

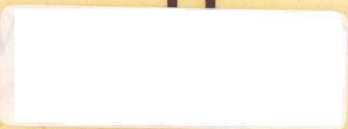


青少年励志经典文库
POCKET BOOK

56

世界上最成功的心灵能量书！
哈佛大学图书馆借阅榜第一名！

发现未知的自己

Discover  Self

【美】奥里森·马登 著
陈家录 译



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

经典
随身读



青少年励志经典文库
POCKET BOOK

56

发现未知的自己

Discover the Hidden Self

【美】奥里森·马登 著
陈家录 译



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目(C I P)数据

发现未知的自己 / (美) 马登著 ; 陈家录译. -- 北京 : 新世界出版社, 2013.6

ISBN 978-7-5104-4340-4

I. ①发… II. ①马… ②陈… 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 (2013) 第108836号

发现未知的自己

作 者: [美] 奥里森·马登

译 者: 陈家录

责任编辑: 王正斌 杜颖达

责任印制: 李一鸣 郑珊珊

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版 权 部: +8610 6899 6306

版权部电子邮箱: frank@nwp.com.cn

印 刷: 三河市兴达印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787 × 1092 1/32

字 数: 115 千字 印张: 7.5

版 次: 2013 年 9 月第 1 版 2013 年 9 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5104-4340-4

定 价: 20.00 元

版权所有 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

Discover
目 录 *The Hidden Self*
发现未知的自己

CONTENTS



1.藐视所有阻碍	001
2.坚持到最后	009
3.切断所有退路	015
4.做一个现实的筑梦者	028
5.成就不代表成功	040
6.机遇无处不在	044
7.正确利用思想	076
8.改变思想才能改变世界	089
9.让每一个细胞都投入思考	114
10.低效率阻碍发展	146
11.柔性坚持	186
12.薪水与目标	196
13.如何得所欲得	200

III

Discover
The Hidden Self

1. 藐视所有阻碍



优柔寡断、胆小怕事的人是不被这个世界所接纳的。一个人要实现最终目标就必须想方设法克服重重障碍，排除万难。但是许多人都意识不到这一点，他们不知道如何面对前面的障碍。他们总是想象着前面有无数的障碍，如同无法逾越的高峰一样横在面前。他们在制定好计划之后就开始寻找困难，等待困难出现。当然，困难总会如期而至，绝不让他们失望。

这些人的眼里只有困难，他们似乎被戴了一副“障碍眼镜”。他们的口中总是“如果”“但是”“不可能”这样的字眼，这已经足以让他们望而却步、灰心丧气了。

比如，当他们在招聘广告里寻找工作机会时，他们可能看到一个职位就会想，这个肯定应聘不上，一定有很多人已经前去应聘了。他们会想，现在的失业率这么

高，给自己找份工作的希望简直太渺茫了；即使他们有一份工作，也会想，比自己优秀的人那么多，即便有空缺的高位，得到提拔的也不可能是自己。

那些对困难充满恐惧的人，是不可能成为领导者或者大人物的。一个人的成就与他克服困难的能力成正比。

有个年轻人总是抱怨命运不公，叹息幸运女神从来不青睐自己。他觉得自己只能给别人做做陪衬，不可能有什么发展前途，不管做什么总会有克服不了的困难。他说，如果有人能够在一开始就给予他帮助，让事情有个良好的开端，他就能把所有的事情做好。他承认自己没有随机应变的能力，坦白自己确实有很多缺点，对其他可以掌控的场面他也时常应付不来。如果有人说他运气不好，什么事情都做不好，他会承认说，是自己不能解决困难和问题，不够坚强，控制不了局势。总之在他眼里自己就不是成功的料。

那些总是被困难阻挡在路上的人，他们没有坚定的意志，缺乏吃苦耐劳的决心和勇气，从来不去想怎样才能克服困难。他们想要成功，又不愿意付出必要的努力。他们总是幻想成功从天而降，抱着飘忽不定的愿望荒度光阴。

其实，困难的大小在于人，而并非在于困难本身。你强大了困难就很渺小，如果你很渺小，困难就会显得很强大。

许多缺少获得成功必要毅力和勇气的人，他们往往习惯于夸大困难。想到读书时的艰辛，想到干事业却没有资金，面对这些困难，他们便退却了，不想做出任何牺牲。他们期待的是有人能够站出来帮助他们，推着他们往前走一步。

有一个高中生告诉我说，他非常想上大学，渴望接受更高等的教育。但是他不像其他孩子那样有父母的资助，没有人能够帮助他。他说，如果他有一个富有的父亲可以送他进入大学，他以后肯定会很有出息。从他的话中我们可以看到，他并非像林肯那样，渴望知识渴望学习，渴望能够真正接受教育，他想要的是毫不费力就能拥有大学生的学识。如果一个人说 he 不能上大学，那么，他不仅上不了大学，而且还会失去生活中许多有价值的东西。

