

<<自己拯救自己>>

图书基本信息

书名：<<自己拯救自己>>

13位ISBN编号：9787504468543

10位ISBN编号：7504468541

出版时间：2010-6

出版时间：中国商业

作者：(英)塞缪尔·斯迈尔斯|译者:焦龙梅

页数：208

字数：143000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

前言

人们的精神世界一旦不被高尚的精神食粮所滋养，就会被错误、庸俗的观念所充斥。给人们在成长中提供高尚的精神食粮，是我们出版“塞缪尔·斯迈尔斯素质教育精选集”的初衷。

21世纪初的中国正处在民族复兴的伟大时刻，工业化、信息化等进程在这里交织，在财富被迅疾创造的同时，也伴随着多元化、个性诉求、信仰危机、贫富差距拉大等诸多问题。

年轻的打工者跳楼轻生，从草根到首富者的银铛入狱……这些不惟独现在存在，所有这一切在历史上曾经逼真地存在过，那就是西方发达国家，特别是19世纪工业革命引发的财富、信仰、阶层等等诸多问题，也曾给西方社会带来比我们现在还要大的冲击。

可是西方发达国家没有停止前进的脚步，不仅为人类文明作出了杰出贡献，还涌现出了更多天才和成功者。

这应归功于当时的西方社会涌现的一批致力于人们精神家园建设的有识之士，他们大都功成名就、德高望重。

回望社会乱象，他们义无反顾地投身于人们精神家园的建设，给成功者以教诲，给失败者以激励。

<<自己拯救自己>>

内容概要

本书内容源于作者为一批在死亡线上挣扎的病人所做的演讲，通过给他们灌输一个人将来的幸福和健康很大程度上取决于他们自己的道理，激励这些人选择了以信任、负责和有价值地行事来定位自己的人生。

于是，促成了《自己拯救自己》这部作品的问世。

这本书出版后，好评如潮。

几乎所有欧洲国家都用自己的语言翻译出版过这本书，同时还被翻译成印度语和日语出版。

本书在中国问世后，立即成为畅销书，是近20年来出版的励志书中经得起时间检验的少数精品之一。

正如作者所言：“伟大的行为会留给世人宝贵的财富，后人将从中获益无穷。

”这句至理名言也能恰当地作为对作者的评价，他的行为给人类留下的财富是无价的，无数人从他的作品中受益，倍受鼓舞，迈向成功的人生。

<<自己拯救自己>>

作者简介

塞缪尔·斯迈尔斯(1812 - 1904)，英国十九世纪伟大的道德学家，他写过许多脍炙人口的人生随作品，如《自己拯救自己》、《品格的力量》、《人生的职责》、《金钱与人生》等等，在全球畅销一百多年而不衰，改变了亿万人民的命运，塑造了近现代西方道德文明的精神风貌。

他的

<<自己拯救自己>>

书籍目录

第一章 做自己的救星 一、自立精神 二、个人的力量 三、别人的帮助并非不重要第二章 对人民的最好教育 一、历史的经验 二、工业文明的发明家们第三章 面对坎坷的利器第四章 成就伟业的品格 一、命运掌握在谁手中 二、培养良好的工作习惯 三、天赋并不重要第五章 成功之道：机遇 一、运气好还是勤劳和坚持 二、成功非偶然 三、好运在手也不会成功的原因第六章 勤能补拙所蕴含的道理 一、从来没有天才和笨蛋 二、战胜贫困第七章 富人成功更需勤奋第八章 相信自己，意志的力量很重要 一、伟大品格的基础 二、意志的力量 三、有志者，事竟成第九章 如何成为成功而伟大的商人 一、对商人的偏见 二、成功商人需要具备的素质 三、诚实是最好的策略第十章 比金钱更重要的 一、与金钱相关的品质 二、自我克制 三、生活须简朴节俭 四、成长过程中的敌人 五、赚钱和财富积累 六、不要高估金钱的力量第十一章 自我修养很重要 一、自学与学校教育 二、身体是学习的本钱 三、学习的目标 四、自学能力 五、阅读并不是越多越好 六、自尊与自我修养 七、失败的学习意义 八、困难是最好的学校 九、笨小孩更有前途第十二章 榜样的力量 一、榜样 二、榜样的种类 三、谨慎选择喜欢的人第十三章 品格造就真正的绅士 一、品格 二、诚实 三、正确地做事 四、习惯 五、道德和礼貌 六、真诚

<<自己拯救自己>>

章节摘录

三、天赋并不重要 在自然史方面取得卓越成就的孔德·德·布芬年轻时，并没有什么过人的天赋，智力平平，反应迟钝，而且天性懒惰，从小就生活在富裕人家，衣食无忧，人们或许以为他会纵情于荣华富贵之中，一无所为。

