

怎樣創造

你自己

類別

馬爾頓著

林伯修譯

1941

美國馬爾頓著

林伯修譯

怎樣創造你自己

上海啟蒙書店

譯者序

美國馬爾騰博士(Dr. O. S. Marden)是一個研究人生問題的著名學者，尤關心青年的種種問題。本書即指導青年怎樣應付環境，怎樣向前精進。根據科學的立場，發爲哲學的訓導，表以文學的筆調。言近旨遠，事切理明；諄諄勸誘，不厭詳盡。洵屬拯救青年前進的良藥，指示青年創造的南針。

書中所論精神、志氣等等，絕非空談，都就環境與心理而爲方法的討論，更輔以歷史的實證。內容則身體與精神相輔並進，時勢與英雄互爲因果；義利相成，心物唯宜，以樂觀替代感世，以和諧消除衝突，以大無畏的精神，應付一切困難。警醒而不蹈險，奇妙而不涉怪誕，意存激勸，事在可行。對於複雜的問題，都示以其個解決的實際辦法。

讀此書後。始知社會環境的壓力，對於個人生活的努力，非特不能阻遏，反而給與良好的機會，迫使奮發有力的反應而助長其偉大性。必如此，始不蹈虛而易實踐，感悟而不掠過。

青年苟能如此一編，詳加體會，不徒精神爲之一振，也生觀爲之一變，更必由此而向現代的大環境奮勇前進。

本書原名[Training for Efficiency]，因全書各篇的字裏行間，均係指導青年由各方面去創造自己的方法，故譯者遂名此書爲「怎樣創造你自己」。

目次

- 一 振作你的志氣……………一
- 二 偉大的夢想者……………三
- 三 不要準備後退……………五
- 四 什麼叫做「機會」……………七
- 五 新途徑的開創……………九
- 六 絕對信任自己……………一
- 七 健康與成功……………一三
- 八 至善的境界……………一五
- 九 爲自由而戰……………一六

一〇	可貴的貧困	一八
一一	工作的努力	二〇
一二	說話的訓練	二二
一三	不要計較薪金	二四
一四	珍愛寶貴的精神	二五
一五	生命的原素	二七
一六	依恃你自己	二九
一七	熱烈的願望	三一
一八	樂觀的期待	三二
一九	日新不已	三四
二〇	脫離貧窮的良法	三五

- 二一 堅忍的意志……………三七
 二二 中樞意志……………三九
 二三 爆發生命的大動力……………四一
 二四 當機立斷……………四二
 二五 忍耐的功効……………四四
 二六 人格和名譽……………四六
 二七 隨機應變……………四八
 二八 怎樣結交朋友……………五〇
 二九 怎樣應付環境……………五二
 三〇 一念鑄成大錯……………五四
 三一 誑騙的罪惡……………五六

三二	身心的攝衛	五八
三三	養成愛美的習慣	五九
三四	經濟的真諦	六一
三五	精神上的化學作用	六三
三六	跳出煩悶的圈子	六四
三七	潛在的力量	六六
三八	神經過敏的悲劇	六八
三九	清晰的頭腦和鎮定的心神	七〇
四〇	準備職業的智能	七二
四一	當前的現實	七三
四二	特殊的自我表現	七五

四三	生於憂患成於困難	七七
四四	正善的良心	八〇
四五	缺憾的反應	八二
四六	失敗是成功之母	八三
四七	小疏忽演成之錯誤	八五
四八	有系統的工作	八七
四九	敏捷而準時	八九
五〇	乾脆直爽	九〇
五一	生命的涵力	九一
五二	能力儲蓄	九三
五三	師友的薰陶	九五

- 五四 成功的工具……………九七
- 五五 切莫恐懼……………九九
- 五六 遷延的耽誤……………一〇一
- 五七 缺陷的補救……………一〇三
- 五八 自強不息……………一〇五
- 五九 好學的涵養……………一〇七
- 六〇 失學以後……………一〇九
- 六一 慎擇職業……………一一〇
- 六二 精神上的友人和敵人……………一一二
- 六三 每年一次的休閒……………一一四



一 振作你的志氣

馬雪爾費爾特是世界聞名的一個大商業家，他究竟怎樣成功的呢？

起初，他並不見有什麼優良的才幹，當他在辟脫斯費爾特地方台維斯店中做練習生時，他父親約翰費爾特曾經向店主探詢對於他孩子的意見，店主就老實說他一點也沒有經商的天才，甚至說即使留在店中一千年，還依舊是個小夥友！

可是，在他到了支加哥前，看見了許多出身貧賤而日後竟出類超羣的成功者，他那一向隱伏着的志氣，突然醒躍起來，要做成一個大商業家的決心，像火簇似地燃燒着：「難道我就不能像別人一樣做出些驚人的奇蹟來嗎！」後來，果然實現了他的大志。

也許，馬雪爾費爾特是本來具有經商的天才的，但必須由環境喚醒，方纔能夠從隱潛蛰伏的狀態中醒躍起來。

可是志氣雖是天生，却有待於人工的力量來振作，興發，以至改進。

像其他事物一樣，志氣也需要不斷的修養與努力；否則，在一度振作之後，就難免衰枯萎而死滅。我們必須將志氣設法實現，永遠保持在堅定而敏銳的狀態中，那末固有的天才也就能繼續發展了。

愛馬生說：「我很歡迎能夠使我盡量發展的人」。這就是說，盡量發展我本人所有的能力，才幹，並不會不及什麼愛迪生或林肯的。我能盡量發揮我的才能從百分之十到百分之九十，無論好的或是壞的，都和自身、社會、世界發生很密切的影響和變化。



10169

許多驚人的奇蹟是從突然醒躍起來的志氣做出來的；平常一般人的大量能力，都隱伏在這種酣睡着的志氣之下。

美國西部的一個城市中，有一個中年鐵匠平凡愚蠢極了。可是到他六十歲的時候，竟一躍而為地方法庭中的審判官，並且是城中最大圖書館的主人。博學有術，造福社會。

他的生活怎麼會革新而改進到那種地步的呢？奇怪得很，使他這樣自我發展的原動力，却只是聽到了一次「教育的價值」的演講，竟把他全部隱伏着的能力覺醒，而突然振作起志氣來。人到了六十歲纔開始發憤而竟得到成功，真所謂「有志者事竟成」了。

其實，這種現象是並不希罕的，有的因為認識了一個知心的朋友，有的因為讀到了一本激發奮勵的書報，就把他們的志氣振作起來，往往直到下半生，方纔盡量發揮出他們固有的能力才幹。

交友對於生活是有密切的關係的，和能够鼓勵你的朋友在一起，或者和只是嘲笑你的朋友在一起，你的前途就會變成極端異樣的兩種結果。

試看那印第安土人學校中的那些少年學生，後來能够像他們畢業時英姿挺發兩眼閃光地永遠保持着新精神的，實在是少數，大部分回到本族以後就難長期奮鬥，墮入偷安苟活的老生活的方式之中，這就因為沒有毅力，不能抵抗環境的壓迫和引誘。

環境的力量真大得可怕；許許多多不幸的失敗者，就都因為沒有足以與奮喚醒他們的好環境而永遠將志氣埋沒下去了。

但道全在你自己，因為好環境是要用自己的力量找來的，你應當竭力去選取足以激發志氣的新環境，竭力去交接足以鼓勵上進的好朋友，你就會在生命之道上得到偉大的勝利。

所以，要振作志氣必須走進那高尚向上的良好環境中去，感染那些優越勝利者的奮鬥精神，勇猛前進，再接再厲，不達成功的目的不止。

二 偉大的夢想者

人類的優越歷史，人生的一切幸福，都是由那些偉大的夢想者不斷創造成功的。他們把人類從卑陋醜惡中拯救出來，使人的價值逐漸增長。

他們就是人類奮鬥的開路先鋒，冒着險阻，剷去荊棘，使人類平坦安穩地繼續前進。這些偉大的勞動者，假使在世界史中摘去了他們的奇蹟，這部史書便將平凡得不值一讀了，也許會根本連綴不成什麼歷史呢！

從人類有史以來，歷代有夢想者不斷出現，歷代有夢想者不斷創造，成就了偉大的總結果：就是現在所有的一切。

假使沒有夢想者，那末，像美國的人民，恐怕直到現在，還只得偏處在大西洋海岸線上的一角裏吧！

為什麼稱他們的夢想者呢？因為他們所想做的事業是太偉大了，偉大得似乎決不會有成功的時期。他們能夠遠望到將來的進化，預料到當然的事情，他們要把世界人類從種種束縛中解放出來。他們是確有這能力去實現的，真是又高貴，又切實的最可欽佩、可感謝的英雄呢！

英雄們的至寶，就是那偉大的想像力。無論工商各界，凡是做到領袖的地位的，大都具有非常豐富

的想像力，想見事業將來的一切可能性。這些事業夢想者的想像力，並不亞於藝術家詩人們所有的，也許更較豐富而偉大。

一個愛迪生或是貝爾或是馬可尼，在人類文化的價值上，遠勝過那些沒有想像力惟以眼前實利是問的一大堆平凡的羣衆。

從馬可尼的夢想，我們總有無線電報；從摩士的夢想，我們總得到使用電報的便利；從史蒂芬生的夢想，世界交通纔有汽機車的大進步；從羅格斯的夢想，竟產生了橫渡天空的飛機；從斐爾特的夢想，竟實現了大西洋的海底電訊。

上面都是發明實際事業的夢想者。但像莎士比亞等夢想者的詩人們，我也應對之致謝，因為他們是教導我們去發生夢想的先學者。

對於將來的光明的夢想能使眼前的痛苦忘却，能使煩惱的環境變成美惡的天堂；即使四周是鐵窗石壁，只要有夢想的空氣，也就不再把牠們看作牢獄。假使我們失去了夢想的能力，誰也不會再勇敢、忍耐、熱烈地去繼續奮鬥了。人類的歷史就是一部奮鬥史，人類的傳家之寶，就是這神聖的夢想力。

尤其是美國的人民大多具有可驚的夢想力，夥友夢想做店主，女工夢想着住別墅。非但自信，而且自負。命運算得什麼呢！

生活上一切勇氣的維持，負擔的減輕，道路的肅清，都建築在這種充滿希望永久期待着的夢想上面。

可是，夢想並不只是空幻的，而須使它變成實際性。這就需要堅定的決心和毅力來實現了。用繼續不斷的努力來達到漸漸增高的願望，這纔是真正有價值的夢想。否則，反足以敗事而已。

譬如：有的人整天做夢，荒廢實事；有的人溺於空想，並不努力，生活弄得虛幻而癡痿。這樣濫用或誤用夢想象力，反使其他努力也因此消失而損害及全部生命。

而且，一個夢想的實現結果，往往會變成另一個夢想的發生原因。因為夢想能成事實，人類總覺希望的可愛。世界的希望越會實現，人類的能力也越會堅強。既然有效，便更自信了。

哈佛大學和耶魯大學在起初創立的時候，都是非常簡陋的，把現在發達的情形對比一下，不就是證明夢想的成爲事實嗎？

我們都是天生有向上升高的夢想能力的，它就是康莊大道的南針，生命歷程的目標。不但不可加以阻遏，並且還要信任、鼓勵、發揚以至於實現！

這最高的靈感，這一瞬的光明，務必使它永久延長，操縱我們生命的全部。

三 不要準備後退

當劉徹大將統率了軍隊進攻英國時，在上岸以後，就把所有的船全部焚燬了。這舉動表示些什麼意義呢？就是：後面已沒有退却的路了。只能前進，不能後退，不是戰勝，便是戰死。這種不顧一切毅然決然的魄力，真不亞於拿破崙。

因爲後退的希望斷絕，縱肯使用出決死的精神；假使還有退却的門路，是決不會使用出全部的努力來獲得偉大成就的。人們做起事來，就容易犯着這種錯誤，當着正在向前進行的時候，往往就先預備下一條萬一不利的退步了。

「向後轉」的結果大多是悲慘的，成了許多失敗的戰士的墓碑了。你要成功嗎？必須全力向前，百折不撓，衝破障礙，截斷退路，用堅忍的毅力，實現最大的決心。

這兩種人顯然不同：一種是自信必能成功，決心征服一切危險困難；一種是既沒有確定的目標，更沒有堅強的後盾。

假使不將退路截斷，就不能毫不返顧直飛向前。雖然也想上進，却是徘徊不定。真是可憐又可歎。要事業成功，必須另有一種不可抵禦的偉大的力量，這種力量只有在全神貫注勇猛突進的時候纔能盡量發揮出來。

一切失敗的魔鬼：懷疑、恐懼、退縮，都只會在目標鬆懈、意志薄弱的人面前示威；在堅毅果決的靈魂前是早被嚇得抱頭逃匿了的。的確，大無畏的決心是會消滅一切險阻艱難的。當你積極地向前猛進的時候，你甚至會連什麼障礙都看不見的，一切失敗的魔鬼都給你驅逐淨盡了。

一個決定是不能再有所出入的，好像不能變換的命運一樣。格蘭德將軍的決定就是這個樣子的。這能够一往直前不畏一切的人，一定是一個勝利者。因為自信有這能力，所以儘可有把握地自負。這種人就能獲得別人的欽佩甚至信仰。

猶豫不決，缺乏判斷，是一切事業的破壞者。不肯毅然截斷後退之路，常想留一方便之門。這種人的血液真有些病態，惟有用全神的貫注來產生堅強的自信，方可掃除這種通病。

當然事情是需要鄭重考慮的，但不可過於冥斷。考慮應該敏捷而切實，不可擱置或延滯。審可決斷錯誤，不可毫無決斷。你有沒有這種壞習慣嗎？你以為當前的問題是太嚴重了嗎？趕快去實地練習努力養成敏捷決斷的習慣吧！

沒有決斷的人，什麼都要留出餘地，結果一事無成。有決斷的人，也要起先難免錯誤，但錯誤是就會覺察，不會常常重演的啊！

決斷力沒有伸縮性的，是最後的評判，不必重行考慮，方纔能真正確有效。你若能養成這種好習慣，你就更可獲得最聰明的方法決斷一切疑難的問題。

不要怕生錯誤，不要準備後退，毅然決然定下最後的絕對的判斷。等你覺到某個判斷不大健全正確，而會受到意外痛苦時，你就會對於判斷非常細心而漸漸健全正確起來了。

四 什麼叫做「機會」？

所謂「機會」，究竟有些什麼意義呢？

在歷史上，越是沒有機會的困苦者，越會做出些偉大的事業來。那些優裕的幸運兒，反而一點也沒有什麼貢獻。

下面幾個發明家，都對人類的文明有所貢獻，却都是非常困苦。一個是富爾登，他只有着划水的輪子；一個是密基爾弗萊吉，他只有些陳舊的藥水瓶和錫鍋子；一個是威脫耐，他也只有極少的工具；又一個的羅維，他只用了縫針機梭發明了縫紉機；一個便是貝爾，也只用了最簡陋的儀器從事實驗。

這樣從困苦達到成功的神奇的故事，在美國歷史中尤為顯著。以平凡的地位，用中人的資質，堅強地奮鬥，繼續着努力，終於從黑暗達到光明，把渺小化成偉大，得到了最後的勝利。

只有怯懦者是在等待機會，只有失敗者會說「沒有機會」，他們以為得不到像別人所遇到的機會，

所以沒有人幫助他們提拔他們；他們又以爲一切高的地位好的職事都已給別人搶先佔去，所以再沒有機會臨到他們了。這完全是一大篇推托的謊話啊！

至於有志氣的人則不然。他們不求助於人，也不等待機會；他們能自助自己，他們會製造機會。他們只管自己努力工作，毫不怨天尤人。

當亞歷山大聽到別人問他機會的話，他就怒吼着：「機會嗎？看我來製造機會！」這種會製造機會的英雄，纔真是人類所最需要的呢！

機會是只認得那些勤肯苦努力的人而拋棄不肯實地吃苦的人。只會胡思亂想等待機會的人，把他們本有精力和熱心漸漸消滅在這種等待的空虛之中了。

機會是到處有的，就在日常行動之中，只是你不加注意不去抓住罷了，你以爲必須像從天上掉下來那樣顯明而現成纔算是機會的到臨嗎！

到處鬧着失業的恐慌，却也到處聽說招請的困難。這究竟是什麼緣故呢？就因爲有那特殊技能和優良訓練的人才實在是太少了。

偉大的事業是要從小處着手做起的。不要一心想摘取遠處的玫瑰，反而忘却了近在腳邊的菊花。已經有當前的機會擺着了，却還要去夢想那渺茫的另一機會，不是太愚蠢嗎？眼界過高，希望過奢，真是件壞事情。

偉大的人格多由冷酷逆境中鍛鍊出來。試想林肯在那邊隅叢中的生活：一所荒野中簡陋的木棚，沒有窗戶，遠離開學校、教堂，沒有書報、金錢，不要說什麼享受了，連平常生活上的日用必需品都沒有，必須在荒野中走上遼遠的路程，方纔能進一所簡陋的學校，借幾本破舊的書報，整天辛苦地勞作，直

到晚上，纔能借着木柴的火光而從事閱讀，並且，學校教育還受不到一年，就不得不投身勞動界。假使那些絕尤命運的青年們也遭遇到了這樣的逆境，又將作何感想呢？

可見所謂機會，乃是從人格中創造出來的；成功的可能性，就在自我的發展中長成。好像將生的棕樹隱伏樑子中一樣，你的出路就在你自己身上呢！否則，一味向外去求，沒有不失敗的。人在世間，只要具有奮鬥的精神，堅定的毅力，成功的機會是到處都有的呢！

還要說「沒有機會」嗎？怎麼在同樣一個國家的環境中，一個木棚中的苦孩子日後會住進大總統的白宮裏去的呢？怎麼出身陋巷的孩子可以做立法者的呢？怎麼最貧窮的孩子可以變成大銀行家、大政治家、大財政家的呢？怎麼鐵路上的工役會做到鐵路總辦的呢？在一個到處有着圖書館，免費學校，公開的演講的國家中，在一個有了志氣便成功的例多得無數的國家中，還能說「沒有機會」嗎？

機會！過多的機會反是有害無益的，歷史早已屢次警告我們了！
不要再說「沒有機會」這種怯弱者推托的話吧！

五 新途徑的開創

當海軍少將發拉格脫聽了杜邦脫「有篇不能攻下在理士登城的種種推托的話以後，就嚴肅的說：「你不信任你自己，纔是最偉大的原因啦！」

信任自己，這是最重要的了。不要懷疑自己，努力表現個性。一切都依恃自身的內力，不要去求助於外力。別人所從未做過的，你儘管大膽做去便了！

所以，羅斯吉德的終身格言，便是「勇於向前」這句話。凡是在歷史上留名的人，都是破壞先例開拓新境推進文明的勇士。像史蒂芬生，富爾登，麥爾特，貝爾，摩士以及愛迪生，馬可尼等這些偉大的人物，都是勇敢地破壞古舊的一切而放射出大無畏的光芒來。

能够創造出前人所不敢想不敢走的新途徑，信任自我，不怕孤立，這纔是真正大專業家的本色。你難道見過偉大的人物是互相抄襲而成功的嗎！

凡是創造精神和堅強能力的人，總是破壞先例，行其所是的，如葛蘭德將軍不願俯輩的詭計，不照戰爭的先例，完全用自己的軍事見解去作戰，究竟結束了美國的南北戰爭。拿破崙也是輕視一切陳舊的戰術的。又如羅斯福總統，他總做他自己的人，什麼政治習慣，白宮先例，都不在他的眼裏；由警監、省長而副總統、大總統。就是憑這自己的力量成功的啊！

只有怯懦、隨弱、胆小無用的人，總一些也不敢而且不能破壞什麼，只是一味模倣他人。你會見有模倣他人而會成功的人嗎？成功是創造的，自我的；模倣「成功」，就是離開「自我」；無論所模倣的「成功」如何偉大，他自己只是只有「失敗」而已。試看那些競相模倣大名鼎鼎的皮邱，勃洛克的風姿甚至語氣的年輕牧師們，究竟成就過些什麼來呢！

能够脫離舊軌道開闢新途徑的人，是世界上所最需要的；有創造能力和自我主見的人，是到處有出路的。只有跟隨人後一味模倣的人纔受人厭棄而遺忘。

一切優良的品格：創造的精神，堅忍的決心，果敢的胆量，能够產生出偉大的能使你達到成功的目標。

時代的進化，就是從摧毀一切陳腐不適用的制度、器物、思想而演進的。所以，能够破壞舊的創造

新的，就是進化歷程上所最需要的偉大工作。這種偉大工作，只有心胸開拓向着光明邁進的偉大性格纔能勝任。

進化的輪子是運轉得多麼迅速啊！最新的機器，只要三五年之後，就被更新的製造家看作廢鐵了。英國政府曾以造價的百分之五出售數十艘近代的戰艦。真的還是近代式的呢，但已在猛進的新式之下落伍而淘汰了。

這在崇拜古代服從先例的懦弱者看來，簡直是困難到不可能的了。

多麼偉大的先例破壞者！他們創造出燦爛的歷史，人類的幸禍，不顧一切反對的潮罵，永遠舊邁地精進！

六 絕對信任自己

人的意志是全身的主宰，各部的精神能力，都從它出發。

好像軍隊一樣：主帥若先鬆懈不定，軍士必隨着混亂自擾；主帥若表示堅定的自信，部下的勇氣也就增強起來。拿破崙只要親身一上戰場，全軍的戰鬥力就能增高一倍，便是個絕好的例子。

原來自信這力量能將平庸變成神奇，渺小變成偉大。反之，沒有自信的，即使天才怎樣高超，也不會有什麼驚人的成就。

自信是成功的前提。不堅強地努力去求成功，怎麼能達到成功之境？對於自己的能力存着不信的疑心，還能成就什麼呢！假使拿破崙覺得阿爾卑斯山太高，就不會飛過去了。

並且成功的程度是不會高於自信之上的，好像支流不會高出源頭一樣，自信就是成功的源頭。他能够與否，完全看他自以為能够與否而定。無論天資怎樣優秀，教育怎樣高深，所成就的總不會越出自信範圍之外。

有一次，一個拿破崙手下的兵士，從前線歸報戰訊，趕得太急迫了，他的坐騎竟在中途倒斃。拿破崙立刻把自御的坐騎叫他騎了趕回前線。這兵士受寵若驚，脫口而說：「不，將軍，這樣宏大美麗的坐騎對於我這平常的兵士是太好了！」拿破崙就說：「難道一個法國的兵士也有東西可以稱為太好的嗎！」

自己卑抑，就等於抹殺自己的生命，減削自己的能力。不知有多少才能埋沒在命運的服從之下。爲什麼別人可以有那樣的幸福、地位，而我偏不能呢？所謂聖賢英傑，原也不過是人類之一罷了。

自己既認爲卑小，就不敢希求優越，只得一生卑小以終了。不要這樣埋沒自己，你儘可以把自己偉大起來。世間種種美善的東西，原是人人都有享受的可能的，爲什麼要讓給別人而且以爲無緣呢！

不要對於自己要求得太低了。只要自信堅強，什麼障礙便都消滅，勝利已在開始進行了。打破難關，征服險阻，惟有自信最有效。它是人生最可靠最雄厚的資本，不是金錢、權勢、地位等所可比擬的。

請先丟開一切懷疑，恐懼的念頭，還有什麼難阻撓你嚇退你的呢！不見那些所向無前自造機會的英傑嗎？他們在出發奮鬥進行創造的時候，那一個不是充分堅強地信任自己的？

假使你在一舉一動進退止之間處處表示自己的卑小，那就難怪別人的小覷你了。所以，柯里列說：「假使我們自比於泥土，我們就真成爲給各人踐踏的東西了。」

須知「造物」生我，不是白白浪費的，要充分表現自我到最高最善的境界，方纔不負「造物」的寄

託。否則，對於世界人類，實是一個至爲可惜的損失。
你能存這樣的意識嗎？絕對信任自己吧！

七 健康與成功

事業需要實地去幹，必須精力飽滿始能勝任愉快。人生的戰鬥就是將這身心去應付一切，不强健又怎能勝利呢？成功的條件是勇氣和自信，而勇氣和自信的有無及高下，則全視身心的健康與否而定。能力的實施，天才的發揮，都有賴於健康的身心；並且效率也隨以增高。

