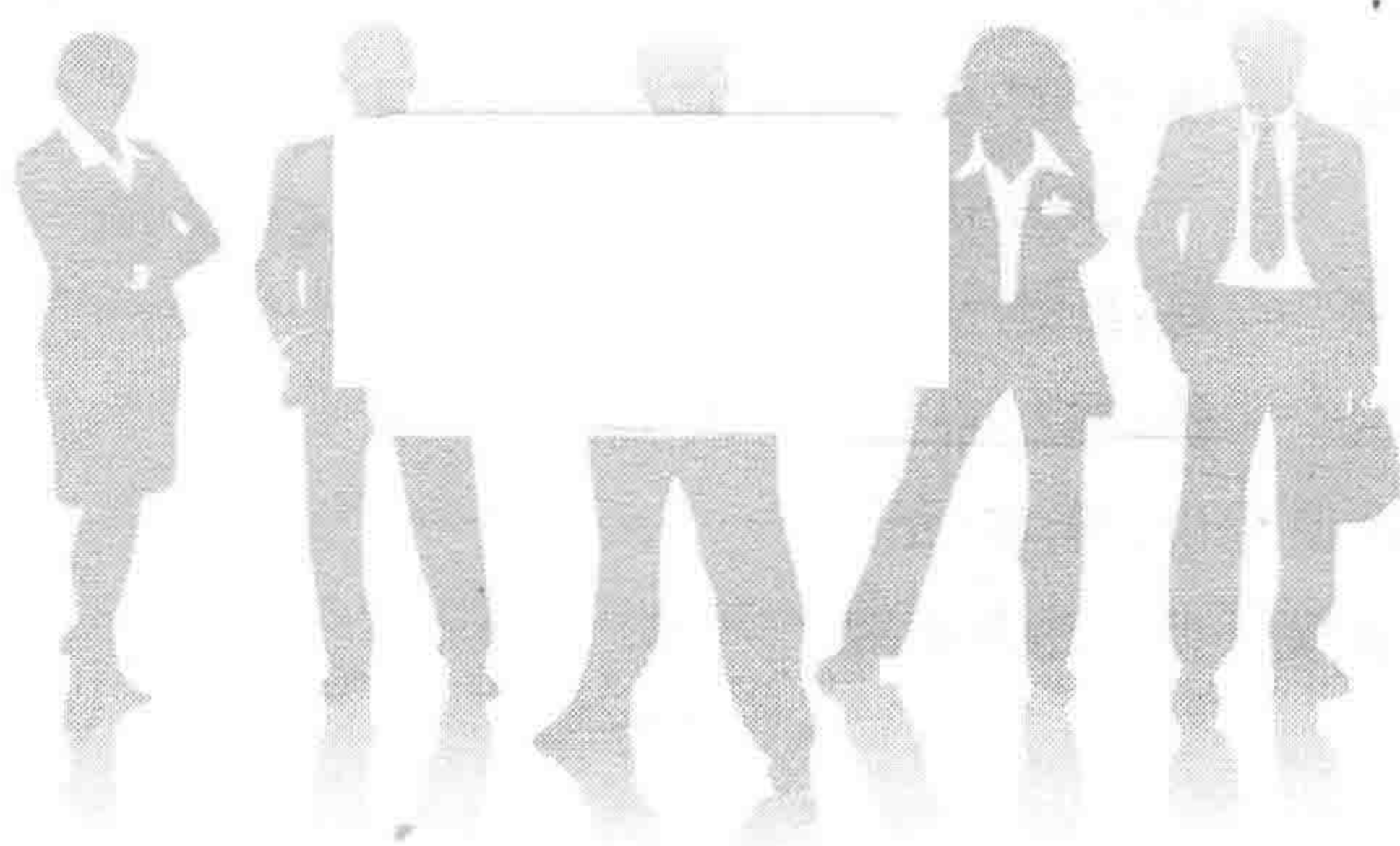
智慧

全集

羊皮卷

ZHIHUI YANG
PIJUAN QUANJI

39.80



你力量励志丛书
NILILIANGLIZHICONGSHU



建华◎主编

中国戏剧出版社

图书在版编目(CIP)数据

给你力量/宋建华 主编. —北京:中国戏剧出版社,
2007.6

ISBN 978 - 7 - 104 - 02649 - 5

I. 给… II. 宋… III. 人间交往—通俗读物

IV. C912.1 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 093301 号

智慧羊皮卷全集

策 划:冯志强

责任编辑:肖楠 王媛媛

责任出版:冯志强

出版发行:中国戏剧出版社

社 址:北京市海淀区紫竹院路 116 号嘉豪国际中心 A 座 10 层

邮政编码:100097

电 话:010 - 58930221 58930237 58930238

58930239 58930240 58930241(发行部)

