

P U S H I N G T O T H E F R O N T

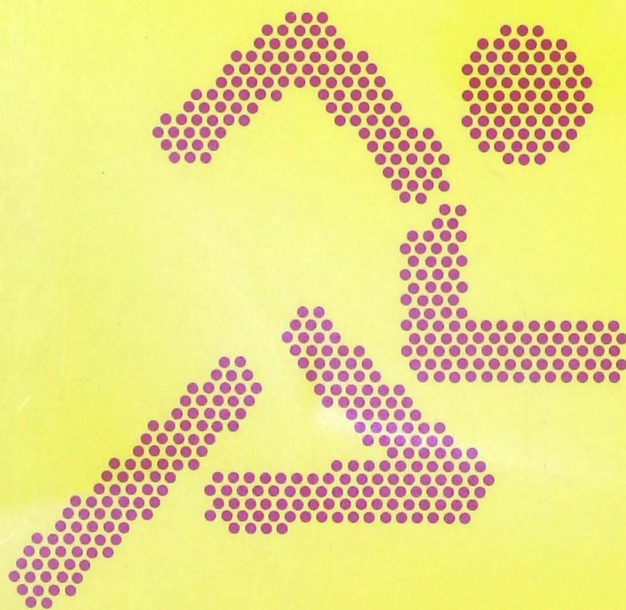
奋勇向前

关于机遇、潜能与改变的心理学

[美] 奥里森·斯威特·马登/著

余卓桓/译 孔谧/校

下



中国出版集团



现代出版社

中国心理学会推荐书目 中国心理学会心理普及丛书

奋勇向前

关于勇气、自信与成长的心理

THE POWER OF COURAGE
AND CONFIDENCE



中国心理学会
心理普及丛书

PUSHING
TO
THE FRONT

奋勇向前

[美] 奥里森·斯威特·马登/著

余卓桓/译 孔谧/校

下



中国出版集团



现代出版社

目 录 Contents

第三十五章 唤醒心灵..... 351

许多人都具有很强的能力,拥有无法估量的潜能,只不过这些潜能现在处于沉睡的状态,若能唤醒,我们就可创造奇迹。他们最优秀的一面埋藏在心灵深处,从未被唤醒过。当我们与这些人相遇时,就能感觉到他们身上还有尚未被挖掘的潜能。他们能够取得巨大成就的潜能就这样不经意间消耗掉了。

第三十六章 有想法的人..... 356

世界还有很多深邃的思想尚未挖掘,还有很多东西尚未发明。所有美好的东西都有待我们去挖掘。还有很多错误需要修正,还有很多挑战需要独立的灵魂去面对,还有很多新思想需要去传播。

第三十七章 勇气..... 366

要果断地将你的决心变成现实。要是不行动,梦想永远不可能成为现实。竞争让你感到困扰?努力工作去迎接竞争。你的竞争对手难道不是人吗?努力克服你遇到的困难,因为所有事情都会为拥有勇敢心灵的人让路。像个男人那样去迎接困难,以勇敢的心去面对不幸,以高尚之心去忍受贫苦的生活,无畏地面对失望。

第三十八章 意志与出路..... 382

不可动摇的意志,坚定不移的目标,能够让我们找到一条道路,让我们开辟一条道路。对有能力的人来说,世界总是存在着上升的空间。

第三十九章 不可动摇的目标..... 394

成功之人都有人生计划。他对人生的道路充满了激情,懂得去坚持。他会认真制定计划,然后加以执行。他会朝着目标径直前进。每当遇到困难或挫折,他不会逃避或躲闪。在一个不可动摇的目标的指引下,不断发挥身体的能量,能让我们获得力量。

第四十章 工作与等待..... 406

养成抓住每点知识的习惯,无论这些知识当时看上去多么不起眼,养成将每次机会、每个场合的感受都变成你的人生经验的习惯,这样做的重要性是难以估量的。你肯定能用得上这些知识的。

