

大人物一致推荐的7部传世奇书
成功者广闻博采的高效读书方法

超值金版
29.00

读书改变命运 大全集

许长荣 于绍乐 秦灵华/编著

福特汽车公司创建者

亨利·福特

世界石油大王

洛克菲勒

“后现代企业之父”

汤姆·彼得斯

世界著名成功学大师

博恩·崔西

美国著名主持人

欧普拉

德国哲学家

叔本华

中国国家总理

温家宝

大人物枕边常读的佳品，改变你我命运的钥匙

 企业管理出版社
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

大人物一致推荐的7部传世奇书
成功者广闻博采的高效读书方法

读书改变命运 大全集

 企业管理出版社
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

读书改变命运大全集 / 许长荣, 于绍乐, 秦灵华编著. —北京: 企业管理出版社, 2010.8
ISBN 978-7-80255-599-0

I. ①读… II. ①许… ②于… ③秦… III. ①读书方法 IV. ①G792

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 101736 号

书 名: 读书改变命运大全集

作 者: 许长荣 于绍乐 秦灵华

责任编辑: 逢 春

书 号: ISBN 978-7-80255-599-0

出版发行: 企业管理出版社

地 址: 北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编: 100048

网 址: <http://www.emph.cn>

电 话: 出版部 68414643 发行部 68467871 编辑部 68428387

电子信箱: 80147@sina.com zbs@emph.cn

印 刷: 廊坊市华北石油华星印务有限公司

经 销: 新华书店

规 格: 185 毫米×260 毫米 16 开本 28 印张 580 千字

版 次: 2010 年 8 月第 1 版 2010 年 8 月第 1 次印刷

定 价: 29.00 元

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换

前言

请带一本书上路

著名历史学家麦考莱曾给一个小女孩写信说,如果有人要我当最伟大的国王,一辈子住在宫殿里,有花园、佳肴、美酒、大马车、华丽的衣服和成百的仆人,条件是不允许我读书,那么我决不当国王。我宁愿做一个穷人,住在藏书很多的阁楼里,也不愿当一个不能读书的国王。

书,无论古今中外,无论大著小作,无论身价出处,从我们识字的时候开始,就一直陪伴着我们成长。从通俗易懂的小人书,到制作精美的漫画书,再到众人追捧的中外名著、畅销小说。我们的生活,常常因为一本好书,而受到启发,甚至改变。

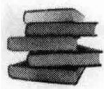
培根说,“读书在于塑造完全的人格。”是的,读书使人充实,读书使人明智、聪慧,读书使人高尚、文明,读书使人明理、善辩。

杨绛先生说,一本好书,犹如一个精彩的世界。读书,犹如行走。读好书,可以让你足不出户,就可以感受到不同的生活和不同的世界。

书,可以驱散长夜漫漫的孤独,可以让在灰暗的岁月里,保存对未来的希望和理想的憧憬。书,可以让人远离封闭和黑暗,展现无尽的辽阔和光明。书,也可以让年轻、躁动不安的心,得到暂时的宁静和平和,让处于困惑和迷茫中的年轻人,感受生活的真谛和意义。读书,使人了解世界的浩瀚辽阔,也能使人更热爱生命,热爱生活;读书,还能激发追寻真理、实现理想的欲望和激情。

著名作家赵丽宏说,在人类各种各样的享受中,别的享受都有尽头,读书却是长久的。在赵丽宏看来,书是黑夜里的烛火,孤独时的朋友。喧嚣中,书使人沉静;困倦时,书给人激情。读书使平淡的生活波涛起伏,读书也使灰暗的人生荧光四溢。赵丽宏说,有好书做伴,即便在狭小的空间,也能上天入地,振翅远翔,遨游古今。漫长曲折的历史和浩瀚无尽的宇宙,都能融会于心,化作滋养灵魂的清泉。知识是通过继承和积累而得到,前者主要如书籍和音乐等等,后者则是从人生的经历得来,我们也称之为经验。

书作为知识的载体,是人类共有的精神财富。读书使人充实,可以增加素养、改造



思想、增长才能。

阅读好书就像跟历代名贤圣哲促膝长谈，他们高尚的节操会对我们产生潜移默化的影响，所以大量阅读是完善自我的必由之路。林肯少年时，就因为偶然一次阅读了华盛顿和亨利·克雷传记，从此立下宏伟的志向，最后成为了“美国历史上最受人尊敬的总统。”