传 真:010 - 58930242(发行部)

经 销:全国新华书店

印 刷:北京威远印刷厂

开 本:710mm × 1000mm 1/16

印 张:330

字 数:320 千字

版 次:2007 年 9 月北京第 1 版第 1 次印刷

2009 年 1 月北京第 2 版

书 号:ISBN 978 - 7 - 104 - 02649 - 5

定 价:597.00 元(全 15 册)

本册定价:39.80 元

版权所有 违者必究



目 录

第一章 开始新的生活,拥有新的生命

要具备自我约束的能力	3
成功者的关键是态度	7
发现自己有弱点就要勇于克服	9
要学会靠自控力改变自己的坏习惯	10
凡成功者无不懂得自律	12
你的坏习惯是一个最顽固的敌人	13
避免因犯愚蠢的错误而自毁前程	15
真正地控制住自己才能控制别人	16
努力克服怠惰的不良习惯	17
树立积极的心态	20
积极心态激发潜能	21
消极心态限制人的潜能	24
坚信自己在选举中获胜	26
选择的力量让人获得新生	27
羊皮卷之一 我要开始新的生活	29

第二章 用全身心的爱来迎接今天

增强热心,培养热忱	35
热情是世界上最大的财富	37



努力克服职业倦怠	39
尽力从事一些有益的工作	42
一定要让自己充满热诚	44
找到引发你热情的“火种”	45
以饱满的激情持续地工作	46
加倍珍视自己的爱	48
表达出对别人的感激和爱	50
在生活中付出你的爱	51
帮助别人就是帮助自己	53
让你的爱和激情更饱满些	54
羊皮卷之二 我要用全身心的爱来迎接今天	56

第三章 我是自然界最伟大的奇迹

树立一个强大、积极的自我形象	61
积极地进行自我评价	61
要知道你是个天生的优胜者	63
要接受现实中的自己	65
客观、全面、正确地认识自己	67
改变对自己的消极看法	69
所有相信的都是可能的	70
自信地投入工作	72
不要拿“他人”的标准来衡量自己	73
将内心角落的自卑感清除干净	75
树立成功者的态度	77
有意识有步骤地培养自信心	79
把弱点转化成优势	82
用行动来增强你的自信	83
羊皮卷之三 我是自然界最伟大的奇迹	85



第四章 我要把一天的时间珍藏好

时间是成功者的资本	89
把握好自我,不让时间轻易溜走	90
必须把握现在的时间	91
珍惜时间,要从今天做起	93
时间比金钱更重要	94
分析你的时间习惯	96
做每天和每周“要做的事情”表	97
让自己的一切更有条理	98
进行合理的组织工作	100
充分利用时间,不要让时间付之东流	101
先做重要的事情	102
提高时间利用的质量	103
把你的工作任务清楚地写出来	104
培养时间管理的习惯	105
控制住你的“中间”时间	106
学会利用零碎和余暇的时间	107
找到时间浪费的症结所在	109
不要让拖延成为你的一种生活习惯	111
羊皮卷之四 假如今天是我生命中的最后一天	114

第五章 我要笑遍世界

微笑的影响力能够超越一切资本	119
认识到快乐的巨大意义和价值	120
笑是智慧的磨刀石	121
积极、正确地追求快乐	123
你的喜乐没有人能够夺去	125



无须为将来而烦恼	126
时常保持快乐的心境	127
不要为自己的快乐制定条件	128
培养愉快的性格	130
给予者才会得到快乐	134
别让财富把你引入歧途	135
以新的眼光看待你的生活	137
在交往时尽量使自己幽默些	139
羊皮卷之五 我要笑遍世界	141

