

修養寶典

也白編著

絕對信任自己・樂觀的期待・堅忍的意志
隨機應變・準備職業的智能
敏捷而準時・缺陷的補效



目錄

打擊睡獅	1
偉大的夢想者	5
不要準備後退	9
什麼叫做「機會」	9
脫離舊軌道	18
絕對信任自己	21
活動與靜止	25
最高一點	29
剷除障礙	33
餓其體膚	37
美麗的工作	41

說話的訓練	45
不要計較薪金	49
珍愛寶貴的精神	52
生命的原素	56
依恃你自己	59
熱烈的願望	63
樂觀的期待	66
日新不已	69
脫離貧窮的良法	72
堅忍的意志	75
生命的沸水	79
爆發生命的大動力	83
當機立斷	87
忍耐的功效	91
人格和名譽	94

- 隨機應變 98
- 交友三法寶 102
- 怎樣應付逆境 106
- 一念鑄成大錯 110
- 像一朵潔白的百合 114
- 身心的攝衛 118
- 養成愛美的習慣 122
- 經濟的真諦 125
- 精神上的化學作用 129
- 跳出煩悶的圈子 133
- 潛在的力量 137
- 神經過敏的悲劇 141
- 清晰的頭腦和鎮定的心神 145
- 準備職業的智能 149
- 當前的現實 151

- 特殊的自我表現 156
生於憂患成於困難 160
正善的良心 165
缺憾的反應 168
失敗是成功之母 171
小疏忽演成大錯誤 174
有系統的工作 178
敏捷而準時 181
乾脆爽直 184
善用生命的涵力 188
能力儲蓄 192
師友的薰陶 196
成功的工具 200
切莫恐懼 204
遷延的耽誤 208

缺陷的補救 212

不忘自修 217

好學的涵養 221

失學以後 225

慎擇職業 228

精神上的友人和敵人 231

打擊睡獅

——必須將自己的志氣設法實現

馬雪爾費爾特是世界聞名的一個大商業家，他究竟怎樣成功的呢？

起初，他並不見有什麼優良的才幹，當他在辟脫斯費爾特地方的臺維斯店中做練習生時，他父親約翰費爾特曾經向店主探詢對於他孩子的意見，店主就老實說他一點也沒有經商的天才，甚至說即使留在店中一千年，還依舊是個小夥計！

可是，在他到了芝加哥前，看見了許多出身貧賤而日後竟是出類超羣的成

功者，他那一向隱伏着的志氣，突然醒躍起來，要做一個大商業家的決心，像火燄似地燃燒着：「難道我就不能像別人一樣做出些驚人的奇蹟來嗎！」後來，果然實現了他的大志。

也許，馬雪費爾特是本來具有經商的天才的，但必須由環境喚醒，方纔能夠從隱潛蟄伏的狀態中奮躍起來。

可是志氣雖是天生，却有待於人工的力量來振作，興發，以至改進。

像其他事物一樣，志氣也需要不斷的修養與努力；否則，在一度振作之後，就難免要枯萎而死滅。

我們必須將志氣設法實現，永遠保持在堅定而敏銳的狀態中，那末固有的天才也就能繼續發展了。

愛默生說：「我很歡迎能够使我盡量發展的人。」就是說，盡量發展我本人所有的能力，才幹，並不會不及什麼愛迪生或林肯的。我能盡量發揮我的才能從百分之十到百分之九十，無論是好的或是壞的，都和自身、社會、世界發

生很密切的影響和變化。

許多驚人的奇蹟是從突然醒躍起來的志氣做出來的；平常一般人的大量能力，都隱伏在這種酣睡的志氣之下。

美國西部的一個城市中，有一個中年鐵匠平凡愚蠢極了。可是到他六十歲的時候，竟一躍而為地方法庭中的審判官，並且是城中最大圖書館的主人。博學有術，造福社會。

他的生活怎麼會革新而改進到那種地步的呢？奇怪得很，使他這樣自我發展的原動力，却只是聽到了一次「教育的價值」的演講，竟把他全部隱伏着的能力覺醒，而突然振作起志氣來。人到了六十歲開始發憤而竟得到成功，真所謂「有志者事竟成」了。

