

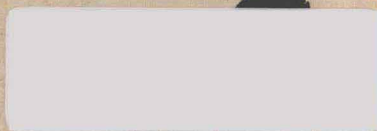
羊皮卷

THE SCROLL MARKED

引导全球成功人士的财富启示录，人类成功史上最伟大的传奇经典

[美] 奥里森·马登 等◎著

白雯婷◎编译



世界上最伟大的励志书

羊皮卷

[美] 奥里森·马登等 著

白雯婷 编译



中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

羊皮卷/(美)马登等著;白雯婷编译.—北京:中国华侨出版社,
2013.6

ISBN 978-7-5113-3762-7

I.①羊… II.①马… 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(2013)第 142857 号

羊皮卷

著 者:[美]奥里森·马登等

编 译:白雯婷

出 版 人:方 鸣

责任编辑:叶 辞

封面设计:●异一设计

版式设计:王明贵

文字编辑:龚雪莲

图文制作:北京东方视点数据技术有限公司

经 销:新华书店

开 本:710mm×1000mm 1/16 印张:36 字数:705 千字

印 刷:北京德富泰印务有限公司

版 次:2013 年 8 月第 1 版 2013 年 8 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 978-7-5113-3762-7

定 价:29.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成大厦三层 邮编:100028

法律顧問:陈鹰律师事务所

发 行 部:(010)58815875 传真:(010)58815857

网 址:www.oveaschin.com

E-mail:oveaschin@sina.com

如果发现印装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。



在阿拉伯沙漠地区流传着一个古老的关于羊皮卷的故事：两千多年前，有一个叫海菲的孤儿，靠为主人喂养骆驼过着贫穷而卑贱的生活。后来他爱上了一位富商的女儿，强烈的爱情促使他急切地想改变自己的境况，立志要“当一个全世界最伟大的商人，最有钱的富翁，最成功的推销员”。他的真诚和激情感动了他的主人——富甲一方的皮货商柏萨罗，为了试验海菲意志的坚定，柏萨罗交给海菲一件昂贵的袍子，让他到偏远的小镇上去推销。但海菲失败了：出于怜悯，他把袍子无偿送给了山洞里一个即将冻毙的婴儿。当海菲两手空空、满心羞愧地返回时，一颗明星一直跟随着他，在他头顶上闪烁。柏萨罗意识到这是上帝的启示，原来海菲就是他一直寻找的传人。于是柏萨罗交给海菲 10 张神秘的羊皮卷，并告诉他：“每一张羊皮卷都记载着一种原则、一种规律，或者说一种真理……如果懂得这里面的原则，那就可以随心所欲拥有想要的财富。”在羊皮卷的鼓舞下，海菲离开了主人，正式开始了独立谋生的推销生涯。在漫长的奋斗过程中，海菲矢志不渝地身体力行羊皮卷中的原则。若干年后，他实现了自己的志愿，成为当时世界上首屈一指的富豪，并娶回了热恋已久的姑娘。

每个时代都会产生自己“最有力量的文学”，这种文学代表着时代的最强音，刚健、豪迈，鼓舞人们奋起拼搏。两千多年前 10 张古老的羊皮卷使海菲从一穷二白走向成功。在当代，《世界上最伟大的推销员》的作者——美国杰出企业家、作家、演说家奥格·曼狄诺与海菲也有类似的经历，他也是在“羊皮卷”的激励下获取成功的。

奥格·曼狄诺一生历尽坎坷。1925 年，他出生于美国东部一个平民家庭，在 28 岁以前过着平静的生活，完成了正常的教育并成立了家庭。此后，他的内心世界发生了剧烈转变，他无法再安于长久以来的平淡生活，开始像一匹脱缰的野马一样毫无理性地瞎撞，酗酒、打架斗殴、夜不归宿……无所不为。最后在一次冲动中犯下了不可饶恕的错误，并因此失去了一切——家庭、工作、房子，赤贫如洗一如乞丐。突如其来的变故引起了曼狄诺深切的忏悔和反思，他决心寻找支配人生命运的种种法则，并以此获取人生本应享有的成功、财富和幸福。

