

全球成功人士的启示金录 超越自我极限的旷世奇书
THE SCROLL MARKED'S WISDOM

羊皮卷

成就自己

【美】奥格·曼狄诺 著 白隼 编译



懦夫从不启程 弱者死于途中 勇士一步都不停

自从掌握了《羊皮卷》中的智慧，我发现自己有了应对一切局面的方法。
——《羊皮卷》原典

 中国商业出版社

羊皮卷

成就自己

【美】奥格·曼狄诺著 白隼编译

常州大学图书馆
藏书章



 中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

羊皮卷. 成就自己 / (美) 奥格·曼狄诺著; 白隼
编译. — 北京: 中国商业出版社, 2018.5

ISBN 978-7-5208-0208-6

I. ①羊… II. ①奥… ②白… III. ①成功心理-通
俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2018)第 015845 号

责任编辑:姜丽君

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺1号)

010-63180647 www.c-cbook.com

新华书店经销

三河市三佳印刷装订有限公司印刷

*

710×1000 毫米 1/16 开 17 印张 260 千字

2018 年 6 月第 1 版 2018 年 6 月第 1 次印刷

定价:39.80 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

前 言

众所周知，文字带给人的影响是潜移默化的。早在纸张出现在人类文明中之前，西方人已经知道把那些能够点燃心灵“火种”的话记录在羊皮上。这些羊皮上的文字，承载着人类生存的文明和智慧，跨越千百年，终于以散发的油墨清香的纸质形式出现在你手中。羊皮卷有着神奇的力量，它帮助一代又一代人获得了成就和财富，走上了幸福的人生之路。

如今，世界正在经历着前所未有的变化，每天都有新生事物出现，我们也正在遭遇祖辈、父辈们难以想象的诱惑和挑战。但是，对卓越与至善的追求却是亘古不变的。好的思维方式让人受益一生，同样消极扭曲的人生态度也会毁掉一个人。太多的人成了物质的奴隶，拼命想占有一切，无论那些事是否对自己真正有意义。还有一部分人，拼命想要有所突破，却始终求告无门。殊不知，世间事都是有“法则”的，遵循一定的方法才更容易获得成功，从而在人生中写下新的诗篇。

太多的人在说“我不能”，而内心的声音始终在平和而坚定地重复“做自己想做的梦吧，成为自己想成为的人吧。”生命无论如何经历，都仅仅有此一次。希望你的生活每天都有笑声，让你生活在欢



乐中；有酸甜苦辣也有柳暗花明，让你日臻完美和成熟；有苦涩和甜蜜的泪水，在你的生命中洒下一片似水温柔；有经历风雪之后的希望之光，让你体味到真正的幸福。

也许平凡能够让你免受风雨，而你仍然选择了另一条路。这条道路上鸟语花香、果实累累，也少不了绝望和痛楚。也许有不少前人倒在这条道路上，然而，美好的远方仍在召唤着我——而我不会变成另一个“前车之鉴”，我手中有着《羊皮卷》这张“路线图”，我知道自己的未来终将美好。

人生的每一个阶段，都会遇到一些对将来产生深远影响的作品。《羊皮卷》或许是你“踏破铁鞋”终于到手的心爱之物，或许是你书店偶然发现并把它带回了家。无论你以何种方式与这本小册子相遇，编者都希望本书中那些箴言所包含的智慧、灵感 and 爱，能够给你的生活带来积极正面的影响，甚至可以改变你的生活。

《羊皮卷》中阐释的生活哲理和成功理念鼓舞着不满于现状、积极寻找人生价值的奋斗中的你向命运挑战，获得本该属于你的幸福和成功。本书不仅仅在激励你“要行动”，更在指导你“如何行动”。它的魔力在于，带给你无数次改变命运的良机，用谆谆教导让你受益一生。

人生没有捷径可走，成就自己不在一朝一夕，途中的崎岖和坎坷是难以避免的。人生应当如何走，值得每一位读者深思。笔者希冀本书介绍的成功哲学，能够或多或少地给读者朋友们一些启迪，帮助不甘于平庸的你找到人生的航向，从而全心全意为目标的实现而奋斗不息！

成功，从读《羊皮卷》开始

——致读者朋友

恭喜你，亲爱的读者朋友！

假如，你是还在为挣脱苦恼备受煎熬，那么现在大可不必这样了，因为我给你带来一个好消息，你的生活会因此而发生翻天覆地的变化。

忘记昨天，忘掉上个月，忘却上一年。抛弃那些凄风苦雨的岁月，甩掉心头的失败和绝望。这些给你带来烦恼使你痛苦的一切都已成为过去，迎接你的将是崭新的一天！过去，你一直渴望拥有的日子，如今正在张开双臂拥抱你。新生活的大幕正在徐徐拉开，你的生命即将奏响新的乐章，你将从不同章节中学到成功的秘诀。至关重要的是，你将学以致用，为自己，也为深爱的人构筑一个美好的家园。