其實，這種現象是並不希罕的，有的因為認識了一個知心的朋友，有的因為讀到了一本激發奮勵的書報，就把他們的志氣振作起來，往往直到下半生，方纔盡量發揮出他們固有的能力才幹。

交友對於生活是有密切的關係的，和能够鼓勵你的朋友在一起，或者和只是嘲笑你的朋友在一起，你的前途就會變成極端異樣的兩種結果。

試看那印第安土人學校中的那些少年學生，後來能够像他們畢業時英姿挺拔兩眼閃光地永遠保持着新精神的，實在是少數，大部分回到本族以後就難長期奮鬥，墮入偷安苟活的老生活方式中，這就因為沒有毅力，不能抵抗環境的壓迫和利誘。

環境的力量真大得可怕：許許多多不幸的失敗者，就都因為沒有足以興奮喚醒他們的好環境而永遠將志氣埋沒下去了。

但這全在你自己，因為好環境是要用自己的力量找尋的，你應當竭力去選取足以激發志氣的新環境，竭力去接觸足以鼓勵上進的好朋友，你就會在生命道上得到偉大的勝利。

所以，要振作志氣必須走進那高尚向上的良好環境中去，感染那些優越勝利者的奮鬥精神，勇猛前進，再接再厲，不達成功的目的不止。

偉大的夢想者

——如果心中閃過某座高山，就馬上把它征服

人類的優越歷史，人生的一切幸福，都是由那些偉大的夢想者不斷創造成功的。他們把人類從卑陋醜惡中拯救出來，使人生的價值逐漸增長。

他們就是人類奮鬥的開路先鋒，冒着險阻，剷去荊棘，使人類平坦安穩地繼續前進。這些偉大的勞動者，假使在世界中摘去了他們的奇蹟，這部史書便將平凡得不值一讀了，也許會根本連綴不成什麼歷史哩！

從人類有史以來，歷代有夢想者不斷出現，歷代有夢想者不斷創造，成就

了偉大的總結果：就是現在所有的一切。

假使沒有夢想者，那末，像美國的人民，恐怕直到現在，還只得偏處在大西洋海岸線上的一角裏吧！

爲什麼稱他們爲夢想者呢？因爲他們所想做的事業是太偉大了，偉大得似乎決不會有成功的時期。他們能够遠望到將來的進化，預料到當然的事情，他們要把世界人類從種種束縛中解放出來。他們是確有這能力去實現的，真是又高貴、又切實的最可欽佩、可感謝的英雄呢！

英雄們的至寶，就是那偉大的想像力。無論工商各界，凡是做到領袖的地位的，大都具有非常豐富的想像力，想見事業將來的一切可能性。這些事業夢想者的想像力，並不亞於藝術家詩人們所有的，也許更較豐富而偉大。

一個愛迪生或是貝爾或是馬可尼，在人類文化中的價值上，遠勝過那些沒有想像力惟以眼前實利是問的一大堆平凡的羣衆。

從馬可尼的想，我們纔有無線電報；從摩士的夢想，我們纔得到使用電報

的便利；從史蒂芬的夢想，世界交通纔有汽機車的大進步；從羅格斯的夢想，竟產生了橫渡天空的飛機；從斐爾特的夢想，竟實現了大西洋的海底電訊。

上面都是發明實際事業的夢想者。但像莎士比亞等夢想者的詩人們，我也應對之致謝，因為他們是教導我們去發生夢想的先覺者。

對於將來的光明的夢想能使眼前的痛苦忘却，能使煩惱的環境變成美麗的天堂；即使四周是鐵窗石壁，只要有夢想的空氣，也就不再把牠們看作牢獄。假使我們失去了夢想的能力，誰也不會再勇敢、忍耐、熱烈地去繼續奮鬥了。人類的歷史就是一部奮鬥史，人類的傳家之寶，就是這神聖的夢能力。