一次，奥格·曼狄诺到教堂向一位神父忏悔自己的经历，并表达了自己的决心。神父深受感动，给了他许多安慰。临别时，神父递给曼狄诺一部《圣经》和一张小纸条，并说道：“孩子，你要寻找的答案都在里面。”回来后，曼狄诺激动地打开纸条，上面罗列着一些书名：《投资自我》（奥里森·马登）、《积极心态的力量》（罗曼·文森特·皮尔）、《自己拯救自己》（塞缪尔·斯迈尔斯）、《思考致富》（拿破仑·希尔）、《向你挑战》（威廉·丹佛）、《思考的人》（詹姆斯·E. 爱伦）、《钻石宝地》（拉塞尔·赫尔曼·康威尔）、《最伟大的力量》（马丁·科尔）、《从失败到成功的销售经验》（弗兰克·贝特格）、《唤起心中的巨人》（安东尼·罗宾斯）。曼狄诺如获至宝，他没有钱购买，便搜遍全城所有的图书馆，把这些书一一借来，每天在固定的时间反复阅读。渐渐地，他心中的迷雾消散了，信心、勇气和力量在他的血液里复苏。他坚信已找到了支配命运的法则，决定立即付诸行动。他曾在第一张羊皮卷中写道：今天，我开始新的生活。今天，我爬出满是失败创伤的老茧。今天，我要用全身心的爱面对世界……在以后的时间里，曼狄诺从最简单、最底层的工作做起，一步步往上攀登。他做过卖报人、推销员、业务经理……他愈挫愈勇、百折不挠，以强有力的手扼住了命运的咽喉，终于在35岁时创办了自己的企业——《成功无止境》杂志社，实现了多年的梦想。

1968年，44岁的曼狄诺已功成名就，但他仍然珍藏着当年神父赠给他的那张纸条，正是这张纸条改变了他的命运。为了让更多的人掌握成功的秘诀，他决定将纸条上列出的书辑录成一册，命名为《羊皮卷》公开出版。如今，《羊皮卷》已被译成几十种文字，在全世界广泛发行，产生了深远的影响，被誉为“全球成功人士的启示录”、“超越自我极限的奇书”，人们不分国界、不分地域、不分民族、不分肤色、不分性别、不分年龄、不分学历、不分贫富，都在读这部书，从中汲取着信心和力量的养分。毫无疑问，“羊皮卷”堪称人类成功史上最为璀璨的明星。



第一卷 投资自我	1
第一章 说话是一门无与伦比的艺术	2
第二章 美是最好的教育	12
第三章 个人魅力源自良好性格	26
第四章 投资社交：帮你完成很多金钱不能完成的事情	34
第五章 交际技巧带来的奇迹	42
第六章 朋友是一笔巨大的人生财富	48
第七章 自我教育——阅读	56
第八章 自我完善比接受教育更重要	66
第二卷 积极心态的力量	75
第一章 改变从自己开始	76
第二章 幸福与自信：成功者心中的力量	80
第三章 人际关系：激励自己与他人的力量	86
第四章 我们要面对的敌人应该是自己	93
第五章 立即行动起来	99
第六章 无论你是谁，你都可以很幸福	105
第七章 帮助他人与自我充实的力量	111
第八章 坚持：精神与毅力的力量	120
第九章 心境平和也是一种力量	124
第十章 改变心态，就能改变生活	128
第三卷 自己拯救自己	131
第一章 天助自助者	132
第二章 命运总是站在勤奋的一边	141
第三章 无论干什么，均需全力以赴	147
第四章 对待金钱的态度检验一个人的智慧	153
第五章 最好的教育，是自己给予自己的教育	161

第四卷 思考致富	169
第一章 只要我们能梦想的，我们就能实现	170
第二章 有渴望，才有希望	179
第三章 信心是心智的催化剂	189
第四章 所谓信仰，即积极的自我暗示	199
第五章 知识具有吸引财富的力量	203
第六章 想象力：没有想不到，只有做不到	212
第七章 任何行为都不要无计划地做出	219
第八章 有决心赢，就已经赢了一半	237
第九章 毅力：不断前进，终将成功	244
第十章 智囊团：集体智慧的活力	252
第十一章 性欲蕴藏了建设性的力量	256
第十二章 潜意识——能量的发源地	269
第十三章 大脑拥有神奇力量	273
第十四章 第六感：最接近奇迹的东西	277
第十五章 恐惧是一种自设的东西	282
第五卷 向你挑战	301
第一章 无限的成功就是无限的挑战	302
第二章 敢于去做最好的你	305
第三章 最大的冒险就是不去冒险	308
第四章 世界由勇敢的人指引向前	311
第五章 财富买不到健康，而健康却能换到财富	317
第六章 你是你自己思想的产物	325
第七章 个性是后天培养出来的	335
第八章 神性隐藏在我们自己的身上	343
第九章 把分享当成一种生活信念	349
第十章 振作起来，就是再多走几步	356
第十一章 我的挑战和与人共享	361
第六卷 思考的人	363
第一章 明天是今天思考的结果	364
第二章 环境生成于自己的思想	366
第三章 人是自己身体的创造者	371
第四章 人生的精彩来自于目标的精彩	373
第五章 所有成就源于正确的思想	375
第六章 有了梦想，你才伟大	377