第四十一章 小事的巨大力量..... 417

你可能会说,相比于重要的能力来说,你的小缺点、自我沉湎、暴躁的脾气或犹豫不决只是小问题,但正是这些小问题造成了很多人的失败。

第四十二章 真正的薪水不在“薪水袋”里 428

那些在薪水问题上斤斤计较的年轻人,很少意识到这其实是在欺骗自己,因为他看不到在增强自身能力,拓展自身经验或让自己成为一个更加优秀、强壮与有用的人等方面所能开出的“薪水”。

第四十三章 期望更好的自己..... 439

无论我们期盼什么,为什么奋斗,在心中都要明白,我们能成为怎样的人,与我们思想对目标的强度与坚韧度是成正比的。要是我们自我贬低,就会让自己变得渺小,处于低劣的状态。我们应该有向上的想法,实现卓越。一心追求成功的人并不会等待成功,他本身就是一个成功。

第四十四章 下次当你觉得自己是失败者时..... 449

绝大多数人都是自己的敌人。我们总是因为自身不良或有害的思想毒害着心灵,让人生变得糟糕。无论做任何事情,都需要我们有勇气、有信念,对人生怀着希望与乐观的态度。

第四十五章 坚持原则..... 458

下定决心,无论从事什么行业,你都要有所坚持,你一定不能仅仅只是一名律师、医生、商人、职员、农民、议员或是一个只有金钱的人,而要首先成为一个真正意义上的人,这才是最重要的。

第四十六章 自然的“小账单” 466

自然会赐予人类基本的工具,向人类展示它巨大的宝库,希望人类能从中获得自己需要的东西,这是它所欢迎的。但是它绝对不允许人占有之后,却常年不用。要么使用,要么失去,这是它的铭言。我们不使用的每个细胞,都会被它拿走。

第四十七章 习惯——你的主人还是仆人..... 480

记住,习惯是一种行为的安排,是人性的一個原则。我们必须利用习惯去提升自己的效率,让生活过的更加舒适。

第四十八章 香烟..... 491

烟草对人心灵、道德与身体的恶劣影响,已经逐渐被企业老板们注意到了。现在,很多人之所以迟迟不能有所作为,就是因为他们被吸烟这个致命的习惯牢牢困住。

第四十九章 纯洁的力量..... 503

纯洁代表着一种力量,而不纯代表着无能、软弱与堕落。很多人怀着不纯的理想工作,觉得自己很安全,觉得自己的秘密没人知道。但是不纯的思想就像杀手,迟早会暴露出来的。

第五十章 幸福的习惯..... 516

幸福只是人生工作的一种结果而已。幸福源于你将怎样的动机投入人生的事业中去。如果你的动机自私、贪婪与一味地索取,如果你的人生充满了各种骗人的把戏与不诚实的做法,那么你的幸福感也会随之受到影响。

第五十一章 让人生充满美感..... 526

你对美感的追求程度,也决定了你的魅力与优雅的程度。美丽的心灵,充满美感的理想,都会自然在你的脸庞与举止上流露出来。如果你热爱美感,那么你就是某方面的专家了。你的工作会让你觉得充满美感与感到甜蜜,否则你只是在为了钱而工作。

第五十二章 用心接受教育..... 537

在你一味抱怨自己缺乏早年的教育,觉得现在才开始学习已经很晚的时候,你几乎可以肯定,身边不远处的很多年轻男女们此时正在如饥似渴地吸收着知识的养分,不断提升着自己的素质,虽然他们可能还没有得到像你这么好的学习机会。

第五十三章 心理暗示的力量..... 544

具有富于美感、魅力品格的人所散发出来的心理暗示,是极具传染性的,有时甚至能改变左邻右舍。我们都知道英雄行为、良好的记录所传递出的心灵暗示,这唤醒了很多人的梦想,激发了很多人的潜能。很多人的一生就是在某个谈话场合,听到了别人的一句鼓励的话语,或是从一本励志书籍感受到了积极的心理暗示,从而完全实现了改变。

