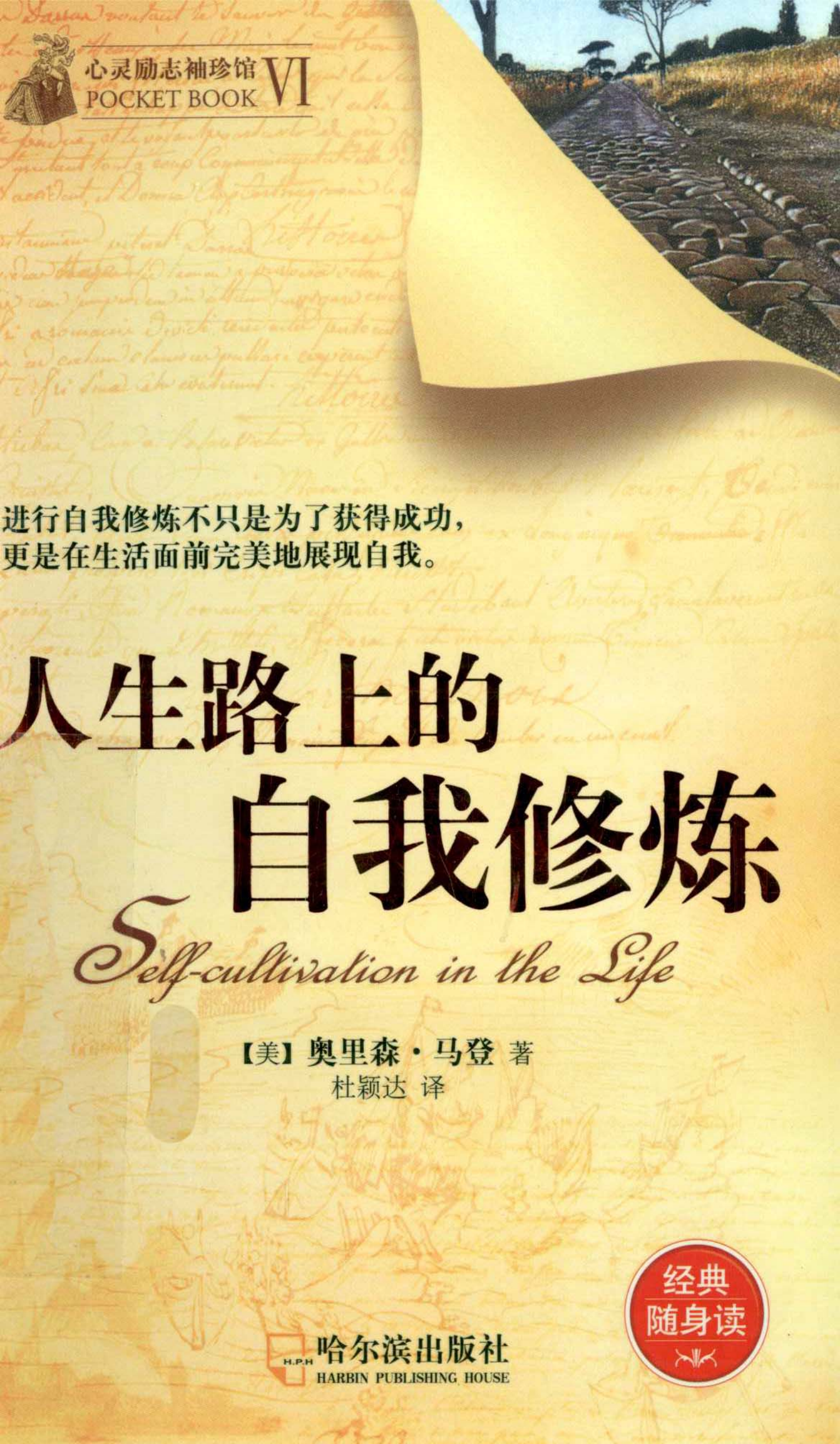




进行自我修炼不只是为了获得成功，
更是在生活面前完美地展现自我。

人生路上的 自我修炼

Self-cultivation in the Life

【美】奥里森·马登 著
杜颖达 译



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE



人生路上的自我修炼

Self-cultivation in the Life

【美】奥里森·马登 著
杜颖达 译



哈尔滨出版社
HARBIN PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

人生路上的自我修炼 / (美) 马登著; 杜颖达译

— 哈尔滨: 哈尔滨出版社, 2011. 8

(心灵励志袖珍馆. 第6辑)