第七章 心灵的平静是人性的珍宝	379
第七卷 钻石宝地	381
第一章 讲给“特殊的朋友”的故事	382
第二章 财富，就在你脚下	385
第三章 金钱有力量，却不等于力量	387
第四章 无论贫富，都要学会自力更生	390
第五章 致富没有固定的模式，但有一定的法则	394
第六章 伟大不在于将来的富足，而在于穷困时做大事	399
第八卷 最伟大的力量	403
序 善于发现“最伟大的力量”	404
第一章 每个人身上都有一种伟大的力量	406
第二章 环境不能控制，但是可以选择	409
第三章 成败其实是自己内心的抉择	412
第四章 习惯形成性格，性格决定命运	414
第五章 决心为富足而战	418
第六章 没有谁能阻挡我们追求幸福	421
第九卷 从失败到成功的销售经验	427
第一章 激情，将带来奇迹	431
第二章 技巧不是生活的本真	444
第三章 获取信任，首先得值得信任	468
第四章 交友的第一要诀是真诚	476
第五章 先把自己推销出去	488
第六章 一切成功的理念关键在于付诸行动	508
第十卷 唤起心中的巨人	511
第一章 人没有梦想，就注定会沦为失败者	512
第二章 很多时候，我们被心而非脑所指挥	517
第三章 改变：释放你潜藏的能量	522
第四章 把时间用在思考上	527
第五章 好情绪蕴藏巨大能量	532
第六章 主宰人生的5个因素	539
第七章 心则和心范	544
第八章 塑造成功人生的7天挑战（上）	550
第九章 塑造成功人生的7天挑战（下）	554
第十章 自我认定与人生的终极挑战	559



投资自我

[美] 奥里森·马登 著





第一章

说话是一门无与伦比的艺术

哈佛大学校长查尔斯·威廉·埃利奥特，在职期间曾经说过：“在对一个淑女或绅士的毕生教育中，我认为只有一种智力开发是必要的，那便是精确而优雅地运用母语进行交流。”

几乎没有一种能力，能够比善于交流更能让我们给别人留下一个好印象，特别是那些并不完全了解我们的陌生人。

从不善言语到能说会道，乃至依靠出众的交际能力，自如地吸引听众的注意，从容地取悦他们，让他们听得津津有味、意兴盎然——这整个过程将是一次凭借自我奋斗脱颖而出的磨炼，一段通过努力获取巨大成功的历程。要知道，健谈不仅能使陌生人对你产生好的印象，在赢得友谊方面，也常常是一种不可忽视的力量。它将为你敲开一扇扇心灵之门，使你在各种各样的团体里面引起关注——在你不名一文时，这将助你迅速提高社会知名度，不断为你揽来客源；等你小有成就后，这还能为你跻身上流社会铺路筑桥，因为上流社会的人都崇尚艺术和情调。能说会道的人都深谙以有趣的方式叙述各类事件，他能够娴熟地驾驭语言，让语言变成一种艺术的交流，迅速激发听众的好奇心。与那些在其他能力相差无几、唯独口才略逊一筹的人相比，这类人显然拥有巨大的优势跻身上流社会。

懂得说话艺术的人，甚至比真正的艺术家，更容易得到众人的欣赏。所以，对于艺术家而言，先修好说话这门艺术，似乎必不可少。因为不论你在其他艺术领域的成就有多大，假如不能娴熟自如地运用自身的专业知识和经验与他人进行很好的交谈，那么又有多少人能真正懂得你艺术里表达的东西并真心欣赏你呢？

如果你是一位音乐家，不论你多么有天赋，或是耗费多少时间来完善自己的技艺，不论你付出多少心血，假如你不善于用语言艺术表达自己，那么终其一生，恐怕仍只有极其少数的人能欣赏到你的音乐。

或许你是一位杰出的歌手，曾周游世界却苦于没有展示才华的机会，甚至自

身所学无人问津。那么，你有没有想过通过语言去表达自己，向世界推荐自己。不论你身在何地，处于何种社会，也不论你到达人生的哪一站，要得到别人的支持和理解，有一点终究是不变的：你得开口说话。

