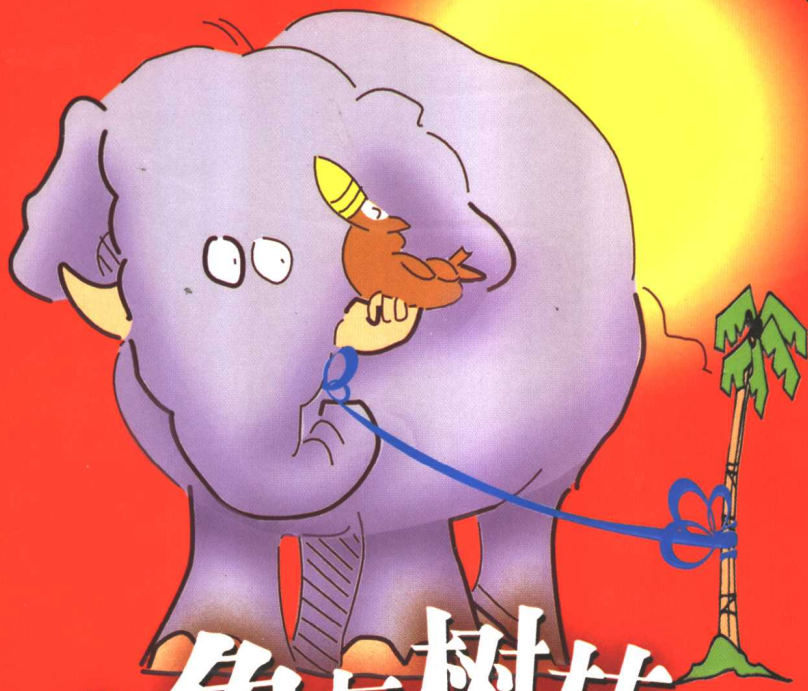


最具奇效的励志书

畅销欧美
一本可以改变命运的书



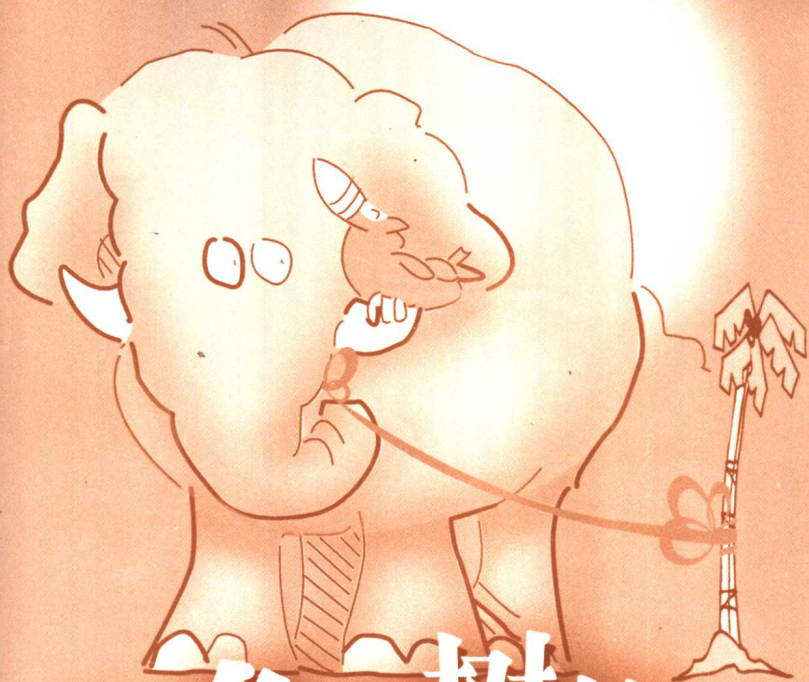
大象与树枝

The Elephant and the Twig

获取成功与幸福的十四条法则

[英] 杰奥夫·汤普森 著

青岛出版社



大象与树枝

The Elephant and the Twig

获取成功与幸福的十四条法则

[英] 杰奥夫·汤普森 著
孙 旻 译

青 岛 出 版 社

Au rights reserved.