身心健康和事業成功的關係是怎樣密切而重要啊！

假使身心衰弱，就不免膽怯，畏縮、缺乏決斷，甚至有氣無力，半死不活，還能希求獲得成功的勝利嗎？

精疲力竭不但要減損工作的效率，並且在工作的時候毫無趣味，只覺痛苦，不是高興的主動而是勉強的被動了。

所以，你必須出以全力，以一個強健的完全的身心去從事工作，方纔能有成功的希望。否則，心神衰弱，活力低微，對於工作只能用出一部分的力量來，其於事業是無疑地要失敗的了。

競爭奮鬥的人生如同軍隊作戰一樣，應該像聰明的將帥們必須秣馬厲兵充足給養然後纔去應付大敵。要成就事業，也必須保重你的身心，強健你的精力，然後纔能立於不敗之地。

事業成功的要素並不單靠天才，反之，是大半繫於精力的；一個僅具一天才而精力却十分充足的

人，可以勝過一個因生活不知謹慎珍攝精力衰弱而却是具有十分天才的人。一匹千里駒，假使食不飽力不足，也恐反要落在常馬之後。

所以，必須活動血液，存儲精力，強健得足以應付任何困難的打擊，完全解脫那些煩悶憂懼的束縛，那末，對於你偉大的志趣，方纔能够澈底地自信了。

強健的精力不但可以增加機能，增高效率，且能處處得到幫助，佔到便宜。

精力既是那麼可貴，就該鄭重珍惜，不可浪費。有志上進的人，都不能把精力任意耗費在不必要無意義甚至無益而反有害的地方，必須努力保護而增長這成功的資本。因為，浪費精力就要變成神力衰弱的悲慘結果。

羅斯福總統假使當初不努力弄好多病的身體恢復強健的精神，日後怎能成就出些什麼來呢！

精力衰弱的主要原因，是身體各部發達的不均衡。對於一部分細胞過度的刺激和活動，其他部分則又太少激動，就會走進疾病的苦海。要保持健康，必須使身體各部發達平衡，則精神也就平衡發展。身體和精神兩方面能均衡發榮。就是事業成功的第一個條件。

却要除疾病保持健康，惟有使身心不斷的活動。工作，就是最好的一種活動，一種調節的機制。並且可免過量的空閑，不致受染不良的引誘而為犯罪的試探。活動於工作，確是維持健康和安全的惟一善策。

工作之外，應該一種正當的嗜好，以增興趣，使精神愉快。這也是一種必需的活動。

總之，活動便是成功的生命，靜止乃是失敗而死亡！

八 至善的境界

假使人們對於工作，都能盡其至善的努力，則人類的幸福將不知要增進多少。「一切都力求達到的境界」，應是我們每個人的終身格言。

假使對於工作不認真不負責，無形中養成了敷衍苟且的壞習慣，則自身先就吃虧，再也沒有上進高升的機會。

許多悲慘的現象就從這不忠實不謹慎的態度上發生出來。許多殘廢的人，枉死的人都是不小心的結果。又像潘尼薛維亞州的奧斯丁地方，有一個市鎮全被淹沒，便是因為堤岸築得太「馬虎」了。

做事能盡力與否，大有影響其於個人的品格。每做一事，不論大小，都能竭盡心力，求其至善，則非但能够成功，同時便是自尊自重，表現出最高的人格。反之，做事苟且貪懶，得過且過，那便是自輕自悔，並且不得向上。前者是嚴格從事，向着至善的目標勇猛精進，爲人類創立新幸福；後者是輕忽從事，毫不可靠，其禍害不在無知者之下，自身也永遠埋沒了。這兩種人，無論對己對人，優劣之判，豈止霄壤！

尤其對於日常職務上，最易疎略，往往自安於「尚可」「近似」之不澈底中。殊不知越是尋常微小的工作，越是上進的階梯，因爲上進是逐漸成的，非可一蹴而及。這是須特別加以注意的，因爲是太涉平凡太易忘懷了。

大的機會和高的地位都是自己而努力所造成的。不可只見到別人的浮面事象而抱怨起來。假使要抱

怨的話，那麼還是先去抱怨你自己的不努力吧！假使抱怨自己的地位沒有一「用武」的機會，以為太渺小低微不足為因此而不肯盡力，那是自絕門路罷了。有志有為的人不是這樣的，他能在尋常，平凡，簡單而又卑微的職位上，看出而且造成偉大的機遇來。他能比別人做得更為敏捷，精確，整齊而又變化，不但還好，而且是最好的，能夠問心無愧，受人評判。這樣，自然就會引起上級的注意而能步步上昇了。

即使已有成就的人，還是需要這種澈底的精神。它的特徵便是步步着實，毫不放鬆，非做到精密詳盡完全可靠的地步不止。就是所謂至善的境界了，像迭更司對於發表作品一事，就看得非常鄭重。必須先把那篇選定的文學作品每天誦習一遍，要這樣經過半年之久，方纔肯在公眾之前宣刊出來。又像巴爾札克，有時一頁稿子要費去一星期的工夫，他們對於自己的工作是那樣的認真不苟，所以成就也遠在一般所謂時髦作家之上。

有許多人更把對於職務的潦草，粗疎，推托在時間不够上面，那真可笑的藉口了。

我們如能養成求其至善的習慣，對於無論任何工作事業，都抱着達到最高一點的態度，則人類的生活無疑地將變為更美滿的了。

九 爲自由而戰

要充分發展自我，必須先取得身心的自由。

否則，不良的環境會使你熱誠毀滅，精力分散，時間浪費，而將你的志氣在失望之中死滅。

所以，要取得自由，又必須先擊破不良環境的一切阻礙和束縛。

這就需要大量的代價了。鑽石內的光華，要費磨琢的代價，始能顯現出來解放出來。

自由的代價就是努力的奮鬥了。你當首先毅然拋棄所有的憑藉而依賴着自己，不惜任何犧牲，勇猛地斬除黑暗的鎖鍊。經歷了大量的磨折，痛苦，然後你生命中高尚美善的光輝可以盡量發揮出來，自在的空氣中獨佔獨來了。

這樣看來，自由的真正敵人，不是惡劣黑暗的環境，而是那怯懦和愚昧的個性了。

怯懦的人處處恐人譏論，時時怕受失敗，有了這種心理，就好像封閉了口，癱瘓了手，不敢說，不敢做，險阻永遠成爲險阻，志願歸於死滅。他們並不是沒有向上的志願，和內在的力量，只因沒有衝鋒的勇氣，便永遠等待着，好像會有一種神秘的力量來解救他們於黑暗束縛之中。

愚昧的呢？那是更可憐了。他們盲目得不自知其不自由，他們全被偏見和迷信蒙蔽着。他們既得不到教育所能給予的精神力量，全被封鎖而不得解放，又沒有勇氣去奮鬥，去補救早年的失學，以爲年齡過大代價太高了。終於局處在狹隘渺小的不自由中，永遠達不到優越的地位。

要解救怯懦和愚昧，惟有自己拿出勇氣來撕破那所謂命運之網，因爲事業成功的第一條件，便是自由環境的獲得。一切障礙剷除了。天才和能力始能盡量發揮出來。以成就固有的偉大的志願。

一切宏偉的力量，遠大的眼光，豐富的經驗，都從奮鬥中得來。奮鬥是最嚴格的品格訓練，是那些英雄們的自己教育，是脫離苦海實現理想的唯一武器。

即使他處境並不怎樣困苦，但是他既不能發揮最優的天才，實現最善的志願，能力被摧殘，理想被打破，沒有興趣，沒有希望，他的生活總不是幸福的，快樂的，他生命簡直是「個空殼」，「個空頭支票」。

自由是件怎樣可貴的寶物！一個自由的平常人，可以勝過一自由的天才者。

本來在人上的人，後來都變成僕人下，就因為把優越的自由權喪失了。爲了不良的引誘，爲了債務的束縛，就沒有發展才能的機會了。

所以，無論處境怎樣，引誘怎樣，你當始終保持你自主的自由權，不可因別的顧慮而把它放棄。譬如在你面前有一種非常動心的事業，待遇優越，報酬豐厚，地位高超，你就當詳細考慮一下：它對於我的自由有沒有妨礙呢？能不能容許我絕對光明地做着一切呢？

假使言語，意見，行動，信仰的一切自由都被剝奪喪失了，還有什麼東西可以補償？一個生氣蓬勃前程無限的青年而至於伏處下層屈辱一生，真是最可悲慘的無價可償的絕大損失啊！

一〇 可貴的貧困

貧困可貴這句話是就人生努力上的方法和作用說的。因爲它能鍛鍊人發達人，又能造就偉業和偉人。若就究竟的目的說，則人生正要努力脫離貧困，因爲貧困的本身乃是一種罪惡。努力從貧困中掙脫出來，使貧困爲努力的原動力，那纔是一件大事。

人的本領是從艱難奮鬥中鍛鍊出來的，貧困便是艱難奮鬥的推動力和出發點。

有人向一個著名的藝術家探問，從他習畫的一個青年，將來會不會有偉大的成就，所得到的回答是：「不會！永遠不會！因爲——他每年有六千鎊的進款。」這就可見財富反是成功的障礙了。

卡內奇說：「富家之子大半不能抵抗財富所有的種種引誘，便墮落在一種懈怠縱逸的生活中，彷彿

是被捆上了沉重的物件而強迫着賽跑的人，真是不幸極了。對於這些少爺坯子，貧困的孩子們是不必害怕的。因為他們根本不是你們的對手。你們所應小心着的，却是那些比你們還要貧困。運學校教育都享受不到一點兒的，或是一出了小學校門就投身勞苦的工作的，他們會在事業上向你們挑戰而得到最後的勝利，終於超越了你們。」

假使世人都不需要為生活壓迫而去工作，則人類文化恐怕還要幼稚多多。因為要求脫離貧困的努力奮鬥，是最能造就偉業偉人而影響到整個的文明。

在美國的歷史上，正不知有多少的成功者都出身於貧苦的家庭。又不知有多少的僑民，在初進國境時，既受不到教育，又沒有金錢和朋友，更是言語不通，處境着實困苦，但後來却能一躍而上優越高超的地位，使本土的富家之子相形見絀而羞慚欲死。

我們最有用的成功者，如實業家、政治家、發明家以及學者、教授、總辦等，大都給生活的鞭策和改善的慾望引導而向前邁進，大都是從困乏和需要之中訓練出來的。

貧苦困乏能產生能力增高能力，富裕奢侈却只減弱能力消滅能力。偉人都是從困難格鬥中產生出來，被溺愛嬌養慣的所謂幸運兒，却少有能具着大本領的。前者有如飽經風霜而終能高大的棕樹，後者却像依附而生的一棵弱樹苗。

「生時沒有鍛鍊，死時只算半個！」這話並不過分呢！

克裏微蘭特，曾經一度做過一年只賺五十元薪水的苦職員，他說：「有計劃的志願和貧困的壓迫，兩者聯合起來的力量，最足以興奮人的能力，發揮人的精神，透澈而且有效。」

奮鬥必待有了志願和慾望而起，很少專爲了培養品性鍛鍊能力而去和貧困搏戰的。假使不因需要而

去工作，假使不用勞力就能滿足，這人將怎樣呢？當然不會努力奮鬥的了。

譬如有二個青年，一個是除了自身以外別無所有的，一個是富有資產一世無愁的。他倆在清晨起身時的心理和動作是顯然不同的，前者爲生活需要的鞭子所驅策，不得不離開牀舖從事勞動，因爲他無可依賴，必須自立，不奮鬥待怎樣？這一生死所繫的關鍵啊！後者呢，他是幸運得什麼都已齊備了，何必老早爬起來勞苦工作？一個翻身，又尋好夢去了。

「造物」是很聰明的，它輕視一切資產和地位，重視需要和衙門；它就這樣配製起來，使人類文化日進。

它願意付任何代價來造就偉人，它使人類受訓練於紀律的經驗的大學校中，它所照顧的是人格。什麼資產地位都不在它眼裏。

一一 工作的努力

工作就是人格的表現，是志趣理想等在精神的外都攝影。一個人工作時所具的精神，不但對於工作的效率和品質有關，對於他本人的人格也有很大的影響；看到了他們的工作，就知道他的爲人了。

反之，要測驗一個人的性格怎樣前途怎樣，也可以在他工作時所具的精神上看出。假使他對於工作沒有熱誠和興趣，只覺厭惡和麻煩，是被動的苦役而非自動的樂事，那末他的人格既低微，他的前途也決不會高大的。

因爲，既將工作視爲一種苦役，就不能盡其最善的努力，也就得不到最高的自我贊許而自信自尊。

沒有自信自尊的心理，又怎能會有偉大的成就呢！

許多人都存着「不勞而獲」的壞觀念，全不明白它在另一方面的害處。於是，他們就把工作視為一種無可避免的苦役，一種取得麵包之類的可厭的需要。他們更抱怨而卑視自己的工作，處處表現弱的自認。他們離開成功之途，真太渺遠了。

須知需要強迫着人去工作，同時就是強迫出他們堅忍的毅力，去發揮才能，征服阻礙，求得成功。工作實是一個鍛鍊能力訓練品格的大學校，怎麼可以輕視了！

對於工作感到興趣與否，全在我們的精神態度，和工作本身無關，因為同樣一件工作，有的做起來非常高興，有的則只覺得厭惡。譬如澆花一事：園主自己動手和園丁受命去做，顯然是兩種不同的心理，而同為一個園丁也有不同的精神。

當你動手工作時，必須把工作認為自動的，自己的，就自然會出以研究的、發抒的、自己欣賞的態度，像科學家藝術家一樣，對於工作也就只感到興趣而不覺得可憎了。也許，你這將來的科學家藝術家，就種因於此理！

凡是有利於世界人類的工作，都神聖可敬的，都有忠實從事的價值。只要精神良好，心理樂觀，積極努力去做，沒有條件會感到乏味和厭憎，都有相當的意義和興趣。

只有自棄的心理和不爽的精神，纔會使最優美的工作變成可憎厭的苦役。

爲什麼在精神心理不能做一個自動的園主和高興的園丁呢？工作的可愛與否，完全操在你自己手中。

無論任何工作，如記賬、寫信、甚至談話、售貨，其精神態度的好壞，有熱誠與否，都可作爲將來

成功或失敗的試金石。

精神貫注是促進工作的最大秘訣，工作良好是擴充生命的最高技術。可以使尋常的事務變成優越的職業，可以使平凡的工作變成發明的專家。

對於工作能竭最高的努力，對於自身就能自尊自信。否則，生氣散漫，精神萎靡，糊裡塗塗遭罪自身，了此一身，你究竟甘心否呢？

一一一 說話的訓練

善於說話的人，能够多交朋友，廣結人緣，到處受人歡迎，到處佔着便宜。因為他能利用美妙的言詞，引起他人的注意，發生良好的印像，雖則在社會上的地位不高，或許人格上更有些兒缺點，但因健談的口才，能使人傾倒，人都樂與親近交接。

「優美的談吐，是造成上流人教育中的一種必要的訓練。」這是曾任哈佛大學校長伊立脫的話。

一般人的口才都不太高明。在公共地方我們常可聽到那些粗野俚俗油滑的說話。有許多青年，一天到晚只談些無意識的話。

他們都沒有受過說話的訓練，沒有下過口才的工夫，沒有把說話當一種藝術看待。他們不肯多思想，不能三思而言；又不肯多讀書，不能用文雅的語調表出自己的意思。

這種談話對於他們無益而有害。猝然暴露出自己教育程度的幼稚和身價的卑賤。有時更會在無意的疏忽之中宣洩出自己所不願揭露的秘密。

這種無價值的談話，對於他們的志趣也有惡劣的影響，只及到淺狹愚蠢的瑣事則不及到高的大事上去。

精純的談吐，能給予他人以良好的印象，大有助於事業的成就和職位的擢升。尤其在政界中，口才幾佔本領的首要地位，口才好的，即使其他本領並不高強，也可選入議院或身居高位。

說話對於人生既這樣重要而有妙用，究竟應該怎樣去訓練呢？

首先須作廣泛的練習，就一切的題材上，努力去用清楚、流利、漂亮的語詞發出優美而精純的談論。在文雅的措詞和自然的態度中，力求表示同情的善意的精神，以引起對方的注意和信任。

其次，便是多去交接有德學的人，以深造你的說話的藝術。

這種訓練是活動的，自動的，全要從人羣社會實際的經驗中得來，不是呆板的學校教育所能爲力。既然是從經驗而得，那就得勇於嘗試。起初也許不很順適，或者捉不住意思，或者找不到詞句。那不必害怕，只要不斷的努力嘗試，一定會有進步的。熟練之後，自然會隨機應變，不再老是那麼一套了。得到了精純的境界，則無論任何曲折艱深的意見，婉轉微妙的感情，都可用最適當最有力的說話表達出來。

最後，又要講到讀書一事了。要使說話的藝術達到最上等最高級，多讀書便是至上至高的訓練方法。語詞的豐富，態度的高雅、意旨的深遠，都須在多讀書中涵養而成。

一三二 不要計較薪金

我們對於職業性的工作，應認爲修養品性表現人格的一個機會。所謂酬報，不是薪金，乃是才技的訓練、經驗的擴大、精神的發揚和生命的充實等。前者只是眼前的物質的表向交換，後者却是永久的精神的真實權利。

如果單爲了薪金而工作，那是不忠實而且不值得的。如果依了薪金的限度而減低你工作的量和質，那更是欺騙了自己。這種毫無價值的動機和態度，對於你自身的品格是一個絕大的損失，無法補償的損失。

你當爲你自己的人格和前途而忠心工作，以至善至高的服務精神，努力表現自我，創造基業。

不要近視，不要怨恨，不要浪費精神在薪金高低的問題上面。

誰不願增加薪金呢！你以爲努力於低級的職務是自費心力而不會高升的嗎？爲什麼一個在低微薪金下工作多年的青年會突然跳上一個高級的重要位置這種事是常見的呢？

工作經驗和辦事能力的增加進步。乃是更重要的薪金，獲得最高薪金的最大資本。青年人多見不及此，寧願放棄生命中所含高貴偉大的性質，坐視自身人格的降低和能力的消失。他們以爲所得的薪金不足他們應得之數，竟將工作故意減低量和質的限度，總算和薪金對銷了。存了這樣狹隘的計較心，還想奔廣大的前程上競賽嗎！

這種吝嗇的服務對象，並不是雇主，却就是自身哩！無異是在阻遏自己的生長，擱斷自己的前程，

終身只做了個不用全力的不完備人，將固有的才幹、能力、機智一切可成偉大前程的善良性質毫不顧惜地犧牲了。

職業，是你自己的職業；工作，也是你自己的工作；能够這樣存心，則你眼前的生活既充溢着活力，而你的前途的光明也閃耀不熄了。

因爲，這正是你得了深入那個職業中心吸取那個職業智識的絕大機會。你該決心發揮出所有的能力、智力，用全副精神工作，立志做成個進步的優秀的模範人才。那個職業所永久需要而最感缺乏的正是這樣的人才。

薪金只是生活的維持，對於你的前程可有什麼關係呢！薪金之外，應該有更高尙的要求，更真實的動機。只斤斤計較薪金的高低，是再卑微不過的了。

總之，一切要從大處着眼小處着手，纔是無上而有益的生活方策。

一四 珍愛寶貴的精力

每個人的最大責任，就是在最高標準下保持着獅子般的精力，能在任何環境任何情形中以全副精神對付任何事件任何工作。

但許多青年往往缺乏生命方，沒有向前衝擊的勇氣和力量，把他們所本有的善良偉大的資質和志願只有卑小的工作地位中庸庸碌碌的斷送了。

對於室內的鋼琴，誰都知道怎樣去保持他不使失音。對於這彈奏人生大音樂的「活琴」，却一任牠

壞，不肯費心加以維護。真是重物輕人，不知自愛極了。

自愛的第二義，就是對自己身份相當重視，也就是精神上的自愛。你想做成那一種典型的人，就該處處把那種典型來看待自己。因為生命歷程的顯現是再也逃不出心中所想的範圍的。

一般青年却都不自珍愛，在不正當的情形下任意消耗寶貴的精神，以致工作時毫無生氣，不能牢牢把握住良好的機會，再也休想會做出些驚人的成績來。這是不正當的思想和習慣的生活結果，在人生經驗中是最可痛心的了。

人只知道愛惜身外的貴重物件而不知珍攝這最大資本的身體，真可謂愚蠢之至。

下面兩種人就是關於食的一事在愛護之道上適趨兩極的確例。

一種人是爲了經濟的節省起見，甯願菲薄自苦，捨不得費去有限的財力以攝取各種營養必需的食品，結果，身體各部組織都半飢餓的病象，沒有充分的精力產生出來。又一種人則徒貪口腹之慾，任意濫吃缺乏滋養或不易消化甚至有毒害的食品，使這供給我們全身動力的消化機關過度勞頓，失去正常的效用，結果也致營養不調而精力萎弱了。

還有一種的生活態度，粗看是好像屬於善的方面的，其實也是陷在重物輕身的錯誤之中。那就是因爲愛惜時間格外勤勞之故，以致降臨有的各種休息和娛樂都放棄了，結果也使有限的生命力量因過度耗費而釀成病態。

因生活上正軌而致身心衰弱能力減低，處處呈現萎靡不振之象，即使本有天大的天才大智，又有什麼半點用處呢？

因不知自愛而致不能盡量發揮本有的才能，這種例子，不可勝舉。精力不足的教師缺乏生命的熱誠

，就不能興奮起他的學生。精力不足的演說家，缺乏有力的言詞和表情，就不能抓住他的聽眾。精力不足的小說家，缺乏充分的靈感和體驗，他的作品就不能感動他的讀者。

精力就是生命的資本，斷非黃金鑽石一切物質的資產所可比擬。浪費精力的人比浪費金錢的敗家子更爲可憐，他們自己耗絕生命中可貴的元氣和動力，斷送種種機會和幸福，簡直就是精神破產的慢性自殺。

你如要在一生中所作爲而想發生真實的效率，那就請十分珍重你的精力，絕對不可把它任意拋擲浪費。你當節用着每一個細胞的力量，儲蓄起每一分命的生命原動力。像沉溺的人緊緊攀住浮木一樣，絲毫不可放鬆。

鄭重珍惜這成功之寶幸福之源吧！

不愛他人是不道德，不知自愛更是一種罪惡，對自身家族對社會國家對世界人類，任意浪費不負責任的一種無可補救的大罪惡！

一五 生命的原素

生命的原素就是由強健的身心所產生的飽滿的精力。這最可寶貴的生命資本，就是達到成功和求得幸福的主要材料。成功和幸福的大小，不繫於銀行中存款的多少，乃繫於生命中能力的強弱。一個精力飽滿生氣蓬勃的人一小時的工作成績，可以超過一個精力衰弱有氣無力的人一整天的工作成績。反之，精力缺乏的人較之精力充足的人，其成功之可能性，真是渺乎其小。

偉大的成就，都由全部的健全的生命力所建造。假使不能全力從事，勇猛精進，則連眼前的工作都難愉快勝任，更論前途了。能放出多少力量，就獲得多少收成，這是不易之理。

精力真是彌可珍貴的，必須以最經濟最有效的方法去使用，不可有絲毫的浪費。非在有價值的地方，絕對不肯割捨。在任何方式的耗費損失下，都是一種無可赦宥的罪惡，一個活力低微不能自動有勿地工作，只由意志強迫着去服役，不是受罪是什麼？

