

恰到好处的

挫折

《美·恰如其分·S·里德》
王明译

在 最深的 绝望 /

/ 遇见 最美的意外

Final
Stickability

人生是由一个又一个的意外构成

而面对这些意外的方式完全取决于我们自己，并将最终决定我们的一生。

ARTIME

时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

恰到好处的 挫折

【美】格雷格·S·里德 / 著
王丽 / 译

F i n a l S t i c k a b i l i t y

在 deepest 的绝望，遇见最美的意外



时代出版传媒股份有限公司
北京时代华文书局

图书在版编目 (CIP) 数据

恰到好处 的挫折 / (美) 里德著; 王丽译. -- 北京:
北京时代华文书局, 2015.1
ISBN 978-7-5699-0021-7

I. ①恰… II. ①里… ②王… III. ①故事—作品集
—美国—现代 IV. ①I712.45

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 300710 号

北京市版权著作权合同登记号 字: 01-2013-4337

Stickability

©2013Napoleon Hill Foundation

Simplified edition is arranged through CA-LINK International LLC(www.ca-link.com)

恰到好处的挫折

著 者 | [美] 格雷格·S·里德

译 者 | 王 丽

出 版 人 | 田海明 朱智润

选题策划 | 阳光博客

责任编辑 | 陈丽杰 刘芬芬

特约编辑 | 牛瑞华 姜 帆

装帧设计 | 门乃婷工作室

责任印制 | 刘社涛

出版发行 | 时代出版传媒股份有限公司 <http://www.press-mart.com>

北京时代华文书局 <http://www.bjsdsj.com.cn>

北京市东城区安定门外大街 136 号皇城国际大厦 A 座 8 楼

邮编: 100011 电话: 010-64267120 64267397

印 刷 | 北京市梨园彩印厂 电话: 010-85370935 联系人: 苑志军

(如发现印装质量问题, 请与印刷厂联系调换)

开 本 | 880×1230mm 1/32

印 张 | 6.5

字 数 | 200 千字

版 次 | 2015 年 3 月第 1 版 2015 年 3 月第 1 次印刷

书 号 | ISBN 978-7-5699-0021-7

定 价 | 36.00 元

版权所有, 侵权必究



世上有这样一些故事，人们会彼此传颂，也会代代相传。无论我们怎么称呼它们，智慧的箴言也好，古老的谚语也罢，还是神话或民间故事，它们都能把我们联系在一起，跨越种族、区域及国界。虽然这些故事有着不同的主题，但每个故事都得到了实践的证明，再也没有其他故事能像它们一样引起那么普遍的共鸣了。

1859年，苏格兰作家塞缪尔·斯迈尔斯 (Samuel Smiles) 写下了第一本关于成功的书，并取了个很合适的名字：《自助》(Self Help)，以寓言的形式教导人们如何取得成功。这本书为后来者奥里森·斯威特·马登 (Orison Swett Marden) 及拿破仑·希尔 (Napoleon Hill) 的写作打下了基础。拿破仑·希尔是现代成功学当之无愧的创始人，也是讲故事的高手。他发现，在他所处的时代，最卓越的靠自身力量成才的人——安德鲁·卡内基 (Andrew Carnegie)、托马斯·爱迪生 (Thomas Edison) 及亨利·福

特 (Henry Ford) ——都是因为做了同样的事才取得了成功。

在过去的 150 年间，致力于探索成功之路的思想家们已经一次又一次地证明，有一种特质似乎是通往所有伟大成功的关键，即坚持不懈。正是因为坚持不懈，乔治·华盛顿·戈瑟尔斯 (George Washington Goethals) 在前人屡遭失败的情况下建成了巴拿马运河；也是因为坚持不懈，爱迪生才能成功发明电灯泡；还是因为坚持不懈，亚伯拉罕·林肯战胜了伤心绝望，走出两次生意失败和八次公职竞选落选的阴影，最终成为美国总统。

拿破仑·希尔这样写道：为什么大多数人在 40 岁之前积累不下财富？其中一个原因是：他们必须经历失败和逆境，并越过足够多的障碍，才能获得积累财富的知识。

因此，只有那些在自己世界里坚定前行，并且善于将挫折转化为机遇的人，才能在历史上留下烙印。

在阅读这本书时，我想到了 50 多年前的一个男孩，斯科特·肖 (Scott Shaw)。他是我刚迈入青春期时的玩伴，并且可能是这个世界上最令人讨厌的孩子。有一天，我们的相互推搡变成了要把对方击倒的恶斗。周围没有人为我们打气，也没有人阻止我们。我比他高大、强壮，因此，我不停地将他打倒在地。但斯科特每次倒下后都会再站起来，然后再向我