亨利·大卫·梭罗曾经说过：“我们是应该拥有一本《羊皮卷》的时候了，这样才不会由于我们已成年而放弃对生活的向往。”

当你翻阅《羊皮卷》每一个章节时，我相信一部特别的《羊皮卷》将会跃入你的眼帘，一部为你量身定做的著作。它将回报于你的丰盈的知识，并适时填补你生命中巨大的鸿沟。毋庸置疑，书中所选的大师都是最优秀的人。我把这些精英请到一起，他们充分施展才华，为你参谋，帮你指点迷津，为你揭开“成功”的神秘面纱，教



给你怎样取得成功与胜利。

我知道，学校老师肯定传授给你很多知识。然而，不管是在哪间教室里，也不管是在是在什么课程中，有没有这样一堂课——哪怕仅仅 50 分钟，教你怎样把所学到的东西运用于实践，以便让你拥有幸福、优质的生活？而这，恰恰是《羊皮卷》出版的唯一目的。有了这个目标，加上你的潜力，相信我们肯会携起手来共同奔向成功。

成功！如此神奇的字眼儿，就像黄金，好比爱情，堪比香格里拉，在我们脑海里会不由得呈现一幅美景，虽然各有千秋，却是那么迷人。而在你的真实生活里，这样迷人的美景却迟迟不来。就算出现过，也是白日做梦。你经常在想，命运会不会朝自己微笑，会不会慷慨地馈赠给自己一大笔金钱、显赫的地位、无穷的力量、无尽的自由，甚至是令人羡慕的声望。

可是，成功为什么如此难以实现？

要知道，我们每个人都是一个奇迹，内心渴望成功的火苗从未熄灭过。机械师、经理、销售员、学生、模特、作家、木匠、程序员、店主、果农、股票经纪人以及家庭主妇等，所有人不同程度地怀着同样的梦想和渴望，希望过上没有债务、衣食无忧的日子，住上富丽堂皇的豪宅；开上心爱的汽车，经常到优雅精致的餐厅赴宴，到世界各地度假；衣橱里满是名牌服装，孩子们在最好的学校读书。

为什么不呢？难道不是自打出生那天起，就有人一直说我们居住在“机遇无限”的大地上吗？就是嘛，为什么不这样呢？答案显而易见，却又令人痛苦沮丧。因为大多数人不知道如何让自己美梦成真！我们拥有所有必要的工具，完全可以为自己创造一个美好的生活。可是话又说回来，如果我们知道怎么利用，这些工具就毫无用处。

没有计划，没有蓝图，怎样创造属于自己的优渥人生呢？

无论在小学、初中、高中还是在神圣的大学殿堂，老师教过你确定目标的简单技巧吗？教过你怎样激励自己和别人吗？教过你怎样应对困难与挑战吗？教过你怎样彻底改变自己毁灭的坏习惯吗？教过你怎样高效能利用时间吗？教过你实践选择的权利吗？教过你怎样建立并提升自信吗？教过你怎样应对令自己恐惧的事情吗？教过你怎样激发自己与他人的热情吗？教过你怎样组织管理自己的生活吗？教过你怎样积累财富吗？教过你怎样让别人为你心甘情愿效劳吗？教过你怎样穿衣打扮才像精英人士吗？教过你怎样指导和教育自己的孩子吗？教过你怎样缓解内心的压力吗？教过你怎样计算自己的赐福吗？

你之所以生活到现在完全是靠自己的勇气和决心，即便你一直勇往直前，你的弱点仍然穷追不舍、阴魂不散。当你控制不住自己又打开了电视机，抑或又拿起了杂志报纸，你会刻骨铭心地感到这些弱点怎么就那么难以根除？然而，你却不愿承认，对身边人的富裕和成功熟视无睹，可是在心里又不得不承认这些人确实比自己成功。

回首过往，最黑暗无助的时刻一幕一幕浮现在眼前，使我们不由得想起亨德里克·范·卢说过的话：历史犹如生活，只有成功才能留下痕迹。

这时，你可能会无奈地轻叹，唉，也许已经太晚了。到了这个时候，难道你还想缩进那间布满灰尘、拥挤不堪的斗室任凭精彩纷呈的事物从你身边溜走吗？

不！决不能这样！

现在，请你清点一下自己还剩下些什么。年龄、背景、肤色、



财务状况，这些除外，还有自我认知。想一想，在学校里，你学过让生活变得更加美好的知识或技能吗？请再仔细想想，是否有一样东西，如果拥有它，便能满足你的一切诉求？

还是先认真看一下英国著名哲学家、散文家、传记作家、历史学家托马斯·卡莱尔是如何说的吧：“认真想一下，中学和大学教给我们的东西不外乎我们第一天上学就学习的东西——学习读书，读不同文字的书、不同学科的书、不同字母的书以及不同字体的书。我们想要获取知识，就算是理论知识也要从书中获取。由此可见，大量的藏书才是真正的学校！”