必須保持全部的精力！努力阻塞每一滴滲漏，止住每一絲的走失，使生命中各部機能在最高的標準下發榮滋長。

設法維護身心的健康，使精力飽滿，則在工作時自然而不勉強，愉快而不痛苦，應付一切都能綽綽有餘了。

有許多人因公餘所耗的精力比在工作時間中所費的更多。他們自己一些也不覺得，不知精神上的耗損精力，像煩悶、恐怖、憤怒、怨恨、悲哀等等，實不亞於肉體斷裂的耗損精力。

青年想以衰弱萎靡的身心去求實現成功的夢，那真是一個夢，是最可痛心的了。因為，蒙受這種損失的，並不只是他個人。假使他能努力自愛實現偉大的夢想，也許世界人類同受其靈福！

本來是有着充分的體力和精神力，却不能利用而反使減低，無異把成功機遇和生命評價減低。這生命的原素就是建築事業的材料，測量成功的度尺。未來的前途之謎，就鎖藏在你的腦海和神經、決心和勇氣、志願和理想之中，全體你身體和精力的力量去開發出來。

「造物」是無精的，也是最公平的。從君主到乞丐，都一律待遇，不容絲毫假借，不得藉口推托。假使你破壞了自然的法則，不能好好保持而發揮天賦的固有的精力和才聖，任意走漏了生命的資本和源

泉，毫不加以謹慎的檢點，那你的一生都有了絕大的缺點和裂痕，受着破壞自己全部前程的處罰，終身過着愁恨的日子，又向誰去哀訴呢！

一六 依恃你自己

依恃自己這條的力量和效率，要比那親戚、朋友、補位、勢力、金錢以及其他一切外界的援助可得多，尤其在衝破障礙征服困難制勝橫逆的奮鬥中，一切空前的冒險和發明，都由這種決心所造成。

自恃不必等到有所成就以後，因為我們究有多大能力這問題，在沒有將能力試驗以前，是不會明瞭的。

自恃也不必具有特殊的天才者始能，往往起先非常平凡，而後來却能有偉大的成就。

所以，每個平常的人，都有自恃自立的可能。可是，他們往往以為既有他在代做，就無須自己再去努力，很少能獨立發揮其能力的。

因為他們以為依賴而追隨他人，讓他人去費力費神，是比自己去動手努力，要便利而現成，省力而寫意多了。

殊不知這種依賴他人的觀念，對於自我的表現、工作的努力、事業的發展等，所害非淺。

一般父母對於子女的將來，也往往有溺愛不明的措施，他們恐怕子女將來在社會上要吃苦，就預先設法給子女以物質上的憑藉。這不是在獎勵依賴嗎？子女既有所憑藉，生活的担子就不必完全由自己來

負起，不必在社會上艱苦地奮鬥了。他們既有了物質的憑藉，就不再依恃自己的能力，不再需要獨立的努力，一切都在模倣敷衍中過去。父母這種過分的愛護，結果反使子女降低品格，招致禍害而已。

這種現成的幸福，無異把他們自恃的能力加以故意的摧殘，把他們成功之門永遠鎖閉了。

能够拋棄一切憑藉和外援，一切都依賴自己，自恃而自助，纔是開發力量的鑰匙，獲得勝利的捷徑。

所以，像生活壓迫和經濟困難等種種逆境，對於一切要求長進的人是絕大的機會；他可以由此而努力奮鬥，促進他的品格和生命。

因爲，只有在危難的時候，纔肯出全力去挽救，腦力和體力受到有力的試鍊，發達最高的限度。

譬如航海，只有在暴風雨大驚濤駭浪之中千鈞一髮的危急時候，船主的最高技巧和最大經驗纔能極度試鍊出來。

外界的援助是不可靠，外界的刺激倒是很需要的。援助反足阻止你上進，刺激則能督促而鼓勵你上進。金錢的援助是幸福的嗎？它是使你精神上受到一種禍害而已。只有能够刺激你使你自恃自立的，纔是真實的幸運。

不假外力而依恃自己，纔能走上成功之途，纔能發出意想不到的力量。疾病殘廢的人尙且能自立爲生，健全的青年反要求助於人嗎？！

自依自恃，自立自助，能表現出一個完全沒有缺憾的人格，纔是最光榮而滿意的人生。敢信自己的心，敢說自己的話，敢做自己的事，纔是可贊美而欽仰的志士。

那些依賴他人，隨人俯仰，不能表現自己，不能開罪他人，人云亦云，因人成事，迎合濁世，埋沒

自己的人，永遠無所建樹，到處受人藐視，以其無足輕重的一生。

一七 熱烈的願望

願望是心靈的渴念，能鼓動全身各部機能的作用，增強創造的能力，去實現偉大的夢想。

他是前進的，超越眼前的境界，指示未來的大道。並不是空洞虛幻的，含有實現的可能性，顯露着另一個實際的預兆。

願望必須熱烈地堅持，不容悄悄地淡淡冷落下去。因為合理的願望都是可以實現的。

合理的願望就是未來實際的一個模型。願望着自我的擴張，生活的提高等，不是都有實現的可能。只要合於情理，都可預先起草的。

譬如鳥類在冬季向南飛的那種本能，是因為確有南方的緣故。而「自然」更是貨真價實，只要你能付相當的代價下實在的工夫，是決不會虛擲落空的。

我們的願望就是精神的根盤，伸長到能力宇宙的各部分，努力吸收發榮滋長的養料。

一個人的生命全被理想支配着，理想的性質之改變，可以升降構成生命的品格和效率。要提高生命的水準，征服一切不願的逆境，必須使願望崇高而優美化，所有思想和行為都使向上進展而和卑下絕緣。

願望必須熱烈而堅強，凝結成最大的決心，始能達到創造的目的，因為決心能產生努力，惟有不斷的努力纔能收穫成功的佳果。

因爲，我們生命的方式，是藉理想以決定的；必先具有理想，而後始有生命的實際；心中的理想自然會在日常言行動靜中表現出來。

譬如對於強健的身體、優美的品格、偉大的事業等種種理想，我們渴望着實現，熱烈而堅強，則它們自會加臨到我們的生命中的。

生命的理想有如建築師的構圖計劃，所理想的實際實現了，正像一所建築物的落成，我們的理想，就是建築生命的草案。

但建築師的圖案，必須由工人實際工作始能告成，我們的生命計劃，也必須加以堅強勇毅的努力然後始能實現。

努力求你生命的長進，努力集中精神熱烈而堅強地際望着，就會產生神奇的創造力量，有力而且大量地攝取成就願望的資料，使不大完滿的人格漸漸變成美備而理想化了。

我們的願望就是向「自然」表白的一種禱告，只要我們出自真誠，努力奮鬥，是終會給滿意地接受的。

一八 樂觀的期待

樂觀的期待，期待着光明偉大的最高理想之實現，如事業的發達地位的卓越等等，是大有助益於生命的滋長的；這樣優良的期待，能夠驅策我們的奮鬥，生出大量的努力來。

可是，有許許多人都老是志氣卑下，自甘渺小，以爲種種幸福，都是那些幸運者所專有，自己是沒有

份的。這無異是自縊自縛，把自己落在下層的階級而埋沒一些。

我們如熱誠地忠實地期待着成功，那成功自會有達到的一日。反之，我們一些也不期待，又能得到些什麼呢？

一面熱望着一事，心中都期待着另一事，甚至是相反的，這真不是成事而敗事有餘了。常常懷疑着自己能力的不足，又怎能成功呢？常常恐懼着貧賤將永遠不去，又怎能變為富裕呢？

期待的心理是樂觀地積極向前的，稍一後顧，就是背道而馳了。

精神的態度和實際的努力不相適應，則其大部的努力，是徒勞無功的。在進行事業時而不存着堅強的決心和必勝的期待，是會把成功老遠的驅逐掉的。

譬如病人：如對於醫藥堅強地信仰，對於病情樂觀地期待，則其治療之功，實能超過醫藥的本身；反之，常常恐懼着病情的惡化，期待着變象的滋生，那只有使病人的生命力日趨萎頓而釀成可怕的結果。

由此可見期待這種精神作用的重要了。

多數的成功者，都有樂觀的期待催促着，他們期待着充滿光明和希望的前程，期待着昌盛的幸福的將來之降臨。不管眼前的境遇怎樣暗淡，他們對於最終的勝利，總自以為是確有把握的。這種樂觀期待的心理，產生出神奇的力量，終使他們事業猛進，理想實現。

因為，偉大能力的發揚，必須有待於偉大心理的期待，否則就要永久隱伏而埋沒了。這種期待心理的精神作用，就是我們意志的命令，牠能指揮而推動各種機能順從他在實際上執行我們的志願和希望。

「天下無難事，只怕有心人」：這話真透澈極了。你應該堅強你的自信心，環境越是惡劣，越要堅

持勝利的成功大信念；驅逐懷疑的念頭肅清一切阻礙前進的敵人。永遠這樣懷念着：前途是光明不是黑暗，是成功不是失敗，是幸福不是痛苦；只要肯努力，能奮鬥，掃除一切怯懦畏縮的魔鬼，還要怕些什麼呢？

總之，樂觀的期待對於生命的發榮是最有助益的。

一九 日新不已

日新則進，不進則退；這是自然的現象和至理。努力日新，不斷求進，是成功者的特徵；否則就會失敗而落伍。

停水不流，必至濁臭。事業若停留某點而不超越精進，自以為滿足而不虛心研求，就難免後退而下墜。

事業的本身都含有可進不已的階段。你在職務工作上，應該養成一種日求進步精益求精的良好習慣。每天工作開始時，就該發誓下一決心，非至較昨天所做的進步的境界不止。一天走上一大步，幾天就走上幾步；時間一久，就會發現可驚的成績。

這種日新求進的精神是有傳染性感應性的，或由上及下，或由甲及乙。

想求事業日新，就須設法攝取新的觀念和新的方法，注入新的血液到事業的血脈中去，發生新陳代謝的作用。

求新之法，莫善於常常和外界接觸，常去參觀可以有機會獲得改良方術的那些地方。

看到了別人的長處，就會發覺出自己的短處。要使自己的事業發展，必須客觀地考察新的榜樣，容納新的光明，採用新的方式。假使一個商人不和外界接觸，則對於自己的營業方針以及店員的服務精神等都盲目地不易覺察的。必須在客觀的立點上，觀察出別人的種種暗示，作爲着手改進自己業務的地步。

第一個著名的支加哥商人，他的事業的進展，就是完全由考察外界而成的。他費了一星期的時間去訪問參觀國內的同業商店，就可改變他對於自己營業的方策。他又每年出外旅行一次，考察各大公司的管理法和經營法，以廣闊眼界，攝取新法。每次旅行回來，總能發覺出自己以前疎忽的弱點而加以改進，一切重新整頓好像老店新開一樣。

凡是自己的弱點，往往易於疏忽，必須在新的環境下，纔能看出那老環境中陳腐的缺陷來。譬如一個甲店的經理，他對於自己店中一年所得的觀察，不及乙店經理進來參觀一小時中之所得。

所以，常伏在一個老環境中是極易落伍的，因爲對於那些細小的地方往往忽略過去不易發覺。而事業的改進必須從細小之處着手做起，局部的，逐漸的，不是整個的，突然的。

你應該在你的辦事室中，揚示幾句日新求進的格言，作爲座右銘。如能誠實做去，不斷努力，一定可以日新不已，精進不已，達到那美善的境界。

二〇 脫離貧窮的良法

貧窮是一種反常的狀態，不適宜於人類的正當生活；是不良的生活環境和思想精神的惡果，不符合

人類的最高幸福。

世間的富是人人都有份的，假使能努力奮鬥，必可脫離那頹喪的病態，轉進光明愉快的美景。如人人如是，人類文化亦爲之變色。

貧窮大半是由懶惰和浪費所造成，不願努力奮鬥，就是最大的原因。

反之，如能努力奮鬥，那就變成貧窮的大敵，那是從自恃、自立等強的品格上出發的。這種品格最爲發達的，就是那些在不幸境遇下堅強奮鬥的志士們。和那些因沒有勇氣自信不而努力而至於貧窮的人，相比人格的高下，能力的強弱，真不可同日而語。

自尊自信的決心能給人雄厚的力量，鍛鍊偉大的精神力和道德力。富者決心要掙脫貧窮，從生活上拭去貧窮的汗迹，向着富足的目標勇猛前進，那貧窮自會漸漸的悄悄的遠離開去。

假使失去了自尊心和自信心，以爲貧窮的境遇是固然的注定的難有的，又以爲自己是沒有掙脫貧窮求致富足的能力，而就放下奮鬥的武器，豎起投降的白旗，和不幸的環境妥協，那反足損害我們的能力，破壞我們的前途，永遠淪於痛苦之中。而不得超昇。

有一個大學畢業生，他就犯了這種沒有自信的毛病，他不信任自己的教育和能力，他嘗試過不少事業，都告失敗，忽彼忽此，百無一成。有時貧窮得連買一頂草帽的錢都沒有，還是依賴着他父親的津貼，不肯自己走上正軌。他的體格是很魁梧的，怎會沒有一些能力的呢？就是淪爲自信心而已。

沒有自信而相信命運，以爲前途無望，只得貧窮以終，這種貧窮的思想，實在比貧窮的本身要可怕可憐得多。

撕去疑懼的幻象，斬除貧窮的思想，背棄黑暗的陰影，毅然轉過身來，向着那充滿希望和期待的陽

光，努力吸取光明和愉快。

富足是人人應有的天賦權利，幸福的享受是誰都有份的，只要不妨礙而剝奪他人，爲什麼不應該取得自己的權利呢？

你能上堅強的決心脫離貧窮而努力奮鬥，總能如願以償的。千萬不要灰心短氣！

一一一 堅忍的意志

堅忍的意志是解除一切困難成就一切事業的唯一利器。

確是惟一的，沒有別的可以替代，無論優越的教育、高超的地位、強大的財勢等，都不能比擬其萬

一。

多麼偉大的堅忍，它能變弱爲強，化無用爲有用；它能使窮苦的青年受大學教育而成偉大事業，它能使殘廢人掙錢養活父母；它能使入征服困難，鑿山鑽海；它能使入貫通各大洲，尋見新大陸。

以金錢成功事業的，不及以「堅忍」當作資本的遠甚。有了堅忍的意志，無論怎樣困難勞苦，他們總會堅持忍耐着，一些也不能動搖冰冷他們的心志。堅忍的意志就是一切成功者不能或缺的特徵，已經演養成爲天性了。

「失敗爲成功之母，」這格言就是說的堅忍。一時的失敗並不是最後的命運；應當繼續奮鬥，以更大的決心，更豪的勇氣，站起前進，不達勝利的成功不止。有堅忍力的人是決不會一蹶不振而一敗塗地的。

克勒吉夫人說：「不怕失敗，就是美國人的成功秘訣。無論何事，必全心全力以赴，不知失敗為何物。即使偶一失敗了，也必更加努力，必使這失敗變成最後的成功始已。」

偉大的人上人，不肯因阻礙而放棄，不肯因失敗而喪氣，不自知其受學，不憚什麼「不能。」任何困難和不幸，不足使他灰心，只管大無畏地衝向前去。

在你覺得有所畏避不敢冒險而要向後轉時，就須立刻站定，驅逐出這個可怕的念頭！這時大有出入的關鍵，不可放鬆一步，能成大事業與否，全在於此。

測驗一個人的真性格，估量一個人的真評價，必須看他是否有始有終。譬如競賽評判，不在起步時的速率上，而在將達終點時的速率上。

大多數人往往有始無終，開始時滿腔熱心，向前直衝，一到中途，就駭然退出而向後轉了。

在事業發端情形順利時不費什麼大力氣的，等到事情惡化孤身作戰時，那就需要這難能的堅忍的德性來獨當一面繼續奮鬥了，每種造福人類的科學發明，都需這強毅的堅忍力才能達到最終的目的。

發明縫衣機的霍維，他所嘗受的一切痛苦，恐怕誰都難以忍受。別人放棄了，他還要堅持着；旁人在笑他，他還忍耐着。這堅忍的意志，無意建成了他可畏的前程。

有人保薦一個優秀的青年給一個紐約的商人，商人不大理會那青年的其他種種優長，只向保薦的朋友認真問了一句：「他具有堅忍的性格嗎？」

「你具有堅忍的性格嗎？你能阻礙之前失敗之後依然堅忍地前進嗎？」正是每個有為青年應有的自省。

一三一 中樞意志

意志有如沸水，能力有如蒸氣；蒸氣必須沸水始能發出，能力必須意志始能發揚。蒸氣發出，始能轉動機器，推進火車，達到終點；能力發揚，始能經營事業，擴張生命，完成理想。

所以，要在事業上有所成就，要向前突進，出人頭地，必須推動這生命的機車，必須沸騰的水發出蒸氣，始能抵達目的，不冷不熱的水是不會推進機車的，同樣，不冷不熱的態度也是不會促進工作的。生命中沸熱的定點，就是能够主宰、統治、調遣其他一切意志的中樞意志。生命中具有這中樞意志，生命纔能發展，纔有價值。

中樞意志是有力的，積極的；是事業成功的基石。僅有創造能力而無堅強的中樞意志，那能力就難以發揮，希望終於希望而已。

有中樞意志的人，抱着無畏的堅毅的態度去應付一切。遇着困難，絕不鬆懈，始終懷着披荊棘必達目的的氣概和決心。這種不惜任何代價和犧牲的堅毅意志，它本身就具有推動一切的偉大力量。

在這種意志力量下，一切障礙都消退了，遠大的目標自會一天天接近起來。這種必達成功信念，能使青年撇開一切不良的引誘，不至跌入罪惡的羅網，不啻是生命上的有護衛。

假使你見到有一個青年，他的一言一默，一動一靜，都能表現出有所作爲的定見，用着堅強而敏捷的態度去進行已經決定的計劃，你就可大膽斷定他的前程，一定有所成就而佔到重要地位，且爲他人所信服。

「以前種種譬如昨日死，以後種種譬如今日生」這就是新的生命目標的決定，也就是新的中樞意志的開始。昨天還包圍他的種種痛苦的罪惡的憂慮，是今天這新的中樞意志一起趕散了。他已是一個新生復活的人，他的生命清新而美善，統一面積極。一切隱伏沉睡的潛力，都已驚醒而預備活動。四周的環境，也就隨着變換了另一副面目了。

這種新生的中樞意志，就是自我表現和本領呈獻的絕好機會，因為那實現理想的努力造就會將生命發揮至於最美善的高峯。

人的一生必須這樣纔有價值。假使沒有中樞意志和最高鵠的，或雖有而不想去實行以求成功，那就難免碌碌以終了。

我們的精神對有與致有熱感的事始能貫注而集中。精神能够貫注而集中，事業始有成功之望。而事情之有與致和熱感與否，則全視我們有無這中樞意志生命鵠的而定。中樞意志實是事業成功的基石。

一般青年對於事業的措置，往往游移不定。本想努力向上，一旦爲了些小事細故，就拋棄不幹。他們常常懷疑自己的性格是否適合事業的性質。他們一見別人的成功，就羨慕得也想去一試；但是一受到打擊，就畏縮不前了。

這就因爲沒有中樞意志之故。中樞意志沒有確立，就覺得自己的性格不大適合其所從事的工作，工作也就不能成爲生命的一部份。於是，就常想離開原業，變換新職，實在有些可憐。

惟有確立中樞意志始能發揮生命的光榮提高生命的價值。在決定最高的理想目標後，就須出以非實現不可的強毅態度，無論怎樣困難，絕不稍一放手，努力堅持到底。

一三三 爆發生命的大動力

生命中的最高能力，必須藉絕大的變動和危難來刺激而爆發，始能認識清楚而表現出來，在平常時候是不易見到的。

好比一顆潛水艇水雷彈，必須藉巨大的壓力和阻力，始能全部爆發開來，把巨艦炸成粉碎。若在微弱的投擊和碰撞下，就不能發出可怖的炸力。

譬如葛蘭德將軍，假使沒有美國南北戰爭的大擊撞，他的名字恐將沒有人知道而提起。他的偉人性的大動力，是不會在田園中、工場中、商店中、喚醒的，甚至連威士包英軍官學校，連墨西哥戰爭都不能爆發它。

林肯也是這樣。從種田伐木一直到國會議員，都不能燃起他的生命火藥。只有國家危急存亡的大責任始能爆發他的偉人性。

這就因為大困難大危急有力地獨發出他們的真力量，是由大需要刺迫出來訓練出來的。必須在大動亂中死裏逃生的時候，始能發揮出僅剩而偉大的勇毅精神。

一般的人也是這樣，非到所有一切都已喪失所有外援都已斷絕大危急大變亂的時候，決不會喚出他們潛伏在生命內層的最偉大的能力來。有許多大商人也是在大恐慌大破產以後方發揮出他們的真實力。

所以，一切不幸的事件，如親故喪亡和營業破產等等，反足以促進前途的成功。因為那前無去路後

有追兵的絕望危境驅迫他不得不依賴自力，發出潛伏的全部力量以抵抗四圍，不得不伸出自己的拳頭，去打開當前的障礙，殺出一條血路來。

這就是責任的催動力，責任最足以發達真實的能力，造就堅強的品格。有許多因意外的變故而被迫負上重大責任的人，往往會一反從前所為，做出一鳴驚人的大成績來。

那些處在附屬地位終身被役於人的，從來沒有重大責任的催迫，只須照樣執行，不必自己創造，沒有機會去獨當一面試驗能力，只得遺落人後埋沒一世了。

只有重大的責任始能實地訓練出一切應付非常、解決急難、挽救危亡的大力量來。

天才不一定都能顯著出來，正不知有多少天才會被埋沒了。因為有天才者不一定同時也具着偉大的志願和自信。而環境催動力之有無和強弱，更有重大的影響。

假使有重大的責任擱上你的肩頭，你當歡迎它的降臨，它一定可以使你絕處逢生而苦盡甘來，因為它能激發出你的智慧力、創造力、自信力、一切內在的全部力量。假使你的生命中潛伏着更偉大的成分，它更可以全力損保，預祝你的前程無量！

二四 當機立斷

有許多人天才很高，人格也很好，却是一生之中毫無什麼偉大的成就，那是因為缺乏敏捷決斷的能力，每當機要的時候，不能立下堅決的判斷。因此，往往就把大可一幹的機會錯過或者埋已有眉目的事反而弄糟了。

孤疑寡斷的人，由於不敢自信，結果也不能得到別人的信任。他們不敢信任自己的決定，恐怕這決定的如果不良而會後悔莫及，甯願一任重要的事情延擱耽誤下去，始終猶豫不決。這種沒有主意不能決擇的人，又怎能得到別人的信任呢！在人生道上也只得彷徨不定不知所措了。

即使事情小得像選擇衣帽等，也應該敏捷決斷，以養成良好的習慣。即使決定的結果會發生錯誤，也總在向前進行的，比那些膽怯怕險站着不動的人總要敏捷得多多。不肯開步走，怎能達到目的地？

不要把今天需要決定的事留待到明天，應該毅然決然撲滅那寡斷的惡魔，它是足以錯失種種良好的機會破壞你的生命前程的啊！

等到敏捷決斷的良好習慣養成之後，你真將受用不盡。因為，那是當然的，在一件專情決定之前，當然要鄭重打算仔細考慮，當然要運用全部的最高的知識，顧到正的反的旁的各面，決不會錯誤到怎樣的地步的。即使有些錯誤，但是你從敏捷決斷中的所得，大足以補償這些微的所失，所以，既經決定之後，就不該再行反顧，搖惑不定。日子一久，習慣自成，既能自信，又能見信於人，事業前途就可有長足的進步了。

沒有決斷的人是多麼可笑而可憐！我有一位朋友，天才很不錯，人格也很好，就是有一個大缺點！沒有決斷。他只能得到些沒有實惠的惋惜，却不能得到事業上的任付信託。對於無論何事，總抱着遲疑猶豫姑且留下的態度，不肯就打定主意。非至迫不得已時，不肯作最後的決定。譬如一封信已經寫好了，總還怕有不大妥當，總要延擱一些時間，再三覆看，然後纔封好發出。有時竟會把已經封好而且貼好郵票的信拆開，從頭至尾細細修改，有一次，信已寄出，他竟發電報給收信人，叫他把原信退回，不要折看。你想可笑不可笑呢！