第六章 坚持不懈直到成功

“坚持”是你最终实现目标的关键	145
以勇气、决心和乐观的心境对待失败	146
幸运永远属于生活的强者	147
要相信苦难不会持久	150
受苦之后才能获得荣耀	152
坚持奋斗就有成功的希望	154
始终保持成功的愿望	155
不要輕易被“拒绝”所打败	157
依靠忍耐度过困难时期	158
只要你持续不断地努力	161
勇敢地坚持下去,直到交上好运	163
有勇气改变你能够改变的	164
善于通过解决问题而获得幸福	167
定位决定一个人成就的大小	167
成大事是从选定方向开始的	168
制定自己最佳的人生目标	169
人生因你的定位而改变	170
用目标支撑行动成就伟业	171
给自己设定目标不断地挑战自己	172
全力以赴地追求自己的目标	174



用一生的时间凿一口深井	175
羊皮卷之六 坚持不懈,直到成功	177

第七章 今天我要加倍重视自己的价值

认真思考你的生活目标	181
准确地给自己定位	183
你应该是自己生活的主宰	185
制定明确的目标作为人生奋斗的方向	186
依靠正确的思维方式规划人生	187
生活中不存在结局	188
应该设定一个稍高的目标	189
让生活之舟驶向你要去的地方	190
努力去追求你真正想要的	191
你必须有一个梦想	192
利用“马太效应”发展自我	194
找到适合自己的工作	195
把梦想提升为具体的人生目标	196
把目标化成每天要完成的任务	197
要心无旁骛、竭尽全力	199
青年人应充分发挥运用自己的才能	201
掌握开发潜能的规律	203
在自己的生活范围内完成自己的职责	205
羊皮卷之七 今天我要加倍重视自己的价值	207

第八章 今天我要学会控制情绪

控制自己情绪方面的缺陷	211
尽快消除烦恼和不安	212
战胜生活中的不幸	214



避免和战胜失望情绪	216
摆脱各种消极的情绪	218
从起床开始激发好情绪	222
世上没有绝对的幸福	223
谁能高贵地活着	224
人与人之间并不是平等的	225
人们的看法往往是不客观的	227
不对惨痛命运失望	228
不要总等着别人的帮助	229
相信好日子就要来到	230
做人就要不断进取	231
以达观的态度看世界	232
创新才能立于不败之地	234
梦想造就成功	240
思考是创富的开端	241
信念是来自内心的支撑	244
羊皮卷之八 今天我要学会控制情绪	252

第九章 我现在就付诸行动

“立即行动”是一种好的习惯	257
不愿付诸行动的人干不成任何事	257
成功与不成功的差别源于一些小小的行动	259
做一个有主意、善抉择的人	260
有了一个好的创意就要尽快付诸行动	263
让有助于成功的持续行动形成习惯	264
在该做出决定时不能优柔寡断	265
作决定不能迟疑,但是也不能草率	267
羊皮卷之九 我现在就付诸行动	270



第十章 依靠信仰的力量把握机遇

你就是一个不折不扣的“造命人”	275
信念是一种巨大的动力	276
希望和信心同样重要	277
坚持你的信念不受干扰	280
依靠信仰接受生活的挑战	282
强大的信念战胜人生航程的风暴	283
把信念提升到强烈的地步	285
善于把握机遇,铸造辉煌的人生	287
永远对生活充满希望	289
充分运用信仰的力量就总能找到机会	290
羊皮卷之十 我要祈求指引,我要走向卓越	293



第一章

开始新的生活，
拥有新的生命





坚信自己在选举中获胜

我们应该好好巡视一下自己的城市，百业待兴。我们应当做一番轰轰烈烈的事业展示给世人看。

假如这种伟大的人担任了政府要职，今后十年内我们国家就会变成一个帝国。

无论一个人的职位多么卑微，只要他尽了全部职责，他就与现任总统有同样的资格获得美国人民给予的荣誉。

我有一个问题：请大家告诉我费城有哪些伟大的男人、女人？有位先生可能会站起来说：“费城根本没有什么伟人，伟人不住在这儿，他们远在罗马、圣彼得堡、伦敦、马纳温克，或者别的什么地方，就是不在费城。”