就像卡莱尔说得那样，你手中的这本《羊皮卷》就是书海中的一本。《羊皮卷》里包含一系列知识、智慧、技巧及为人处世的原则，为世界级大师的经典作品，这些大师是为了教你如何成功而撰写的。这些作品经受了时间的检验，实践证明是行之有效的法宝。请相信我，《羊皮卷》会教给你意想不到的窍门，会让你有一种醍醐灌顶的感觉。

不过需要提醒的是，你没有必要沉迷于浩如烟海的成功技巧中，可能一个妙招就会让你的生活和工作出现奇迹。《羊皮卷》里没有深奥难懂的知识，只要具备阅读能力，加上燃烧的激情、火热的欲望和大干一场的梦想就足够了。不必担心刚开始阅读《羊皮卷》时，心中的火苗只是发出点点微热。请放心，内心的温度会缓缓上升。慢慢地，不知不觉中，你会发现自己的生活已经天翻地覆。

那么，我们如何才能最大限度地挖掘《羊皮卷》的价值？

从第一页开始，通读全书，不要跳过。《羊皮卷》的内容经过反复斟酌，精心编选，目的是帮你打造一个全新的未知的自己。

翻开《羊皮卷》，你面对的将是难得的知识财富，倘若能够循序

渐进，吸收起来就会比较容易并且收效明显。为了达到最佳阅读效果，建议大家每天读一卷，最好是快上床睡觉的时候读。要知道，当你的潜意识工作的时候，会有许多奇妙无比的事情发生。一觉醒来，你突然发现自己记住的东西怎么有那么多。因此，一定要静下心来阅读每一卷，虚心接受大师的指点，切勿操之过急。如此，你一旦取得了成功，往往能够处变不惊，从容面对。

需要再强调一点的是，假如可以的话，读这本书时请尽可能避免像读小说那样心不在焉，更不要像看娱乐节目那样，把自己当作局外人，只是在欣赏别人的风光。你要知道，你的老师是充满干劲、坚忍不拔、激情澎湃的大师啊。请你千万不要落入这样的陷阱：沉醉于大师的个性、气质、风采、措辞，反而忘记了自己的目的是掌握大师所教授的达到成功彼岸的技能。

那么，该如何避免这样的情况发生呢？

其实简单，在读《羊皮卷》时，手里拿支笔，当看到对自己有益的文字时，就随手标注一下。要知道，这么一个小小的窍门可以让你对一句话或一段话的记忆加深三倍，同时在工作中遇到困难时便能很快回想起来，以便尽快找到应对之策。那些对你产生强烈震撼和启发的段落或句子，不妨用着重号把它们标注出来，这样会更加醒目。假如对有些地方产生疑虑或异议，还可以画个感叹号或问号。别小瞧这些小窍门，它们可是为你灿烂的明天准备的个人教科书。

跟大部分高等学府不同的是，这所堪称社会大学的《羊皮卷》没有毕业典礼，也没有毕业证书，更没有任何形式的考试，当然也就不会有学位啦。在这里，你能得到的唯一奖励是内心的平和、自我的满足及油然而生的自豪感，自然也会有财富在不知不觉中积累



起来。然而，这些都取决于你为改变生活质量所做的努力。

个人奋斗的故事使历史的星空熠熠生辉，任何人都可以从《羊皮卷》中开始自己新的航程，你的名字终将为历史的星空增光添彩。

没有人能替你生活，当然也没有人能替你成功，一切全靠你自己。


那么，就从今天开始，从这一刻开始，奔向你的成功之路吧！

奥格·曼狄诺

美国商界精英、成功学大师




目 录



第一卷 成功者必备好心态

人的一生，最难学的一件事就是活在当下，过去是人生的财富，很多人却让它成了自己的负担。好的心态会让你淡忘过去的荣与辱、成与败，好的心态会让你更关心当下的自己，而不是那个已经被时间遗忘的人。

- 用一颗平静的心看待过去 / 2
- 成功的捷径 / 5
- 做好力所能及的事 / 8
- 将意料之外变成情理之中 / 11
- 区别“可能”和“不可能” / 14
- 全副武装迈向成功 / 17
- 敢于在众人面前发声 / 20
- 不完美，但我可以很优秀 / 23