又有一位我所認識的婦人，也是毫無主意毫無決斷的。譬如她要購買一件物品，則必須從甲店跑到乙店，從這一部份跑到那一部份，把各件物品再三審察，再三比較，簡直要把店中所有的那種物品都拿來一一試過，並且不怕店夥厭倦儘着請問下去。結果，還是決不定要買那一件，空着手回來。因為她對於物品的標準竟多得反失了標準性了，這就是所謂沒有主意啊！譬如衣帽，她要溫暖的，却又不不要過於溫暖；要晴天雨天兩宜，陸上水中都合；不論晨晚冬夏，不論戲院教堂，均極相配，你想可能不可能呢！其實：連她自己也不明白，究竟要怎樣的物品纔合她的意，究竟應該怎樣決定纔算不錯。所以，萬一買成了一件物品，還是毫無把握，連是否買錯應否退換都決定不下，即使更換至好幾次，還是不能滿意。這樣的沒有主意，豈非要連自己的本身都給否定了。

這種對於自己都不能信賴的弱點，不但破壞固有的判斷力，並且零及全部的精神力，在品格鍛鍊上，真是個致命傷。沒有決斷，又怎能生出毅力來呢！

不要給自己的感情意氣所搖惑，不要給外界的批評攻擊所攪擾，對於一切都該打定個穩固的主意和堅決的判斷。

否則，沒有敏捷的決斷，沒有當機立斷的能力——一切能力中的主力，你的一生中就將受暴風雨的襲擊，你的生命之舟，就將長此飄泊孤零，再也不能抵達彼岸。

二五 忍耐的功效

忍耐是各種德性中最後最難的一種。在其他種種能力如智慧、天才、機巧、手腕等等都已失敗無效

束手無策宣告絕望而屈服的時候，獨有忍耐還能擡頭，它絕不後退，絕不放棄，始終堅持着不動絲毫。於是，可驚的神奇的功效發生了，不可能的終於可能了，無能爲力的終於有所作爲了，不能制勝的終於征服了，一切的一切，都藉這偉大的忍耐的意志而大告成功了。

在各人的特殊條件中，忍耐也佔到最後的勝利和最高的幸運。在別人都已失望敗走時，你依然堅持着前進，只知勇毅堅忍，不以情感意氣而有所變動，那你一定可以超越衆人而青雲直上。

尤其在商界中，忍耐是最能得到成功的惟一武器。能够不灰心不回頭，到處出以忍耐的精神和謙恭的態度，這種商人穩能獲得營業最發達的勝利。

任推銷商品時，不管對方怎樣無禮，自己的禮貌總是慇懃不喪，使得對方不但要欽佩他的能幹，並且會感到他誠懇的情意而難以拒絕，他們知道具有忍耐精神的推銷員是不容易打發開的啊！因此生意就成全了。

所以，具有忍耐的精神和謙恭的禮貌誠懇的態度的，到處都能佔到便宜。反之，受不下一些刺激的，人，是不會獲得幸運的。

人生的工作不能完全稱心如意，有時須盡些義務上應有的責任，那就是人類社會的職業了。所謂職業，難免有不合個性甚至爲內心所反抗的工作。這種不得不幹的事，實在需要英雄般的忍耐和勇毅始能幹下去。每天懷着勇氣和熱誠，懷着堅強的意志和穩健的步驟，從事那種不快的討厭的工作，其艱難的程度，豈是那做高興歡喜的事所可比擬的呢？

可是，如能全神貫注地用着全部力量去做那所謂乏味的工作，不管可厭到怎樣的程度，總免強着自己用了愉快的心情去做，認定了目標，努力去執行，這種行爲，這種能力，一定能獲得最高的欽敬和最

後的勝利。

事業的成功全賴信用，信用只有懇摯的忍耐的德性，始能卓著，忍耐必須純鋼般百折不撓的精神，始能樹立起堅毅的聲譽，那你不必再愁沒有地位了。

假使你能在任何情形任何環境之下始終堅持着忍耐着，則你已充分具備了成功的重要原素，那偉大的神奇的功效就會在不遠的將來可驚地顯現出來。

二六 人格和名譽

人格是人類最偉大的一種力量，是一切事業上最可靠的資本。沒有人格的人，永遠不能成就真實的事業。

林肯所以能去世越久而名譽越高者，就因為他生前是有公正廉潔的偉大人格。他的擁護正義之力，深切地影響到世界的文化。在歷史上，再也沒有第二人可以比擬得上。

要得到真正的成功，必須修養成公正誠信的人格。違背了人格，必歸失敗，甚至獨犯法網，身入牢獄。

一般青年往往想在人格以外，用種種機巧詐騙的手段，取得些小便宜，却疏忽了那龐大的損失。把事業的基礎不築在信義、誠實、正直的磐石上，而築在欺騙、疏鬆、不堅的沙泥上，豈不是枉費心機的絕大損失？

他們並不是不明白名譽的價值，他們也知道有許多公司，出了大量的金錢，去借用一個已經死去很

久而聲譽卓著者的名字當作店號或標準。他們更明白在商業界中有些人的名字就能表示出穩固可靠的信用。他們對於人格的力量和名譽的價值，原是知道得很清楚的，只是在實際上忽略了那誠實信義等的重因素。名譽豈是憑藉勢力以行權謀等的卑劣手段所能造成的？

能够尊重精神上的人格，不肯爲了金錢等的物質勢力而降落品格和操行，一定可在社會上佔到重要的地位。因爲人格是人人生命中原都是備着的，由共鳴的作用得到一致的推重。這不是任何外界的勢力所能屈服，任何龐大的代價所能購買的。有時比生命的本身價值還要重大。寧可犧牲生命，不能喪失人格。

且看林肯做律師時是多麼正直而誠實！他絕不肯違反了正義去替理屈的一方而辯護。假使他鼓上了假而其替人說謊造謠，他的內心是要受到嚴重的責罰的。

內心的嘲笑、羞愧、以至譴責，是精神上最大的痛苦，一般從事不正當業務的人，往往因此而鄙棄自己，喪失自尊心和自信心，品格和能力都給葬送盡了。

應該毅然離開不正當的職業，免受日後的失敗和不幸。爲保全有良心的人格起見，即使犧牲掉若干利益，即使得罪在上的人，都是在所不顧的。無論在怎樣的情形之下，不可將尊貴的人格和光榮的操行喪失在任何不正當的所在。

無論做一個律師或醫師，一個商人或農夫，一個職員或政治家，都不可忘掉「人」的真面目與價值。應該把人格的鈴記，印在所做的每一件工作上。應該立定志向，不受外界不正當的引誘，不做「人」所不應該做的事，永遠尊重你的人格和操行，保持你的身分和名譽。

二七 隨機應變

一個有機智有手腕能够隨機應變看事行事的人，才能雖小，程度雖低，竟也能够飛黃騰達，蒸蒸日上。反之，雖受高等學堂教育，雖具專門的技能，雖有特殊的天才，而沒有機智和手腕去運用，不能隨機應變看事行事，也沒有多大的用處。

這是常可見到的：許多有用的人才，因為缺乏這種重要的機變能力，就不能盡展其所長，甚至於糟踢掉。因此而發生的錯誤和失敗，其損失真不可勝計。有的喪失金錢，有的喪失朋友，商人失掉主顧，教師失掉位置，主筆失掉訂閱者，議員失掉擁護者，都爲了缺乏機智，沒有手腕，不能隨機應變的緣故。

能機變的人，不但能利用知道的事物以盡量發展其所長，並且還能利用不知道的事物巧妙地遮掩自己的無知。比那沒有機變能力而只想自誇高深的腐儒真要便宜多了。前者反能獲得信仰和欽佩，後者只受人家討厭而已。

在商業競爭上，在無數商店的都市中，機變的才能尤爲需要。有一個著名的商人曾把「機變」奉爲成功的第一秘訣，可見它的重要性了。

有些人的感覺簡直麻木得和「機變」絕緣，他們不能瞭解別人敏銳的感覺，一味不識時務地胡鬧。我有一個朋友，他就這樣罪送了他的半生事業的。他似乎有一些偉大的性格，可是到處惹人厭惡，他往往和人過不去，無意中刺傷別人的感情。他自己的工作效能和生命的前程就此破壞無餘。

「真實的寶貴的，應該鄭重使用它。」這是馬克吐溫的話。能夠將真實使用得宜，這就需要機變的才能了。

否則，使用不當，那就是所謂不識相，不知趣，徒然傷人感情至已。且舉一個例子：有一個女子，在有一年的夏季到鄉朋友人家裏去避暑，回來之後，她就寫信給那友人表示感謝；但是却又說起蚊虫太多浴室太小的話。豈非老實得到了愚蠢的地步！

要謹慎地談話，不要儘着談論自己方面的事，而使聽者厭倦；要儘量談着聽者方面的事以引起興趣。這樣的機變行爲，就可以結交到許多朋友。

要設法和自己不大喜歡的人去親近，不要表示憎惡，不要放出冷淡的面孔。勉強自己去和一切的人都感到相當的興趣而不會再動輒討厭人家了。

這並不是一件難事。有一個著作家，會把「機變」的各種構成條件透澈地開列出來：

- 一、對於人類各種性情，各種弱點，應有同情的認識？
- 二、應有「易地則皆然」爲他人設身處地的想像力。
- 三、應有一種涵養，能夠抑止傷人感情的種種表示。
- 四、應有一種度量，肯作必要時的讓步。
- 五、應有敏捷察出事情利害所在的能力。
- 六、應明瞭自己的主張不過是千萬個主張中渺小的一個。
- 七、應有化敵爲友的博愛精神。
- 八、應認識清楚環境的各式各樣情形而遷就它的特殊性。

九、應有充分的禮貌愉快的精神和誠懇的態度。

二八 怎樣結交朋友

有許多人因爲生性怪僻，沒有吸引別人的能力，就享不到友誼之樂，這些落落不合的人，實在心裏也很願望能夠結交些朋友，能夠受人歡迎、親近。

要結交朋友，並不是怎樣艱難的事，不過必須靠自己的努力，始能實現。

第一要表現出優美的品格。無論處在怎樣惡劣的逆境之下，仍須在言語舉動之間充分表現出親愛、謙和、愉快的精神。

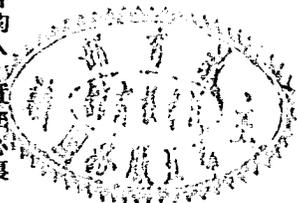
好像磁石一般，人們會在不知不覺之間被吸引到你的身旁；因爲可愛的性情走到處受人歡迎的，善意的精神是到處受人扶助的。

有了「人和」的人比有着資產的人，在事業上更多成功的機會，力量更爲雄厚。

第二要顯示出寬宏的度量。度量寬宏的人能包涵一切，爲人人所樂於親近的。

對於別人的好壞，應抱着隱惡揚善的態度，應該留心別人的好處，不要注意別人的壞處；應該常說別人的好話，不要都說別人的壞話。度量寬宏的人對於別人的印象都是優美、良善完滿無缺的。反之，心胸狹窄的人，目光所及，都是些缺點和過失。

不要學那心胸狹窄的人；常常輕視而嫉忌別人，對人吹毛求疵，責備過甚，甚至冷嘲暗諷，轉灣罵人，故意表示懷疑，去破壞別人的信譽！那是狹隘、窳敗、不健全的可恥的行爲啊！



第三要撇開自私的心理。用坦白的、公正的、闊大的和慷慨的心地表示對於別人的關切和同情，別人自然引為知己了。替別人設身處地打算，別人也就會同樣地來報答了。

有許多人只知自顧自地獨善其身，只知打自己算盤，對於別人的利益只是冷淡隔膜，一些也感不到興趣。這樣和外界背路而馳，自然不會有什麼聯絡和同情，還能吸引誰，還有誰來和你結交呢！

我有一個朋友，本領很不錯，也很想和人親近，但終不能如願。他很少被各種集會所邀請，即使偶然去參加一種敘會，別人看見了他全都不同地退避開去，好像他身上能發出離心力一般，好像他是一塊毫無熱氣和吸引力的冰條。

他嘗飽了孤獨、沉默，被人遺棄的苦悶，可是自己却一些也不明白究竟爲了什麼緣故，彷彿一個謎似的。

他再也不想，他的所以不受人歡迎爲人所厭惡，却完全由於他的自私心理。他絕不肯費些工夫去爲別人打算，無論在什麼處所，總不肯拋撇開自己的事情。和人談話，總要拉扯到自己一方面去，誰願意再去和這種格格不入的人攀談呢！

上面所講的幾種，只是交友之道的犖犖大端罷了。但須特別留意，當實行起來時，不可有絲毫的一做作，態度要十分自然而大方，不可有虛偽而卑鄙的神情。

總之，要想結交朋友，須持具有可敬的品行和可愛的性格。一切自私、小器、冷淡、嫉忌等卑劣怪僻的心理和行爲，拋得越遠越妙。

人生最重要的事，就是盡量發揮出最高超最美善的性格，到處受人歡迎欽仰。這種優越的品格和能力，是比金錢資產更爲可靠的一種財富。「出門靠朋友」這話真不錯。

可是，歸根又要說到人格了。惟有能表現最善之自我最高之人格的人。始能受人歡迎，敬愛、信任和欽仰。

二九 怎樣應付逆境

在溫馨的順境中歡迎鼓舞，那是一般常情，無足為奇。真正有根底的人，則能在一切苦澀的逆境中含笑自若。

那些一遇到艱難就立刻退縮的弱者，比那能在逆境中依然前進的人，真要吃虧多少。因為「嚴格說來，在人生道上，完美的順境是難得的，到處都是有缺陷的逆境，人們所謂『不如意事常八九，』並非過分的話。

順則笑，逆則哭，那是沒用的坯子。不過是感情的俘虜而已。順不以為樂，逆不以為苦，那纔是勝利和成功的優種。

不要儘着憂鬱頹喪地做感情的奴隸，誰都不歡喜這種陰沉沉的表情。人和既失，惟有敬事，逆境將更逆下去了。

把寶貴的生命一任惡劣的感情去糟蹋，真是自作之孽了。多年經營的計劃，只因爲偶然的打擊，就一任消極的思想搗亂而敗壞之於一旦，這纔是真正的大不幸。

不要疑懼、失望、不要把重大的生命問題放在不良心境的主宰下。須知事之成敗，全恃自信的勇氣和樂觀的態度，能確立與否。無論遭遇到怎樣惡劣的逆境，千萬不要爲它所支配。應該背棄那黑暗的

陰影，從不幸中挺起身來，用光明的洗禮來拯救自己而振拔出來。

一切不積極不健全的感情思想，就是我們心中的敵人。這些敗家的魔，實在是由我們自己養重養成而招致邀來的，只要立意不讓它們闖進你們的心田，它們自然不得其門而入了。

肅清我們心中破壞成功的敵人，是最有功夫的一種學問。雖屬難能可貴，却是可能辦到的，不要心焦，只要時時學習不使鬆懈成了。一種美德是必須積漸養成，不要做課那樣鄭重其事的。

努力養成積極的愉快的精神，養成正確而精密地思想的習慣，必須先談愉快，希望樂觀，積極的光明湧進心田，那些憂鬱，失望，悲觀消極的魔鬼纔沒有立足的餘地，因為它們原是只能在黑暗的陰影中生存的。想藉內在的能力硬把黑暗的陰影驅逐出去，在一般人是沒有這樣強大的力量的。

有一個專治神經系疾病的醫生，就根據上述的原理，發明了一種治療憂鬱症的奇法，就使病人在任何環境下不管心中歡喜與否，都要強迫自己笑着，連續的笑，甚至硬把嘴角捲轉，不停地笑。這種新奇的方法，竟非常靈驗。

人生失望的事自難免掉的，一時的憂鬱也無妨大體；問題就在繼續的善後措置，這是為日正長有關生命全部的。惟一有效的辦法，就是努力變換舊環境，無論在物質上，精神上，當一刀兩斷，絕對不可再停留羈轉在不幸的滯苦的羈影中。

物質上的變換新環境，如走進有趣而無邪的娛樂場所，找尋朋友談話，和小孩子在一塊遊戲，或作田野的散步，都能使不見天日的陰影煙消而雲散。有時化很少的代價，可獲意外的功效。

精神上的脫離舊環境，就是努力想到那些最愉快最開心的事，對於四周的人抱着最寬厚的態度，形成愉快歡喜的情況，或將那些千古不滅的格言細細咀嚼，反覆體味，那你的精神態度自然就會全部改變

。生命就接受那快樂的洗禮了。

努力避免不快的感觸和酸苦的回憶闖進你的心田，努力轉換愉快的活動的環境，你定會有可驚的發覺。不但促使憂悶頹廢的逆境遠離，並且覺得又是一個今天重生的新人了。

三〇 一念鑄成大錯

強度的失望和非常的痛苦或其他猛烈的刺激，往往會使人感情衝盪走向極端，只顧眼前一時的解救，不顧到以後的禍福。

最顯著的就是自殺的傾向。雖則明知痛苦是暫時的，以後一定可以設法解脫；但受不住當前的重大壓迫，再也等不及渺遠的日後，就毫無理性地出此下策了。其次如事業上遭遇重大失敗時的自甘破產。也是這種心理；明知道是一時的打擊，只要能努力振作而堅持下去，也未始沒有挽救的可能。又如女子爲了姻婚問題遭遇着重大的失望時，也往往會過分讓步而降格遷就沒有真正戀愛的男子。

人在重大痛苦的困厄之下，雖有理智，也難實施。因失望過度，就自陷於絕望的境界。對於自身及事物，毫無明晰的觀察，不能下正確的決斷，一任感情的駭浪去擺佈。

這種缺乏理性的判斷往往會陷入歧路，鑄成大錯。即在平常憂鬱頹喪的時候，也不可任情決定任何階段。不良的心境是不會有適當的措置的。

當然，在絕望而慘苦的環境下，勉強保持樂觀的態度，清晰的理性和正確的步驟，自然不是容易辦到的。但這正是絕好的試金石，你究竟有善處逆境的才能沒有，究竟是理智的信任還是感情的奴隸？

這種意志的有無或雖有而能堅持與否，很可試出他的真實才能，因為當那事業，命運，環境不斷向他壓迫連親友都要阻他時，他的素志已陷於四面楚歌完全孤立的情景下，要依然不變不移，真是難能可貴的，這就需要絕大的勇氣和堅忍的毅力，否則，就很容易被鋒轉能實行向後轉了。

因一念之差而遺憾終身的例子，真是屢見不鮮，有許多鄉下青年，抱了絕大的志願，就業城市，只因突受挫折，就跑回鄉間，拋棄了一生的事業。也有因不慣久離家鄉而中途輟學回里的，徒然在事後追悔無及，還有些人一心想做個律師而去學習法律，可是一遇到艱深麻煩的地方，就會搖頭喪氣，覺得不是天生的律師坯子，就此棄而不學了。他如習醫的學生，在解剖室中看到了不快的景象或在藥物學上發生了厭惡的心理而中途輟學的，也不少數。甚至連著作家藝術家音樂家等，也會因一時的刺激而至於沮喪，就此拋棄當初滿腔熱誠而從事不合個性的職業。

上面這些人，在當時一念糊塗時，有的還以為知困而退，隨機應變，算是聰明不過的辦法哩！等到中年以後，徒懊悔當初不能貫徹始終而斷送一生幸福。有許多不幸的失敗者，就是受了在心快氣喪時所鑄成那大錯的虧；此生再也無法挽回，真是一足失成千古恨。甚至因為受恥笑或怕蹈覆轍，不敢再行改革，那是更為可憐了。

要有所成就，須提防失足。千萬不可在憂苦煩悶的時候貿然決定生活上重要的問題或轉換事業上重要的焦點，以免陷於錯誤。必須在心安理得的時候，始能有正確的觀察和健全的判斷，無論前途怎樣慘暗，心境怎樣沉痛，千萬不可胡亂決定什麼重大的方針。假使在別人都已放棄而退後，一切陷於絕望的千鈞一髮之際，要立定脚跟堅持到底，還是繼續不斷地努力向前奮鬥。成功的關鍵，就在這緊要當口一轉念之間。

成功的計劃，必須以健全的思考爲前提，健全的思考，必須以清明的頭腦爲前提。沒有煩惱的精神和平穩恬靜的心境始能生出適當可靠的評判和決斷。

在心情惡劣精神渙散疑懼交並失望乏力時所想到的念頭，千萬不可就作爲最後的決定而貿然實行；因爲那是智窮力盡不知去取的危險時期所產生的一種反感，假使胡亂決定，不是鑄成大錯，便是可笑的庸人自擾。

三二 謊騙的罪惡

一般的心理以爲欺騙和說謊的勾當至少是有利的值得一試。尤其在商界中，簡直將說騙的手段看做和資本一樣的必需，以爲單純的誠實是不能獲得營業上的大成功的。所以即使頗有聲譽的商店，也往往登些欺人的廣告以掩飾自己商品的缺點。

有一月綢緞布疋商店，將整疋的綢緞和布疋故意剪成碎段而在廣告上則說：購買零頭的碎段要比按碼計算的整疋便宜得多，以爲這樣一謊騙，便可使人樂於購買了。其實，這種手段總難免要被拆穿的。等到信用一失，即使真有誠實的貨品，也再不能吸引顧客了。

報紙也有這種不幸的現象，所載新聞往往和事實不符，將事實真象加以渲染，甚至顛倒。雖然有些是鋪張很大，但總是牽強附會，不忠實的，報紙的名譽正和個人名譽一樣，造謠說謊，又怎能在社會上佔到重要的地位？

即就功利主義的實益上說，謊騙也決不是誠實的對手。沒有私心，不受利誘，始終保持言行的忠實

，這種良好名譽的價值，比那由誑騙得來的利益真要大過千萬倍。誑騙者的行爲，終究是得不償失的，當他們錢袋中的金錢多一分時，他們的人格便減損了一分；總算的結果，便是日後的大失敗。所以誠實纔是最大的功利政策哩！

誠騙的人在平日也許是願意站在誠實一面的；可是一到利害有關時，就和誠實離開了。他們在正面也許是示極端誠實的；可是那實際應該必須說的誠實話，却總留着些不盡說出。

其實，那實際言行可靠的那種良好名譽，纔真是最能取信最有力量的活廣告哩！

在美國的商業史上，凡是能够支持到五十年以後的大商店，都是靠了它們誠實不欺的信用做後盾的。可是像這種有人格的商店是怎樣的稀少啊！大多數都是些短命的滑頭商店，當是雖氣象萬千，盛極一時，大登其誑騙的廣告，大做其誑騙的勾當；一到手段拆穿，信用全失，就都先先後後的坍倒下去了。

誠實俱是有偉大的力量的；它有合理和正義做後盾，它有坦白真實的熱誠做武器，它有大無畏地面對一切的勇氣！

誠騙者呢，那真是可恥復可憐！他的內心永遠愧作着，永遠受着有力的斥責；自己承認是一個卑劣的虛僞者。而不知改悔，喪失了做人的資格，真是墮落到和禽獸差不多的敗類！

許多青年竟會毫不吝惜地將自己的人格名譽像在賭博場中孤注一擲，只是爲了些卑微的名利。而一般財主則又出賣他的尊榮，爲千萬人各指摘，雖擁巨產，有何價值？這種種罪惡，都是那誑騙不誠實所造成，結果只是對自己不忠實徒然自身受刑罰而已。

人格和名譽本似百益無一損和玫瑰般的芬芳，豈可任意糟蹋！喪失了最高貴的生命之寶，又何貴於爲萬物之靈。

三二 身心的攝衛

身心攝衛得宜，則體力強壯，精神健全，生活美滿而平衡，是一種無上的幸福。常常注意而保持着身心最適度的健康清新，是一種至高的藝術。使身心清健，能盡量努力於工作，是收最大效率的根本前提，要在事業上有所成就，要望生命前程有所建樹，惟有善自攝衛身心。