但他不想成为酒囊饭袋，不想碌碌无为，他立志要致力于科学研究。他经常为自己睡懒觉浪费时间而苦恼，而时间是有限的财富，他决心破除这个坏习惯。习惯是一种力量，要破除它谈何容易。

他斗争了一段时期，但毫无成效，早上仍然起不来。

他求助于佣人约瑟夫，只要约瑟夫能在早上6点钟以前把他弄起来就奖一克朗。

可是，当约瑟夫叫他时，他不是借口生病，就是因吵醒他的睡眠而假装生气。

而当起床后，又大声喝斥约瑟夫没准时叫他起床，而放纵他睡懒觉。

他的话激怒了贴身男仆，约瑟夫铁下心来要赚一克朗，对布芬的恳求不再心慈手软、也不在乎他的威胁，一次又一次地强迫布芬6点之前起床。

有一次，任凭约瑟夫怎么弄，布芬都赖在床上不肯起来。

为了成功，约瑟夫想得动点真格的了，于是他在被窝里放了一盆冰水，这一招马上见效。

通过约瑟夫的不懈努力，布芬终于克服了睡懒觉的习惯，对此布芬一直心存感激，常说自己还欠约瑟夫三、四卷自然史呢。

40年来，布芬一直是从早上9点工作到下午2点，然后又从下午5点工作到晚上9点，天天如此，从不间断。

久而久之，这成了他的习惯，几十年如一日，习惯真是一种力量。

他在自传中写道：“工作是他的生命的组成部分。

从事学术研究则是他发乎内心的乐趣；一直到事业辉煌的最后时刻，他还常说多么希望为了自己的事业再奉献几年。

”他是一位很有良心的作家，仔细推敲著作中的每一个字，认真润色每一段文字，直到内容与形式完美后他才满意。

《自然史的变迁》，他先后写了不少于11次，才自感满意。

每一部著作他都深思熟虑，从不马虎，从事著述50年来，一直如此。

对任何细节从不马虎，事无大小，他都是如此，还常说，天才就是有条有理，一丝不苟。

作为一个伟大的作家，他的成功就在于能像蜜蜂一样不停地劳作、永无止息。

正如迈登·勒克所言：“布芬的成功最明白无误地表明天才就在于把全部精力专注于某一特定的目标。

当布芬完成他的第一部著作的写作时，已疲惫不堪；但他强迫自己再回到原作上来，一个字一个字地推敲、润色，一直到他感到满意为止。

一直到他在这种反复推敲中感到快慰而不是厌烦和疲乏为止。

他的成功是这样换来的。

” 约瑟夫·休谟从事的是完全不同的职业，他天资平平，但坚毅果断、意志非凡、诚实异常。

他的人生格言是“坚忍以行”，并终生践履此言。

休谟早年丧父，母亲在蒙特罗斯开了一家小店铺，含辛茹苦地拉扯大他们兄妹几个。

后来，母亲把他送到一位外科医生那里学习，打算培养他成为医生。

毕业之后，他以轮船医生的身份随船去过几次印度，后来在东印度公司获得军校学员医生身份。

没有人像休谟那样不要命地工作，也没有人像他那样严谨地生活。

由于他恪尽职守深得上司的信任，不断被提拔。

1803年，马哈特战争爆发，他随鲍威尔将军出征。

在战争中，翻译人员牺牲了。

休谟学习和研究当地语言，接替了翻译的工作，发挥了不可估量的作用，随后被任命为医疗队的队长。

<<自己拯救自己>>

他的工作能力十分惊人，这些工作对他说来远远不够，另外他还当出纳员、投递员。

工作越多，他就越高兴，干得也就越来劲。

他还签约负责提供军需品，这既有利于部队也有利于自己。

回到英国后，他已有了不少积蓄，他做的第一件事就是给家里的穷人们提供帮助，这也是他长久未曾实现的夙愿。

约瑟夫·休谟不是那种贪图安逸，追求个人享乐的人。

对他而言，工作和劳动就是快乐和幸福。

为了了解祖国和人民的实际状况，他走遍了英国的每一个城镇。

当时英国已享有制造业的盛誉，为了获得其他国家的有关情况，他多次到外游历，扩大视野。

1812年回到英国之后，他进入国会成了议员。

期间除短暂中断外，他连任了34年议员，有史记载的他的第一篇演讲是关于公共教育问题。

在休谟漫长而令人尊敬的生涯中，他一直诚挚地关注公众教育问题以及其他种种社会问题，如刑法改革、银行储蓄、自由贸易、经济发展与艰苦奋斗、扩大民众代表权等问题。