第二卷 让爱贯穿生命的始终

点亮生命之光的并非生命本身，否则为什么有些人会让人觉得



死气沉沉。生命的精髓在于情感，最珍贵的情感是爱，爱自己，爱他人，爱这个世界，世界就会因为你而充满光彩。

爱是一种能力 / 28

爱在心灵之间传染 / 31

自爱者才能爱人 / 34

母爱，涓涓如水 / 38

父爱，沉默如山 / 41

简单即浪漫 / 44



第三卷 思考成就人生

你可以怀疑自己，也可以信任他人，你可以推翻过去，也可以依赖经验，但无论如何，你要懂得思考。要知道，思考才能掌控人生。不思考就行事，等于把人生的决定权交给了命运，而命运往往是不那么善意的。

用思考到达巅峰 / 50

神奇的魔力 / 53

机会总是披着麻烦的外衣 / 56

专业知识是成功的基础 / 59

沉着冷静是智慧的珍宝 / 62

克服自我的“失败机制” / 65

自信心助你成功 / 68

插上想象的翅膀 / 71

第四卷 自己与他人之间

人生的天平上，得到的越多，承受的也就越多。每一个看似低的起点，都是通往高峰的必经之路。每一次当你向人放低姿态，你都必然会在未来挺直腰杆。

人人都有归属感 / 76

成功的助力来自他人 / 79

协作的艺术 / 82

“是”和“不”之间 / 85

“给”比“拿”愉快 / 88

朋友与伪朋友 / 91

避免陷入“竞争陷阱” / 94

第五卷 为梦想翻山越岭

有些路很远，走下去会很累，可是如果不走，又会后悔。梦想就是这样一条路，为它努力，你会感到身心疲惫。但，如果让你放弃梦想，人生又有什么意思呢？

成功就是一连串的冲刺 / 98

你有权期望更多 / 101

鼓起勇气“大冒险” / 104

顽强助你跨越黑暗 / 107



有种洒脱叫“抛弃自我” / 110

做自己的激励者 / 114

抓住百分之一的机会 / 118



第六卷 发掘大脑潜力

胡思乱想并不是智慧的证明，傻瓜甚至疯子比正常人更能胡思乱想。智慧是审慎的思考，是对内心的深入挖掘。拥有智慧的人一个显著的特征是，能够在平凡的日子里创造出奇迹来。

大脑的神奇之处 / 122

高贵的心灵是成功的前提 / 125

挖掘内心的积极情绪 / 128

能力是这样炼成的 / 131

良好的合作精神 / 134

开启灵感奇迹 / 136

你也能做管理者 / 139



第七卷 财富就在你的脚下

运气和勤奋是创造财富的两个源泉，不幸的是，运气往往不会眷顾每个人。那么，想获得财富，就只有勤奋。勤奋不会让你大发横财，但当它和时间结合却能给你超出想象的收获。

财富的力量 / 144

- 财富青睐正能量 / 148
- 盲目的金钱崇拜是万恶之源 / 152
- 节约也是一种富有 / 156
- 钱生钱的智慧 / 159
- 你需要一把开启财富大门的金钥匙 / 163

第八卷 目标决定将来的成就

失败的人找原因，成功的人找方法。两者的差异在于，前者的目标是开脱责任，后者的目标是走向成功。有目标，有方法，你离成功会越来越近。没目标，没责任，你更适合什么也不做。

- 尝试就是成功 / 168
- 诚实守信巧合作 / 171
- 把成功程序化 / 174
- 和工作谈场恋爱 / 177
- “立即去做”任务清单 / 180
- 增强记忆，提高工作效率 / 183
- 同样的时间，可以做得更好 / 186
- 如此做法，难题不再难 / 189

第九卷 与这个世界好好谈谈

生活，在坎坷中前进，在忙碌中收获，在悲喜中经历，在痛苦中领悟，在得失中选择，在奋斗中坚定，在平凡中精彩，在知

足中快乐，在宁静中储蓄，在遗忘中洒脱，在阅历中成长，在历练中坚强。

抓住机遇莫错过 / 194

付出什么，终将收获什么 / 197

在幸运面前掌握主动权 / 200

你可以失败，更可以卷土重来 / 203

失败后，你该做什么 / 206

专注才能滴水穿石 / 209



第十卷 迎接成功的到来

生活不会厚待任何一个人，命运的宠儿是上帝抽签决定的，但是你可以通过努力让自己成为上帝的宠儿。经营人生比经营事业更重要，因为你本人就是你最具说服力的事业。

你甘心平庸吗 / 214

经营好你的品牌 / 217

享受回报的乐趣 / 221

不放弃梦想，就能翱翔 / 224

当失败来袭 / 227

给自己一个梦想成真的机会 / 230