世上正有上知多少因身心攝衛不宜而度着愁慘生活的可憐者，對於個人和社會所生的禍害所蒙的損失，又怎能計量。

身心失却了健康，無異乾枯了生命的泉源，一切黑暗而冷漠，頹然乏力，索然寡味，熱誠和興趣盡喪，效率與收獲銳減，在事業上只能顯出一小部分的力量，在生活上享不到真實的快樂。

空前大志而不能實現，是人生最大的失望和痛苦。許多有才智有志氣的青年，都把大部分的能力消失在不健康的身心下，天大的壯志只得化爲烏有了。既有高志和深學，却爲不良的身心所牽絆，沒有充分的精力去實行而表現，真是最可悲痛的了。

攝衛身心的方法，首要注意生活與調劑，身心的平衡，工作職務和休息遊戲的配合適宜。若專勤工作而毫無遊息，則將陷於不自然而不飽滿的病態中，並且還要釀成先衰早落的不幸和危險，多量的多面的刺激是必需的單調和呆滯都足以摧殘生活能力。無論勞心或勞力，都需要環境的更調和活動的變換，至少可免枯燥乏味的弊害。

遊戲是人的本能，而且非常強烈，應該在生活中佔到相當的地位。遊戲能使人身心健全，工作效率

增加。若工作太勤而遊息太少，反致精神萎靡而效率減退，甚至使腦力滯鈍而不靈敏，埋頭死做絕少空閑的人，是不會有什麼偉大的成就的。

我有一個朋友，是某大公司的經理，他就是把遊息來培養工作的。他常作種種遊戲或出外旅行，使身心常保清新而健旺。他不願過度的工作將他的生活力用枯而減低能力，每天辦事時間至多兩三小時，時間雖少，效率却不小，幾乎能超過別人八九小時的工作成績，他的工作生氣蓬勃，敏捷而有力，正確而有效，這是全從充分的遊息上培養出來的。終於在事業上得到了偉大的成功。

其次便是實際生活的有節制；有秩序。生活謹慎則活力充益可以抵抗疾病應付打擊，身心平衡發達。假使任意破壞了健康的條件，一天做上兩三天的工作，一餐進上兩三餐的食物，那可怕的病像就會侵擾而來；失眠、抑鬱、積滯、衰弱等一切消化器病神經系病都應驗發生了。請教醫藥還忙不夠，還談得到什麼生命前程和事業成功呢！

天才能力必須有健全的身心爲之後盾。才能雖高而身心衰弱的人，其所成就，遠不及才能平常而身心健旺的人。要身心健旺，只須攝衛得宜生活適度就是了，算得什麼難事呢！

三三三 養成愛美的習慣

愛美的習慣能給予人以永恆的喜悅和高尚的慰藉，能擴充而提高純潔愉快的人格。美的鑑賞是美的生活之源。能够及早養成，一生受用不盡。

真實人格的養成大半由於優美的習慣。愛美的工具便是耳目，對象便是大自然的一切聲色。諸凡鳥

語泉聲山影樹光的感受吸收，其於人生價值，與學校教育同樣重要。它能在無形中美化品性，高育心靈，滋潤情感，興奮機能，恢復元氣，促進健康，更新生活的方式，增高生命的力量。

假使生命沒有愛美的點綴，就難臻完美的境界。假使不能鑑賞美的藝術，不能領略美的自然，不能感應美的人物，那就沒有完成人生的條件。不但生活枯燥乏味，生命且有下墮的危險。一個只知金錢崇拜不知美的鑑賞的人，是錯誤教育下的犧牲者。

能够養成愛美的心理，則生命中自會有美的成分，生活上自會有美的表現。無論從事何種職業，不可單爲了金錢而犧牲優美高貴的愛好；應該利用種種機會，使生命美化，使職業沉浸在美的思想和情感中。要努力養成藝術家鑑賞家的風度，不要僅僅局限於作匠做手之羣。

家庭教育對於優美習慣的養成是有密切的關係。壁上的書畫，收音機中的音樂，都有極大的影響。應到幼年愛美能力的發達。善於教導的父母們，還常選讀些高尚的詩歌，使子女的心靈沐浴在美的陶冶中。

但須注意：所謂最高之美，是指內在的優美的思想和樂善的精神等而言。是心靈的美，不僅是外表的形相的美。容貌平常或生活樸素的人也可使生命變成美麗，只要具有愛美的情操。

愛好優美的這種習慣，可以培養出最高的自我。這種培養，應該佔着教育上最神聖的位置，無論在家庭或學校。

曾經受過相當愛美教育的人，比智力教育下的產兒還要幸運。而這幸運的遺產，其實是不難獲得的，只要早些加以注意和努力就得了。

三四 經濟的真諦

所謂經濟，並不是金錢上的節省和吝嗇，乃是事業上的正確和遠大而含有相對，得當之用意。若單就眼前局部的金錢呆板計算，毫釐必較，那是吝嗇的小器，不是經濟的大義。結果，恐怕反和經濟的真意背馳，所得不償所失，反成爲不經濟了。

對於真經濟能充分認識聰明運用的人，有時不惜費去大量的金錢，以獲得金釐的總核的效果。這纔是真實的經濟手段，不是表面的小算所能企及的。

有一個財主，就是這種講求小算經濟者之一。往往只爲了要節省些微的小費而不惜浪費去價值倍蓰的許多寶貴的時間。譬如把用過的信封翻轉來或者把寫剩的小半頁信箋撕下來當作草稿紙之用。又常常關照他的公司中的職員，打起包裹來務須節省些繩索漿糊之類。這種過分的愚蠢的經濟手法，到後來竟成了無可改變的習慣了。

重小利打小算的時代已成過去，現代是不適用這種吝嗇的經濟手腕了。單就小處打算，往往會喪失了更大的機會，犧牲了更大的成就。

只有氣量大、眼光遠、觀察正確、判斷健全的人，始能明白經濟的真諦。假使化去金錢而能獲得成功的資助和良好的印象的，雖是大量的數目，也不可有所吝惜。就它的後效上說，要比存入銀行值得多了。

費去百元而能獲得千元報酬和那節省一角而要費去一元時間比較起來，智愚之相差，真不可以道里

計。

正當的用途不可過於節省。播種既少，怎能多望收穫？農夫想在耕耘上求節省，商人想在開支上講經濟，則非但無益，而且有損。

我有一個朋友，就是因了這種過分經濟而吃大虧的。他的衣帽，非至十分破舊，不肯輕易掉換。因此往往會受到輕視甚至罵詈。對於營業上的主顧，也從來沒有請過一次客。因此失掉了許多交易和進取的機會。這樣的一毛不拔，顯然是錯誤的。

凡是有益於生命的進取的，都是必需的費用，如生活方面的起居飲食等，都不可採取那拙劣的經濟辦法而妨礙身心的健康。

即從金錢方面着想，爲了要維持健康以進行重大業務求得高度效率起見，而多用些錢在身心調養方面，也是合算的事。

有許多人對於輕微的疾病，往往捨不得用錢就醫，以致遷延就誤，身心失却健康，工作大受影響，真所謂爲小而失大了。這也是受了拙劣的經濟觀念的害。像疾病那樣足以妨礙生命精力的，都應該決心設法除去；即使代價很大，也不可吝嗇。

同樣，在正面看來，又是足以增益身心能力和工作效率，使你生命擴充事業上進的，都應大量的使用金錢，以達到生活的最高目標。——這纔是最聰明的經濟哲學。

三五 精神上的化學作用

精神狀態每有相反的兩面，如喜與怒、哀與樂等，這相反的兩面是有互相抵消、對制、減滅等作用的，如樂觀思想能驅逐悲觀思想，愉快思想能掃除頹廢思想，健全思想能征服病態思想，親愛思想能屏絕仇恨思想等等，好像化學上的鹽基類能消去酸類一類。

偉大崇高的人格，就是這種精神化學的結晶。歷史上一切英雄豪傑志士仁人，就是著名的精神化學家。他們都能全權主宰種種情感，知道怎樣去用美善的思想剋滅罪惡的思想。他們不會受不良思想的病菌侵蝕，因為隨身攜着良好思想的精神藥劑。

用好的來抵消壞的，用這一面去替代相反的那一面，這種作用十分簡單自然而容易見效，因為它們是根本不能同時並立的。要趕出室中的黑暗，惟有立刻放進光明來；要使冰冷的水溫暖，惟有沖下滾熱的沸水。單方面的等待是不可能的，至少也出力不討好。

一般的人因為不明白精神上的化學作用，事前既不知預防而中了精神毒，事後又不知選用對症的藥劑來醫治這精神病。竟一誤而再誤，將生命的至寶毀損殆盡。

須知這種藥劑就在我們的自身中，不必向外去求得。假使要消退憤怒的發熱或恐懼的發冷情緒，只要服用親愛或鎮定的思想藥劑就得了。這些治心的精神藥劑常具對症的特效，就是相反思想的化學作用。譬如公平正直的觀念，便是醫治偏私阿附情感的特效良藥。具備了自己的藥方，就可隨時將心毒的症候消除淨盡。

精神的發動是能影響到全身的各部機能的，並且全身的各部都有思想的作用。人身的健康，由於每個細胞的完整；億萬個細胞都有互相連帶的作用，一個細胞受了損害或扶助，全體的細胞也發生同樣的作用；所以腦細胞的變動可以使骨細胞肌肉細胞等等受害或得益。

一切健全、愉快、樂觀的思想，對於本身的細胞生命有創造的功用。「心廣體胖」確是合於學理的經驗之談。反之，一切不良的思想都能破壞細胞的生命。甚至一度發怒，竟須好幾天後始能恢復受損害的神經。

格直教授說：「每種思想都能使腦細胞發生變化。每個好的情緒如和平、愉快、積極、向上等，都能產生滋養的化學品，興奮細胞，製造能力，促進生命。相反地，每個壞的情緒、憎惡如怨恨、頹廢、消極等，却會產生毒害的化學品，損害細胞的生命。」

人類的精神也須用科學的方法去培植。懂得精神化學的技術，就能征服一切的環境，永久保持美善有益的思想，以淨化理想，提高生命，日進繁榮發達之境。

三六 跳出你煩悶的圈子

任何工作，任何事情，它們的本身對於我們並沒有多大的損害，假使是有損害的話。只有在做工臨事之前所生畏惡不快的種種痛苦心理，纔有大大的損害，充其極竟是置人於死！它能摧殘人的精力，破壞人的健康，阻礙人的志氣，減低人的才能；把固有的大量的神經精力都耗費盡了，不能再用到正常的工作事業上去。

許多大有可爲的天才，都因這無謂的煩悶而凡庸以歿世。它是成功之敵，失敗之母。它所給予人類的損失，真是難以估計。

煩悶真是一個惡魔，它惟一的使命就是陷人於不幸之中。有誰會受過煩悶的好處的呢？

煩悶又好像商店中偷竊貨物的夥友。我們若一任它繼續偷竊，不加驅逐，則這個精神商店中所有寶貴的生命機能，將全部被掠取盡了。

煩悶簡直是精神上的刑具。它使你常懷念着無意義的祀髮和不吉利的惡兆，一生消耗在憂前愁後長期的苦悶煩鬱之中。

自譽爲文明的我們，往往對於那些用殘酷手法戕害自己身體的野蠻土人的宗教儀式發步詫怪，其實我們也正用着殘酷的刑具來戕害自己的精神呢！

各種精神機能，必須完全自在不受紛擾，始能發揮出最大效率，一切思考力始能集中、清楚、敏捷而合邏輯。假使頭腦爲煩悶所苦，腦細胞受着煩悶的侵害、沖洗，而滋養的血液中充溢着畏懼、懊惱、憤怨、嫉恨等的毒素，腦細胞的原形質被猛烈地損傷，這時的精神機能早就消磨在不甯之中，還能工作出些什麼良好的成績來呢！

那面部深刻的皺紋是殘酷的成績，憂愁是能提早衰老的時期的，一般尚未到中年的人往往就早現老了，重大的煩悶憂愁竟能使人人在三數星期之中形容全變，真比刀鎗還厲害！

尤其是婦女們，大半給那無謂的煩悶憂愁磨掉青春的生命。她們較男子多愁善感，容易釀成煩悶的習慣。她們所費於無謂的操心勞神上的精力，要遠超過所費於家常事務的精力。這種不安心理浪費着她們大部分的精神，使她們一近傍晚就覺精力竭了。

可是她們自己一些也沒有覺悟到所以昂貴的真正原因，並不是由於操作的勞苦或不幸的遭遇，却是全由那多愁的脾氣催老的啊！可憐她們只知道用那些電氣藥品手術等來挽回補救，不知道醫治衰老的惟一藥品却就在自己的心中，就是一切患之泰然絕不憂愁的樂觀心理。

生活是有各方面的，自然難免有不幸和醜惡的方面。但是注意它又有什麼用呢？徒然引起煩悶罷了。這惟有拿愉快的態度去抗拒它，看也不要一看，它自然也就遠遠不見了。

要保持愉快的生活態度，首先注意身體的攝衛，使神智清明，不墮煩悶之淵。煩悶的惡魔是專乘衰弱不健全的身心之際而入的。

煩悶的醫治，全恃自己的精神治療，就是相反思想的剋滅法。當你一覺到有恐懼、不安、失望、悲觀等那羣煩悶的魔鬼來暗中侵襲時，你就得立刻將心神移轉到充滿着希望、樂觀、鎮定、愉快的事物方面去。要十分自信而勇於轉移，那些剝奪幸福的變態心理自然在兩種相反思想不能並存的制裁下消退去了。

不要讓煩悶有一刻的停留，它一盤踞就會迅速地滋長起來的。挺校你的心胸，把它狂暴地驅逐出去！

三七 潛在的力量

人體的億萬細胞中，蘊藏着鉅量的潛伏力。這種潛伏在生命內層的力量是非常偉大的，一旦被喚起發現而利用，可以做出種種神奇的事情，實現種種高超的理想。

一個病人在生命垂危時，往往因聽到了一番熱熱懇懇的安慰話而竟會起死回生。一個常人凡庸得連自活的能力都沒有，却會在日後的或稱機會中成就可驚的事業。這都是潛在的力量使然。

尤其在重大急切的突變事情上，這種潛在力量最易顯出英雄般的氣概來。一個沒用的懦夫，往往會在適逢火警或其他禍變時做出英雄式的事蹟來。其實也是不足驚奇的，因為這英雄性的能力原是他固有的本色，不過在平時隱匿着而藉這突發的事變表現出來罷了。

又如受催眠的人，能够表現出種種神奇的技術，也往往就是這種潛在的力量使然。一個氣力平常的人身上而能壓上七八個肥胖的人和一匹壯馬，這簡直成了不可能的奇蹟，但事實上確是有的。這種力量，當然不是從施術者身上得來，施術者不過將受術者潛在的力量喚引出來罷了。在事前，受術者也決不會相信自己會有那麼大的力氣，而在施術者強烈地暗示他確能那樣做到後，他就實地表現出來了。

這種潛在的力量，簡直是屬於神性的，它的內容包涵着一切的真善美，偉大崇高的平安和光明。這種神性永遠不病並且不會錯誤。這就是所謂良知良能了，是永遠真實清潔不會朽落沾污的。它能恢復人的本相，去做公正誠實的事。

易言之，也就是精神生命中的「真我」。真我是和日月常照，歷千古而不變的至理之寶。在平時不易顯明地發見，只有在受着大刺激大轉變的時候，始能顯見以前所夢想不到的一種潛在力量。譬如在最親愛的人死去後的創痛中，小而至於讀了一本鼓勵的書，聽了一席激勵的話，都有機會發見真實的自

我。等到發見了真我，做人的目標和勇氣一定會和以前大大的不同。生命中既湧湧着他孕着真誠、正義和公道，就會大無畏地向前邁進了。

使林肯成爲偉大的不是天才和智力而就是這真誠正義和公道在他崇高的生命中主宰着。

人體中原有一種永遠進行着的創造作用，不斷創造出生命能力，並具有更改和恢復的作用；在正常的精神狀態下，使身體細胞起新陳代謝作用，天天更新着身體中一切的力量。

這就是在意識內層的生命大源泉，我們如能加以深掘而發現到，就能永遠活躍，而豐盛生命的全部，永遠和潛在的神性和諧，得到最大的效率、最高的幸福、和無窮的光明，不再是渺小、卑微、枯燥、苦悶的了。

三八 神經過敏的悲劇

神經過敏者往往會說出種種不幸的悲劇。下面就是個極端的例。

在最近的報紙上，記載着一個爲了神經過敏而竟至自殺的年輕女子。她本出身在富裕的家庭中，後因老父去世，生活艱難，不得不投身職業以養活自身和老母。和無情的命運一度搏鬥後，在紐約某公司做速記員。收入自然不豐，只能勉強維持母女二人簡單的生活。衣着菲但不能考究，甚至幾乎到了襤褸的情形；在豪華的都市中就頗惹人注目。她既嬌生慣養，又生性高傲，且是神經過敏過，於是就到處覺得局促不安起來，尤其是那些衣飾入時的女同事們，她總以爲她們是在集體地輕視而嘲笑她。有一天，一個粗魯的男同事，偶然問她爲什麼不購置些入時的衣着；她就如受針刺，竟至哭泣。她的神經過敏，也就更加厲害了。她將自身的穿戴一一和女同事的細細比較，相形見绌，自慚無地。思前想後，益傷身世。這種痛苦，再也不能一刻忍受；爲了不願偷活，終於把寶貴的生命了結在青礁石炭酸之下。

這顯然是爲了神經過敏而作了無謂的犧牲。這對過於敏銳的神經，就好像一觸外物立刻捲起葉子的含羞草。些微的刺激會立刻刺傷他們的心，比別人受到大恥辱還要反應得厲害。

家庭中親屬間往往會因一句不經意的談話而引起種種疑懼，猜忌等不歡的情感，也是爲了中間有神經過敏的分子在庸人自擾的緣故。

有許多失業的原因也是這敗事有餘的神經過敏。他們因爲多所疑忌，又不能容忍，就不易得到職位，即使一時得到，也很難保持長久。天才、能力、志願、事業，都給這種弱點犧牲盡了。

教堂中的宣教師和學校中的教師也很多因神經過敏而感受痛苦，不能久安其位。對於別人的閒話和些微的評語，在他們的幻覺下總當做攻擊他們的壞話。

文人和著作家的神經也往往敏銳得過分。有一個主筆，對於外界些微的批評，總過分重視得至於生氣，甚至把好意的建議也認做個人的侮辱。這種多疑的壞脾氣，大大減少外界的好感，使他更不敢再做任何雜誌報紙的編者。

神經過敏者總以爲別人也像他自己那樣過分的敏銳而嘈囂，在研究批評分析解剖他的一切舉動，總覺得自己是一切注意集中的焦點，並且是吹毛求疵的聚矢之的。其實，別人既各有自家的正經事忙，決不會那樣細心去管人家的閒事；而大多數人的內心總是良善的多，也決不願無端去挖苦人暗傷人得罪人的。

然而在這忙迫的世間，應付實際的環境已覺喘不過氣來；假使再犯去了神經過敏這種喋喋吃虧的毛病，怎麼還能措置這複雜萬分的生活呢？

總之過敏的神經使許多青年不敢向前衝進，不能實現願望，終身做一個失敗和不幸的弱者。要戒除這種

經過敏的壞習慣，是要下十分堅毅的決心的，像戒除其他重大的惡德一樣。

具體些說來，須少想有關自己方面的事，多想沒有關係的陌生人的事。不要注意別人對於自己的閒話而妄加推測，要大事化小，小事化無。最後，要存心忠厚，不要常拿小人之心猜度人，而以爲別人總在幸災樂禍，老是輕蔑你暗傷你。能够看重別人的人格，自己也就不會演出神經過敏的悲劇了。

三九 清晰的頭腦和鎮定的心神

一般的人臨到重大刺激或危急壓迫的非常事變，往往要張惶失措而束手無策。這是不勝重任的弱者，不能獲得人家的信任和尊敬的。

惟有人在別人都慌張混亂時而獨能保持鎮靜的心神和清晰的頭腦，仍然能下正確判斷的人，始能負起大責任，應付大環境，到處受人歡迎而重視。這種人是具有大量的穩健力。精神常在平衡的狀態中，能够自制而征服環境。

才藝和技術只是局部的專門的枝節問題，清晰正確的頭腦和鎮定穩健的心神纔是事業成功的大本營。機關或公司中的主持者，對於職員的甄拔，往往忽略過那些大學畢業生，學者和有天才的人，而注意着頭腦清晰，心神鎮定能够腳踏實地實事求是的人。這種職員對於業務具有正確的判斷和健全的理解，纔是一個集體中安全的柱石。

精神平衡的特徵就是定見的執着。任何重大的失敗和困難都不足以破壞它，也不會因稍有成就而就傲慢自滿。無論環境情形變好或變壞，都不隨之而改移其正當的態度。

惟有頭腦清晰心神鎖定的人，始能在驚濤駭浪中平穩地駕駛船隻，纔能在社會上佔到重要的地位。沒有定見和自信隨時動搖而猶豫的人，一臨難關就要傾跌，經不起風雨的打擊，只好在風平浪靜之日駕一小舟玩玩而已。社會決不願把重大的責任委託在這種人手里。

即使在或種險惡的環境下一時傾跌下去，也仍然可以設法拚站起來。在人羣慌張混亂的當口，能夠獨自鎮定周詳，不失平衡，這是能產生出偉大的力量的，並且每個人都可以做得到。只須精神能和諧就得了。至於不平衡的片面發展，那是畸形的。一根巨枝即使發達到特別龐大，決不能使全部成爲一棵繁茂的樹。

要像冰山那樣平衡而恬靜，要有冰山那樣大部分平穩地藏在海水下面而巨大容積的潛穩力，不管上面的風浪利擊沖洗得怎樣猛烈，它從來不會顯出絲毫動搖的樣子。

韋勃斯脫就是能以鎮靜沉着的精神在律師界及參議院中佔到重要的地位。他的自覺自信力，超越了那些懷疑不定的精神偏激者。

社會上專業場中到處充滿着理智不健全的人，有許多有本領的人，在其他方面雖具很高強的能力，有時却也會做出種種愚蠢的舉動來。他們這種不良的行爲隨即產生出不良的聲譽，使別人不敢信託，大大的阻礙了他們的前程，無法向前邁進。

有健全理智和判斷的人真如鳳毛麟角，供不應求。要博得健全的美譽，必須從小處認真做起。無論動手做怎樣微小的事，絕不可敷衍了事，更不可明知故犯。對於一事的判斷，務須求其最上等第一等的，不要貪省力貪輕易而使出那些次等的、不健全的判斷。這樣就能漸漸增加清晰、正確、鎖定、平衡的可能性。

當然，避難就易，避苦就樂，原是一般的常情。其實，不過是一種流行性的情性罷了，決不是良好的現象。要做一個出人頭地的人，必須力矯這種通病。要抑止那貪安的情性，要奮發那平衡的精神，則你的性格自會精進到清晰、正確、鎮定、健全的地步。

四〇 準備職業的智能

有許多人因為缺乏職業上專長的知識和技能，生活就難以得到比較寬裕的境況，甚至到了中年以後仍無一些可以防備一切的儲蓄。並不是爲了不能勤儉，實在由於收入太少了。

職業上專長的、內行的知識和技能確是一宗無形的資產。缺乏這種無形資產的精神上的弱點，却是無形的竊賊，它會將你所有的財產盡行盜去而你還是覺察不出。一般大學畢業生裝滿了許多書本上的學說理想，絲毫沒有準備充足實際的職業智能，就貿然擠到陌生的社會中去，無怪要到處碰壁大吃其虧了。

這種幾乎普遍的一般愚昧的情形，竟被一種居心不良的壞人大大的利用了。他們利用了那些不知保護財產方法的人的弱點，從中騙取金錢；他們的生活，就藉一般對於職業情形的無知來維持，他們的法術很多：誇張的廣告，巧妙的傳單，勤聽的游說，都能將那些忠厚人的辛苦錢騙取到手。