第五十四章 忧虑的诅咒..... 553

那些将大脑能量消耗在毫无意义的忧虑中的人,不可能发挥自身正常的能力。世上没有比忧虑的习惯更能消磨我们的活力,摧毁我们的理想,或是让我们偏离原先真正的目标了。

第五十五章 让愉悦的思想伴你入梦..... 559

对一些人来说,相比于白天的工作时间,晚上的休闲时间让他们老得更快。事实上,如果他们晚上习惯了忧虑事情,那么不去忧虑这些事情似乎就是最好的选择。在他们白天忙于工作时,没有时间去思考他们的不足、商业上遇到的问题或是遇到的不幸。

第五十六章 征服贫穷..... 565

为某个目标奋斗,却想着获得其他东西,这样的态度是致命的。无论我们多么期望过上富足的生活,若是我们怀揣着悲惨、贫穷的心态,那么也是无法实现的。因为心灵编织的网必然会在人生中呈现出来。富足与充盈是不可能透过贫穷与失败的想法去获取的。要想获得它们,首先要在心灵中产生这样的念头。我们必须思考富足,然后才能实现富足。

第五十七章 教育孩子的新方法..... 572

如果你鼓励孩子,并帮助他们最大限度的挖掘自己,给他们灌输积极乐观、充满希望、无私与助人为乐的思想,激励他们前进,让他们明白自信与无私意味未来的成长、成功与幸福,狭隘、自私与不纯的思想则会让他走上失败与感到痛苦。

第五十八章 家庭是教育良好举止的学校..... 584

孩子们从小就被教育要友善对待姐妹,似乎她们是陌生的来客。这个家庭的成员展现出的礼貌、礼节与细心周到,让人觉得友善与随和。在这里,人们找不到粗鲁、鲁莽与粗野的存在。

第五十九章 母亲..... 586

那些为世界培养了优秀人才的母亲,值得我们的赞扬。很多名人的母亲值得获得与她们孩子一样的名声。人们迟早会认识到母亲在每个成功人士背后所发挥的作用。

第六十章 婚后女性逐渐凋零的原因..... 597

世上没有比贤妻良母的工作更加伟大了！但是，要真正操持家务，教好孩子，这需要女性拥有赫拉克勒斯那样的体魄，还要有像约伯那样的耐心。这些工作几乎都缺乏足够的调剂，年复一年地做，会让很多母亲的身心出现崩溃的情况。

第六十一章 节约..... 608

节约的习惯说明你有要在这个世界上出人头地的雄心。节约的习惯能够培养你独立自主的精神。在银行开一个存储账户或购买一份保险，都能说明你的状态，让你对人生有更高的期望。节约意味着希望、梦想与有所成就的决心。

第六十二章 在家接受大学教育..... 618

绝大多数人的工作时间都用于谋生，处理工作上的事情，这是很多人每天都按部就班做的事情。你很难通过他们在这些时间的表现去衡量他们，因为这已经形成了一个系统，是他们每天都要做的事情。一旦他下班了，他就会换了一个人。他真正的本性就会显露出来。每个人只有在摆脱束缚后，才会做出自然的举止。

第六十三章 家庭阅读的圈子..... 628

有时候，一个家庭的习惯能够因为一位意志坚定的年轻人勇于坚持自己的原则，并大胆宣称自己不想成为失败者，不能冒让自己成为失败者的风险的坚持，最后获得了改变。一旦他坚持下去，就与很多随便浪费时间与机会的年轻人形成鲜明的对比，让他们意识到在浪费着宝贵的时间。

第六十四章 选择性阅读..... 639

有时，读者在阅读一本优秀小说时，时常感到兴奋，他们的心智被英雄人物的行为所影响，提升着他们的勇气，让他们的身体功能变得更强大，整个人的品格都获得了提升。此时的他们能够去做平时觉得不可能的事情。

第六十五章 现实的浪漫..... 644

对年轻人来说,没有比阅读励志书籍更能给他们带来动力,不断激励他们前进,让他们更加高效地投入到人生工作的了。励志书籍能鼓舞他们的斗志,唤醒他们内心沉睡的能量,让他们像书中的英雄那样在面对困难的局面时,勇于奋起。