有的人制订好计划去做某事之后，就开始寻找困难，然后把这些困难不断放大，从一个小土坡夸大成一座大山，接着就在一旁等着别人来帮他们一把。遇到困难时

就远远地绕开，遭遇挫折时就坐在一旁等待，这样是永远也成就不了一番大事的。他们掌管不了大公司大企业，成不了大人物，只能做些微不足道的小事。这样止步在困难之前的人，永远也不可能获得巨大的成功。

反之，我们应该看看那些意志坚强、积极乐观、坚决果断、不屈不挠的人是如何做的。他们在制订计划之后，立刻着手实施，脚踏实地地开始干。他们不会在困难面前浪费任何时间去左顾右盼，只会想尽办法排除万难，不断地前行直到目标实现。他们从来不会去考虑自己能否克服困难，而是考虑如何去克服困难。他们的目光锁定在目标上，而不是紧盯着困难不放。他们的眼中只有目标才是宏伟壮观的，那些困难只是成功道路上微不足道的小问题而已。他们考虑的是“如何才能实现目标”，而不是“实现目标需要克服多少困难”。他们懂得用长远的眼光看待所有的困难，尽可能把所有的障碍抛在一边，不被它们挡住自己的视线。如果把困难举在眼前，那他们看到的只能是大大的阻碍。正如一块石头如果被放在眼前，所有美好的风光都会被遮挡住一样。

生活中，随处可见为自己的不作为而寻找各种借口的人。别人眼中很容易就可以完成的事情，在他们眼中

却困难重重。如果世界上所有的人都按照他们的思维和意愿来行事，那么那些伟大的发明与创造、探索与奇迹、成就与辉煌就将不复存在。

并不是说那些意志坚定、不屈不挠的人看不到困难的存在，只是他们毫不惧怕困难，因为这些困难在他们坚强的决心、坚定的信心面前是微不足道的。他们感觉到内心深处的强大力量，深信自己可以用顽强的勇气和毅力消灭所有困难。他们坚定的意志不会让这些困难长久存在。对于拿破仑的手下来说，阿尔卑斯山是无法逾越的，但对于拿破仑来说，它根本就是不存在的。这并非因为阿尔卑斯山不够险峻，而是因为这位坚强的领袖比它更强大，他的眼中，看到的是白雪皑皑的阿尔卑斯山后那一望无际的平原。

尽可能地藐视任何事中出现的不幸，最大限度地利用有利的资源和信息，减少所有不利因素产生的负面影响，发扬积极向上的心态。养成这种习惯后，你会发现它给你的工作带来了许多有利条件，让所有不愉快的事情变得快乐和幸福。你发现它给你的生活带来了远比财富更有意义的东西，让你的生活变得更加完美。不久以后你就会发现，自己已经成为了一个强大的、自

信而快乐的人。

在人生的旅途中，挫折与磨难无可避免。想要战胜它就要勇敢地面对它，人是不会被困难吓倒的。不要认为某些困难是多么难以克服，它是否强大完全取决于你是如何看待它的。每一个人的内心深处都有一面魔镜，它可以将蓝色变成白色，将黑夜变成七彩光，将所有的不利变成美妙的事情。

想要干成一番大事业，就必须具备不惜一切代价战胜困难的能力。前进的道路上，最可怕的敌人就是自我，最大的障碍就是人的自私性和天生乐于享受的劣根性，最危险的绊脚石就是胆小懦弱、猜忌怀疑、恐惧和担忧。所以，你一定要认清并警惕自己的缺点和不足，征服自己，你就能征服一切！

对待困难的态度决定了结果。障碍就像华而不实的纸老虎，外表强大凶猛，内心却懦弱胆小。如果你表现出害怕，如果你停滞不前、犹豫不决，丝毫不敢正视它们，它们就会吓唬你，甚至向你扑过去。但是如果你毫不退缩，无所畏惧地正视它们的眼睛，它们会立刻逃得无影无踪。所以，在怯懦的胆小者面前，困难就会显得很强大，并且越来越猖狂地与你叫嚣；而面对大无畏的

英雄时，困难就会垂头丧气地夹着尾巴逃走。

美国女权主义者、作家兼编辑夏洛特·安娜·珀金斯·吉尔曼在《障碍》这首诗中描述道：一名游客背负着沉重的行囊，正沿着山坡艰辛地向上爬。突然，一个巨大的障碍威风凛凛地站在了他的面前，挡住了他的去路。他变得惊慌失措起来。一开始，他非常有礼貌地请求障碍走开，然而，障碍却一动不动。于是他被激怒了，开始对着障碍破口大骂。障碍依旧纹丝不动地矗立在那里。然后，他跪了下来，请求障碍不要挡住他的去路。可是，障碍仍旧置之不理。最终，在他无望地坐下来准备放弃的时候，突然振奋了起来。让他自己来告诉我们他是怎么做的：