或许你是一名画家，多年来一直追随许多艺术大师，并刻苦作画无数。然而，除非你技艺超群，有能力在著名的艺术沙龙或画廊的墙壁之上展现自己的画作，供世人欣赏赞美，否则你的所有心血恐怕都将付诸东流。但是，倘若除作画之外，你还懂得交流的艺术，那么，每一个和你打过交道的人，都会看到一幅关于你的人生画卷。这幅作品，比你其他任何一幅画卷都重要，因为这是你自幼年学语时起至今仍在倾力绘制的巨作。任何一位欣赏过这幅作品的人都能判别出，作者究竟是一个只知信笔涂鸦的学徒，还是真的大师。

事实上，你也许已经拥有很多伟大成就，甚至拥有一所富丽堂皇的豪宅或是一笔巨额资产，而这些并不为人所知。但是，如能善于言辞，那么，你的才华和魅力将深深打动所有与你交往过的人。

健谈者永远都是社会的宠儿。每个人都希望邀请某某夫人参加自己举行的宴会，仅仅因为她擅长交际。她总是那么善于取悦大家。也许她有很多缺点，但人们仍然欣赏她的交际能力，这是因为：她是那么能说会道。

那么，怎样才能让自己变得能言善辩呢？

倘若哪位教育家能努力将交际变为一门课程，那么它将成为一件成功路上的开拓利器，威力无穷。你可以先听听一位在社交界获得成功的著名女政治家给自己门生的建议：“多交谈，经常地交流。至于交谈些什么，并不重要，但你一定要保持心情愉快和放松。只要做到这一点，你谈及的任何话题都不至于使别人觉得尴尬和无聊，即便与你交谈的是一位渴望别人献殷勤的少女，也不会产生那样的感觉。”

确实，她的提议非常有道理也相当实用。多与人交谈，便是学习说话技巧的诀窍所在。对于那些不习惯社交场合、缺乏自信以及在社交场合中无法融入别人的交谈之中的人来说，这种办法无疑能帮助他们打开自我封闭的心门。

当然，任何缺乏思想的谈话，任何不愿尽力去尝试的谈话，任何不够清晰、简练、有效地自我表达，都将成为某种喋喋不休的胡扯瞎聊，充其量不过是寻常的街谈巷议。自然，这样的交谈完全无助于人们发现那些埋藏于心灵深处的美好事物。它们被掩藏得如此之深，一般的表面功夫岂能将它们发掘？

谈吐体现人的修养

成千上万的年轻人，一边对自己身边攀升更快的同伴眼红，一边却继续浪费着自己宝贵的晚上和节假日。平时，他们什么都不会说，除了那些最轻浮、最浅薄、最空洞的言语——这些愚蠢话语，非但不能提升他们的幽默感，相反，只会

打击他们的理想、消磨他们的意志，使他们对美好生活的各种憧憬化为泡影。这是因为，这样平庸的谈话只会让他们日渐习惯于各种肤浅而毫无意义的思考。令人遗憾的是，在大街上、在公车上、在其他任何公共场合，随处可闻这些轻率无礼的粗鲁言语。

“我敢和你打赌。”“你吹什么牛？”“我可不知道！”“我讨厌那个人，他让我很难受。”“这简直让人不能忍受。”诸如此类的各种粗俗言语，平日里不绝于耳。

人如其言，说话比什么都更能直观地反映出你的教养。你的一言一语时刻都在向他人透露自己的修养究竟是高雅还是粗俗。与人交谈时，不管是否愿意，你的人生经历将为听众所知悉。你的一切秘密将因谈话的内容和方式而泄漏，一个真实的你在言语间一览无余。

没有其他的成就或造诣能和格调高雅的畅谈一样，经常而有效地为你的朋友带来如此大的快乐。毫无疑问，语言天赋相比那些为多数人所掌握的其他才艺，的确是一项更加重要的技能。

为什么我们中大多数人在谈话时表现笨拙？因为我们没有将说话视作一门艺术。我们对费尽心血地去训练说话技巧，感到不耐烦。我们不爱读书，也怠于思考，表达时多半缺乏条理。我们在潜意识中认为：比起每次发言前先考虑如何用文雅、从容和抑扬顿挫的语音语调交谈来，随意地交谈，显然要轻松得多。所以，我们总是漫不经心地说着母语。