第六十六章 阅读激励梦想..... 651

即便最贫穷的男孩都能以极少的花费,与世界上最著名的哲学家、科学家、政治家、军事家、作家自由地进行思想的交流。即便是在小木屋出生的贫穷男孩,也能追寻各国英雄的人生,历史的思想、追求自由的故事或是世界的浪漫故事,去努力推动世界的进步。

第六十七章 为什么有人失败,有人成功 656

很多人之所以失败,是因为他们觉得自己拥有取得成功的条件,没有意识到竞争带来的危险,所以他们的大脑就会觉得事情很容易处理,或因为某些富于进取心的年轻人到他所在的镇上,与他进行竞争,抢走了他的生意,加上他陷入了过去的按部就班,没有让商店的经营管理与时俱进,失去了对顾客的吸引力。

第六十八章 老人找寻工作..... 666

世人对年轻人未来会遇到什么,会取得怎样的成就,有着特殊的兴趣与高度的期望。很多伟大的事情,很多英勇的事情,很多高效的工作,都是他们在年过五十前就已经做到了。

第六十九章 品格就是力量..... 675

我们都相信那些拥有品格的人。这些具有品格之人的名字拥有多么神奇的力量!西奥多·帕克曾说,苏格拉底一个人对一个国家的价值,要超过南卡罗来纳州对美国的重要性。

一些人拥有健康的身体,心灵处在时刻愉悦的状态,却因生活的烦恼或挫折而让心灵处于时刻波动的状态,这样的状态足以让让一船人沉没大海。另外一些人则拥有丰富的心灵,拥有温馨的家庭与良师益友。可亲随和之人无论到哪里都受人喜欢,他们的乐观性情让人难以拒绝,主动与他们交往。

第三十五章

唤醒心灵

农民约翰·菲尔德问：“戴维斯，你看我这孩子怎样啊？”他边说边望着正等待顾客的儿子马歇尔。

“哦，约翰。你我都是老朋友了。不瞒你说，”迪恩·戴维斯从木桶拿出一个苹果，递给马歇尔的父親，以示友好，“我不想伤害你。你也知道我是一个直肠子的人，就说一下心中真实的想法吧。你儿子是一个善良与有能力的人，但即便他在我这商店里干上一千年，都不可能成为真正的商人。他不是做商人的料。约翰，你还是带他回农场吧，教他如何挤奶更好。”

如果马歇尔·菲尔德一直在迪恩·戴维斯那间位于马塞诸萨州彼德菲尔德的商店打杂，那他就不可能成为闻名世界的商业巨擘。在他只身一人闯荡芝加哥，听到许多与他出身一样贫寒的年轻人都有所成就的故事，这激发了他要成为一名成功商人的决心。“若是别人能够做出如此神奇的事情，为什么我就不能呢？”他自问自答。

当然，我们必须承认一点，那就是菲尔德一开始就具备经商的潜质。但一个激发雄心的环境将他的潜能挖掘出来，释放其出前所未有的能量。如果菲尔德不是去芝加哥这样的城市，那么他是否能这么迅速爬升到这么高的位置，还是一个未知数呢。1856年，年轻的菲尔德来到芝加哥，这座神奇的城市正处在蓬勃发展的阶段。当时，芝加

哥只有八万五千人。在菲尔德前往芝加哥的几年前，这座城市到处都是印第安人的小村落。但是，这座城市实现了跨越式的发展，不断激发着生活在其中的居民发挥才智。当时城市的空气中弥漫着成功的气息。每个人都感觉到自己有很大的发展空间。

许多人似乎认为，所谓雄心壮志不过是某些人与生俱来的，与环境的关系不大。但不少人的大志仍处在一种尚待开发的状态，需要我们去唤醒与催发。若是激情能迅速与自身的教养结合起来，我们就需要时刻用心呵护与培养，正如音乐或艺术上的天赋需要精心培养，否则就会凋零。