ISBN 978 - 7 - 5484 - 0656 - 3

I. ①人… II. ①马… ②杜… III. ①个人—修养—
通俗读物 IV. ①B825 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 114796 号

书 名: 人生路上的自我修炼

作 者: [美] 奥里森·马登 著

译 者: 杜颖达 译

责任编辑: 韩伟锋 闵 锐

责任审校: 陈大霞

版式设计: 温孝波

封面设计: 田晗工作室

出版发行: 哈尔滨出版社 (Harbin Publishing House)

社 址: 哈尔滨市香坊区泰山路 82 - 9 号 邮编: 150090

经 销: 全国新华书店

印 刷: 三河市兴达印务有限公司

网 址: www.hrbcbbs.com www.mifengniao.com

E - mail: hrbcbbs@yeah.net

编辑版权热线: (0451)87900272 87900273

邮购热线: (0451)87900345 87900299 87900220 (传真)

或登录蜜蜂鸟网站购买

销售热线: (0451)87900201 87900202 87900203

开 本: 787 × 1092 1/32 **印张:** 45 **字数:** 600 千字

版 次: 2011 年 8 月第 1 版

印 次: 2011 年 8 月第 1 次印刷

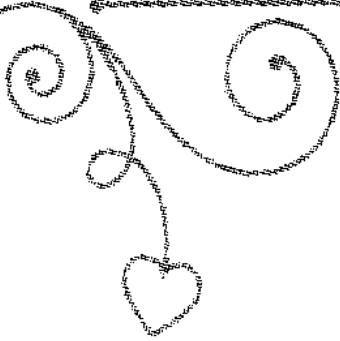
书 号: ISBN 978 - 7 - 5484 - 0656 - 3

定 价: 60.00 元 (全六册)

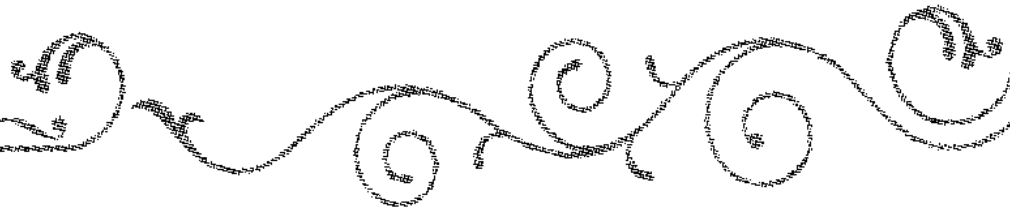
凡购本社图书发现印装错误, 请与本社印制部联系调换。

服务热线: (0451)87900278

本社法律顾问: 黑龙江佳鹏律师事务所



目录

- 第 01 章 做好你自己 / 1
 - 第 02 章 完美地展现自我 / 11
 - 第 03 章 让自己主宰命运 / 50
 - 第 04 章 学会认清别人 / 60
 - 第 05 章 做一个真实的人 / 72
 - 第 06 章 学会独立 / 79
 - 第 07 章 为人别自私 / 93
 - 第 08 章 选择朋友是一门学问 / 103
 - 第 09 章 伟大的人格造就伟大的成就 / 125
 - 第 10 章 坚守自己的人格 / 141
 - 第 11 章 为理想而奋斗 / 152
 - 第 12 章 对自己不妨严苛一点 / 178
 - 第 13 章 天才就是努力的结果 / 192
 - 第 14 章 敢于想象 / 199
 - 第 15 章 永不服老 / 215
- 

第 01 章



做好你自己

如果你总是试图去模仿别人，那你是不会取得成功的，即使被你模仿的那个人本身取得了很大的成就。成功是无法被复制的，同时也是不可能被模仿的。独立的创造性是一种原创的力量。如果有人偏离了自我而试图去成为其他人，或者有人表现出其他人而不是自己，那么他这样做的越多，失败的可能性也就越大。只有你的内心才能产生力量，尝试着倾听自己的声音，尝试着做你自己吧。任何的职业、任何的行业、任何的企业都是需要改进的。能以崭新的和更好的方式做事的人才是这个世界上最需要的人。你不要觉得你的计划或建议没有先例或觉得你很年轻没有经验别人就不会倾听你的想法。如果你的想法能够为世界贡献崭新而有价值的东西，那么任何人都