此外，言辞笨拙者往往喜欢寻找各种理由为自己的懒惰开脱，好让他们不用为自己的弱点羞愧和内疚。而他们的借口无非是“语言能力怎么能靠后天努力而提高”，或者“健谈者都天生好口才”之类。果真如此的话，那么是不是那些金牌律师、一流医师、成功商人都天生拥有好口才。但事实上，这些成功人士之中，并没有谁能够不经刻苦勤勉而有所作为。取得任何伟大成就所必须付出的代价，那便是花费时间和精力去努力。

一旦拥有好口才，我们将向成功靠近一步。很多人都喜欢把自己取得的进步和成绩更多地归因于善于交谈的能力。这种在交流时牢牢抓住对方注意力的技能，具有无穷的威力。相反，那些笨嘴笨舌、吐词不清的人虽然心里明白自己要表达些什么，却总是无法用一种合乎逻辑、生动有趣的语言清晰地加以表述，从而难以吸引对方的注意力。如此一来，他们注定要处于劣势。

我认识一个生意人。他在语言艺术上的造诣已经达到相当高超的境界，人们纷纷把同他交谈看作是艺术盛宴，是美的享受。在他的言语之间永远有一种清澈而明快的美在流动着。他的话措辞精美、字字珠玑、品位雅致，让人一听便知是经过仔细斟酌的。这种语言的魅力，足以让每个听众都为之倾倒。他一生的所有闲暇几乎都用在阅读优美的散文和诗歌上，完全将谈话当作一门高雅的艺术，勤加修习。也许你认为自己太贫穷卑微，抱怨生活中缺少机遇；也许残酷的生活让你饱受折磨，心灵不断在希望和失望间徘徊；也许，为了维持全家人的生活，你

不能到学校接受正规教育，更不敢奢望能有机会修习音乐等艺术。但这些都不至于阻碍你成为一位深受听众欢迎的健谈者，因为只要有心，你说每一句话的时候都是一次练习表达的最好机会。每一本你读过的书、每个与你交往的健谈者，也都会对你的练习有所帮助。

关于应该怎样表达这种问题，很少有人思考过。在交谈时，他们习惯于不假思索：脑海中最先浮现的那些词句总是脱口而出，几乎从不考虑遣词造句，更不用说酝酿一些简明动听、清晰有力的句子了。

与人交流有时候要看机遇，当我们遇到真正的语言大师，我们会发现交流就像是享用一顿盛宴或参与一场狂欢。这时候，想到自己竟将人类赖以相互沟通的媒介——语言——这门“艺术中的艺术”弄得一团糟，我们便不禁惭愧万分。与语言大师的相遇，让我们从这种沉醉中醒来，为自己昔日粗鄙而拙劣的言辞感到既困惑又尴尬。也正是这些语言大师，让我们领略到：相对其他艺术来说，语言的价值是无与伦比的。

我曾经到温德尔·菲利普位于波士顿的府邸做客。他具有令人神魂颠倒的人格魅力和渊博而深邃的学识，也懂得登峰造极的语言艺术——他的嗓音富有韵律，他的言语充满流动的魅力，他的措辞明亮而清晰。这一切都令我难以忘怀。他在我旁边的沙发上坐下来和我亲切交谈，像遇到一个多年的老校友一般。我生平从没有听过如此优雅的英语，从他口中吐出的每个单词、每个句子都是那么自然！我后来还遇到过几位英国人，他们的字里行间也透露出一种神奇的力量：“仿佛他们的言语中都有一个魂灵，能够对周围的所有倾听者施以魔法，使他们陶醉。”玛丽·埃·利物摩尔、朱莉娅·沃德·豪和伊丽莎白·斯图亚特·费尔普斯·沃德，以及前哈佛校长埃利奥特等人都拥有这种令人惊叹的语言魅力。

当然，这里的语言魅力并不是只仅仅拥有漂亮的措辞。真正让人愉快的谈话，还是要看谈话的内容和思想。有内涵的谈话才是耐人寻味且富有意义的。我们都认识一些人，他们能运用精致优雅的语言和流利顺畅的措辞进行表达。这些人谈话时总是字字珠玑，使我们产生较深的初始印象。但他们的技艺不过如此而已。他们言语的内涵不足，不能用在形式之外进一步打动我们，也无法激励我们行动起来。在听过他们谈话之后，我们还和以前一样，并没有产生要在这个世界上有所作为的决心。这样的谈话，是缺乏意义的。相反，真正懂得谈话和交流的人，他们虽然话语寥寥，但字字沉重有力。这些话不断刺激我们的头脑，让我们有醍醐灌顶的感觉，仿佛浑身充满了无穷的力量。

