

<<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：9787542934802

10位ISBN编号：7542934805

出版时间：2012-7

出版时间：立信会计出版社

作者：塞缪尔·斯迈尔斯

页数：340

字数：149000

译者：南怀苏

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>

<<自己拯救自己>>

前言

<<自己拯救自己>>

内容概要

《自己拯救自己》一书最初的创作只是为了配合斯迈尔斯的演讲。1856年前后，斯迈尔斯经常到利兹市去作演讲，对象是一群困苦无助的年轻人。讲座地点是个简陋、空旷的大房子，本来是用于治疗霍乱的临时病房。在演讲中，斯迈尔斯尽力让这群迷茫的年轻人明白：人生的幸福在很大程度上靠的是自身的努力，比如勤奋、学习、自律和自制。但更重要的是，必须培养正直、诚实的品质，并严格履行自己的职责。这些演讲的效果之好，远远超出了斯迈尔斯的预期。于是他开始将演讲内容整理成文字，按照斯迈尔斯自己的说法，“毕竟，书籍要比口头语言流传更广”。他把书名定为《自己拯救自己》，他觉得，“再也没有比这一名称更切合主题的了”。

<<自己拯救自己>>

作者简介

作者：（英国）塞缪尔·斯迈尔斯 译者：南怀芬 塞缪尔·斯迈尔斯（1812—1904），英国人，公认的"现代成功学鼻祖"、"西方成功学之父"、"励志和自助之父"，被包括卡耐基在内的后人誉为"人类精神导师"。

事实上，斯迈尔斯的首要身份并不是成功学家，而是卓越的政治改革家和道德学家。

也许正因为这一点，其作品所蕴涵的思想价值超出了一般意义上的"成功学"，带有浓重的哲学意味。

可以说，斯迈尔斯对西方近现代的道德文明产生了深远影响。

这种影响最容易识别的表现，就是其作品畅销全球一百多年而不衰，成为世界各地尤其是欧美等国年轻人的人生教科书。

<<自己拯救自己>>

书籍目录

第一章 成功来自磨难

苦难让人获益匪浅
困境与激情
没失败过的人是不完整的
成功由失败积累而成
甜从苦中来
逆境助人成长
伟人之路
什么是真正的幸福

第二章 坚强的意志力

非凡意志力创造奇迹
耐心和习惯
坚强的毅力铸造成功
不畏困难，勇往直前
兴趣能给你带来毅力
意志力和决心
勇士的含义
如何战胜困难

福威尔·布克斯顿的故事

第三章 无可替代的勤奋

天才与勤奋
瓦特与蒸汽机
艺术从哪里来
勤奋是天赋的催化剂
勤奋与坚持
艺术追求者的勤奋之旅
两位画家
勤奋的音乐大师
用勤奋赢得尊重的贵族

第四章 寻找一个榜样

生长环境很重要
他人的影响是无形的
榜样的力量
伟人能影响到每个人
家庭对人的影响
朋友对人的影响
每个人的言行都会影响到他人
作者不该教坏读者

第五章 要有健康的心态

温和的性格使你幸福
乐观的性格有助于成功
积极乐观的人生态度
不要抱怨
远离坏情绪的伤害
让生活充满希望

<<自己拯救自己>>

工作时更应该保持愉快
第六章 爱情滋润你的心
男人和女人的差异
爱情带来的好处
爱的真正含义
家是温馨的港湾
如何得到真诚的爱
夫妻是最长久的伙伴
成功男人背后的女人
妻子眼中的丈夫
妻子是丈夫的好帮手
汉密尔顿夫妇
感人的爱情故事

