第一图书网, tushu007.com

# <<投资自我>>

## 图书基本信息

书名：<<投资自我>>

13位ISBN编号：9787507522778

10位ISBN编号：7507522776

出版时间：2009-9

出版时间：华文出版社

作者：奥里森·马登

页数：226

字数：138000

译者：李浩

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

## 内容概要

本书是美国成功学奠基人、最伟大的成功励志导师奥里森·马登的一部经典名著，书中深刻揭示了成功人士如何对自我进行投资，从而建立自我成长系统的秘密，在美国一经出版，便成为最伟大的励志书之一，被很多公立学校指定为教科书或参考书，不少企业发给员工阅读，在商界、教育界、政界受到普遍的欢迎，被誉为“成为社会精英的必读书”，激励了无数的青年人奋发向上，修正自我，获取人生的幸福和财富。
从艾森豪威尔、尼克松、卡特、布什等美国历任总统，到洛克菲勒、索罗斯、比尔·盖茨等商业巨子，再到施瓦辛格、贝克汉姆等文体巨星都曾提到本书在青少年时期对他们的决定性影响。

## 作者简介

奥里森·马登，1850年出生于美国新罕布什尔州的一个贫苦家庭，3岁丧母，7岁丧父，为了生存，马登经历了极为艰苦卓绝的奋斗。
通过自己不懈努力，他成为美国公认的成功学的奠基人和最伟大的成功励志导师，被誉为“成功学之父”，同时也是世人所公认的“美国当代成功运动”的发

# <<投资自我>>

## 书籍目录

第1章 投资说话 说话是一门无与伦比的艺术 谈吐体现人的修养 学习演讲，推销自己的最好方式 语言的力量源自哪里第2章 获得美的力量 美是最好的教育 投资美好 美丽只能源自自我 从小就开始投资美 欣赏他人的所有第3章 投资性格 个人魅力源自良好性格 培养优雅风度，提升成功几率 通过社交向他人学习 培养坦率热情的性格第4章 投资社交：帮你完成很多金钱不能完成的事情 学会社交礼仪，提升个人价值 吸引力 融入社会，从整体中汲取力量 发现他人优点 正视性格，完善自我 训练说话的嗓音第5章 交际技巧带来的奇迹 处事精明让你无往不胜 说话不可太直率，要有所保留 幽默是交际的润滑剂 交际技巧助你成功第6章 我有一笔巨大的人生财富——朋友 朋友是一笔巨大的人生财富 选择益友，真心相交 真正的贫穷是没有朋友 利益之交不可靠 友谊是温暖心灵的阳光第7章 唤醒自我 树立目标，唤醒沉睡的雄心 渴望成功 你的现在不是你的未来 人不能一天就成功 现在就告别平庸第8章 自我教育——阅读 挑选适合自己的图书 培养阅读品位，拒绝有害图书 在家庭中营造良好的读书氛围 书籍让人摆脱无知和野蛮 挤出时间，坚持阅读 读书要有目的性 勤于思考，把知识转化为自身的力量 用书籍唤醒心中的力量第9章 巨额投资：养成完善自我的习惯 自我完善比接受教育更重要 利用现有资源提高自己 能否成功取决于年轻时候 终身学习 挖掘潜能，提升人生价值第10章 展现自我：在公共场合演讲 在公共场合即兴表达，展现自我 成功演讲的两大秘诀——语言和激情 参加正规训练 打造影响力第11章 塑造自我：投资仪表 仪表是内心修养的表现 注重仪表助你成功求职 对仪表的讲究要适可而止 注重仪表是大自然的法则第12章 依靠自我：推倒成功的最大障碍 每个人都可以独立自主 依赖是成功最大的障碍 丢掉拐杖，自尊自强第13章 守护自我：走向成功和幸福 赶走成功和幸福的敌人 享受幸福的秘密 树立积极心态，学会正面思维