那些被騙的不通世故的人真是可憐極了。他們竟會將自己刻苦奮鬥的血汗錢，漏到那些不可靠的投資地方，漏到那千里以外從未謀面的代理者手裏。有許多悲慘的結局就是那些做全權代理人的律師和商務代辦等所一手造成的。

也許有時不得不委託人以全權代理。但對於這代理的人選必須嚴格審查。不但要品格優良，其於業務上尤須具有充分的知識和經驗，始可委任。因為所謂全權代理也者，簡直就是你的全權代表；他可以任意處理你的財產，管理你的營業，代簽你的名字。即使故意搗弄你，你也只得靜受他的支配，因為這合法的權限原是你自己一手交給他的啊！

爲了個人的前途，爲了家庭的幸福，都應該準備健全老練的職業知能。這種訓練，至少可以免受欺騙和虧累，不致爲騙子們當作傀儡。

有許多家庭中落財產蕩盡的原因，就是後繼的人不能承當前輩的遺產和遺業。尤其是女子，當她們的父母或丈夫突然去世，她們總不大善於處理那遺下的家事和業務。於是她們全部的資產管理和營業命運，就會轉移到那些律師和代辦之類的掌握中了。不幸而所託非人，那就受傷非淺。

須知儲蓄金錢和保護財產這種事要比掙取金錢和增長財產艱難多多。非十分諳熟世故人情而有充分的職業知能和豐富的商業經驗者，總難免要鬧出亂子來。

這惟有使每個青年都及早準備那職業的知能，嚴格施以健全完備的商業訓練，始能挽救社會上那種大缺陷。像美國現在那些職業學校和商業學校確是造福社會的。至少，由這種訓練可以使一般認識職業知能的重要而免除種種冤枉的不幸現象。

四 當前的現實

現代是過去各時代一切的總和，是一個大寶庫包藏着過去各時代文化的精華和成功的全部。過去各

時代的一切，好像一個雪球，越滾越大，越堆越多，以構成現代的偉大性。

許許多多的發明家、發現家、思想家、藝術家等等，都將他們努力的成績貢獻給現代。就進步的立點上看來，現代青年所知道的一切，世紀以前的青年相較，真不可以同日而語了。就生活享用的安舒上看來，現代一個平常的人，較之一世紀以前的帝王，恐怕只有過之而無不及。因為現代的文明既將人類由過去的簡陋的物質環境中拯救出來，更將人類由過去的精神環境中解放出來。

這現代的實際是多麼偉大而可寶貴。有些人卻反要表示出不滿意的感喟，以為過去的時代總是黃金時代哩！這實在犯了兩重的錯誤；現代的價值既非過去的任何一個時代所可比擬其萬一，而道當前的現實是比過去的任何事物要名貴得多多。

既為現代的人，必須要參加進現代的生活洪流和文化巨浪。要注意眼前的現在，要生活於今日的現實生活之中，不要耗費精力於追懷過去的昨日和幻想未來的明日之中。

枉費精力於過去的追悔或憧憬於未來的幻夢，這樣的前瞻後顧，不去充分利用現在而利用現在，是難求成功而完美的生活的，雖然心理上得到暫時的自慰，其實只是自欺罷了。眼前的生趣却因之而被糟蹋了。目光但注視在天上的星雲，却把周圍的美景身邊的玫瑰遺忘了。

努力享有你現在的安樂吧！在你幻夢中高樓大廈還沒有實現之前，還是就在你現在所住的茅屋上用些工夫，把它改善到最安適最實惠的地步。

過度集中心力於明日的計劃，過度沉迷心神於未來的好夢，會將當前的今日中所有的一切幸福和機會喪失殆盡。假使不滿意今日的生活而要求改善，那末，與其在毫無實際把握的以後上去空打算，不如就在這當前的現實上着着實實用些切實工夫吧！過度的幻想和預期，對於眼前的地位和工作會不感興趣

甚至發生厭棄的心理，使現實生活日趨枯燥乏味，將人類所固有的享用現實的能力破壞無餘。

聖經中有一段神話故事，說是以色列民族在出埃及的路程中，天上降下天餅來，但只在當天吃光，假使藏過一夜，到了明天，就要變壞而不可吃了。這就是說：人類的幸福是一天一天堆積而成的，只可在當天享受的。

一般都有這種錯誤的心理，只想脫離現有的不滿職位，尋求那渺茫的未來的幸福。只欣羨明日的虛價而忽略了今日的實價。灌注全神於無用的將來，而對當日的事務反而無暇去仔細顧到。這真錯誤到了極點，未來是誰也不能確切担保的啊！

只有當前的現在是現實的、存在的、真切可靠的，剎那便是永久，我們的一生便是一個整個的永恆的現在。不要去投射入那些勉強割分出的未來和過去的境域中。

能够這樣覺悟到而重視當前的現實，則生活的興趣自會大量增進。否則將連我們所固有的享樂本能都會遺失掉的。

四二 特殊的自我表現

能够開闢自己的途徑，尋來自己的出路，在羣衆中拾起頭來大踏步向前，充分表現自我的特殊性的，始能取得人們的注意和頌讚，留下果敢的創始的痕跡。

一切須照自己的計劃去做，用一種新穎的方法和別做的心裁去做，不要追隨別人，模倣別人，不要抄襲前人的格式，爲先例所拘束。

要立志做一個有思想有主張有定見而又勇於創造常求進步的人。不問成就的大小，都須具有自我開始的精神，不要害怕顯露頭角，不要憂慮沒有出路。運用你特殊的頭腦和勇氣，只有個別的創始的特殊性纔是生命力最高的表現。

反之模倣便是死亡，宣告自我精神的死刑而已。那些車載計量的模倣者、追隨者、依附者，只管人云亦云，循行老路，對於人世既無新貢獻，人世對他又不能有些什麼要求呢！

人世所需要所歡迎的，就是那些能够離開熟途徑闢進新園地的創始者：如思想新進方法別出的教師、不閉舊方另自精按的醫師、別出心裁獨樹一幟的律師等等。

造物賦予萬物的天稟，各具特殊的作用。菊花不能模倣桃李，百合不能模倣玫瑰。——你以為這比喻可笑嗎？爲什麼那些模倣者定要追隨前人依附旁人呢！惟有受到失敗的結果而已，這是造物給予他們違反本意的刑罰！

要做一個新進而獨立的人，要大無畏地做個創始有爲的人。惟有創造力量者始能談得到成功，從沒有由模倣抄襲而能有所成就的。力量是內發的，不是外來的；惟有能表現自我信託自性的人始能立於不敗之地。

就實際的可能性看來，無論那一種職業事務，都有可以改進的餘地和精益求精的要求。你會憂慮到沒有用武之地嗎？那恐怕不是杞憂而是藉口了。你又會憂慮到不會受人歡迎嗎？那真是怯弱的神經過敏者了。人世間到處爲着有思想主張的人留出地位來，社會上也最歡迎這種有用的人才，那些沒有自我創造力量而推陳出新方法的機器人、木偶人，纔是文化進步的阻礙者，而爲人羣所忽視。

再功利一些說，創始和特殊是最能引人注意，具有大量的廣告作用的。雖具高強的本領，但沒有自

我的個別的表演，和一般常人毫無差異，誰又能加以注意呢！凡是二種超越的聲譽，都由被人注意而起，一傳十，十傳百，就很迅速地宣揚開去了。

但須留意，所謂特殊，並不是故意扭捏矯揉造作的自然而不切實的做作，也不是炫奇誇新的虛張聲勢。必須要有實際的創始表現，始能發生最大的效用，演出最高的成就。

不要害怕沒有先例或者以爲年紀太輕而不能受人重視。只要能將新穎有價值的創作貢獻出來，與能用更新的方法去從事實際的工作，是到處會受人重視的。經驗不多，資望不高，沒有什麼直接的關係。既有堅強的個性，不肯隨人步趨，還問什麼外來的毀譽呢！

商店營業的發達，不全恃資本的雄厚，而在乎營業方法的新奇和設計的進步。否則，就難大量地吸引主顧了。

青年進行事業的資本是什麼呢？並不是銀行裏鉅數的存款，那資本就具備在他自己的身上。特殊性的創造力。能够在每一件業務工作上都印上自己的個性品格。和自我表現的成績，就是盡善盡美最高的標誌，能够引人特別注意的唯一工具。

四三 生於憂患成於困難

憂患是生存的推動者，困難是成功的引導者。非但不是我們的敵人，且是我們最之的恩人。各種事業，藝術都從物質的或精神的患難中產生出來。

就勝利和失敗的比較上說：能力高強的就克服患難而獲勝，能力低弱的就被淘汰而致敗。

甲乙二盜，同經「絞機」之勞。甲盜說：「假使世上沒有這種刑具，我們的職業倒是很不錯哩！」乙盜却說：「這是戲話了！假使沒有牠嗎？那便人人都要做我們這不下資本的勾當了，你我二人的交易，反而要被擠去了。絞機，真是我們的恩人啊！」

的確，偉大的勝利者是藉這患難把所有不及他的競爭者淘汰去或攔阻住而造成了的。「許多偉大的成功都是從患難中得來的。」這是奧德賽的話。且看鋒利的刀劍不是從猛烈的爐火中鍛鍊出來的嗎？假使沒有大患難的刺激，沒有和阻礙力發生搏鬥的機會，那固有的內在的潛伏是會消失的；雖具備大勇氣的資質，也終於一生毫無所聞。這種人在一般的眼光看來，也許以為是安樂平易中生活着的幸運兒。實在是埋沒天才的不幸者，全人類的一個大損失。

譬如森林中的橡樹，牠那十分結實的樹幹，就是和暴風猛雨長期搏鬥的成績。人沒有種種憂患困難來阻礙，來鍛鍊出征服克勝的種種能力，他的人格和木領也不會長得十分結實的。

惟有艱苦和失敗始能使人變為堅強的無敵者。一切災禍的磨折，反足助長人們發現出自己的真我來，患難和悲苦，就是鍛鍊「生命劍」的烈焰。

在格里米戰役中，有一次，一顆炮彈，轟毀了一座美麗的花園。可是，在那炸開的泥縫中，突現出一派噴射的泉水，以後就成為著名的噴泉了。憂苦和困頓也像一顆炮彈，會將心靈炸破，而噴射出更生的歡呼和新生的力量！

當科學家達到一個好像不可解答的難題時，新的發現也就要從此產生了。初試身手的作家，往往要受到書店經理的白眼；但因此却造就了許多著名的作家。好像螻蟻能將惱牠的沙礫化為球子那樣，有氣幹的人也能將失望和失敗變成扶助和成功。可見一切阻礙是適足以喚醒而燃起那潛在的偉大能力的。

造物給予萬物一分困難時，也就附帶着添給一分力量。

火石必須磨擦，火花纔會發在；鑽石越是堅硬，所需磨擦的工夫也越加多，所顯美麗的光彩也越耀目。同樣，人類不遭遇到重大的刺激和阻礙，也就不會強烈燃起生命的火焰。

一切貧困痛苦，都是可以努力消除超越的；它們雖是人類一時的障礙物，同時也就是有力的刺激品；人類堅毅強固的能力，大半由它們鍛鍊出來。凡是深受過逆境的壓迫的青年，往往會在以後開出鮮艷的花架；反之，在順境中捧養出來的哥兒們，則永遠是個繡花枕兒！鴛鳥所以能成爲捕啄食品的鳥王，就因爲就在毛羽生成時被母鳥逐來巢外，作空中飛翔的試鍊，鍊出了高強的經驗和能力。

人類歷史上就有許多燦爛的花架是從患難中開出來的。

路德把聖經譯成德文，是在瓦特保幽囚的時候。但丁在二十年竄逐期中完成了他的作品。魯賓遜飄流記是在監獄中寫成的。天路歷程是在彼特福特監獄中出現的。拉萊的「世界歷史」，也是在十三年的幽囚生活中寫成的。

當西萬提司困處在瑪德里監獄中寫他最大的名著時，貧困得連稿紙都無力購買，有人請一位西班牙富人去接濟他，那富人却說：「惟有他的貧困始能使得世界豐富！這時天意不允我去接濟的啊！」

當貝多芬喪失聽覺生活悲苦的時候，創作成那最偉大的樂曲。席勒最有價值的著作，也是在十五年的久病中寫成的。彌爾敦也在喪失視覺貧病交迫的時候寫成他最著名的代表作品。

「爲了要得到更多的幸福起見，我甯願更多的患難降臨」。這是彭揚的話。

又如猶太民族，簡直註定了那被壓迫的命運。可是，許多名貴的詩歌音樂甚至諺語，都就從這可憐的民族中產生出來。迫害和困苦對於他們，好像春日的早晨，雖留霜寒，却含暖意；寒氣能把地下害虫

殺死，却仍許植物的生長。所以，猶太人雖屢經患難，却也沒有被幸福所遺忘。有許多獨立國家的經濟命脈，簡直都握住在猶太人的手中。

厄運不能阻擋人的前程，在人自爲罷了。環境越惡劣，勇氣越增加，意志越堅定，輕視一切患難厄運，不俱毫不受損，反足添強力量，以達到人上的極峯，這就是憂患生長他困難成就他的。

四四 正善的良心

「每天對人做一件善事」。從前有一個憂鬱的王子，接受了魔術家這樣一個勸告後，努力奉行，終於變成了一個最愉快的人。

人的生命，必須先有所給予，然後始能有所取得而生長起來。必須有助於人，所生的快樂始能稱爲真正的幸福。

「一顆正善的良心」。這是人生最需要的一件寶貝。存有善心的人，對己能自安自足，對人爲一可親的良伴。

正善的良心所句涵的內容，豐富而博大；諸凡親愛溫和的性情，誠懇忠實的精神、坦直寬厚的態度等，都是無價之寶。其價值之鉅大，即使百萬富翁的財產也不足一比。存有善心的人，要比那慷慨的富翁施行更多更深的善舉。

在幼年就須養成正直和善的心性和愛人助人的習慣，實在是有助於他自己的生命的。能够澈底覺悟鞠躬盡瘁去爲人羣服務，他的生命前途定會有卓越的發榮。

正善的良心所蘊藏的寶物，是取之不盡用之不竭的。我們所給予他人的同情扶助等的愛力，不但本身不會因此減少，且能增加起來。我們越是多多給予他人以善意，所能收回的也越多。所謂「愛人者人亦愛之」是句經驗之談。

反之，「以其人之道還治其人之身」，也是句可怕的名言。我們若不能放大度量，不肯輕易給予他人以同情和善意，同樣也不能輕易有所獲得。其所表現出來的既然不多，結果一生所成就的也就微乎其微了。

大演說家高夫所以能成名者，只是由於幾句溫和安慰和同情鼓勵的話所助成。這種善意的話使他恢復勇氣，努力做成社會上善勢力的中堅。

假使人人能互相親愛，互相扶助，互相同情，彼此絕不誤會，指摘，猜忌，大家都有善意待人的良好習慣和道德，則地上的天國，就在不久的將來要實現了。

專會指摘他人的缺陷壞處這種行爲，實在就是他自己性格上最大的缺陷壞處。原因就是自私自利的心理太重，將性情硬化目光蒙蔽了。這種冷酷無情的商業行爲，把他自己都商品化了，對於他人就一切都貪得無厭起來。

只有隱惡揚善的善良道德始能激發他人自覺自尊而奮勉努力，彼此互相善意對待，於已於人，都有益處。假使大家都能痛改前非，都以互愛互助的態度相處，則世界文化必另進一個新的階段，而人人心中都閃耀着紀念碑的光榮。

我們可在事業上和財產上失敗，不可在良心和善意的道德上失敗。因爲互愛互助的精神和行爲是終能獲得最後的勝利的。

四五 缺憾的反應

人世種種缺憾如貧窮、困厄、艱苦等等，實在却是造成偉大的特殊刺激物，由這種種刺激，乃反應出可驚的事蹟。因為人類有一種偉大的潛在力，平常隱伏在生命的最裏層，一般的刺激還不能把它反應出來。必須在較為重大的刺激襲來時，如被嘲弄、揶揄、欺侮、凌辱等，這時這種潛力就如新生的力量一般，會從生命最裏層發展出來，做出非常的成績。

在歷史上，頭腦的鎮定、精神的堅毅、決策的神奇，恐怕要算到拿破崙了。他最能在險絕的困厄中，利用不測的變危，來炸開偉大的潛在力。他談起那部下的一員大將馬賽那，也有這種特殊的情形。他的真力量真面目，必須在看到自己的兵士屍集如山的大刺激時，纔獅子般魔鬼般的發作出來。

能够克勝阻力填平缺憾，從奮鬥劇戰中獲得的勝利結果，始能發生真實的喜悅。困難有如補品，它能試鍊出你的真本領真力量。即使毫不費力而能輕易成功這話是有的，那也是靠不住的暫時的湊來物罷了。遭受刺激而努力奮鬥，感受缺憾而劇烈反應，始能喚出隱潛的能力，發揮真實的自我。

我認識一個青年，出身很貧苦，後來却飛黃騰達。他說成功的原動力，就是他在學校中時所受到的種種嘲笑他貧窮的許多刺激，那種刺激刺得他痛透了，使他決心努力，一雪此恥。這就是貧窮這缺憾的反應出來的。

懶惰本是人類的天性，必須有動力和壓力，纔肯將潛隱力使用出來。努力結果的大小，也視原動力的強弱程度而定。缺憾是一種大動力，由這動力的刺激，能反應出十分之八九的潛隱力，否則恐連十分

之一二的能力也不能發揮透澈。

林肯的所以能成其偉大，就是由於和黑暗困苦的環境劇戰而來。假使他不生於木棚之中而能進大學，就不需要特殊的努力而不成其爲林肯了。

相傳有一個博學的法國人，是個肢體不全的殘廢者。有一個客人要瞻仰他的風采，特去拜望，結果被那殘廢學者斯文而美妙的談風壓服得五體投地。有許多面貌醜惡的女子，往往能在學問事業上做出偉大的成績來。這都是因身體上缺憾而努力奮發出補救的自我的驚人表現。

潛隱的偉大能力無異是生命的資產，必須待特殊的缺憾刺激前來，始能反應出來，有所成就。所以我們不要輕視厭惡那些困苦的缺憾，要趁此機會努力發現而使用那宗生命資產纔是。

四六 失敗是成功之母

人在失敗時始能顯出真實地品格。如能在失敗時提出更多的勇氣，使出更大的努力，越發堅決，毫不灰心，那失敗不算真的失敗，反是成功之母。

新生力量、潛在力量、真實力量，必須在大痛苦大患難臨到時始能發揮出來。

失敗了以後立刻鼓動起生命的核心，向惡劣環境再接再厲愈挫愈猛地繼續搏鬥，一定能够獲得最後的成功。

「任何環境的變化不能改移他的初衷和志願，終能制勝阻力，達到目的；這便是堅韌勇毅的意志，便是偉大人物的特殊標記。」是愛馬孫的話。

「每次傾跌後，立刻爬起來！」有一個學會溜冰的孩子，這樣說出他成功的秘訣。傾跌不就是失敗，傾跌後而爬不起來，纔是太大的失敗，一切成功和勝利，都由繼續努力繼續奮鬥而來。

也許你過去的生命中充滿着不堪回首的傷心史。也許你在自欺身世，一事無成。甚至親友離棄，喪家失業，除了苟延殘喘的劫餘之身，什麼都沒有了。你還是千萬不可灰心，不要爲不幸的遭遇和慘暗的環境所屈服。你還有更多勇氣可以提出，仍可邁步向前。把偉大的人格和潛隱的能力去應付一切的失敗之禍，那勝利的成功之期並不在遠。

你也許要氣餒，要怕徒勞，以爲既屢次失敗，再試也無益。那你錯誤到極點了。你不要問失敗的次數多少，你只要問自己究竟有沒有不甘屈服的志氣和不願頹廢的精神。請堅持着最後勝利這幾個字，失敗的影子看也不要一看。

迭更司所作小說中，有一個守財奴叫斯克羅奇的，在暮年時忽然一變以前吝嗇、冷酷、殘忍的壞脾氣而爲一慷慨和善的人。這是寫實的，並不是虛構。暮年的時期已經很晚了，尙且會轉變深固的根性。難道事業上的一些失敗反不能轉變爲成功！

鎮靜、堅定、是偉大人格的最優表現。不願以前的失敗，不念過去的不幸，努力從暴風猛雨的襲擊中救贖出來，自信而又自得地坦然前進；阻礙超越了，彼岸在望了。

失敗確是成功之母。沒有多經失敗，恐怕反而不能大勝利。最終的成功是先前的失敗所造就的。失敗反足增加決心和勇氣，只要你有骨氣有根柢。「什麼是失敗？就是走上較高地位的第一級階梯」。非力浦這樣說。

沒有什麼所謂失敗！在意志堅定，目標正確、百折不撓、永恆前進的人的字典中，找不出失敗二字。

來。

四七 小疏忽演成大錯誤

注意重大的事而疏忽輕小的事是一般的常情。但造成大錯誤大悲劇的，就是這種小疏忽。

建築時些微的忽略，工作時些微的疏漏，可使全座建築物坍塌，可使整條樁樑折斷。連帶着壓壞人物，墜溺車輛。鐵軌上車輪上機件上些微的毛病，可使數十個人枉死。沒有熄滅的捲煙頭或火柴燼，可使金幢房屋甚至整個市鎮化為灰堆。

職務上不認真不仔細，也同樣能造成不可計算的損失和禍害。在鐵道員役，車輛司機等不小心的雙手下，不知斷送了多少人命。即如商店中因店員的種種不謹慎而無形中所受的損失，也是一筆算不清的混賬！

人世間由這種小疏忽所演成的大錯誤，真是不一而足，歷史上也充滿了因魯莽粗心而演成的種種可怕的悲劇。那些木裝脚、無臂的衣、孤苦的家庭，無數的墳墓，都在訴說着人類工作不周密做事不正確的悲慘結局。

工作的不徹底、不正確、不周密，實是干犯職務良心干犯人類幸福的大罪惡。些微的過失可使可貴的生命爲之喪失，疏忽雖小，爲害實大。較之別種故意犯罪並不見小。雖非法律制裁所能及，爲社會實際幸福計，却是不容輕赦的。

公司中商店中職員的工作不正確，究能造成可驚的損失。在大都市中，每一分鐘都有若干不正確的

工作在不覺之中演出。有一個商人會說：芝加哥全市所受工作不正確的損失，每天至少有一百萬元。仔細一想，這話並不過分，只因是無形中的難以統計的現象，就覺有些奇怪吧！所以精明的商人，必須委派稽查員去檢察而糾正職員們工作不正確的弊病。

可是，一般職員們往往以爲這種小疏忽是難免的，不值一顧的。殊不知明知故犯，集小成大，並不是一件小事。有許多職員久久不得升高職位，就爲了這些自己所不在意的所謂小過失。他們自己是決想不到並且也不會置信的。

假使工作能徹底而忠實，不但能做到「尚好」的地步，並且要能獲得「真好」的佳評和榮譽，自然會得到在上的器重而擢升起來。至少，即在僧多粥少的不景氣中，也決不會受到失業的痛苦。

要工作正確，先要思想縝密，不能嚴密觀察精密思考的人，就不能正確地工作。

有一月商店的一個學徒，他每會一件工作，不論大小，總是十分考究，非常認真。店主倒嫌他太專執，太費時，說他不上算而沒有意義。豈知這學徒就在這供雜差使的時候練習得了修理家具的精熟技能後來就正式擢升爲製造家具的職員，終於升到了管轄千百個員役的高級職位。這就是謹慎從事絕不疏忽的良好結果。