假如我们不尝试去实现理想，就会失去强大的动力，目标会逐渐模糊，身体功能会处于下降状态。不用多久，我们会失去原先的力量。要是我们一直不运用自身的能力，漠视自身的才华，我们又怎么可能期望依然保持远大的理想呢？如果我们总是任由机会从身边溜走，不努力抓住，我们把握机会的能力就会越来越弱。

爱默生说：“我最需要的是，有人能激发我去做自己能做的事情。做自己力所能及的事情，这就是问题的症结所在。”这并不是拿破仑与林肯所能做的，而是我自己能做的。我是将自己最好的一面展示出来了，还是将最坏的一面暴露出来了，我发挥了10%，15%，25%或是90%的潜能，这对我的人生有着极其重要的影响。

其实，许多人都具有很强的能力，拥有无法估量的潜能，只不过这些潜能现在处于沉睡的状态，若能唤醒，我们就可创造奇迹。他们最优秀的一面埋藏在心灵深处，从未被唤醒过。当我们与这些人相遇时，就能感觉到他们身上还有尚未被挖掘的潜能。他们能够取得巨大成就的潜能就这样不经意间消耗掉了。

不久前，报纸报道了一位十五岁的女生，她的心智能力只相当于小孩子的水平。能让她感兴趣的事情并不多。她整个人显得呆滞，冷漠，似乎对身边的所有事情都提不起兴趣。直到某一天，当她听到街上有人拉着大型手风琴，她的心智突然间被唤醒了。她终于找到了自己，身体的功能被唤醒了。在接下来的短短几天，她获得了巨大的进

步。她几乎在一天内从小孩进入了少女时期。绝大多数人都有尚未苏醒的潜能，这种深藏的潜能就像是这位女孩一样，一旦被唤醒后，就能焕发惊人的能量。

西部某座城市有一位法官，他人到中年才将潜能发挥出来。在此之前，他是一位目不识丁的鞋匠。他现在六十岁了，拥有该城市最大的一间图书馆，成为最有学识的人，为别人提供力所能及的帮助。到底是什么让他的人生出现了如此巨大的转变呢？其实，他在听到一场有关教育的价值的演讲后所受的启发，开始了转变。正是这场演讲唤醒了心中沉睡的潜能，重新找回了迷失已久的理想，开始在自己发展的道路上不断前进。

我认识不少大器晚成的人，他们无一例外是在受到某种外在刺激——如阅读某本励志书、听一场布道演说、与某位朋友朋友偶遇交谈或别人的鼓励与信任的话——让他在瞬间醍醐灌顶，揭去人生陈旧的一页。

在这个世界上，你与哪些人在一起，这是极为重要的。我们要与能适度鼓励、相信、赞美我们的人一起，不要与让我们失去自信、理想或是将希望之火吹熄的人为伍。

纽约青少年法院的缓刑监督官在1905年的报告上写道：“让男孩与女孩远离不良的环境，这是让他们改过自新的第一步。”纽约防止虐待儿童社团在三十年的时间，对超过五十万涉及到社会与道德问题的孩子进行调查后，得出了一个结论，就是后天的环境产生的影响要比先天的遗传更为重要。

即便是最为强大的人都不能超越环境的限制。无论他多么独立，意志多么坚强，下多么大的决心去改变我们的本性，我们每时每刻都在深受自身所处环境的影响。就是让出生血统最高贵、天赋最高的孩子被野蛮人抚养，他们身上的潜能还能剩下多少？如果他们从小就成长在一个充斥着野蛮与残忍的氛围下，当然他们也会成为野蛮人。有一个关于出生在富贵之家的孩子，从小就被家人抛弃，被一只野狼当成小狼那样抚养，那么，这个孩子就肯定会学到野狼的所有特征——