会耐心地去倾听，也会有很多人去追随。最快得到认同的人是那些具有强烈个性的人，是那些敢于有自己想法的人，是那些发明出新方法的人，是那些敢于坚持自我的人，更是那些不做他人复制品的人。当创新性和独立性的做事方法行之有效的时候，那是最能吸引雇主和他人眼球的了。

如果你不能照亮自己的路、不能开创自己的旅程的话，你就不能在这个世界上留下任何痕迹。只有惊人的创新性才会吸引人们的注意力。得到世人尊敬的是那些有勇气在人群中抬头挺胸的人和那些敢于上前一步表现自己的人。任何时代都没有像如今这样珍视过创新性。世界已经为那些有独立思想的人开辟了道路。任何地方都需要这样的人，他们是具有创新思想和创新方法的人，他们是社团内真正的力量之源，他们是真正的思想家。正是由于这些人的存在，对人类机器的需要变得越来越少。

世界上的那些追随者、依赖者和附属者并不在少数，他们喜欢踏着别人的足迹前进，喜欢什么事情都由别人为他们计划好。但世界上真正需要的是那些具有创新精神的人。这样的人远离了陈旧的道路，开辟出了全新的领域。那些不愿因循守旧的医生、用全新方式处理案件的律师、采取全新思想和方法的老师以及有勇气的牧师都可以说是这样的人。世界需要的不是来自于图书馆的说

教，而是布道者们从自己的生活中得到的训诫。

依据别人已制订出的计划和方案来忠实履行任务的人可谓不可计数，只会追随领导者的人也同样数不胜数。拥有创新力量并且能够依靠这种力量做成事情的年轻人现在已经难能可贵了。

不管你在生活中做任何的事情，请都不要追随别人和模仿别人。要以一种全新的、具有独创性的方式去做事，而不是采取之前别人用过的方式。你的个性不会被先例所抹杀，因此你要制订出自己的计划，大胆地向你的同行展现出来吧。不管你所取得的成就是多还是少，你都要下定决心，而你所取得的成就完全是属于你自己的，这是因为那些成就都是原创的。你不要因用全新的形式表达自己而感到畏惧。创新性就是你的生命和力量，模仿则会带来死亡。你的成长依靠的是创新，而不是复制，靠的是引导，而不是追随，所以不要害怕展示你自己。你要在不断的变化中寻求改进，并且要成为一个有思想的人。为了心中的目标而努力思考的人，世界总是会给他们留有位置。

最能扼杀创新性的就是做任何事情都去追随前人、都采用原有的方法，这样做的结果便是成长停滞。我认识的年轻人在进入到父亲的商店、工厂和公司之后就停止了成长，他们做任何事情都依照原有的方式，因为那里的一切都有先例可

以援引，一切都是按照固有的模式运行的。也正是如此他们失去了拓展的空间。因为他们的父亲不允许作出相应的改变，所以他们也就没有足够的动力去开拓新的领域。很多原本可以成为大人物的年轻人都在父亲的轨迹中萎缩成了“侏儒”。

当新的设备或方法能够节省更多空间、获得更高效率并使企业更加独立的时候，许多企业家却仍然固执己见地因循守旧，他们还保留着陈旧的机器、古老的方法、冗长的账簿和过时的器具，也正是因此他们在竞争中的地位不断下降。

这就是为什么会有许多曾经风光无限的大公司却在逐渐枯萎和凋零，而曾经从这些公司出来的一些年轻竞争者却获得了更大的成功，那是因为他们能够采取全新的方法来顺应新的时代。

还有一种巨大的广告品质隐藏在创新性或独创性之中。大多数的人觉得即使自己拥有了超凡的能力，他们也无法吸引众人的注意。如果他们想吸引更多人的注意，那就要开创出自己的道路，要采取创新性和进取性的方法，要把自己的专业水平提升到一个崭新的高度，只有这样才会有越来越多的追随者为他们到处宣传。

极具进取精神的人在做任何事情的时候都会努力地做到创新。波士顿的一家专业商店打出招牌声称在店里人们可以兑换全新的钱币，而这些新钱都直接来自于美国的国库或造币厂。这是一

则非常聪明的广告，它尤其吸引妇女和孩子们，因此也带来了大笔的生意。虽然这个举动会带来一点麻烦，但产生的成本并不高。虽然处理破旧的钱币可能会遇到问题，但这样的问题在其他时候也是同样会遇到的。而接触到全新的纸币或闪闪发亮的硬币的感觉则是非常美妙的。要知道这样创新性的方法也只是这个商店所采取的众多方法之一。