有了做事周到工作精確的美名，無異擁着大量的資產。對於這樣從事事業的人，人人都願給以信任和便利。

假使人人都能縝密思考謹慎工作，則不但由小疏忽而演成的大悲劇可以減去不少，並可提高完備的人格和道德。

四八 有系統的工作

工作有了系統，可使效率增加而時間和工夫反較經濟。假使沒有系統，則損失實大，或重複，或矛盾，或太過，或不及，一切失當而混亂。

在公司中，往往有許多高級職員忙着做低級職員的雜務。許多商店的店主或經理，對於職員的努力，都不善指揮而利用。他們只知道多多雇用人手，不知道有效的工作系統。職務沒有計劃，浪費許多職員的體力和精神。一切不能清理而改進，營業於是大落人後，這種因缺乏系統而致營業失敗的公司，所在多有。

假使工作能有清楚的系統和精細的計劃，則雖事務紛繁人手較少，也不會呈現措置失宜指揮不當的混亂的狀態。即使規模較為簡單，人材較為改等，也能增加業務的效率而收獲巨大的成績。

我想起了一個人，他沒有系統的頭腦，缺乏措置的能力，他公司中營業很大，可是開支却更大；他只知道要用更多的人手，不明瞭人工經濟的方法。他的時間真够寶貴，你若顯出要他在百忙中抽出幾分鐘來談談的模樣，他就要拿出錢來警告你了。他老是自己忙碌而又催促職員。可是某種貨品應該安放在什麼最妥當的地方，或某種工作應該支配在什麼最適宜的時間，却都沒有事前的預定辦法。他常常自己忙着尋找物件，只會催促職員盡力幹去。他沒有工作的計劃和綱領，不能發出固定而具體的命令。以致公司中的職員都各自為謀不相關連，一切事務都呈凌亂雜沓的狀態，一團糟的辦公室好像一個舊貨攤。

同時我又認識另一個商人，他的情形恰和上面那個完全相反。他能善用他的頭腦，指揮他的職員

：他有系統的計劃和條理的手續，他自己着重支配的工作，絕不躬親那些瑣事。在表面上，並不見得怎樣忙碌，而實際則事務進行得很順利；一切沒有浪費，一切都有秩序；全公司是一個大系統，每個職員就是其中固定的最後單位。從這裏發生出一種平衡安定的現象和力量。雖然營業大過上面那個數十倍，却是一點也不呈慌亂的狀態。

一切須有計劃和系統。在現代的世界中，假使頭腦不清楚辦事沒方法，是沒有插足的餘地的。只有具有頭腦和手腕的人，能精細規劃，實地執行，始可達到成功的目標。

四九 敏捷而準時

敏捷和準時是偉大成功的要素，能够產生能力，節省時間，生命不致浪費。

假使沒有敏捷和準時的習慣，則事務不能準時告一段落，約會不能準時簽到，款項不能準期付出；一切都因延遲而停滯甚至貽誤。規律既失，信用就減。即使存心忠誠，也無補實際。

拿破崙不肯錯過一分一秒的時間，所以能獲得勝利。「每錯過一分鐘時間，就多一分不幸的機會。」他這樣說。

他又最能準時，不肯浪費自己和他人的時間。有一次他請將士們聚餐；餐時將過，將士們始陸續報到；他就毫不客氣的說：「現在是應該辦公的時候了！」

在已故的范特璧而德看來，不準時實是無可寬恕的罪惡。有許多青年，就因不能準時而錯失上進高升的機會。有一次，范氏約定一個青年在上午十時去會見他。這青年是曾經請范氏替他謀個位置的，范

氏打算會見之後就領去見鐵路總辦。這青年却在十時二十分去，范氏已他出了。青年就此不能得到那個鐵路上的位置，就因為他看輕了二十分鐘的相差。須知一小時只有六十分鐘，而事情的轉變，既固定又迅速，就連一分鐘也不可馬虎的啊！

大家以爲已故的摩根所說，「一小時價值一千元」的話並不誇張，是因為就摩根的地位而言的。殊不知光陰是平等待遇的，人人都不可虛擲半分；各有各的相對價值，不容歧視；寸陰寸金之喻，可見其貴重了。

敏捷準時的習慣，能够加強力量和機能。機警不滯，正確不延，始能獲得勝利。假使今天的事務要挪用明天的時間；寅吃卯糧，豈能補足！維持現狀尚難，罔論向前進取了。

這種良好習慣的養成，須從小就加以切實的訓練。無論在家庭或學校中，無論是做家常的雜務或規定的功課，都不可任他隨便忘掉或說「等一等」的話。則將來獻身社會，定能敏捷準時以從事職務，更能抓住機會不使錯過。

「每做一事，必提早一刻動手，就是我一生事業成功的不二法門。」納爾遜侯爵這樣說。就更可證明敏捷準時和成功的關係密切了。

無論地位和作用怎樣，無論其在上位的人是表示一種敬意的禮貌，在學者是表示一種以身作則的義務，在一般辦事的人是實際一種需要，敏捷和準時總是入世法的重要條項。

五〇 乾脆爽直

有一大商店的門首掛着一塊牌示：「請直捷爽快說話，我們有許多正事要忙着處理。」這塊牌示的本身就是個乾脆爽直的好例。一句話就把不能多話不必囉嗦的理由和事實說了個透澈。

從這牌示正面的意義看來，可見現在的商業貴的敏捷迅速。從它反而所暗示的看來，可見還是有許多不識相不知趣的人喜歡嘮叨，不厭冗煩，不得不下一警告，以避當面難堪的斥責。

抱膝長談的時代是早已過去了。尤其在商界中，現代的營業是往來如電應接不暇的，接洽談話，沒有半句浪費，沒有時間虛擲。每句話都應針對業務本身，而有時還得繁忙不過來。假使迂緩其詞舒徐其態，撇開正話，專講些沒頭腦無次序不相干不經濟的閒話，這樣的商人豈能有長足的進步和神速的效率。這種人是到處惹厭的。說話總不能乾脆爽快直捷了當。喜歡套用濫調，遠兜圈子；既不切實、偏生技節。冗長無謂的費辭，不但使人頭痛，連自己都不知怎樣再歸到本題上去。

能够語語中肯針針見血，始能有所勝利有所成就。因為語言既彎曲拗折支蔓牽扳，事實上也就難奏敏捷之效。事倍功半，吃虧不少。青年在事業上將來能否成功，就可從談話的能否着實中的而預卜。

我有一個朋友，他的機警、果斷、敏捷、爽快，真使人欽佩。談起話來：開口就提本文，開門見山；說完就此算數，再會大吉。這種人自己既佔便宜，別人也覺樂就。你對於一個從來不會打攪你、麻煩你使你疲倦、厭惡的朋友，難道還有什麼不歡迎的？

要養成直截了當乾脆爽快的能力，須先集中思想鞏固意見，使成爲簡約肯定的誠句、久之，談起話

來，自能不嘖嘖費詞了。

文字是語言的形體，尤其是書信，好像就在和這處的人對話一樣。所以在書信中也可看出寫信的人有無直捷了當的能力。無論有意無意，總得推考而得。有時只須看了開場第一句，就可洞察無遺了。一般的通病，總在不得要領不中肯要，很少有能直截了當的。

簡約、簡潔、簡練、簡截，是商業函牘的標準體裁。成功商人所作的函牘，就都顯示出直捷了當乾脆爽快的特色。寥寥數行中，語簡而意備，詞賅而情長。比那支蔓到兩三張信箋的話，實際更為豐富。真是又合經濟，又有精彩。

從個人的書信中，可以看出他的精神結構。許多青年投書自薦時，就顯出效率來了。凡是冗長支蔓連篇累牘揚譽自己的信，都難得到青睞的答覆和優良的位置。凡是措詞簡潔用意明淨的信，大半是有希望的。因為書信無異是精神的攝影，可以看出寫信的人有無處置適當的辦事能力。

有一種很好的心理方法，可以訓練簡約的技能。就是當你要作商業上的函牘時，最好想像是在草擬電報信稿，力求能以最少的字數說出最多的意思。不要有半個廢字，不要有半句轉灣，竭力避去等於不說的話。在這文字的簡截上去下一番工夫，不但可除去談話寫信時的拖泥帶水，並可增進思想的效率。

捷亞自信地說：「我要立意做到簡截的地步，因為這一種優點，而且我是的確可以做得到的。」

五一 生命的涵力

青年初入世時，充滿着生命的涵力，覺得前程無可限量，可以做出神奇偉大的事業，化成永恆不滅

的光明。

青春的活力確是足以自豪的。假使能走上正軌，的確也是取之不盡用之不竭的。可惜一般多想錯了念頭，錯走了路頭。以爲自己的生命力既這樣的富強，就任性浪費起來。起居無節，嗜好深沉，貪懶怕事，奢侈成習。寶貴的生命活力，非但不能利用。反而頻加摧殘。生命只有黑影而不見光明了。

終在連自己也吃驚了，以前以爲自己那樣豐富強健的生命活力是能發出遍照人世的大光明的，現在連自己面前的道路都照不明亮，以致常有傾跌的危險。這纔覺悟到他的本來的生命能力，已在中途不知愛惜地浪費去了。

好像煤能發生電光，但只是百分之一的活力而已，其餘百分之九十九，都因發熱和磨擦而中途耗去，不能達到燈泡。怎樣補救這種龐大的浪費，正是科學界一大問題。

怎樣使青年不去浪費生命的活力而全部化作光明，豈不也是青年界一大問題？

人們對於有形的物資損失，都很能注意；對於無形的精神損失，則每每茫然。譬如有個青年，在一夜之中將父母辛苦積剩下來的一千元儲蓄完全揮霍一個精光，我們當然要不勝浩歎了。可是，對於一個青年虛擲掉浪費掉生命所漸有的寶貴的活力這事，又將有些什麼感想呢？生命的活力是可以化作種種光明事業而爲一切成功和幸福之源，這無價之寶，豈是有限的金錢所能比擬！金錢的損失可以彌補，生命的喪失無法挽回。且因之而人格降低天才埋沒，所受影響的惡劣大而且深！

一般人往往感情用事，任性使氣，動輒憤怒，怨恨、煩悶不快，大發脾氣。這實在太不知自愛了。這種神經上的摧殘損傷，不知許耗去多少生命的活力。既喪失人間的歡樂，自身又得不到絲毫效益。比那做一天苦工時所耗的活力所受的損害，恐怕有過之而無不及。真是無謂的浪費！

有許多雇主對於雇員，常常發怒呵斥，或過求苛責。這種粗莽的脾氣，除了徒傷感情之外，還著實喪失自己自制和自尊的精力。至於對於事業，當然更沒有絲毫的好處！

還有一種人，往往在未會動手工作之前，就先過分地預感而想像那工作的經過；到了真的動手時，倒反沒有什麼興趣和精力了。這種無謂的煩慮，也能浪費掉大量的活力。好像救火機在中途失於檢點而把蒸氣走漏了一樣。

不幸的事和大錯的事，在理是應該設法挽救的。可是，當你心力已盡而還沒有辦法時，就當一刀兩段斷絕那懊惱和挽救的念頭，不要讓它再來擾苦你的心境而摧殘生命的活力浪費生命的活力。這種無益的死亡的遺骸，不該再讓它復活而為害。

當你遇到一件較為重大的事，或心情較為亢奮的時候，你就該仔細檢察：它還是能使我的能力增進精力強旺而加添效率促成事業呢，還是徒然喪失生命活力而浪費生命活力？假使是後者的話，那就該立刻把它排除或遠避開去。要攔架一切無謂的紛擾，節制一切摧殘的浪費，使寶貴的生命活力活潑潑地做出些留名青史的偉大事蹟來，以促進人世文化的旋輪。

五二 能力儲蓄

要生活美滿事業成功，先須充分準備生命的資本，就是教育、訓練、思想等方面所下的功夫。能够儲蓄着體力、智力、一切辦事的能力，則非但能應付目前正常的事務，且可應付非常，担當大事。如有較大之機會，亦不致失去而能緊緊抓住。

在人生戰場上，勝利的把握，全視所具有的戰鬥力足以征服一切而定。播種多而又優良，則收穫自豐。一般生命之所以卑小，就因為沒有充分的能力儲蓄和準備，在奮鬥歷程中，自難免要挫敗而落伍了。

當草白斯脫將於參議院中公開發表演說的前夜，真是千鈞一髮的當口。因為所辯論的既是有關美國國運的重大問題，問題的決定，全視他答辯的演詞為轉移；而對方漢尼的一篇演詞又極漂亮動聽，簡直無可答辯似的；並且參議院中的辯論早已拖延了好久，不容再遲過明晨的最後限期。在這種緊急的情形下，他已不能細翻書或讀教他人而作充分的預備，他僅有這一夜的短促時間可以利用了。——他也就在這一夜短促的時間內竟草就一篇美國歷史上最偉大的演詞。這篇演詞，却是全得力於書桌上書紙架中的一束笥記，這笥記就是以前研究別個問題時精心摘錄下來的。——就是他以前生命中的儲蓄！

從上面的例子，可見能力的儲蓄是大有助於應付非常大事的。應用起來，效率倍增。在各種事業上，尤其在非常重要時，德智體的能力儲蓄，的確都是十分需要的。

又如普法戰爭普國的毛奇將軍早已在戰爭爆發以前的十三年，開始準備種種軍事上的行動機宜，擬定了精詳的作戰計劃。全國的將校都奉有種種訓示和密令，只要一接到正式動員令，立刻就遵照着進行戰時的動作。甚至連後備隊的軍人也都有同樣的準備。他如兵站也預先設置在最適當最靈便的地點。種種計劃又常加修正，力求精密。開戰後之種種情勢，也深加顧慮，俾戰爭無論在什麼時期爆發，都能措置裕如。

果然，一到戰爭爆發，毛奇將軍就指揮若定，使德國的軍隊行動，準確有如時鐘，迅速有如機輪。無論給養、駐調、聯絡等方面，都遠非一無準備的法軍所能匹敵。法軍看看失算，處處落後；終於城下乞盟，忍受絕大的國恥。毛奇將軍的深謀遠慮，終使德國獲得了空前的勝利和光榮。這種克敵制勝的

戰鬥力的儲蓄和準備，足爲任何青年任何事業的模範。

其實，理由正非常的簡單：生命好像銀行，你須先儲蓄進去，然後纔可提取；又好像田地，你須先播種下去，然後纔有收穫。

假使自己以爲能力已够應付目前的事務，不想再把基礎打得更深更廣些，不去理會生命遠大的前程，一切都沒有準備工夫和能力儲蓄，那末，在任何事業上，必致一敗塗地而不可收拾。

五三 師友的薰陶

樹枝上的果子，顏色鮮豔，漿汁香甜，實際都是從樹幹上來的，都是由樹幹造成的。同樣，個人的生命力也是從人類之樹幹中得來的。人類是個完整的大動脈系統，個人是其中一小支脈，全賴吸收得人類之心臟所流出的血液而能生存。

假使枝果脫離了樹幹，小支脈脫離了大動脈，就立刻要枯死。個人若離羣獨處，無論怎樣努力獨善其身，也終於要歸失敗而絕滅。孤獨的生活不合自然原理的。

人類的糧食是雜食性的，精神方面的食糧也是這樣。必須和各種各等各式各樣的人相交際相厮混，始能得到生存的活力。在社交上所接觸的方面量愈多質愈好種類愈繁，則個人的活力也愈大。否則，便成爲自絕於人的弱者，無論在事業上，在道德上。

個人生命中的活力，在一人獨處時不易表現出來，它具有極強的社會性，必須和人接觸後始能從隱潛的狀態中解放出來。尤其在和具有偉大堅強人格的人接觸暗對時，會覺得自己的智力能力等突然增加

提高敏銳起來，而能表現出以前一人獨處時所決不能表現出的事態。

一切新的力量，創造和影響，都由接觸和聯繫中得來。分貯在各個瓶中的藥品，決不能單獨發生化學作用。演說家所以能發出動聽的有力的喚起同情的演辭。而表出偉大的力量，全由於和聽衆接觸的緣故。

生命的生長，有賴心靈從四處攝取營養資料。個人的成就，大半得益於他人的助力。常能和多方面接觸，就常能受到種種鼓勵和輔助，使精神興奮，機能敏銳。

人都不能自己孤獨發現出自己，必須他人來發現。豐富的生命，也必須由他人方面吸取來，只要願意採取他人的秘密和新聞，都足助益前程。常能和人交接，就常能發現生命的新力量的島嶼，在那發現的航程中。

名畫之所以能吸引人，是在畫家的偉大人格而不在畫布上的色彩。那人格本由社會性薰陶而成，再之以薰陶社會。換句話，就是社會的結晶品。

書本上的智識有限度且有評價，心靈上的智識無限而且無價。所謂大學教育，實在就是師生、同學間人格感通的陶冶。在這種陶冶歷程中，互相磨擦攻錯，刺激志氣，提高理想，啓示新光，至於成器。

常常夫和道德學問都勝過自己的人交接，就可不斷攝取到有益的感化，鼓勵向上的志氣，發出更大的努力。否則，你的生命就難免要陷於孤零、冷酷，沒有豐富的同情心，沒有同庚苦樂的共鳴。即使學問怎樣高深，甚至成就怎樣偉大，你的生活還是毫無生氣的。

人類心靈之間有一種相互感應的力量。雖是無形的，不是官能的感覺所覺察，但它的刺激力非常

巨大。固然能建設一切，也能破壞一切。假使常常和不如自己的人廝混，就會降低人格，甚至日趨墮落。

能和比自己優越高超的人常常交接，真是一種幸福。他能增加我們的力量，啓發我們的精神，琢磨去粗糙的性情，黨陶成高貴的品格。這種交接的機會，比那發財獲利的機會，要有價值多了。

五四 成功的工具

成功的工具就是身體。有志之士，一方面固然要求努力發展，一方面也十分注意努力自愛。身心固當盡量應用，也當加意珍惜。

一般不知自愛的人對待自己的身體簡直是殘殺。飲食方面，不是不足，就是無定。休息和睡眠的時間也因過度工作或游蕩而被剝奪。這種不加留意的態度，到了極點，竟像故意要破壞生理上精神上一切規律似的。糟蹋身體的結果，就是「未老先衰」，「剛及中年，已經現出衰老的景象了。

並且他們自己還不明白其所以然，常因能力不能實現志願而起煩悶，又要強迫已經無能為力的衰弱的身心去勉強工作，還能發生什麼良好成效呢！

工具已經損壞，決不能再善其事，完美的利器，是工作精良的第十條件。許多人不经意地損傷了成功工具的自己身體，枯萎的生命不能再供給適當的動力，不能實現其出人頭地的可能性和獨特的天賦；即有所成，也是渺小得很；徒然興起壯志未酬之歎而抱恨以長終。

原理是再組織也沒有了，只是缺乏實行的毅力。誰也明白自己的身體所需要的，不外充分而適當的

飲食和新鮮清潔的空氣和日光等等罷了。好像明白園中花木的需要的一樣簡單。可是很少有人能完全應用這種常識，過着一種有節制規律的生活，以致常鬧胃病胃痛心痛等而乞援於醫藥。這是生活違背規律的一種懲罰啊！

如在飲方面，有許多人的所謂經濟辦法，實在是太不經濟了。經濟不能單就節省金錢而論，因節省金錢而缺乏營養，而損毀身體，而求醫服藥，豈非變成了適得其反的浪費了！

最聰明的經濟辦法，就是能在身體中儲蓄着大量的精力，準備作為成功的工具。假使減少了應有的食料，無異剝削掉自己的生命。有什麼會比我們的精力更可寶貴的呢！只要能使精力增加，事業進展，任何代價都是不應吝惜的。一切享用和娛樂，都能在無形中增益能力和成功的可能性，使生命和諧而有效，都是真經濟的重要事項。

我們的生命力有如一箇蓄水池，假使虛置得不謹慎，就會到處露出漏洞來，流出了大部分的生命力。缺乏滋養的食料、戶外的運動、藝術的修養、至友的歡敘以及休息和睡眠等等，都是走漏精力溜脫生命的大漏洞。

還有許多自己把這寶貴的生命蓄水池鑽穿漏洞的事，最厲害的就是一切不快的發脾氣，如煩悶、怨苦、疑懼、忿恨、暴怒等等。這種精力的浪費，假使檢點一下，恐怕要比工作時所耗費的更多而且拗逆。

我們一面在無知地或明知故犯地摧殘那成功工具的活力，一面却又在詭怪着爲什麼終不能成功——這種矛盾的心理，纔真是可詭怪的！

總之，這成功工具的身體，應該加意地維護。凡是足以浪費精力摧殘活力阻礙前程減少機會的勾當

，都須竭力拚絕，因為它們都是減損成功之可能性的魔鬼啊！

五五 切莫恐懼

恐懼的心理能使人懦弱卑賤，畏縮失敗，是最可怕的一種心理。所恐懼的事，其實並不怎樣可怕，而這種心理的本身，倒是一件非常可怕的事。它會使人喪失幸福和能力，是人類最大的敵人。

凡是憂慮，胆怯，嫉忌，忿恨，甚至一切不安的心理，都是恐懼的變相。他們都能摧殘生命和生理上精神上的一切活力。生理上敗壞胃口，損害滋養，影響到全體的健康。精神上減絕勇氣，打破希望，減低創造的能力。

善於恐懼的人，他的心上簡直只有一個怕字。風雨也怕，雷電也怕；睡覺怕受寒，吃飯怕中毒；營業上怕虧本，工作時怕批評；怕貧困，怕失敗；怕結局的不佳，怕開手的不吉；連諺一句平常的話都吞吞吐吐，不敢爽快快說出。

恐懼的心理對於人類的事業，希望，幸福，真是個最可怕的劍子手。它最能摧殘創造的個性，減絕冒險的精神；使身心各部的機能軟弱無力，不能在實際上發生效率。什麼都有不利的預感，什麼都畏縮不前。

杞憂是恐懼心理中最壞的一種。常常無緣無故地憂慮着事情最壞的一面，常常不切事理地預感着種種重大的不祥就要降臨到自己的身上。大抵都是不測的不幸的災禍之類，如財產或職位的喪失等。即使在極平安的出門時，也總會想起跌倒路中或火車出軌輪船沉覆那些壞事。

若這種犯憂的恐懼心理中過活的人實在不少。尤其是對於疾病的一種恐懼。如感受了一點寒冷，就怕要患傷寒重病了；喉頭稍覺有些酸痛，就怕要生喉核炎症而不能咽食了；心口稍覺有些悸跳，就怕要變成嚴重的心臟病了。差不多全部的生涯都爲這種實際上決不會發生的疾病的憂懼所煩擾而苦悶。

滿懷恐懼的人簡直沒有心胆，只是傷傷和侏儒而已。常常憂懼生命的危險，預感生命的短促；結果反因這種犯憂而致早老早死。因爲恐懼的心理實在足以損害生理機能，改變營養的化學組織，而縮短生命的壽限。

恐懼真是人類的惡魔，絲毫無益而爲害最烈，世上正不知有多少冤魂和悲劇，都有它一手造成。它不但有害生理，且能破壞心理的平衡，陷入偏激傾歛的狀態而構成種種不幸的禍患。

你有這種恐懼的心理嗎？快快揮絕它！對於你最有損害的一種惡習慣，不要讓它盤據在你心中，凡事不要儘向壞的方面着想。要用自信自負的氣概對付一切，一切勇敢而樂觀。這樣，恐懼就會逃匿無蹤了。因爲勇敢等氣概是恐懼的相反剋制者，會發生抵消驅除的效力。

當恐懼的思想將要偷偷的襲來時，有當立刻將思想的方面轉換，轉到相反的好的方面去，不可一任那不吉利不安定的種種預感逐漸生長擴大起來。譬如你對於正在進行的一樁事業，會隨時生起一種無謂的憂慮，憂慮它也許就要失敗。這就因爲你沒有自信自負的心理罷了。否則，怎麼想不到成功的一方面去呢！你不該將自己看作老弱無能而不勝重任，你該抬高自己，尊重自己，自信能力堅強，經驗可靠，就會大無畏地向前邁進。即使這種果敢的態度是出於不自覺的，也總不會步步退後了。