## 章节摘录

第1章 投资说话　　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。
今日语言艺术的衰落应归咎于现代文明环境下的彻底变革。
以前的人们除了演讲，几乎没有别的方式来交流彼此的思想。
各种知识完全依赖口头的交谈才得以传播。
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。
　　随后，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——所有这些都在一同改变我们的语言。
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，我们不再作出深刻的反思，更没有闲心提高我们的语言能力；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、一本书刊或是一份杂志中。
人们不再需要和从前一样，通过口头交谈进行信息的交流。
　　出于同样的原因，讲演术正成为一门日渐衰微的艺术。
印刷成本之低廉，使得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。
　　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。
　　然而，阅读好书，不仅能开拓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。
许多人都拥有不错的想法和主见，但囿于贫乏的词汇量，他们不能将其明确地表述出来。
他们缺乏足够的词藻来修饰自己的想法，也无法使其变得更具吸引力。
他们不断地重复表达，不断在原地绕圈圈。
每当他们想用一个特别的词汇来确切地表达某一意思时，总是绞尽脑汁、搜索枯肠，到头来仍然一无所获。
　　如果你渴望成为一个善于交谈的人，首先必须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。
如果你总是故步自封，和这些群体相隔离，那么，即便你顺利从大学毕业，恐怕也永远不能成为一个健谈者。
　　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，他们总是表现出可怕的压抑情感和沉闷的思绪。
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，很多伟大的演说家在初次登台发表公众演讲时都曾有过类似的经历，并且大多对自己的笨嘴笨舌和大量的失误深以为耻。
然而，要成为一个演说家或一个健谈者，除了不断练习简洁、文雅地表达之外，并无其他捷径。
　　当你在表达时，如果发现自己的想法转瞬即逝，如果发现自己因为词不达意而结结巴巴，你要相信，即便接连遭遇失败，只要能坚持下来，那么，你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。
值得注意的是，不论是谁，只要能坚持不断地练习，便会以出人意料的速度征服天赋的笨拙，改变羞涩的个性，最终达到谈吐从容、娓娓道来的境界。
　　我们经常看到形形色色的身处困境的人们，他们之所以失败，仅仅是因为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。
我们经常能在公众聚会上遇见很多饱识之士。
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。

一般而言，很多能力超群、学识渊博的人在公众场合中总是沉默寡言，而另外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。
其原因很简单：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。
而光在我们的首都，就生活着成百上千位这一类人，他们中有许多人一夜之间便成为了我们这个社会的政治精英。
很多人——特别是那些学者们——似乎都认为生命的真谛在于尽可能多地获得有价值的信息以武装自己的头脑。
但是，学会用一种沁人心脾的方式与人交流，展示自己的学识，或许和汲取知识同样重要。
也许你是一位学者，有着极高的学术造诣，通晓历史和政治；也许你在科学、文学、艺术等领域闻名遐迩，但是，如果只是独享自己的才识而不与人交流，那么你终究无法登堂入室，更进一步。
这种“上锁”的能力也许会给个人以满足感，但是，一个人的能力有展现的需要，而且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。
可怜天下父母，有多少能够在放任成长中的孩子对说话这门绝妙艺术的忽略或漠视之余，意识到这样做的危害！
在大多数家庭里，父母听任孩子肆意糟蹋英语的现象，简直触目惊心。
没有什么方式能比坚持优雅、睿智和生动的聊天更能锤炼孩子心智和性格。
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。
在我们眼中，那些能言善辩的人都是如此优秀，以至于没人会相信，事实上他们的受教育程度并不一定很高。
而现实却是：许多大学毕业生面对这些甚至高中都没有念过，但一直努力修炼语言的人时总是抬不起头来，只能沉默不语，面有羞色。
现行的教育系统不过是在数年的时间里，每天花费区区几个小时来教育和培养学生；然而，说话却是一门终身的学问，很多人在这门学科的修习中获得了自己整个教育过程中最有价值的那部分。
我们在说话的过程中，发现自己的各种潜力，意识到人生中尚未开启的各种机遇和资源。
语言具有启迪思维的惊人功效。
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，我们便会更多地想到我们自己。
这种反思的力量将大大提高我们的自尊和自信。
在全身心投入到向别人表达自我、展示自我以前，没人会知道自己到底拥有多大的潜能。
直到这样做之后，整个人的灵感才豁然开朗，变得才华横溢起来。
每个健谈之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，让人抖擞精神，全力以赴。
思维的碰撞和心灵的沟通都能催生新的力量，仿佛化学反应之中两种物质化合产生新物质一般。
若想成为受欢迎的发言者，首先应学会做一个好听众。
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。
我们不仅自己谈吐笨拙，由于缺乏耐心，我们甚至连合格的听众都算不上。
我们无法静下心来，兴致勃勃地陶醉在演讲者带来的故事或新闻之中，恰恰相反，我们总是因为对讲话的人缺乏尊敬而无法保持安静。
我们四处张望，将怀表盖弄得噼啪作响，用手指在椅子或桌子上不停地叩击，我们坐立不安，仿佛无聊之至，急于离场，我们甚至在别人结束发言之前便打断其讲话。
事实上，我们总是那么功利，以至于除了抓紧时间相互推搡着涌向内心所企盼的权势和金钱之外，我