学习演讲，推销自己的最好方式

曾几何时，语言的艺术已达到一个远远高出当代的水平。那时候，人们除了演讲，几乎没有别的方式来交流彼此的思想。当时的社会既没有发行量巨大的日

报或杂志，也没有任何形式的期刊。人们只能依赖口头的交谈来传播各种知识。

而今天，现代文明环境下的变革导致了今日语言艺术的衰落。人类陆续勘测到珍贵矿床中蕴藏的巨大财富，并利用无数的发明和发现敲开了一扇通往新世界的大门，还有种种伟大抱负所产生的巨大推动力——所有这些都在潜移默化地改变着我们的语言。在如今这个报纸和期刊大行其道的年代，当所有人只需花上几个美分便可收集过去需要数千美元才能得到的新闻和信息时，人们要做的只是坐下来，埋头于一张晨报、一本书或是一份杂志中，不再需要和从前一样，通过口头交谈进行信息的交流；在这个“闪电般表达”的时代里，在这些热火朝天的年代中，当所有人都热衷于攫取财富和争夺权位时，我们已经无法停下手中忙碌的工作，我们没有时间作出深刻的反思，更没有闲心提高我们的语言能力。

如今，想发现一个优雅而有教养的健谈之人已经非常困难。甚至，能听到有人用当年华美的措辞说几句高雅精致的英语，都已是一种奢侈。

当然，如果我们愿意，在当今的社会要提高自己的语言能力，其实有更多的途径。随着印刷成本日渐低廉，最贫穷的家庭也只需花上数美元便可获得中世纪时王公贵族们才能负担得起的读物，而这对于我们提高自己的语言修养是一个好消息，尤其对穷人们来说。阅读好书，不仅能开阔眼界和传播全新的理念，更能增加一个人的词汇量——这对于提高交际能力能起到极大的辅助作用。如果词汇量贫乏，就算拥有不错的想法和主见，也很难将其明确地表述出来。因为缺乏足够的辞藻来修饰自己的想法，自然无法使其变得更具吸引力。最后谈话只能变成不断地重复表达，不断地在原地绕圈圈。每当他们想用一個特别的词汇来确切地表达某个意思时，总是感到词穷，就算绞尽脑汁、搜索枯肠，到头来仍然一无所获。

所以，如果你渴望成为一个善于交谈的人，首先必须乐于并善于阅读。在阅读中，不断拓展自己的视野、增加自己的词汇量。如此一来，便能让自己语言更有内涵、也更漂亮。与此同时，尽力跻身于那些接受过良好教育的、有修养的上流人士的社交圈，也是一种不错的方法。如果你总是故步自封，和这些群体相隔，那么，即便你顺利地从大学毕业，恐怕也永远不能成为一个健谈者。

当然，语言能力的提升，并不仅仅只是靠增加阅读量和扩大社交圈就可以实现的。语言的提升是一个不断训练的过程，而这个过程需要毅力，更需要勇气。我们都对那些胆小羞怯的人抱以同情。当他们试图表达些什么而不能言语时，他们总是表现出沉闷的思绪和可怕的压抑情感。怯懦的青年学生在为演讲作准备时，往往会深刻地体会到这种心理上的煎熬。事实上，即使是伟大的演说家，他们在初次登台发表公众演讲时都曾有过类似的经历，并且大多对自己大量的失误和笨嘴笨舌深感羞耻。然而，要成为一个演说家或一个健谈者，只能不断练习简洁、文雅地表达，除此之外，并无其他捷径。

当我们在表达时，或许会发现自己的想法转瞬即逝，或许会发现自己因为结

结巴巴而词不达意，但不要因此放弃。要相信，即便接连遭遇失败，只要能坚持下来，那么，付出的每一分努力都会改善自己的谈吐方式，使其变得越发流畅。不论是谁，只要能坚持不断地练习，便会以出人意料的速度克服天赋的不足，改变羞涩的个性，最终渐入佳境，娓娓道来，谈吐从容。

我们经常看到形形色色的身处困境的人们，比如很多饱识之士在公众聚会上总是沉默寡言。每当大家一起讨论一些重大问题时，他们总是静静地坐在那里，始终保持沉默。而实际上，他们远比那些借如簧巧舌获得大家追捧的人要见多识广。