现在我要谈一个最关键的问题，一个让我苦思冥想的问题：为什么费城没有成为一座更富有、更伟大的城市？为什么纽约超过了费城？有人说：“因为纽约有海港。”

为什么美国有许多别的城市也超过了费城？原因只有一个：我们费城人贬低自己的城市。如果世界上有哪座城市需要被人强迫才能前进，这就是费城。

修建林荫大道的提议被驳回；修建更先进的学校的提议被驳回；实行法制改革的提议也被驳回；所有的建议和改进，都被驳回。费城一直待我很好，但我必须向这座美丽的城市指出：我们应该好好巡视一下自己的城市，百业待兴，我们应当做一番轰轰烈烈的事业展示给世人看，就像芝加哥、纽约、圣路易斯和旧金山的人一样。

啊，如果我们能够唤起费城人的这种精神，我们就能把它建设成伟大的城市！

奋起吧，几十万费城人，相信上天、相信人类，相信就在这里有天赐良机——不是在纽约，或者波士顿，而是就在这里——有发展商业的时机，有赢得生命中全部有价值的东西的时机。让我们开始振兴费城的事业吧！

这些就是我冒昧要说的，因为我已经讲了很长时间了。但是还有另外两个年轻人，一个站起来说：“费城将会出现一位伟人，但是以前从未有过。”

“噢，这是真的吗？你将什么时候成为伟人？”

“当我在选举中获胜，担任政治职务的时候。”

年轻人，难道你没有在政治学的初级课本里学到这样一个道理：在我们现行体制的政府中，担任公职是证明一个人渺小的基本依据？在这个人民当家做主的国家，政府为人民所有，为人民服务，只要这条原则不变，担任公职的人就仅仅是人民



的公仆。

古语说仆人永远高不过主人。还说道：“被派遣的人不可能高过派遣他的人。”如果人民是真正的统治者，那么我们不需要貌似伟大的人担任公职。

假如这种伟大的人担任了政府要职，今后十年内我们国家就会变成一个帝国。

在妇女即将获得选举权之际，我听到许多年轻女人说：“将来有一天我也要成为美国总统。”我支持妇女即将获得选举权，这是不可逆转的。

也许以后我本人也想担任一个职务；但是如果担任公职的野心影响了妇女参加投票，那么我要把留给年轻男人的告诫告诉她们：仅仅获得到投一票的权利，是毫无意义的。除非你能控制一张以上的选票，就没有人会知道你，你的力量微小得没有人能感觉到。

这个国家不是靠选票来统治的。你认为选票这么重要吗？这个国家靠影响力来统治，靠勇于控制选票的雄心和魅力。

为了担任公职而投票的年轻女人犯了一个愚昧的错误。

另外一个年轻人站起来说：“在这个国家，在费城，将会出现伟大的人。”

“果真如此吗？什么时候？”

“当发生一场伟大的战争的时候，因为墨西哥的挑衅或者英国愚蠢的行径而发生了战争，或者与日本，或某个遥远的国家之间爆发了战争。

到那时，我将迎着炮火冲过去，在闪亮的炮火中冲锋陷阵，我要跳进敌军阵营，扯下他们的旗帜，扛走它，赢得胜利。我将荣归故里，肩上佩戴着星章，担任国家赠给我的任何职位，我将成为一个伟大的人。”

不，你不会成为伟人。你认为政府职务会使你伟大，但是记住，如果你在得到职位之前很平庸，在担任职务之后也不可能变得伟大。这只能是个讽刺。

纪念对西班牙战争胜利 50 周年之际，我们举行了和平的庆祝活动。

欧洲国家对此难以理解，他们说：“再过 50 年，费城就不会听说过什么西班牙战争。”你们当中有些人看到了布劳得大街上的游行队伍。

我当时不在费城，家里人写信告诉我，载有豪普逊中尉的四驾马车正好停在我们家大门外，人们高呼，“豪普逊万岁！”假如当时我在场，我也会这样喊的，因为豪普逊理应从这个国家得到更多的荣誉。