发动进攻。

他的嘴角流着血，眼泪、鼻涕也不停地流下来，但他依然一次又一次地从地上爬起来，向我进攻。我进攻时，他每次都中招，虽然被揍得很惨，但他还是会一次次朝我反攻。当他最后一次爬起来，我伸出了手，想和他握手言和。我说道：“你赢了，斯科特，你赢了！”他瞪了我一眼，抹了一把鼻子，止住眼泪，然后握住了我的手。从那以后，我们一直都是最好的朋友。

《恰到好处的挫折》这本书中谈到了很多像斯科特这样的人物，他们有一个共同的特点，那就是拒绝向这个世界低头。

这是一本令人心情愉悦的书，它蕴含的正能量与《战胜心魔》(*Outwitting the Devil*)及《思考致富》(*Think and Grow Rich*)不相上下。

拿破仑·希尔基金会推出的这本《恰到好处的挫折》综合了很多人的观点，比如“现代手机之父”马丁·库伯 (Martin Cooper)、苹果公司联合创始人史蒂夫·沃兹尼亚克 (Steve Wozniak)、VIPorbit (领英公司) 创始人迈克·穆尼 (Mike Muhney)、WordPress 创始人马特·穆伦维格 (Matt Mullenweg) 等，这些人都是为这个世界的发展起到过助推作用。他们是先驱，凭借一个想法开创了一条成功之路。他们的目标可能不是你的目标，他们的挫折也可能跟你遭遇的挫折不一样，但他们的故事能启发你去寻找自己的成功之路。

拿破仑·希尔曾写道：“最伟大的人取得的最大成功与他们遭遇到的最大挫折与失败仅有一步之遥。”这些故事表明，那些取得最伟大成就的人，往往是那些最善于享受挫折的人，他们会将挫折视为引导自己重新拟定成功路线的机遇。

当你感到灰心丧气时，当你想要停下来的欲望比想要成功的欲望更强烈时，请把这本《恰到好处的挫折》从书架上拿下来，一遍一遍地阅读。

扛得住，世界就是你的。

——J. B. Hill，美国作家拿破仑·希尔的孙子



VIII VII VI V IV III II I

前言 扛得住，世界就是你的 1

第一篇 在最深的绝望，遇见最美的意外

每个障碍都对应一个解决方案 009

恰恰是你以为你想要的，阻止了你去追求你真正想要的 015

恰到好处 019

紧张的放松 025

在最深的绝望，遇见最美的意外 029

看不见的信仰 039

最伟大的成就，往往源自最渺小的意图 051

最美的生活最简单 063



VII VI V IV III II I

第二篇 不要把时间浪费在别人的世界里

让我们退缩的不是失败的刺痛，而是他人的期望 081

『六个恐惧幽灵』 085

你的心会把恐惧变成现实 095

不要把时间浪费在别人的世界里 101

严严实实地将所有消极影响拒于心门之外 109

不怕和这个世界不一样 115

成为自己想要成为的样子 119



I II III IV V VI VII

第三篇 在自己的世界坚定前行

所有改变，都源于对改变的强烈渴望 137

88%的世界由左脑支配 141

在自己的世界坚定前行 149

请相信，你在寻找的东西也在寻找你 157

聆听一切，但要过滤 169

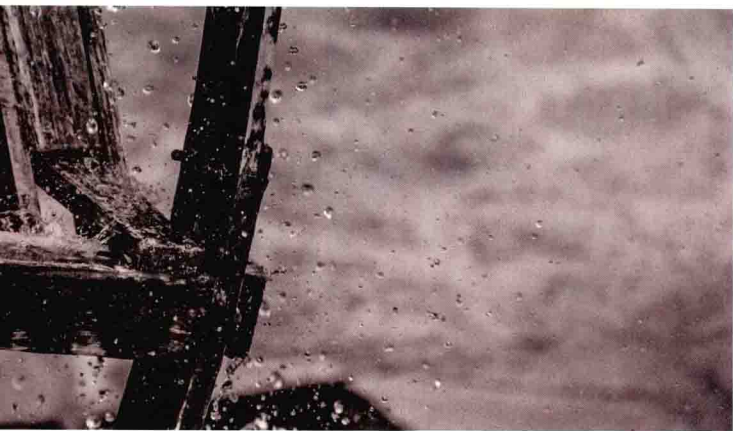
我们应对挫折的方式将决定我们所要的最终结果 177

你所追求的都是你应得的 183

后记 你身体里拥有伟大的东西 193

>>>

第一篇
在最深的绝望，
遇见最美的意外



在挫折面前，大多数人会停下来，
因为他们认识不到这只是旅程的一部分。

挫折和失败能让我们知道哪条路行不通，
这样，我们便能把精力集中到行得通的道路上。



事情往往就是这样，我们越是向恐惧妥协，
就越感到人生没有目标。

恐惧是一种心理状态，
它的强度取决于你认为它有多强，与他人无关。

很多时候，
最伟大的成就往往源自
最渺小的意图。





过去，人们相信未来取决于我们周围的变化；
现在，人们相信未来取决于我们自身的变化。

太多时候，我们害怕急需某种东西的状态，结果会错失眼前的良机。