为什么这些能力超群、学识渊博的人在公众场合中总是沉默寡言。原因很简单：他们并未掌握语言的艺术，不会将内心的想法以一种生动有趣的方式加以表达。相反，另一些人虽然不如他们聪明，却能很好地吸引在场人士的注意。这是因为他们尽管才学不高，却能够生动地表述自己知晓的事情。倘若这些有识之士碰巧在上述场合遇到熟人，会感到非常耻辱和尴尬。因为在那样的场合，他们竟然一言不发，不对其中某个话题发表任何睿智的意见。

很多人——特别是那些学者们——似乎都认为尽可能多地获得有价值的信息以武装自己的头脑才是生命的真谛。当然不断武装自己的大脑，让自己更有才华和能力，是很重要的。但是，适当地展现自己这些能力，也是必要的。尤其应该以一种引人注目的方式予以表达，进而得到整个社会的认可、欣赏和信赖。这就像一颗外表粗糙的钻石，不管它多么有价值，都不重要。我们无须过多解释和描绘它内在的稀有和珍贵，它的巨大价值总会有所体现。然而，在被打磨、抛光以前，在光线射入其内部，发出多年来一直隐藏的夺目光辉以前，没有人会赞赏它的美轮美奂。谈吐之于个人，就好比切割、抛光的加工过程之于这颗钻石一般。打磨和雕琢本身不能给钻石增添任何价值，却可以彰显出钻石的内涵。

所以，学会用一种沁人心脾的方式与人交流，这样才能更好地展示自己的学识，也能够从交谈中更广泛地汲取知识。也许我们是一位卓有成就的学者，有着极高的学术造诣，通晓历史和政治；也许我们在科学、文学、艺术等领域闻名遐迩，但是，如果我们只是独享自己的才识而不与人交流，那么我们终究无法登堂入室，也无法百尺竿头更进一步。

可怜天下父母，有多少人费尽心思地培养孩子各项思维能力、艺术才华，却唯独对提高孩子说话这门绝妙艺术忽略或漠视。比如，很多家长忽视孩子对母语的学习，或者听任孩子肆意糟蹋英语。这种做法实在是令人堪忧！

坚持优雅、睿智和生动地聊天，比其他任何方式都更能锤炼孩子的心智和性格。坚持用清晰的语言和明快的风格表达自己的想法是非常好的训练。虽然能言善辩的人受的教育不一定很高，但在我们眼中，他们都是如此优秀。面对这些一直努力修炼语言的人，许多大学毕业生总是抬不起头来，只能沉默不语，面有羞色。

学校的教育不过是在数年的时间里，每天花费几个小时来教育和培养学生。然而，说话却是一门终生的学问，需要毕生坚持锻炼，才能在这门学科的修习中获得终身教育最有价值的那部分。

其实，说话的过程，不仅仅可以向他人展现自己的才华，还能启发我们发现自己的各种潜力。语言具有启迪思维的惊人功效。我们在说话的过程中，意识到人生中尚未开启的各种机遇和资源。如果我们善于交谈，擅长取悦别人，牢牢地吸引住他人的注意力，我们便会更多地反思我们自己。这种反思的力量将大大提高我们的自尊和自信。

没人会知道自己到底拥有多大的潜能。只有在全身心投入到向别人表达自我、展示自我之后，整个人的灵感才豁然开朗，变得才华横溢起来。每个健谈的人都能从听众身上感受到自己之前不曾领略的力量，而这股力量往往能激起新的灵感，让人发现生命中新的契机，并抖擞精神，全力以赴。仿佛化学反应之中两种物质化合产生新物质一般，在人与人的交流中，思维的碰撞和心灵的沟通都能催生新的力量。

当然，人与人的交流，并不是一味地宣传鼓吹自己。若想成为受欢迎的发言者，首先应学会做一个有耐心的听众。这意味着一个人必须首先学会自我控制，善于接受他人的观点。有时候，缺乏耐心去倾听，比自己谈吐笨拙更糟糕。我们无法静下心来，无法兴致勃勃地陶醉在演讲者带来的故事或新闻之中。相反，我们总是因为对讲话的人缺乏尊敬而无法保持安静，四处张望，用手指在椅子或桌子上不停地叩击，将怀表盖弄得噼啪作响；我们坐立不安，仿佛无聊之至，急于离场，甚至在别人结束发言之前便打断其讲话。事实上，我们总是急功近利，以至于除了抓紧时间争夺权势和金钱之外，我们内心已经失去其他期盼的东西。生活永远处于一种狂热和不安分的状态之中，培养言谈的风度和文雅的措辞在我们心里只是一个不现实的梦想。“我们太紧张太认真，名言警句和巧言善辩的才学我们可学不来，再说也没有工夫。”