如果我走进一所学校，问：“是谁在圣地亚哥击沉了梅里马克号？”男孩子们就会回答：“豪普逊。”那么他们只说对了 1/10。因为那艘船上还有另外几位英雄，他们为了坚守岗位，一直暴露在西班牙军的炮火下；而豪普逊，作为一名军官，本可以理所当然地呆在烟囱后面。

这里聚集着费城最聪明的人，但是，也许没有一个人能够说出另外 7 个人的名字。



我们不应该这样讲授历史，而应当教育人们：无论一个人的职位多么卑微，只要他尽了全部职责，他就与现任总统有同样的资格获得美国人民给予的荣誉。

但是我们并没有这样教育人们。到处讲授的都是，所有的战役都是将军们打的。

我记得，南北战争之后，我去南方看望罗勃特·爱德华·李将军，他是位虔诚的基督徒，南方和北方都认为他是一个伟大的美国人，都为他而骄傲。

将军给我讲了他的一个仆人的故事。他叫拉斯特斯，是应征入伍的黑人士兵，有一天，李将军把他叫过来，取笑说：“拉斯特斯，我听说你们全连的人都阵亡了，你为什么没死呢？”拉斯特斯冲他眨眨眼，说：“因为每当战斗打响的时候，我就和将军们一起后退。”

我还记得另外一件事。我闭上眼睛——紧紧地闭上——啊！我看到了年轻时代认识的面孔。

是的，他们曾经对我说：“你年富力强，夜以继日地工作，仿佛从不停歇！你不会变老的。”

像任何一个同龄老人一样，当我闭上眼睛的时候，许多年前爱过和失去的人的面孔接连出现。我知道，无论怎么说，自己现在已是暮年。

现在，我闭上眼睛，又回到了马省的家乡，我看到了山顶上的牛栏；还看到了那儿的马棚。

我看到了公理会的教堂；看到了市政厅和登山者的小屋；看到很多人成群结队而出，穿着鲜艳夺目，我看见彩旗飘扬，手绢挥舞，听见了乐队在演奏。我看见那一连征战入伍的士兵列队走入广场。

我不过是个男孩子，但已是一连之长，趾高气扬。一根缝衣针就能把我戳碎，但当时却觉得，那是世界上的人能够经历的最伟大的事件。

如果你曾经梦想过做国王或女王，那就去被市长接见吧。

在雄壮的乐曲声中，人们倾城而出迎接我们。

我无比骄傲地带领我的军队列队走过那片公众用地，下山走进市政府。我的士兵穿过中央的过道，各自就坐，我坐在第一排。

一大群人，大约有一二百人拥进来填满了礼堂，四周都站满了人。然后，政府官员入场，在讲台上坐成半圆形，市长位居中央。

这个人以前从未担任过任何公职；但他是个好人，并且认为公职能使一个人伟大。当他在讲台上突然发现我坐在第一排的时候，就立刻走下讲台，邀我上台与市政府官员们坐在一起。

我参战之前，他们当中谁也没有注意过我，除了建议老师惩罚我，可是现在我被邀请上台，与他们比肩而坐。噢，当时，市长就是帝王，我们那个时代的国王。



巨大的荣誉让我激动不已，热血沸腾。

我坐好之后，大会主席站起来，走到桌边，我们都认为，他会介绍公理会的牧师，由牧师向返乡的士兵演讲，因为他是全市惟一的演说家。

然而，当观众们发现那个老家伙自己要演讲的时候，禁不住脸上都显出惊异的神情。他一生从未发表过演说，但是他犯了许多许多人犯过的错误。

他似乎认为只要他担任了政府职务，就能变成伟大的演说家。如果一个人长大想做演说家，小时候却不知道练练嘴皮子，那有多奇怪。

牧师早已将演讲稿背得烂熟，在草场上来回踱步背诵的时候，把牛都吓呆了。他将稿子摊在桌上，推一推眼镜，在讲稿上探身停了一会儿，然后大踏步走向演说台，脚步响亮而沉重——咚，咚，咚。