© Geoff Thompson 2000

图字:15-2003-89号

图书在版编目(CIP)数据

大象与树枝:获取成功和幸福的14条法则/(英)杰

奥夫·汤普森著;孙旻译.青岛:青岛出版社,2003

ISBN 7-5436-2967-4

I.大... II.①汤...②孙... III.创造性思维—普
及读物 IV.B804.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第084529号

书 名	大象与树枝
作 者	(英)杰奥夫·汤普森
译 者	孙旻
出版发行	青岛出版社(青岛市徐州路77号,266071)
本社网址	http://www.qdpub.com
邮购电话	(0532)5814750 5840228 传真(0532)5814750
责任编辑	曹永毅
封面设计	张小玉
版式设计	姜秀琴
印 刷	青岛星球印刷有限公司
出版日期	2003年10月第1版 2003年10月第1次印刷
开 本	32开(787×1092毫米)
印 张	3.875
字 数	48千字
书 号	ISBN 7-5436-2967-4
定 价	9.80元

(青岛版图书售出后发现倒装、错装、字迹模糊、缺页、散页等质量问题,请寄回承印公司调换。地址:胶南市珠山路120号 电话:0532-8183519 邮编:266400)



我希望这本《大象与树枝》的观念以及书中关于成功与幸福的十四条法则不仅带给你阅读的愉悦，也带给你某些启迪。希望你意识到自己的身上蕴藏着怎样的潜力以及外面的世界有多么精彩。我最最希望的是这本书使你意识到，即使有时你觉得自己正身处困境，像是被拴在一棵粗大的树干上，那实际上也不过是一折即断的树枝。折断它，做你想做的事，以冒险和探索填满自己的履历。向你自己以及你身边的每一个人证明，你的世界不仅在你的眼里，更在你的手中。如果现状并不令你感到满足，改变它，塑造它，在有生之年创造属于你自己的天堂。

杰奥夫·汤普森

写于一个美丽的雨后清晨

序言

“可是我是漫画家，不是作家！”我在电话里向杰奥夫告饶。

“你多才多艺啊，”他呵呵笑着说，“你在杂志上发表过文章。”——我的确为某本摇滚杂志写过几句评论。

“可是……可是……”我不明白，他为什么不找一个他的重量级拳击手朋友来帮这个忙。当然现在谁若是需要别人来吹捧他的作品，他多半会找个比较有“分量”的人——知名教授、法官、企业家，甚或某个金盆洗手的黑帮老大——一个受人尊敬的人，而不是像我这样涂抹漫画的家伙。

结果这差事还是被我应承了下来。那就说说这本



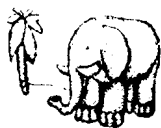


书吧。《大象与树枝》是一本有胆量的人写的书。主题很明确——“我，杰奥夫·汤普森是一个非常成功并且非常快乐的人。你也可以像我一样。”不论怀有怎样善意的初衷，这样的一句话多半会让听者先是一愣，接着不禁心中无名火起。这个拍着自己胸脯吹嘘他的成功的人，有什么资格断定他的生活真的有那么好？这个盲目自信并且还谢了顶的男人，凭什么来教导大家如何寻求成功和快乐？也许我们能驳斥他荒唐的想法，并且挽救这个误入歧途的家伙。

可事实是什么呢？我们的社会流行着一种病。许多人觉得自己无能而孤独，他们在这个世界上没有留下任何痕迹。像诗人济慈一样他们认为自己的墓碑上将写着：“他的名字写在水上。”我想，杰奥夫大概更喜欢康瑟特亲王临终前说的话：“只要我能放屁，我就还活着。”欠缺诗意却非常乐观。

我们必须承认一个悲哀的事实——很多人无奈地陷身在毫无前途的职业里，哀怨、消沉，在空想中虚度生命。人类的自卑会以病态的方式发泄出来，比如种





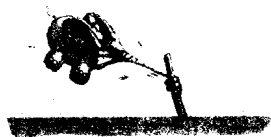
族歧视,比如排斥外来者。很少有人相信他们的工作能带来满足,更不必说成就感了。有多少人早上醒来一想到日复一日的工作就会欢欣鼓舞呢?

杰奥夫·汤普森相信人们有能力摆脱那些扼杀了他们内心希望与梦想的工作,而且他们能够成为他们想要做的人。只要有信心和毅力,他们也可以成为艺术家、作家、音乐家、金融奇才、企业家或者政治领袖。人的抱负是无限的。

他同时认为真正的快乐和满足也存在于那些没有丰厚回报,看起来卑微但可以使人身心投入的工作中。也许这份工作体现着对他人的关怀,对家庭的热爱。一份工作对有的人而言平凡无奇,但对那些愿意为它付出辛勤和努力的人来说就意味着成就和满足。

这本书蕴涵的“秘密”在于,一个普通的男人或女人可以变得不普通——不靠基因,不靠神奇的天分,也不靠瞎猫碰上死耗子的运气。杰奥夫人生哲学的核心在于,这种发现自身潜力的能力并不是少数人所独有的,它存在于我们每个人的内心,与生俱来,就像每个