语言的力量源自哪里

急功近利是美利坚民族性格的显著表现之一，而整个世界正在被这种观念所同化。若是不能帮助我们获得权势和职位，不能给我们带来财源和金钱，任何事物，都无一例外地会让我们心生厌烦。对于朋友，我们不愿意花时间和他们交流思想、分享乐趣。相反，我们倾向于将他们视为一架梯子上的诸多梯级，并喜欢根据其能够为我们的事业带来多少顾客、委托人或是客户；为我们的书作带来多少读者；能否有能力帮助自己得到某个垂涎已久的职位等等，来衡量他们的价值。

这是一个充满浮躁和喧嚣的时代，一切都讲究高效而快捷。从前，想成为一个智者的忠实听众，追随其左右，一直被视为一种奢侈。但比起最摩登的讲演和

任何书本上的知识，这样的行为更为精彩。因为性情的触碰和交流像磁石一般有吸引力，而智者富有风度的魅力和高尚的人格将令我们神魂颠倒。从智者的谈吐之间汲取知识的甘露，对于那些热切期盼接受教育的饥渴的灵魂来说，简直如同享用丰盛而美味的筵席一般。

但是在今天，一切都是那样快捷。我们没有时间在街上驻足，更没有闲心彼此致以得体的问候。这样的问候再也不可能是文雅的鞠躬，最多只是一声“你好”，或伴随迅速点头示意的“早安”。一切都得让位于内心膨胀的物欲，我们已无暇顾及自己的举止是否文雅和有风度。

富于骑士精神的安逸悠闲的岁月已经和现代文明挥手作别，从此一去不返。而其间蕴涵的巨大魅力也随之消失殆尽。取而代之的是新潮的“个人主义”精神。时下，我们可能会痴迷于戏剧《特洛伊》，夜夜成群结队地涌入剧院或其他娱乐场所。我们太忙碌，没有时间完善自我，养成优雅的风度；也没有时间去创造自己的娱乐方式；也无法如从前的人们那样，在业余时间培养自己的幽默感和及时行乐的处世哲学。一如那些需要靠导师帮忙才能通过考试的大学生幻想买到“现成的教育”，我们付钱给那些表演幽默和逗乐的演员，然后坐下来，捧腹大笑。

生活变得越来越虚假和造作，正日渐远离其自然的本质。昔日那种精致美好的生活方式已经灰飞烟灭，而我们丝毫不曾意识到，还自顾自地以一种可怕的速度驱驰着“人类文明”这辆机车。我们身上那些举止自然、话语诙谐、彬彬有礼和卓尔不群的人格魅力——那些值得珍惜的高贵品行，如今早已了无痕迹。

我们已不复拥有往日悲天悯人的同情心，这是我们语言能力的日渐衰微和颓废的重要原因之一。我们太热衷于名利，以至于变得太自私。我们局限于自己的那片小天地之中，终日只顾着埋头于自己的价值提升之中，以至于作茧自缚、对他人冷漠而麻木。可是，如果我们缺乏同情心，就永远不要指望成为一个真正意义上的健谈者。因为，缺乏与他人和谐共处的能力、无法融入他人生活的人，怎么可能成为一个优秀的倾诉者或倾听者呢？

沃尔特·贝赞特曾高度评价过一位享有巨大声誉的智慧女性。他称赞其为健谈之人，虽然这位女士平常话语并不多，但她善于倾听他人。她身上所拥有那种热忱和怜悯之心，驱使她始终如一地帮身边众多胆小羞怯之人展示出最美好的一面，并努力使他们畅所欲言。人们之所以将她看作一个有魅力的、能说会道的女性，便在于她拥有一种唤醒他人美丽心灵的能力。她具有驱散别人内心恐惧的能力，因而人们都愿意向她敞露心扉。

如果你也希望像这位女士一样有亲和力，就必须在谈话时先学会平易近人，投其所好，通过言语的交流深入他人内心，打动每一位听众。如果你不能激发听众对它的兴趣，那么不管你对谈论的话题了解得多么透彻，终归是徒劳无功，一切努力都将付之东流。

当人们拥挤在一个俱乐部的走廊里热情洋溢地进行交谈，或者围聚在一起聆