尤其是人類大多具有可驚的夢能力，夥計夢想着做店主，女工夢想着住別墅，非但自信，而且自負。命運算得什麼呢！

生活上一切勇氣的維持，負擔的減輕，道路的肅清，都建築在這種充滿希望永久期待的夢想上面。

可是，夢想並不只是空幻的，而須使它變成實際性。這就需要堅定的決心

和毅力來實現了。用繼續不斷的努力來達到逐漸增高的願望，這纔是真正有價值的夢想。否則，反足以敗事而已。

譬如：有的人整天做夢，荒廢實事，有的人溺於空想，並不努力，生活弄得虛幻而癱痿。這樣濫用或誤用夢想力，反使其他努力也因此消失而損害及全部生命。

而且，一個夢想的實現結果，往往會變成另一個夢想的發生原因。因為夢想能成事實，人類纔覺希望的可愛。世界的希望越會實現，人類的能力也越會堅強。既然有效，便更自信了。

任何事業在起初創立的時候，都是非常簡陋的，把現在發達的情形對比一下，不就是證明夢想的成爲事實嗎？

我們都是天生有向上升高的夢想能力的，它就是康莊大道的南針，生命歷程的目標。不但不可加以阻遏，並且還要信任、鼓勵、發揚以至於實現！

這最高的靈感，這一瞬的光明，務必使它永久延長，操縱我們生命的全部。

不要準備後退

——一切失敗的魔鬼不敢在堅毅果決的靈魂面前出現

當凱撒大將統率了軍隊進攻英國時，在上岸以後，就把所有的兵船全部焚燬了。這舉動表示些什麼意義呢？就是：後面已沒有退却的路了。只能前進，不能後退，不是戰勝，便是戰死。這種不顧一切毅然決然的魄力，真不亞於拿破崙。

因為後退的希望斷絕，纔肯使用出決死的精神；假使還留有退却的門路，是決不會使用出全部的努力來獲得偉大成就的。人們做起事來，就容易犯着這

種錯誤，當着正在向前進行的時候，往往就先預備下一條萬一不利的退步了。

「向後轉」的結果大多是悲慘的，成了許多失敗的戰士的墓碑了。你要成功嗎？必須全力向前，百折不撓，衝破障礙，截斷退路，用堅忍的毅力，實現最大的決心。

這兩種人顯然不同：一種是自信必能成功，決心征服一切危險困難；一種是既沒有確定的目標，更沒有堅強的後盾。

假使不將退路截斷，就不能毫不返顧直飛向前。雖然也想上進，却是徘徊不定。真是可憐又可歎。

要事業成功，必須另有一種不可抵禦的偉大的力量，這種力量只有在全神貫注勇猛突進的時候纔能盡量發揮出來。

一切失敗的魔鬼：懷疑、恐懼、退縮，都只會在目標鬆懈、意志薄弱的人面前示威；在堅毅果決的靈魂前是早被嚇得抱頭逃匿了。的確，大無畏的決心是會消滅一切險阻艱難的。當你積極地向前猛進的時候，你甚至會連什麼障礙

都看不見的。一切失敗的魔鬼都給你驅逐淨盡了。

一個決定是不能再有所出入的，好像不能變換的命運一樣。格蘭德將軍的決定就是這個樣子的。

能够一往直前不畏一切的人，一定是一個勝利者。因爲自信有這能力，所以儘可有把握地自負。這種人就能獲得別人的欽佩甚至信仰。

猶豫不決，缺乏判斷，是一切事業的破壞者。不肯毅然截斷後退之路，常常留一方便之門。這種人的血液真有些病態，惟有用全神的貫注來產生堅強的自信，方可掃除這種通病。

當然事情是需要鄭重考慮的，但決不可遲疑寡斷。考慮應該敏捷而切實，不可擱置或延滯，寧可決斷錯誤，不可毫無決斷。你有沒有這種壞習慣呢？你以爲當前的問題是太嚴重了嗎？趕快去實地練習努力養成敏捷決斷的習慣吧！沒有決斷的人，什麼都要留出餘地，結果一事無成。有決斷的人，也許起先難免錯誤，但錯誤會立刻覺察，不會常常重演的啊！