五六 遷延的耽誤

人類遷延的習慣不知耽誤了多少偉大的生命和事業。假使人人都能除去遷延的惡習，則一切的理想和計劃都可執行而實現。可是，大多數的人都讓他們完美的理想和計劃逐漸幻滅而消逝，就是爲了遷延的耽誤。

爲什麼要遷延呢？一天有一天的事，只有眼前的事是新鮮的。昨天的事已經過去了，今天的事就該當天做完，明天也自有明天的事。

希臘神話中有這樣一個寓言：有一天：從宙比特的頭腦中，突然躍出一個披甲執戈的智慧女神美莉娃。這美娃就象象徵最高偉大的智慧，是說人類的理想也同樣是從頭腦中突然有力地躍出的，絕對沒有片刻的遷延。

凡是有能力的人，總在事件新鮮熱烈的當兒立刻迎頭做去。只有弱者纔會遷延耽留到以後。須知在事件新鮮熱烈濃厚的當兒當場做去，是一種有興趣的喜悅；假使遷延到事件冷淡的以後做去，就變成一種沒有意味的痛苦了。

而且難易之差也很明顯，喜悅時用力輕鬆，痛苦時用力重滯。輕鬆的事半功倍，重滯的吃力不討好。

過度鄭重和缺乏自信都是養成遷延習慣的原因，是做任何事件都大忌的。鄭重過度，反變成泥滯；自信缺乏，就不敢邁進。有許多良好的機會，千載難逢的機會，也因不能當場抓住而錯誤過了。

況且，在留待遷延中所耗去的時間和精力，恐怕在實際上也儘够做那所留的部分了。尤其如信件之類，接到後立刻作覆，最爲輕易而討好。試想：答覆以前積壓下來的信件，是多麼困難而不快，真是太不計算了。

人類的品格，所貴在能實踐，實踐的力量尤貴敏捷，則生命自能提高而增強。假使僅有空擬的計劃而不能敏捷實行，因循遷延，終至計劃消散，一事無成。

譬如小說家，當他腦海中突現一個生動熱烈的想像時，他就有力地衝動起來，要想把那美麗的想像寫上白紙；可是，就有因些遷延的習慣，却不去立刻就寫；於是，那想像在他腦海中經過幾次無效的活躍催促後，就漸漸模糊而稀淡消逝了！

又如畫家，當他心象上突現一個神異美妙的影像時，他却也並不立刻把那影像移上畫布；這影像也只得在他心版上作暫時的逗留，終於淡隱下去。

「『等一會』的實際意義，就是『永遠不』！」西萬提斯這樣說。

那些想像影像襲來時所以那樣生動而熱烈，就是要求我們在那最鮮明朗靈動活潑的當兒去抓住它們。初未料竟爲這遷延的習性所耽擱而致誤事。

遷延所生的耽誤，往往會演成大悲劇。因生了病不就去醫治而竟至不治的人，實不在少。該做因爲沒有立刻拆開所接的報告而致喪命，拉爾大佐因爲沒有立刻拆開所接報告直等牌局終了纔去應戰，以致軍隊被擄而自身殉難。這些都是只因幾分鐘的遷延而致失職喪命的史例。

遷延真是最愚誤事的「一種習慣」，它能減損生命中一切的能力。

要戒除遷延的惡習，必須把它和其他罪惡的引誘看作同樣的嚴重。當遷延的傾向襲來時，應該猛醒

過來，立刻動手。不要偷安畏難，不要做遷延的奴隸，它是剝奪你時間，精力，機會，自由等寶物的大盜。

行之既久，自能撲滅這遷延的惡魔。少一分遷延，就少一分困難。事務當前，立刻做去，確是成功的南針。

五七 缺陷的補救

將來的教育方法是一定會有大大的改革的，就是把現在正在研究的發達腦部和培養品格的方法更具體而美備起來。

精神是能支配身體的；精神安定而和諧，身體也就康健而舒展；所謂「心廣體胖」是已。

愁悶惡苦的臉色能隨精神的向上一變而為愉快樂觀的臉色；不過一年半載，前後就判若兩人，使人不易認識了。

由心曠更新新的經驗中，可以看出精神轉移力的偉大。當我們在慘暗環境中心情頹喪的時候，突然有一脈愉快幸福的光明透射進來，就會將方才一切陰影驅除蕩淨，而一變自己對於生活的評價。

譬如意外的幸運突然降臨，或重逢久別的知友，或看到美異奇絕的景色，或聽到崇高偉大的音樂，都會新生一種優美而熱烈的意向，治癒那苦悶不安的一切精神創傷。

有許多人自覺有一種缺陷，在某種品性或機能上；這種缺陷的自覺，能減低自信心和自尊心，就是減低事業成功的可能性，這顯然是無益有害的一種自卑。

但儘有補救的可能。品性或機能的所以有某種缺陷，是因爲主司那一部分的腦筋缺少活動不能發達之故，如能加強低弱的某部的活動力，身心全部就能平衡發達而無缺陷了。

各人的腦部，在各種不同的環境下，各異其活動的方向和發達的程度。如都市的繁忙和鄉村的恬靜，對於人的腦部的影響自然大異。在都市中的人，因環境複雜暗示繁密而忙於應付，使思想感覺，動作都不得不敏銳起來。鄉村間的情形則適相反。

假使要補救某種精神上的弱點，只須集中你的精神到那一方面，則那一部分的腦細胞自會因多活動而漸漸加強地發達起來。凡是自信，樂觀，積極等正向向上的思想都能使精神機能加強。如確有懷疑不斷的缺陷心理，也只須拿堅強的自信來補救，常常自以爲確是能作堅定決斷的人，千萬不可從壞的方面着想。

精神上的各種品性和機能，都可用暗示的力量來加強；其改進的輕捷和迅速，確有非常顯明的歷程可以看出。

有許多人的心神，都爲愚昧和昏迷所控制拘束，都爲不快不安的思想所煩擾。他們的精神不能完全自由發展，不能發揮出十分之一以上的健全有效的本來力量。

改變習慣的辦法，就是從頭做去，相反做去，日新做去，有許多人是先落後起的，有許多人則是先露後沒的。前者起先好像很落伍，並沒什麼特殊的表現；但以後都會突然顯露出頭角來。後者起先好像很有特殊的天才，但以後就漸漸埋沒無聞了。這其間就是環境和習慣改變與否或改好變壞所發生的不同影響。因爲精神的活動，必須由環境和習慣的力量來引起而發達。

至於有意而自覺的改造，也確有許多顯明的例。有的是某一部分的精神機能不大健全，有的是本來

缺少某種特殊的精神機能，都用集中思想加強活動的培養方法來改進發達。而達到完全成功的地步。

各種不同的環境或職業，能使腦部反應出各種不同的適應力來；各個不同的品性或機能，也就在這些不同的情形下各自發達起來。世界人類，就因環境和事業的複雜繁密而腦部的組織也複雜繁密起來；文化乃日進無已。

人類文化和幸福的前途是建築在培養腦部的科學教育上。積極方面，使人人都知道腦部平衡發達的方法，發出最高最大的力量。消極方面，使人人知道補救精神上種種病態變態弱點缺點的方法，恢復固有的活動。至於偏輕偏重畸形的身心發達，決不是合理的科學教育，正是應該速加補救的缺陷教育啊！

五八 自強不息

有許多人的成功，都出於自修的努力。出身微賤而能爬上最高峯的，都為自己的力量所造成。由學徒而職員而經理，並不是罕見的事。

自修就是不靠外力而自求進步的意思，它的原動力就是自強不息的精神。靠了環境勢力而得幸運的，即使可能，也不能持久。

天分雖高，環境雖優，假使沒有受過自己的訓練和培植，一生總只是渺小卑微平凡而已。這種人的腦筋中，除了一點薪水和一些享樂的影像之外，簡直空無所有。

他們本來也不是沒有役人的才能，只因不能全都應用自己的天賦，只利用了一小部分到事業上去，

以致終身受役於人，不得抬頭。

要使自己的天賦才能全部應用，惟有努力於自己的教育。能在自修上多下一分工夫，多得一分知識，就可在事業上多生一種上進的機會。因為由自修得來的知識都是切實不移，具有真力量。

不管工作怎樣苦，薪水怎樣低，仍須利用空閒的時間努力自修，以求上進。不管時間怎樣少，情形怎樣難，總要在無辦法之中努力為自己的前途設法，即退一步講，除了自修的一線生路外，還有什麼別的上進的路？難道你就甘心這樣埋沒一世困苦一身嗎？

眼前的薪水實是小事，自求進步却有重大的價值。須注意，進步是積澱而來的不能一蹴而成，有如儲蓄致富然。零星的努力，細小的知識，日積月累，自能生出廣大豐滿的結果來。生命的儲蓄多一分，生活的幸福也多一分。

有一個青年，他的知識以及經驗，都是在旅途上的舟車中自修成功的。他每次出行，總帶些袖珍書本和函授講義等；利用舟車旅館中的空閒時間，細心研讀。結果，非但常識豐富，並且對於幾門重要學科有廣博的認識和精深的研究。這就是不浪費零星的時間和精力而自修成功的。

預下一個青年前程的好壞，只要看他能否利用公餘之暇以求上進一事就得。能够自強不息孜孜自修，就是優越和勝利的標幟。而一般人大多虛度公餘的光陰，甚而反做有害無益的事，還要自詡曠達，掩飾懶惰，真够愧死！

這種自己教育，實際要比那學校教育經濟而又切用。雖時間不多，但儲蓄知識原是把零星積成整數的啊！總比一無儲蓄的好得多了。

現代生活競爭日烈，情形也日趨複雜。若無充分的知識和鍛鍊，斷難自衛以自存。

但無論知識或事業，却都是積漸而來的。如能不斷努力，自強不息，自能漸漸擴大而升高。一蹴而幾，頃刻即成，人世間是沒有這種倖倖的現象的。

能够自修，就是一種上進的機會。將一寸一分的零星時間，變成各種各樣的有用知識！能力增加，前途有望，沒有再比這事更上算的了。

報紙和雜誌之中，儘有許多貴於黃金的無價之寶在，誰能注意，誰就獲得；誰能自強不息，誰就前程無量。

五九 好學的涵養

好學的涵養就是讀書的習慣，最好在幼年時就養成。家庭中如能備有相當的報紙、雜誌以及其他書籍等，就能使兒女自然的接觸書本！自然地攝取知識，自然地涵養成好學讀書的良好習慣，家庭藏書，也是必需的一件要事，不當再看作一種奢侈。家庭間若沒有書籍，就是沒有開通精神的窗戶。

圖書館中的藏書，真是多得汗牛充棟。能够從這種無數的書堆之中挑罷出幾部最有價值的書來以供閱讀，就是學生在學校時代最應注意最須養成的一種讀書方法上的能力。這就是選擇適當的工具，準備攝取知識而服務社會。對於一生幸福和事業前程，有重大的助益。

讀死書，死讀書，不但自己浪費精力和時間，且也極不受人歡迎。因為有無選擇能力，就是表示無生存能力和辦事能力。耶魯大學的校長海特萊說：「各界中人，最歡迎有選擇書本善用書本的能力的大學生」。

兒童若能使他常常接觸書本，使用書本，他的進步，一定會有可驚的成績。

家庭中圖書環境的設置，既經濟，又實惠。所費代價，不過購備相當的書籍，較學校教育所費，便宜多多，而兒童的獲益實非淺鮮。並且，在家庭中佈置圖書，可以格外美化，使兒童更於不知覺之中留戀家庭，不致闖到外面去習染種種惡劣環境的壞習慣。

一切良好的習慣和志趣，都須在家庭中打好基礎。家庭是訓練涵養的主要所在，影響到一生的幸福和成就。

兒女的衣着破舊些，倒沒多大關係，書籍費却斷不可吝惜。尤其是無力享受高等的學校教育的。少數切實有用的書本可以提高他們在社會上的地位。亨利克雷幼時所讀的書籍，大半都是他母親在洗衣上節省下來的錢購買的。

家庭中的讀書時間，最好也像晚餐那樣規定好。如能在晚餐之後經過一小時的休息遊戲，再聚精神會地讀書一小時，對於身心的進益一定不少。家庭中的每個份子都須依照著做，誰也不得擾亂誰。大家都籠罩在和諧而統一的空氣中，凡足以分散精神打斷心思的紛擾都在禁止之列。這樣專心的讀書，效率定要超過心神不定的讀書好幾倍。

家庭讀書環境的好壞，影響到全家的人身心的上進或下退。能否利用空閒的光陰不使虛度浪費，對於學問事業上的損益也大有關係。但在一般的情形，既乏良好的讀書環境，更缺利用暇時的方法。所以只見忙碌而不見進步，甚至嘲笑自修而同流合污。

節省時間的方法，無過於使工作事務有秩序有系統，尤其在日常瑣事上。把這日常生活中所節省出來的空閒時間在努力自修上，對於自我生命的擴大改進必可收顯著的成效。

「積少成多」「持之以恆」「選擇得當」是自修的三大原則。哈佛大學前任校長依里奧脫說：「假使養成每天讀書十分鐘的習慣，則十年之後，這人的道德學問，一定可達到驚人的地步。至於所讀的書，當然要選取那些世界公認的名著，纔不致浪費。」

假使你真有求知的渴望和自修的決心，不愁沒有相當的時間可以設法騰出。所可愁者：恐無此種自強不息精神耳，時間有什麼問題呢！

六〇 失學以後

失學不必憂慮，即使已屆中年而仍沒有受過相當教育，也不要就此灰心。學校以外的教育，儘可自由攝取。年齡的大小和成熟的遲早，更無問題。

從前有一個人在五月底時購進一塊還沒耕種的田畝，只可種些菜蔬之類。但他却下了些晚期生長的穀類種籽，終得到了意外豐富的收穫，可見晚期成熟的反爲可貴了。

問題是在你是否真的有志向上有志補習。假使真是有志的，那末世界就是一個大學校。我們所遇見接觸到的人物事件，就是我們的教師，所得到的見識經驗，就是我們的成績。只要不自拘拘，隨時隨地都可攝取種種的智識，且較學校中的更爲切實而廣博。

無論你所遇見接觸的是工人或農夫、商人或學者、軍人或政客，都可攝取你所未聞的新智識，並且方面繁富，種類不一，趣味廣大濃厚，胸襟曠遠開通。

世人把學校教育看得太重了。他們只固執着沒有進過太學的缺憾，却一些不注意那些甚至連中學都

沒有進過的偉大的成功者。爲什麼你偏不能努力補習呢？我告訴你一個完全由自修而成功的青年。這人的確連小學教育都沒有受得完全。可是後來因爲讀了許多歷史傳記等書籍，竟成了個歷史專家。那時出版界中關於自修的書籍還不多，現在這種書籍已多得觸目皆是了，不是更多了自修上進的機會？

也許，有些人以爲中年時期的感受性遠不如青年時代，已遲了。這是只知其一不知其二的錯誤觀念，應當就學習的對象人切實解剖，不能一概而論。在學校的普通課程上，固然學習力和記憶力要比前減退。但在較用接近社會人事的那些學科上，則中年人反比青年人容易感受，因爲他有更豐富的見識和經驗，更熟練正確的主意和判斷。再就求學心的深淺一點上說，則管過失學痛苦的人也較爲深切而易於感受。並且，對於所得智識的整理工夫也較優良。所以，有許多人在校時雖平凡而無足稱道，但出校以後往往在學問事業上表現出驚人的成績來。

人的一生都是受教育的時期。能够年已中壯而猶孜孜不息從事自修以補失學的痛苦以進更充實偉大的前程，這是世間最可尊敬的人了。

六一 慎擇職業

一般青年對於職業的評價，往往只着限在薪水之多少，和有無其他副收入兩點上，就是說是否容易多多掙錢。其於身心適合與否，前程光明與否等問題，大部置之腦後。即明知是十分不正當的，也拿容易投錢和暫時遷就來敷衍環境而哄騙自己。有的更吞吐實詞，不願明白說出自己的職業，簡直自認爲可恥的了。

從事於一種爲自己的良心所斥責的卑劣的職業，甚至出賣人格，自欺欺人，真是一件至可痛心的事。一個有爲而可畏的青年，本來應該從事高尚正當的職業的啊！首先吃虧的，還是他自己哩！試想：一舉一動都怕人家監視，一言一語都和良心衝突，他的全生命還能順遂地生長嗎？

最可怕的就是明知故犯，用麻醉良心的種種藉口來自騙自慰。以爲只是暫時的，將來儘可脫離。殊不知所謂將來，就是暫時的繼續，將來和暫時並沒有絕對的界劃！並且，行之既久，即成習慣，是非泯沒，黑白不辨，連自己都視爲當然視爲值得而不由自主地墮落下去了。

要明白惡環境的同化力，根本就卑污不堪的職業碰也不要碰一碰：一經跨進之後，就立刻脫離出來。你以爲可以從污邪的職業上掙得清正的金錢嗎？你以爲可以惟我獨清不會同流合污嗎？快不要作這種斷送自己一生的至念！

一種不良行爲既成習慣，則由複演而再演而重演，直無異慢性的自殺而後悔無及！生活貧苦打什麼緊，收入微薄更沒多大關係，千萬不要因此而泯沒良心踐踏人格，你的寶貴的光榮的生命中原有至高至大的快樂在，世上正有許多高尚尊榮的職業等待你們有希望的青年去做呢！

名利不是選擇職業的標準，能够發展人格和才能的才是崇高偉大的職業生活。

絕對不取不義之財，絕對不就不正之業，絕對不用欺騙或強暴的手段來滿足個人的生活，這自然是大智大仁大勇的行爲，也就是最高人格的試金石。——你究竟有沒有這種的「人」的志氣呢？

六二 精神上的友人和敵人

我們的心田上，可以隨自己的意想建築起崇高宏麗的宮室，却也可以使它變成恐怖慘暗的窟窟。屬於崇高方面的，就是精神上的友人；屬於慘暗方面的，就是精神上的敵人。

精神的作用支配着實際生活的全部，精神的意象深映出生命的品格，所謂人生，就是精神的表現。要當心那些精神上的敵人，如混亂卑劣的思想，憂懼嫉恨的情感等的發生；要提防它們竊去心中的至寶平衡安靜的心境。否則，一任它們侵入，生命就只剩活的墳墓中死的靈魂而已。它們不但會損傷能力有減低效率，有時在重大的失望時竟能使人容貌都變壞起來。

把這些精神上的敵人攔絕於生命之外，全力維持生活的和諧，就能走上康莊大道了。

精神上的友人就是樂觀、積極的思想和愉快、安定的情感等。它們能使生活有興味，充溢着新鮮的幸福和向上的希望；好像一股勇敢受歡樂的電流，通過了身心的全部。

「個性就是環境」，這話就是說；自己的世界完全是由自己一手造成的。各種不同的思想情感，能產生各種不同的生活方式。悲觀頹喪的思想情感能使環境變成苦海地獄，相反地，樂觀高興的思想情感能使環境變成樂園天堂。

天賦能力中，要算自制力最爲偉大而可貴。假使沒有控制自己思想情感的能力，雖具天才，也只是思想的奴隸和情感的俘虜而已；成就有限，吃虧不少。能够將精神上的友人來替代精神上的敵人，纔是有爲而可畏的青年。無論境況怎樣惡劣，切不可使精神陷入變態病態，這本來應由自己作主自己負責。

的。

精神之敵的傷害生命力，要比做苦工還厲害多多。它的破壞性腐蝕性真不知要耗費去多少生命的活力，惟有常常接近精神之友，始能將可惡的敵人驅逐出心門。

既屬精神上的敵人，克敵是需要決鬥的精神的。假使沒有決心，勇氣和毅力，又怎能驅除不快的情感肅清不良的思想。

要有系統而不間斷，惟有援用那異種相驅的原則。要驅除悲苦、憂愁、頹喪的陰翳，惟有努力攝取快樂、恬適、高興的陽光。愛神降臨，冤鬼自然遠避；聖靈出現，惡魔豈能生存！既有生命，原應表現真善美的正而精神的。

當那些憎恨、嫉怨、懷惱、愁悶等精神之敵行將侵入的當口，就應立刻發覺醒悟，這是阻撓生命前進滅却幸福效率的致命打擊！應該立刻求救於精神之友，請它們仗義動員，剿滅暴敵！

兩種相反的思想情感是互相剋制的，不能同時並存於一個心靈中，如真實和虛偽，正確和錯誤，良善和惡毒，安定和擾亂等。故能充溢親愛和樂的情感和健全公正的思想等精神之友，則一切不良的精神之敵自會逃匿無蹤了。

精神之友是生機之母，能產生健康的力量和崇高的情操。親愛互助，就是全人類的宗教信條。

爲什麼只知道身體上避免受傷而忽略精神上的痛苦？只要有決心，精神之友是隨請隨到的；良友一到，暴客溜出，豈非簡捷爽快，有什麼困難之可言！

六三 每年一次的休閒

都市中的居民如能每年一次跑到鄉間去治療「都市病」，必有神奇的成效。自然界的治療能力超過一切醫院藥房中的人工。藥味既苦又花錢，如何去獵取田野的健康？

都市的病態到處顯現着。商人終年忙着，炎夏已臨，還在熱汗中討生活，多麼難忍的痛苦！著作家終年絞腦，筆也禿了，精神的機器非好好加油不可了。律師和醫師終年歷亂得疲乏不堪，因工作過度而勉強支持着。主婦們呢，終年局處在斗室一尺之間，給瑣碎的煩憂，弄得神經衰弱。學生和店員，埋首在書本帳簿之中，灰白萎黃得好像枯落的花葉。勞工階級是更憔悴得可憐了。

這些都市的活動者，都需要立刻跑進自然母親的懷抱。休閒在田野山林的滋養中。聰明些的，就這麼實行了。即使代價過高或事情爲難，也竭力設法求得職務上的休假。即使不能獲得兩三個月的長期，兩三個月的短期也是好的。

當他們從鄉間回來時，已經另是一個新生的人了，已從大自然中攝取到大量的生力了。不但身心暢適，精力飽滿，並且懷着新鮮的希望和計劃，高高興興地重整他們的職務了。

這是最有利的時間的投資。費去一些時間而能換得大量的新的神力活力和廣闊的憧憬的人生觀念。無論從事工作或應付人事，都不會再做環境的俘虜了。

假使工作有系統有組織，善於計劃而支配，那就沒有不可暫時離開職務的理由，除非生性鄙吝，一年到頭只想撈錢，連數星期的休閒都不要享受，連現成的力量都不要吸收。這種人的心理實在足變態的

，對於利害和苦樂的觀念，一些也沒有輕重緩急的判別力。

快快拋棄這種不願休假的愚蠢的念頭！即使休假對於職務的贖廢有所損失，但所獲得的新生力量和健康幸福不是更多了嗎？

許多許多人都爲了工作過度不肯休閒而將身體困頓神經枯萎，終於走進醫院療養院，甚而提早走進墳墓！

即就品格方面說，休閒能恢復疲乏的身體和衰弱的神經，保持良善的性情。否則，即使本性良善的人，一到過度疲乏衰弱時候甚至生起病來，也會變成乖戾橫暴的壞人。

什麼時候纔算過度而需要休假呢？當然也有症候的。當你頭暈脚軟眼睛失神的時候，當你熱誠興趣漸漸減退的時候，當你對於工作勞得勉強，對於四周覺得厭煩，對於瑣碎的不快，忍不住忿怒的時候，是你應該不惜任何代價而作長期休閒時候了。

這是「造物」的警告；須立刻停止工作，覓取休閒；否則就得受罰受苦甚至失去生命！從君王到乞丐，從經理到學徒，都一律待遇，絲毫不容假借。

誰都不願看見自己將病的惡兆，誰都不肯違反「造物」的自然律——爲什麼偏要吝嗇那有期的休閒時間呢！

怎樣創造你自己



每冊實價一元

著者

S. Q. Marden

譯者

林伯修

出版者

啓蒙書店

上海福州路中

經售者

各大書局

中華民國二十九年九月四版

版權所有 翻印必究

10
713215
(41)

原稿審查委員會原稿審查證教字第一

479