大多数的人都愿意去流行性的商店购物，因为在那里他们可以找到最新的款式、最新的商品、最齐全的品种、最好的品位和最合适的东西。虽然那些流行性商店员工的薪水是最高的，但众所周知的是他们同时也拥有最好的买家。

纽约有一家旅馆经常会成为人们感兴趣的谈论话题，但奇怪的是它从来不需要作广告。人们在相同的条件下总是愿意光临这家旅馆。即使一些人支付不起那里的房费，他们也愿意去那里吃饭、欣赏时装和名人。其他的一些旅馆要付出旅馆价值一半的广告费才能达到这家旅馆所拥有的广告效应。

对于每一个积极进取的人来说，这种情况的发生也是完全有可能的。吸引顾客最多的商家永远是那些拥有最新最流行设备和最具创意思想的人。即使是这样，你也不要认为自己只要以全新的方式做事就能获得成功，那完全是一种错误的

观念。因为只有有效的创新性才能引导你获得成功。许多人一直在追求采用新方法和新理念去做事情，但他们却从来没有取得任何的成就，那是因为他们想法全是无效的和不切实际的。我认识一个热衷于使用新设备的人，但他最终却将所有的家产都挥霍一空，那是因为他缺少足够的睿智和判断力，因此他也无法在自己的事务中选择真正有效的设备或方法。

先不管创新性会对人们的性格产生怎样的影响，年轻人能做到的最精明的事情就是将最可能的创新性和最高的完美性应用到所有事情中。你不仅在事业的起步之时就要下定决心，而且要让每一件经手的物品都烙下自己的独特印记，还要让所做的每一件事都体现出自己性格中最佳和最高级的品性。如果有人能够做到这一点，那么他就不再需要庞大的资金来启动事业了，广告对他来说也变为可有可无的东西。巨大的资源不是别的任何东西，而是他自己。广告的最佳替代品便是创新性，同时这也是广告的最佳内容。有些人做任何事情都要去追随别人，他们对用新方法做事情感到十分恐惧。他们的座右铭就是：“对我的祖父和父亲来说最好的，对我也会是最好的。”任何要求改变的原因他们都无法看到。他们做的任何事情都必须要有先例，否则他们就不做。任何新的想法或做事方式都无法得到他们的赞赏。

他们的想法是如果某种方法在之前没有被采用过，那这个方法一定存在着问题。由于他们对古老的东西十分偏爱，所以古董对他们来说总是有着巨大的吸引力。他们认为只有年代的久远才能造就物品的价值，也正是这样死板的思想阻碍了人类社会的进步。这种“因循守旧的人”存在于很多城市之中，他们的店铺永远是那种古老的样式，永远都是那种过时的橱窗，商品摆放的方式也多年不变，记账的方法也同样是古老和烦琐。新的想法是会把他们吓坏的，所以他们总是拒绝进步。如果他们遇到了新的事物或处于要求创新的环境时，他们总会觉得很尴尬，甚至是很不开心。他们必须要抓住一些曾被使用过的东西才能使他们保留力量。

很多人觉得如果他们的个性与别人不同那将是一件很不幸的事情，他们总是害怕被别人当做异类或奇异的人。然而，上帝绝对不会创造出两个完全一样的物品，人也一样。每个人在其出生之后就一直在改变着自然的模板。只有拥有强大的创新性和独立性才能形成伟大的性格，也正是因此才让他们区别于普通人。通常的情况下，成为异类并不是要成为弱者，相反是为了体现力量。林肯在许多方面都体现出了与众不同的地方，但这些个性与他的伟大人格是密不可分的。如果你拥有一个不会使人变得可憎和讨厌的独特

之处，那这一定会成为你的个人优点。

还有什么能够比没有个性并且平淡无奇的性格更枯燥乏味呢？伟大的性格、坚强而充满活力的个性是我们每个人都喜欢的，我们对这样的性格充满了敬畏和崇拜之情，那种感觉就像是我们站在高耸入云的悬崖下所产生的情怀，这是因为那些性格通常会给我们留下深刻的印象，它们的宏伟也时刻笼罩着我们。粗糙的峭壁更增加了峰顶的高不可攀，所以我们不希望它们被磨平，因为它们代表了庄严和力量。所以我们为什么要磨平一个伟人的个性呢？我们为什么要剪除他们与众不同的特性呢？