对任何有益公众的问题，他都全身心地投入，不屈不挠地为之奔波、呼吁。

他是一个名副其实为公众事业着想、为公众事业操劳的人。

无论干什么事，他都竭其所能，不遗余力。

他并不善言谈，不是那种大话连篇、不干实事的人，他讲的每一句话都朴实无华，但他言必行，行必果。

他的坦率、单纯、热诚、一丝不苟的性格体现在他的一言一行之中。

如果说事实是检验一个人的最好的试金石的话，这用来衡量约瑟夫·休谟真是再合适不过。

沙佛兹伯里说：“嘲笑是检验真理的试金石。

”这句话对休谟来说也许有最深刻的体会。

没有人像他那样受到来自各方面的嘲笑，但他又确实实地终生在这个职位上，常常面对多种政治力量的打击，选民运动也直接攻击他，人们并未感觉到他的影响和作用，但许多重要的改善经济的举措都是在他的努力下实现的。

为了克服重重障碍，每推行一项富国强民的举措他都要殚精竭虑，奋力以求。

这其中所付出的辛劳真是无法估量。

他6点起床，处理各方来信并把自己的报告准备好提交议会；早餐后，他接待来访人员，有时一个早上要接待20人之多。

议会会议很少有他不参加的，有时争论激烈，会议一直拖到下午2、3点钟，但他从不提早退席。

几十年来，年复一年，日复一日，他无数次以压倒票数当选，却不断地遭到打击、排挤，乃至冷言恶语的讥讽；许多时候，他孤立无援，如落群孤雁过秋风，只觉秋风阵阵凉。

面对挫折、失意，他坚忍不拔，决不退弃，从不气馁，谦和中有刚毅，每临大事有静气。

面对政出多门的纷争，面对各集团利益的冲突，面对个人进退维谷之境，他断之以公，行之以法，以民为重，绝不苟且。

数十年苍苍岁月，他早已知寒识雨，但每当一项重大措施冲破重重障碍而得到公众的欢呼时，他都难忍老泪！

其人意志如钢似铁，却常为民众抛撒涕泪。

他们身上所具有的品格，是人人都需要学习的，否则很难有所成就。

P45-49

<<自己拯救自己>>

编辑推荐

素质教育之百年经典，自立自强的精神源泉 1998年，伦敦《金融时报》发表纪念斯迈尔斯的社论指出：

同其他理论家相比，斯迈尔斯先生将带领人类更加健康地进入21世纪。

”斯迈尔斯的作品被誉为。

跨越时空的永恒经典，泽被后世的心灵福音”。

给人们在成长中提供高尚的精神食粮，是我们出版“塞缪尔·斯迈尔斯素质教育精选集”的初衷。

21世纪的中国处在民族复兴的伟大时刻，在财富激增的同时，也伴随着信仰危机、贫富差距拉大等诸多问题。

年轻的打工者跳楼轻生，从草根到首富的锒铛入狱……这应当引起我们的警醒和思考。

历史具有惊人的相似，19世纪工业革命引发的财富、信仰、阶级等诸多问题，也给西方社会带来巨大的冲击，可是他们没有停止前进的脚步。

这应归功于当时的西方社会涌现的一批致力于人们精神家园建设的有识之士，他们教会人们以正确的理念面对成功和失败。

塞缪尔·斯迈尔斯便是其中的代表。

塞缪尔。

斯迈尔斯认为，人类文明中那些历久弥坚的优秀道德传统，如坚忍不拔、自尊自救、诚实公正、勤俭节约等无论在任何时代、任何社会都不会过时。

他的著作被誉为“美国梦的灵魂”和“个人奋斗的精神标本”。

我们将体现塞缪尔·斯迈尔斯思想精华的《自己拯救自己》、《品格的力量》、《职责》、《节俭》等作品精心编译，希望大家走进这个平凡而伟大的心灵，成功和幸福的之路将就此伸展。

在人生的历程中，人们的幸福生活在很大程度上要依靠人们自身的努力——依靠自己的勤奋、自我修养、自我磨砺和自我约束。

但首先是依靠诚实、正直和不折不扣地履行自己的职责。

正是这些品行塑造了人类坚毅果敢的人格品性。

——塞缪尔·斯迈尔斯 自立精神是个人发展与进步的真正动力和根源。

外在的帮助只会使受助者走向衰弱，而内在的帮助则必定使自救者兴旺发达。

<<自己拯救自己>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>