四脚走路，像狼一样嚎叫，啃东西也像野狼一样。

大多数人都并没有下很大的决心去改变我们的生活。我们只是很自然地遵循身边的榜样。一般来说，我们都会随着环境的大趋势“潮起潮落”。诗人们所说的“我是我所遭遇的事情的一部分”的这句话，不仅只是一时灵感激发所想起的，而是一句绝对的真理。所有事情——包括一场布道演说、一场演说、听到的一场对话，每个触动你人生的人——这些东西都在你品格留下了深刻的印记，你与未经历这些东西之前再也不一样了。你肯定会有所不同——与之前的你不再一样——正如比彻在阅读了罗斯金的作品后，与之前的他再也不一样了。

几年前，一群俄国工人被一间俄国造船企业派遣到我国，他们来这里学习美国的造船方法与吸收美国的精神。在短短的六个月里，这群俄国人的技术已经堪比美国的技术工人了。他们的视野得到了拓展，个性得到发展，增强了做事的主动性，在工作中展现出个人的卓越性。在回到俄国的一年时间，他们身处在一直死气沉沉、没有丝毫进取的环境下，这些人失去了之前的进取心，又成为了普通的工人，每天的工作失去了目标。之前在美国被激发的激情慢慢沉睡了。

我们的印第安学校有时会出版一些从印第安自留地走出毕业的学生的照片——这些学生穿着得体、双眼闪耀着智慧的火花。我们猜想这些学生日后能有所作为。但是大部分学生在努力坚持了一会他们全新的标准后，还是回到了他们原先的部落，逐渐又回到了他们原先古老的生活方式。当然，也有一些例外。但这些坚持下来的学生无不有着坚强的个性，有能力抵御让自己下滑的趋势。

如果你访问今天的失败大军，你就会发现很多人之所以失败，是因为他们从未处在一个充满激情、鼓励与竞争的环境，因为他们的野心从未被唤醒，因为他们自身不够强大，无法抵御让人沮丧、郁闷或是险恶的环境。我们发现在监狱或贫民区的很多人，都是遭受不良环境所致而堕落的典型例子，这样的环境将他们身上最坏的一面激发出来了，而不是将最好的一面唤醒。

无论你从事怎样的人生工作，都要不惜一切代价让自己身处一个唤醒自我的环境，不断激发你的潜能。要与理解你的人、相信你的人以及帮助你发掘自身并鼓励你去实现挖掘最大潜能的人在一起。对你来说，这会造成辉煌的成功与平庸的生存间巨大的反差。向那些不断努力尝试以及努力出人头地的人学习——向这些拥有高远志向、崇高目标的人学习。与那些做事认真的人为伍。雄心壮志是具有传染性的。你会被主宰你环境的那种气氛所感染。你身上已经成功的那一部分会继续鼓励你更加努力地去奋斗，即便你有些方面做得还不够理想。

不断为崇高目标奋斗的人，身上拥有着一种巨大的能量，这种巨大的能量最终会帮助他们实现你的梦想。与志同道合的人一起奋斗，这是让人兴奋的。如果你缺乏能量，本性懒惰，只想着做容易的事情，那么就会被更有大志的人不断催赶你。

第三十六章

有想法的人

有所成就的人一般都是有想法的人。也就是说，这些人有坚定的目标，不受其他事情的困扰，有一个不可动摇的理想指引着他们。

——巴特

对伟大目标的健康追求，是人生的美感与祝福。

——让·英格罗

坚定的信念能让一个人摆脱别人的嘲笑。

——J. 斯图亚特·密尔

思想在这个世界起的作用要比加农炮还要大。思想要比军队还要强大。原则要比骑士与战车赢得更多的胜利。

——W. M. 帕克顿

“为什么你还要花心思去做一架纺织机器呢？”波士顿一位名叫阿里·达维斯对机器制造商说，“为什么你不去做一架缝纫机呢？”他的建议被一位富人所采纳，费尽心思想要发明纺织机器的发明家一直都没有成功。“我也想制造，但那是不可能的。”“不，可以的。”达维斯说，“我能够制造出来。”“很好，”商人说，“要是你能制造出来的话，我能保证你获得一大笔财富。”商人觉得达维斯只是在说笑话，但这个主意被旁边的一位工人听到了。当时这位工人只有二十