那些具有原创性的人是不会让我们想到其他人的，他们能给我们留下一种崭新、强烈和永久的印象，他们从来不会去模仿别人和跟随别人，他们在自己的行业中取得了成就，他们能够自己作出判断，他们从不会依靠其他人也不会去征求任何人的意见，他们只会无畏、大胆并且独立地前行，我们对这一点深信不疑。我们知道有一种有所成就的强大力量能够让它的主人成为主宰者。获得成功的第一个必要品质就是无所畏惧，力量的产生总是要伴随着勇气的。这是具有创新性的人的一个明显特征。而那些模仿者则是怯懦和虚弱的。

没有必要去害怕创新。你不要仅仅想成为世

界上的一个人，而是要做一个独立和全新的人。而且不要变成你祖父、父亲或邻居的复制品。因为那就像是紫罗兰想要变成玫瑰、雏菊想要变成向日葵一样愚蠢。你的每一项技能都是大自然有用意地赐给你的。每个人天生就是要以一种全新的方式去工作的。如果某个人总是试图去复制他人或去做其他人的工作，那他一定会成为一个畸形儿，会成为一个不合格的人和失败的人。

心目中的英雄你也不要模仿。很多年轻的牧师都试图去模仿比彻来为自己树立名声。甚至是他的声音、话语、姿势和习惯，别人也都试图去模仿和复制，但模仿者唯一欠缺的就是伟人的力量，就像彩色的石印版上没有巨著一样。历史上那些成百上千的模仿者现在都在哪里呢？他们中的每一个人都没有在世界上留下任何的痕迹。世界瞧不起那些紧随别人脚步、依靠别人或模仿别人的模仿者，所有的模仿者得到的唯一答案就是“不”。这样的人会一直被认为是没有力量 and 没有个性的弱者。

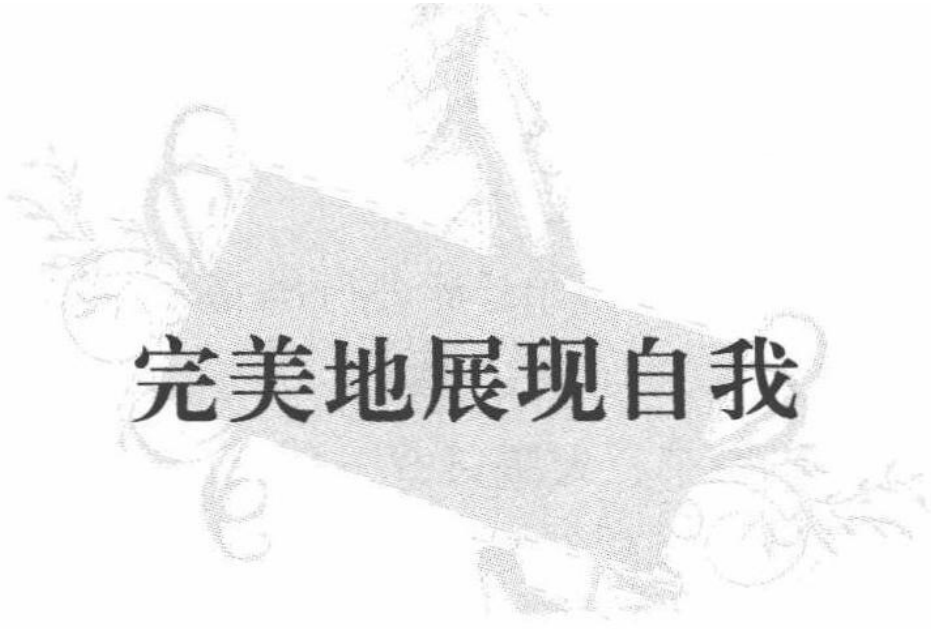
公司大权集于一身带来的危害我们听说过许多。人们总是觉得不能将过多的权力集中在一个人的手里，他们也总认为应该被一个大型的委员会或主席团来直接管理。但具有创新性的人存在于每一个委员会、每一个主席团之中，实际上他还是会居高临下地领导这些人。被一个力量强