可以想见，他一定对演讲的题目做了深入的研究，因为他表现出一种慷慨激昂的神情。他把身体的重心落在左脚跟，两肩后仰，右脚成45度角微微向前伸出，开始演讲。

有人会说：“是不是太夸张了？”毫不夸张。演讲就是这样的：

“公民们——”他一听到自己的声音，手指就开始抖动，双膝打颤，然后全身发抖。他哽噎了，说不出话来，回到桌边去看讲稿。

然后他握紧拳头，鼓足勇气，重新开始：“公民们，我们——公民们，我们——我们——我们——我们——我们——我们很高兴——我们很高兴——我们很高兴，我们很高兴欢迎这些曾经浴血奋战的战士回到家乡——重又回到家乡。我们尤其——我们尤其——我们尤其，我们尤其高兴地看到这位年轻的英雄今天与我们在一起”（这是指我）——“这位年轻的英雄，在想像中”（朋友们，记住他说了这句话；如果他没有说“在想像中”，我提到这个短语就显得过于自以为是了）——“这个年轻的英雄，在想像中我们看见他带领——我们看见他带领——带领，我们看见他带领他的部队走向最激烈的战斗。”

“我们看见他明亮的——我们看见他明亮的——他明亮的——他明亮的剑——在阳光下闪耀，他向着部队高喊：‘冲啊’！”

啊，天哪，天哪，天哪！那个好人对战争一无所知。任何一个合众国部队的战友今天晚上都可以告诉你们，步兵军官在危险来临之时走在士兵前面，几乎是犯罪。

“他，举起在阳光下闪耀的明亮的剑，向着部队高喊：‘冲啊’！”我从来没这样做过。

你们想一想我能走在士兵的前面被前方的敌人和后面的士兵射死吗？那根本不是军官应处的位置。在实际的战斗中，军官的位置是在战线后方。

职位越高，向后走得愈远。不是因为他们不如士兵勇敢，而是因为战争法就是这样要求的。不管是军官还是士兵，只要坚守了各自的岗位，尽了职责，都是伟大



的！

啊，当时我学到了这个教训，只要时钟继续为我敲响，我就永远也不会忘记。伟大不在于将来担任什么职务，而在于尚贫穷时做大事，仍卑微时成壮举。

一个人要想伟大，此时此刻，就在此地，就在费城，就应当伟大。如果他能献给这座城市更好的街道，更好的人行道，更好的学校，更多的大学，更多的幸福，更先进的文明，更虔诚的信仰，那么他在任何地方都是伟大的。

让每一个在场的男人和女人都记住这一点，如果你想伟大，就必须从你所在之处做起，从你现有的位置做起，从费城开始，从现在开始。

一个人应当能给他的家乡带来福利，能在他所住的地方做个好公民，能建设更美丽的家园，无论做售货员、出纳员、家庭主妇，无论生活富裕还是贫穷，都能创造幸福，无论在什么地方都能伟大，他必须首先在自己的家乡——费城，变得伟大。



选择的力量让人获得新生

当一个人选择相信上天爱他的时候，会发生什么样的事情。

一旦他意识到上天爱他的话。他的病就没了。

没有任何我们自身之外的东西会伤害我们。

是的，不管你信仰什么，你都具备这种力量。你选择鞋、汽车、广播、节目、电影、度假的方式、伴侣。你有这种能力，没有任何来自你本人之外的东西迫使你做出这些决定。你做了决定因为你做了选择。你做出了这样的选择，因为你希望它是这样。如果这是个糟糕的选择，那么，当然，我们希望有个什么人或什么东西可以让我们去责怪。于是，有人就说：“这是上天的旨意。”但是，这是吗？你可能很熟悉那句老话：“自助者，天恒助之。”不管有关上天的那些传说，我们信还是不信，或者到底能够相信多少，上天确实赋予了每一个男人和女人自助的权利……或者，换句话说，选择的权利。

亨利·德拉蒙德在他的《世界上最伟大的事情》一书中，讲述了一个病得很重的小男孩的故事。这个男孩快要死了，他的父母为此感到非常伤心，但是医生确实已经是束手无策了。有一天，一个上了年纪的、笃信宗教的人走进这间房子，他发现这里的每个人都显得非常沮丧。他问这些人为什么都是一副无精打采、郁郁不乐的样子。他们告诉他，他们年幼的儿子得了重病，这小家伙很可能会死掉。这位虔诚的老人问他们孩子在哪儿，他们便指给了他那间卧室。老人走进卧室，将手放在