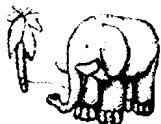


人都拥有一颗脑袋、一双眼睛那样自然。在这本书里，杰奥夫想告诉人们怎样培养并且训练自己对成功的渴望。

尽管在武术、写作和商业方面都颇有建树，杰奥夫却无所畏惧地宣扬甚至捍卫自己作为一个普通人的身分。他认为成功是人类理应拥有的命运。这不是假意的谦虚。杰奥夫有一次将去伦敦著名的弗勒斯书店签名售书。那是他和妻子莎朗计划的全国签售活动的主要一站。为了推动这次活动，杰奥夫请我绘制了一幅7英尺高的宣传画，打算带着它巡游各地。在签名售书的当天，我给他打电话并且极其尴尬地向他承认，在他那幅巨大的笑容可掬的宣传画上，我拼错了一个很简单的词。以前我曾因为类似的失误得罪过其他客户，他们恨不得诅咒我的祖宗八辈。所以这一次，我自然是诚惶诚恐。

“别担心，”杰奥夫却说，“如果我的宣传画上出现了一个低级的拼写错误，这只会让大家觉得我是和他们一样的普通人。哪怕只是博人一笑也不错啊。”





那一次他的演讲让听众们入了迷。他强调暴力只是解决问题的最后一种选择；他谈到精神的力量和积极的价值；他号召大家不仅锻炼自己的身体还要磨练意志力；他向他们讲述如何在发掘自身潜力的过程中找寻快乐。听众反响很热烈，他卖掉了不少书。可是令人不解的是，在演讲的大部分时间里，他都在赞扬别人的书如何好，如何值得一读。

我扭头问莎朗：“他这是在替别人卖书，还是在卖他自己的书？”

莎朗笑着说：“他一贯如此。”

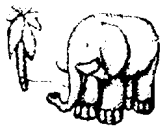
约翰·史密斯



前言

你听说过“大象与树枝”的传说吗？在印度，人们为了驯养幼象（防止它们逃跑）而将它们拴在一棵大树或是别的难以撼动的物体上。不论小象如何挣扎也不可能逃脱。天长日久，这种挫败感逐步发展成为完全的放弃。努力过那么长时间，失败了无数次，它终于相信，不管怎样它都是不能挣脱束缚的。结果，一头成年的大象即使体重数吨，也会守着一根小小的树枝，它已经不懂得尝试逃走了。

我们在生活中也很容易陷入同样的处境。如果有人不断地告诉你，平庸是无法摆脱的，环境是不能改变的，久而久之，我们会变成那头象，认为这一切就是事实，就是真理。我曾在一家工厂做工，生活周而复



始，一切目的就是为每个周五领取工钱。而每个周一我总是充满恐惧和厌烦，以至于我的周末全在担心即将开始的劳累和疲倦中度过。我把这当作了自己的宿命。尽管偶尔也会幻想不同的生活，但总是有一个巨大的、难以撼动的“大树”将我锁在原地。我花了整整30年的时间，经历了无数次失败的尝试才摆脱了那段噩梦般的日子，重新开始新的生活。难以撼动的不过是一根我随时可以折断的树枝。当我终于迈出了那一步，等待我的是崭新的世界，充满了兴奋与未知。在这段从工厂到自由生活的路上，我总结出了14条关于获取成功和快乐的法则。我愿在这本书里将它们与你分享。

令我自己吃惊的是我竟用了那么长的时间来认清那根树枝。如今回想起来，其实我一向都明白那个道理，只是一直没有勇气用行动印证它。每当我的梦想有希望实现的时候，我自己却先退缩了。直到那根树枝被折断，我才意识到在我们身处的这个世界里，没有什么是不可能的。即使你不想扫地、端盘子、送牛奶，

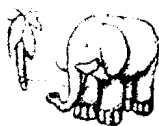




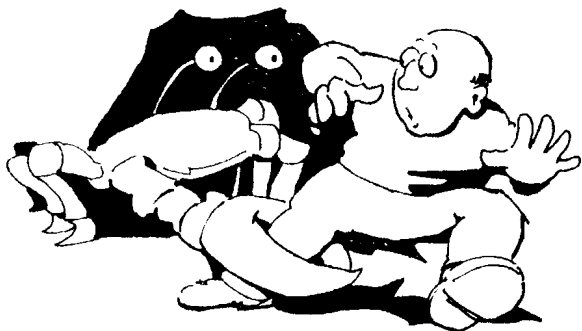
你可能仍会认为做这些是迫不得已。我们的生活是我们自己的选择。当你做出了更好的选择，你就不必再扫地、端盘子、送牛奶，而是为自己有限的生命设计更有意义的内容。一个人的思想可以束缚他，也可以解放他。