我摘下帽子，拿起棍子，
并且安置好了所有行李。
脸上表现出毫不在意，
朝着那个可怕的恶魔径直走去——
然后我堂而皇之地穿过它，
仿佛它根本不存在一样！

当困难挡在我们面前时，我们要镇定地面对，并且忽视它的存在大胆地走过去。这样，它就如同冰雪遇到了太阳一样被融化，最终消失不见。

2. 坚持到最后

在同一个班级读书的大学同学中，出人头地的往往是一些资质平平、成绩一般的学生，而那些成绩优秀、多才多艺的人却不为外人所知，这是为什么呢？同样令人费解的是，我们四周有许多能力不及我们的人，但他们却一个个扶摇直上。我们不明白为什么在学校中总是落后的同学在生活的比赛中却遥遥领先，而实际上我们的能力胜过他们一倍都不止！学校里我们常常看不起他们，而他们却对此置之不理。正如龟兔赛跑一样，他们只是集中精力，坚持不断地向前走，不到终点绝不放弃；而扮演兔子的我们，尽管拥有高出他们许多的才智，但我们却松懈了倦怠了，悠悠荡荡中忘记了自己追求的目标，最终在比赛中失败。

正如乌龟自知能力不及兔子一样，许多资质平平的

人因为知道自己的能力不及别人，意识到自己的愚笨和迟钝，所以他们才不停地鞭策自己、鼓励自己，利用自己有限的那点能力不断地去努力，最后成就了一番惊人的事业。正是被长辈和同学们嘲笑自己的愚笨和无知，他们才决心一定要干出一番事业；正是将自己的迟钝与别人的聪明进行比较，才激励他们咬紧牙关，下定决心做出点什么来，向所有人证明自己到底是行还是不行。

知道自己能力有限之后，你就得做出更大的努力。并不是说努力发展得多才多艺，因为你不能把有限的力量全部投入到无限的领域去；而是要集中全部的精力和动力，挖掘自己潜力中的某一部分，找准方向，然后把你的“有限能力”全部投进去。与多才多艺的人相比，你的优势就在于你更容易集中精力专攻某一个领域，只做某一件事情。因为有的时候，专心致志确实更容易让人获得成功。你很清楚根据你的自身条件来看，想要成功，就必须集中所有的才智和力量朝着一个确定的方向努力。

当然，才华横溢、天资聪颖、机遇与运气、智慧以及统筹的安排，这些因素对成功来说至关重要。如果不考虑机遇与运气，其他因素都会对能否获得成功产生巨

大的影响。然而要注意的是，就算这些条件你全部都具备，但是缺乏一个明确的目标和坚定的决心，也很难取得成功。记住：坚韧不拔的毅力和对目标的不懈追求，这两点是成功的必要条件，即使你没有其他的条件，这两者也是缺一不可的。

一个人是否聪明、学习是否优秀，与他的成功没有直接的关系。成功需要的是坚定的决心和不懈的努力。许多人天资聪颖，他们在音乐艺术、教育、法律，或者医学、数理化等各个方面，都有着美好的前途。但是他们却没有成为这些领域的专家，归根结底就是因为他们缺乏了成功必备的这两个要素。

人们对意志坚定的人充满信心，坚定的决心会让别人更加信任你，它给人以力量和勇气。许多人都相信，一个意志坚定的人，一旦他决定做什么事情，就一定可以取得成功。对于那些意志坚定、不怕失败的人，那些敢于面对舆论和批评、勇于承担责任的人，那些坚持不懈朝着目标奋斗的人，任何的对立与反抗都无法打败他们。

像尤利西斯·辛普森·格兰特这样拥有顽强意志的联邦军队将领，对他反抗是毫无用处的。所有的抵抗只

会有一个结果：除了失败还是失败！美国内战期间，北方军队中优秀的高级将领比比皆是，但却没有一个人可以像格兰特那样，拥有这么执着的信念和坚定的决心。格兰特说，花费多久的时间、付出多大的代价都不重要，重要的是只朝着这个唯一的目标走去，那就会取得最后的胜利。就像他说的：“即使坚持到夏天也绝不放弃！”

拿破仑的聪明才智并不在威灵顿之下，但是由于他缺乏坚定的决心和不懈的精神，才在滑铁卢战役中成为威灵顿将军的俘虏。归根结底，就是因为他战胜不了退却和逃避的念头而导致了最后的失败。

坚持不懈的人思考的唯一问题，就是如何才能一步步迈向成功，不断前进。他们从来都不会浪费任何时间去怀疑自己能不能成功。他们所想的是，不管前面是高山还是大海，都必须跨越而过奔向理想的彼岸。

在历史的长河里有许多这样的例子：头脑愚钝、资质平凡的年轻人取得了成功，而天资聪颖、才艺过人的入却遭到失败。如果深入地去分析和研究出现这种现象的原因，我们就不难发现这样的共同点：看似愚笨的人取得了成功是因为他们从不偏离自己奋斗的目标，带着不达目的誓不罢休的毅力、意志和决心去奋斗；而那些