们几乎无事可做。
生活永远处于一种狂热和不安分的状态之中，哪里还有时间去培养言谈的风度和文雅的措辞呢？
“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，再说也没有功夫。
”　　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。
任何事物，若是不能给我们带来财源和金钱，不能帮助我们获得权势和职位，都无一例外地会让我们心生厌烦。
我们不愿意和朋友们分享生活的乐趣，相反，我们更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书作带来多少读者，为我们的事业带来多少顾客、委托人或是客户来衡量他们的价值，或是希望他们有能力帮自己得到某个垂涎已久的职位。
　　这是一个一切都讲究高效而快捷的时代，一个充满浮躁和喧嚣的时代。
从前，要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。
但这样的行为比最摩登的讲演和任何书本上的知识都要精彩。
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。
对于那些热切期盼接受教育的饥渴的灵魂来说，从智者的谈吐之间汲取知识的甘露，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，彼此致以得体的问候。
这样的问候可能是一声“你好”或伴随迅速点头示意的“早安”，而不是文雅的鞠躬。
我们已无暇顾及自己的举止是否文雅和有风度，一切都得让位于内心膨胀的物欲。
　　我们太忙碌，没有时间完善自我，养成优雅的风度；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。
而其间蕴含的巨大魅力亦随之消失殆尽。
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。
但是，我们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，在业余时培养自己的幽默感和及时行乐的处世哲学。
我们付钱给那些表演幽默和逗乐的演员，然后安坐下来，捧腹大笑。
我们正像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”。

## 媒体关注与评论

我几乎读了马登的所有著作，他促使我发展了积极思想的生活哲学。
这本《投资自我》是我从青少年开始一生都在读的伟大作品。
——美国励志大师拿破仑·希尔　　马登的这本书对所有具有高尚和远大抱负的年轻读者来说都是一个巨大的鼓舞。
我认为。
没有任何东西能够比马登的这本书更值得推荐给每一个年轻人。
——美国前总统威廉·麦金莱　　这本书给我们的民族带来了智慧与希望，愿该书与我们的民族同在，与人类同在。
——美国前国务卿基辛格　　对于时代青年所经历的烦闷、消极等等滋味，我亦未曾错过，自读马登的原书后，精神为之大振，人之观念为之一变。
谨将马登的这本书介绍给同病的青年，希望他们从中获得同样的兴奋与影响。
——林语堂

## 编辑推荐

一本戴尔·卡耐基一生都在读的书！
世界上最伟大的励志书之一！
成功学之父马登最具影响力的作品！
写给年轻人一生的忠告！
本书从改变心态、培养性格、陶冶情操、社会交际、自我激励、终身学习、磨炼意志、提高演讲和说话能力、打造形象等方面深入阐释了对自我进行投资的要点和方法，可以帮助年轻人不断充实自己的学识，提高自己的专业技能和思想修养，将自己打造成适应社会需要的具有极高综合素质的成功人士，使自己在社会上拥有更高的价值，从而获得更高的个人回报。
我几乎读了马登的所有著作，他促使我发展了积极思想的生活哲学。
这本《投资自我》是我从青少年开始一生都在读的伟大作品。
——美国励志大师拿破仑·希尔　　马登的这本书对所有具有高尚和远大抱负的年轻读者来说都是一个巨大的鼓舞。
我认为。
没有任何东西能够比马登的这本书更值得推荐给每一个年轻人。
——美国前总统威廉·麦金莱　　这本书给我们的民族带来了智慧与希望，愿该书与我们的民族同在，与人类同在。
——美国前国务卿基辛格　　对于时代青年所经历的烦闷、消极等等滋味，我亦未曾错过，自读马登的原书后，精神为之大振，人之观念为之一变。
谨将马登的这本书介绍给同病的青年，希望他们从中获得同样的兴奋与影响。
——林语堂

第一图书网, tushu007.com



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