我曾经看过一个讲述渔夫捉螃蟹的纪录片。他们的捕蟹篓上有一个带孔的盖子，大小仅容一只螃蟹通过。一旦有螃蟹钻进篓子，盖子就被拿掉，而螃蟹们进去之后却不会再爬出来。它们挤在篓子里，即使没有盖子的阻拦也没有一只能够爬出来。任何一只企图逃走，别的螃蟹也会把它拽回去。

我不禁倒吸一口凉气。这不就是我的生活写照吗？每次我想放弃一份不喜欢的工作时，身边的人们表现得就像那些螃蟹。“你为什么要走呢？这份工作很稳定，薪水也不坏。”至于我的新志向，他们会说（不管我的计划是什么）：“你会后悔的，你会失去安全感。”有一次我厌倦了这套老话，于是回了一句：“我讨



厌这个地方。”



“那是因为你没有给它一个机会！你刚在这儿待了5分钟（我在那儿待了6年了）。这样的工资，这样的工作不是随便就能找到的。”

“那你在这儿有多久了？”我反问他。那老伙计想了想，“哦，差不多有30年了。”

“那你觉得这工作怎么样？”

“我讨厌这鬼地方。”他不假思索地说。



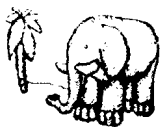


同样地,当我告诉妻子(我的前妻)我想放弃在化工厂的那份“稳定的”工作时,她顿时脸色煞白,白得像是在面粉里打过滚。“可是我们以后怎么办?我们的抵押贷款,如果你挣不到足够的钱,如果……”

只要听她连说几个如果,再加上她随后放缓语气所做的安抚——“那儿也没那么糟,你会好起来的,再耐心过些日子,你父亲当年在那儿干得就不错……”我的念头就全打消了。

我感觉就像一只被许多大肥螃蟹压在篓子最下面的小螃蟹,我的信心几乎不存在。到了最后,我也染上了这种“稳定情结”。只要有一点上进心在我的脑子里冒了头,就会有声音对它说,“你在跟谁开玩笑?你以为你是谁?这份工作有什么不好?稳定的收入,当初你的爸爸就挺知足的……”诸如此类。当我丧失了所有的自信,任何想要尝试的新念头都会被我自己溺毙在萌芽状态。

很多次我拿起笔想写出本畅销大作(这是我一生的梦想),总有一个比我的意志更有威慑力的声音逼迫



我扔下笔，骑自行车去厂里值我最讨厌的夜班。20年过去了，每当回想起那段路上的骑行，我仍然会感到沮丧，我于是更加感激自己最终找到了出路。许多次我在别人都已入睡的时候呆坐在工厂的餐厅里默想，“我什么时候才能摆脱这个噩梦？”我感到强烈的无奈。我有一个家，有贷款要付，我要养活三个孩子和一只猫。有太多的理由使我无法离开，而时间越久，离开的希望就越渺茫。除了写作我也没想出过“更好的”选择，他们总是要我相信我不过是在白日做梦。于是我继续子承父业，在工厂里日复一日地劳作。

为此我可没少抱怨。我讨厌这份工作的时间安排，我讨厌车间里的尘土，还有那个工头。我对所有的人说，如果不是为了我老婆，我早就像一颗炮弹一样跑得没影了。我说一切都是她的错，是她不让我离开。有一天，在我例行的抱怨之后，她突然说：“那就别干了吧。既然你这么不喜欢。你也不用再埋怨谁了。”她同意了！我吃惊得险些一头栽倒。就在那一刻，我突然意识到，拉我后腿的并不是她，也不是别的什么人，是





我自己，是我没有勇气。

把责任都推给别人不过是因为我害怕选择。我在镜子里看见了自己，那个年轻人脸上写着恐惧、迟疑和愧疚。如果我想扔下一份工作，如果我要离开这个工厂、这座城市、甚至这个国家，没有人可以阻止我。如果我身心投入地对待一件事，如果我对自己更多一点信心，即使是一座大山我也能撼动。

不久以后我离开了那份干了7年的工作，就这样一头闯进了充满机会和冒险的真实世界。我失去了稳定的工作，也没有想清楚将如何谋生，但我从不曾回头。我感觉好极了，兴奋，紧张，有很多事可做，有很多地方可去。我做了我的选择——我折断了那根树枝。

目 录

序言	约翰·史密斯 (1)
前言	(6)
法则一:现在就行动	(1)
法则二:你是你自己的上帝	(5)
法则三:消灭悲观思想	(12)
法则四:养精蓄锐	(22)
法则五:主宰你的命运	(41)
法则六:改变观念	(46)
法则七:确立你的目标	(56)
法则八:坚忍不拔方能取胜	(62)
法则九:充分利用你的时间	(72)
法则十:挖掘你的潜力	(76)