大、具有创新性人物统治的命运我们是不可能摆脱的。

不要让你自己与他人有任何共同意识，做回你自己吧。如果你没有成为其他人的任何迹象，那这本身就是一种力量，因为它能够增加你的信心。独创性的声誉会让你在任何组织中都能够得到支持。它能够让别人在与你谈话之后说：“今天，就在这，我遇到了一个具有独创性的人，他不会让我想起曾经见到过的任何人。”这是一种全新的感觉，尤其是与一个不会让你想起任何人的谈话时。他从来不去讲那些平庸的话，任何的先例也无法把他变成一个奴隶，他只用自己的双脚走路。这样的人毫无疑问是一个强有力的人，因为他从不使用任何的拐杖，也从不依赖他人，而是随时随地散发自己的能量。

你为什么要试图成为其他人呢？你所能做到的最伟大的事情就是做你自己或者用创新性的力量来表现自我。哪怕你再竭尽全力，你也无法成为另一个人。那样的所作所为只能让你变得可笑和不自然，你通过自我表现所获得的力量也完全被扼杀了。因为真正的力量是来源于个性的，所以你在本质上与别人的差异越大，你试图模仿他人的举动就会越可笑。

第 02 章



完美地展现自我

“人类的大脑还仅仅处于婴儿的阶段，既然我们意识到这一点，我们就有足够的理由希望将来我们不仅仅知道地球上充满了力量，还可以以某种方式把这些力量利用起来。”这是加勒特·P. 瑟维斯的一段著名论断。原始人发展为现代人的这一过程，其实是经历了漫长的时间旅程的，在这个过程中，祖先们从来没有梦想过的庞大资源和力量也被我们开发了出来。但文明人实现自己最终人生目标的道路依然是漫长的，这个过程甚至比从野蛮人发展到现代人的道路还要漫长。

每个人都希望看到“随着人类越来越了解自己和自己的能力，人类会变得更强大”，同时，人们也得到了最终目标的激励而要去努力实现这

样的社会。如果我们能够把自己的能力训练得越来越高，那么我们开发自己资源的程度就越来越深，我们一直隐藏自我被发现的机会就越来越多，而我们的视野也就会越来越广阔。生命也就变成了一个不断前进的过程。

运动员在为一项比赛进行准备训练的时候，他们经常会发现由于长期缺乏运动，他们的许多肌肉已经松懈了，大概只有一半的肌肉还能保持原来的状况。然而，训练很快就能把力量注入到这些肌肉之中，并且还可以注入到各种器官里，而那些器官在没有基本训练的情况下很有可能会由于不习惯比赛的压力而受到伤害。因此，我们的精神和力量只有经过训练和发展才能被充分地发掘，也只有这样才能在比赛中发挥出全部的实力。

但现实生活中，只有很少的人能达到这种全面的状态，只有很少的人能开发出自己的全部潜能，大部分的人穷其一生也没有开发出自己大部分的天赋，那是因为他们根本就没有抓住进行自我发展的机会。他们也没有竭尽全力地投入到一个能激起雄心壮志的理想环境中。因为他们一直不去使用自己的能量，因此他们的大脑和肌肉变得越来越松懈，力量也越来越萎缩了。像苏格拉底、格莱斯顿和林肯那样能够全面表达自己精神力量的人，我们很长时间才能看到一个。

然而，成功因素和潜力同样多的存在于成功者和失败者身上，但是后者把存在的可能性全都埋没了。不管是什么样的成功，都是一种自我发现的过程。这种自我发现在大多数的时候都是偶然间或者是在面临绝境时才出现的，就如同是一个被推进深水的人，要么学会游泳，要么就被淹死。在没有选择的情况下，你只能向自己未被开发的力量寻求帮助，也许直到那时你还不知道自己拥有这种力量。

大多数人都是懵懵懂懂地度过了他们的人生，他们的能力也仅仅开发出了其中的一小部分，他们从来没有遇到过足够紧急的状况和危机，因此他们体内蕴藏的力量也从未被唤醒。但这正是贫苦的年轻人所具有的优势。开发体内蕴藏的力量是需要很强的精神动机的，不到必要的时候这种潜能很难被开发出来，当年轻人不需要为生计而担忧时，那他们体内的潜能也就没有足够的动机被开发出来。只有竭尽全力摆脱贫穷和失败的努力才能唤醒年轻人体内潜藏的能量，也只有自强和自立才能激发人们的潜能。能够帮助我们进行自我发现的因素便是自强不息、创新性思维和充满活力的主动实践。

大多数的人都忽视了对自我资源的利用，因此他们只获得了微小的成就。如果他们能够早些发现自己的能力，那他们就绝对不会只取得那么