<<自己拯救自己>>

章节摘录

版权页：第一章成功来自磨难 我希望如同伟人般成长，让宽容伴随着力量与知识一同成长，学会对他人表示尊敬。

——丁尼生 真正的不幸是过于浅薄的人生经历。

人会在磨难中变得勇敢，谨慎是逆境教给人的经验。

人在顺境里是无法正视一切的。

——丹尼尔 福祸同行，如同连襟。

对于不幸会与幸福相伴，人们可能难以明白，在我看来，幸福和快乐会在痛苦与不幸中产生。

——厄斯金的《复印十四行诗》成大器之人必是在磨难之中学会坚毅的人。

——多纳 白昼漫长得让人疲倦，可是在这之后，我们会看到美丽的黄昏。

——古代两行诗 苦难让人获益匪浅 上天如果要赋予一个人伟大的职责，那必先让其经历苦难的洗礼，让他意志变得更加坚强，体魄变得更加健壮。

只有经过各种困难的磨炼才能获得事业上的成功。

他的行为规范也是靠此来铸就的。

美德不表现出来是显示不出价值的，就如同那些山林中的隐士，他们往往会变得胆小、懒惰和缺少自我控制。

只有懂得付出，承担责任的人才是真正的勇士。

要想学到有用的知识和增加才智，就必须积极地投入日常生活里去。

在日常生活里，人们会遵守纪律，明白自己的责任，学会容忍，变得勤奋。

在日常生活中，当人们面对困难、痛苦和各种各样的诱惑时，会在与它们的抵抗中变得坚强。

在苦难的磨砺下，人们会学到在实际生活中有用的知识。

人要更好的了解自己，就要与他人进行交流沟通，互相联系。

真正认识自己的人必然是融入了社会的人。

要是脱离了社会生活，人会变得自高自大，看不起别人。

他会由此失去了自己的本性，更有可能变得孤僻，不能与人相处。

斯威夫特以前说过：“能够对自己有深刻了解，并能对自己做出正确评价的人，他们一定不会是坏蛋，同样，那些品格高尚的人绝对不会是不了解自己的人。

“可是，人们更倾向于了解他人，而往往忽视了对自己的评价。

自知之明是那些想要有所建树的人必备的品格，他们会因此具有坚定并且明确的个人信仰。

对一位年轻的朋友，弗雷德里克·伯瑟斯这样说道：“现在，你只是知道自己能够去做哪些事，你要想有成就，必须弄明白哪些事你不能做，这时，你的心态才会变得平和。

“喜欢向人求教的人，都是虚心的人，那些不愿向他人学习优点的人，都是自高自大的人，他们也因此难于成事，要完成伟大的事业，这对于他们更是不可能完成的任务。

人应该勤学好问，从他人身上学习优点。

获取常识并不需要多么强的能力、耐心和谨慎，人们只要凡事小心就好了。

在黑兹利特看来，那些有智慧的生意人，还有那些胸有城府的人，往往都是明白人，他们绝不会去臆测那些问题，他们都会以自己亲眼所见为基础进行分析。

在一般情况下，男性的直觉不如女性的强。

女性的直觉大多迅速而敏锐，她们也有着更多的同情心，而且感情也是容易波动的。

在与人相处时，她们会体现出温和的一面，还有圆滑的一面，虽然有些感情丰富的女性中，有人会缺乏理性，可是她们却能控制那些难于驾驭的人。

人们都是人生这所大学里的学生。

人们可能不习惯经验这种教育的方式，特别是在这些经验教育里包含了痛苦、悲哀、诱惑，还有困苦时。

可是这磨砺是不可或缺的，对在磨砺中获得的教训，我们也要加以重视。

在生活这所大学里，学生在经验中都获得了什么学识呢？

<<自己拯救自己>>

他们是否提高了自己的才智？

是否提高了自己的勇气？

是否提高了自己的自控能力？

但是无法辩驳的是，人获得的成果往往是在苦难的磨砺之后得来的。

对于时间的宝贵，那些经验丰富的人是最明白不过的。

马莎林枢机主教这样说过：“我和时间是一个整体。

“时间会把美带给人，对于那些受伤的心，它也会给予安慰。

最好的老师就是时间，它是经验的粮食，也是才智的沃土。

它可能是青少年的朋友，但也可能是他们的敌人，可是对于老人来说，时间往往是其心灵慰藉的良剂。

如何利用时间，这也就决定了人生是好还是坏，人生是否具有真正的意义。

乔治·郝伯特说：“年轻人的梦想被时间所压碎。

“世界在年轻人眼中是多么的光辉耀眼，满是新奇和愉悦。

可是生活中不光有快乐，也会有悲伤，我们会从时间上了解到这点。

不幸和失败不会是人生的全部，那些拥有坚定不移的信念，并且心灵纯洁的人，才能最终战胜各种阻碍，体会到快乐。

对于痛苦，这种人会欢迎它的到来，他们即使面对最沉重的负担也会傲然挺立。

活力和激情是人生需要的东西，可是青春的激情，会在岁月的消磨下变得稀薄。

青春的激情在人的成长过程中不断地被消磨，让它更加平和，也更加自制。

青春的激情通过正确的引导，会让人变得更加健康。

青春的激情让人变得更加无私，也会更加充满活力。

褊狭则通过自私和自高自大表现出来。

那些自高自大和自私的人，他们的生活里，是看不到春天的。

生命的春天就是人的青春岁月，一些事情往往需要火热激情的鼓励才会去尝试，而成功更离不开青春激情的力量。

人的工作质量会在激情的帮助下得以提高，它能给人以信心和希望，那些乏味的路途也要它的引导方能走过，它能让人愉快地承担义务，它也能让人自愿地为工作恪尽职守。

<<自己拯救自己>>

编辑推荐

《自己拯救自己》处处闪耀着作者的思想火花，睿智深刻，字字珠玑，同时有深入浅出，其中许多故事感人肺腑，催人奋进，能使处于逆境中的人们找到强烈的共鸣，出版后被誉为"美国梦的灵魂"。

<<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>