读书是不论身份高低、出身贵贱的。读书可以很忘我，可以使自己生活在优越感之中，书籍永远是人类灵魂的净土。

在上下班的途中，经常看到很多人在翻阅当天的报纸，但是几乎看不到有人拿着书本读。更多人是在交谈或者目光空洞地看着前方。大部分人把读书当成是在学校里才做的事情，他们往往认为告别学校就告别了读书生涯。

是啊，生意场上、官场上的事情又何须书本来搅和？觥筹交错和歌舞升平中谁还舍得花时间来读书？也有喜欢读书充实自身的人，但只是在书房或卧室里才找出一些专业书来读；偶有喜读修身养性之书的人，但往往习惯集中一些时间做整体阅读。于是，你很少在休闲场所或者公共交通工具上看到有人拿着书读。

读万卷书，行万里路。这是古人坦然的人生态度。读书，行走，也是如今生活在繁华俗世的很多人，几乎可望不可及的人生理想。

但我们有幸生活在一个自由阅读的时代。不需要躲躲藏藏，不需要遮遮掩掩。我们可以自由自在、天马行空漫游在书的海洋中。读曾被禁锢的书籍，读畅销流行的小说，读让我们开心、让我们掉泪、使我们获得知识的书籍，读我们的过去、现在和未来。所以，无论如何，请带一本书上路。无论得意、抑或失落；无论高潮、抑或低谷，让书陪伴我们漫步人生路，一起感受生活的酸甜苦辣，一起经历人生的跌宕起伏。你会发现，书中的世界，原来也如行走一般精彩。你会懂得，原来，书中自有黄金屋。

改变一生的阅读

如果把金钱看做财富的全部内涵，那么富裕的范围未免太过狭隘；如果把致富当成成功的唯一定义，那么生活就会显得有些索然无味。

但是谁都不可否认，致富确实是通往成功人生的重要一步，迈向它你会拥有更稳固的根基、更高的起点、更开阔的视野，你将在成功之路上看到更多的风景，得到更多智慧的滋养，并最终获得物质的丰硕与精神的满足。

财富人人向往之，但真正赚得盆盈钵满、影响着世界经济走向的人仍是少数。在这屈指可数的成功者中，有生来家底殷实的富家贵胄，也有曾一贫如洗的昔日乞儿；有天生聪颖、学识渊博的名校风云学子，也有愚笨木讷、既无大智慧也无出众能力



的普通人；有运气奇佳、常常得到机遇之神青睐的幸运儿，也有屡战屡败、屋漏又逢连阴雨的倒霉蛋……

如此看来，致富似乎与身世、环境、个人天赋、运气皆无关系。难道致富是偶然而无方法可循的？事实上，如果对那些已经获得财富的人进行研究，就会发现在他们的财富帝国中最耀眼的并非金银珠宝，而是成功致富的奥秘。所以，致富有章可循。人生是一场自主的抉择，成与败，都取决于一个人对成功奥妙和智慧的把握。不论是如比尔·盖茨、洛克菲勒、巴菲特、亨利·福特、罗斯柴尔德家族一样掌握着世界财富的成功人士，还是像戴尔·卡耐基、拿破仑·希尔、汤姆·彼得斯一样深刻洞悉成功奥秘的励志大师，都掌握着攸关财富与人生的既定法则。

故此，本书编者选取七本深刻影响了上述财富大亨与成功大师人生之路的经典书籍，将其中的方法与智慧摘录成册，这其中既有几千年来犹太智者的谆谆教诲，也有深藏百年的致富秘密，还有激荡思维的现代效能手册。全书以原著观点为主线，辅以成功人士的致富经验与蕴含哲思的启示性案例，为读者开启财富宝藏、探寻睿智人生绘制了一张详尽的地图。

※《失落的致富经典》

福特汽车公司的创建者亨利·福特说：“如果你有幸读过《失落的致富经典》，却没有被洗脑，也没有成为富人，那可真是一件人生的憾事。”励志大师拿破仑·希尔说：“谈到财富，你不能不提到华莱士·D·沃特尔斯。”

华莱士在本书中试图告诉读者：财富不取决于环境，也不取决于智力。也许你现在是全国最穷的人，债台高筑而且得不到任何支援，但只要按照这本书中讲授的方法行事，就会很快摆脱窘状、获得财富，这个过程就像“一加一等于二”一样确定。

※《塔木德》

这本完成于公元3世纪到5世纪的书充满生命的智慧与化解危机的谋略，是犹太人的“第二部《圣经》”，是1500名犹太智者用生命智慧浓缩而成的财富源泉。这本书改变了洛克菲勒对财富的观点，为股市大亨索罗斯“开启了一扇通往自由与财富的大门”，石油大王哈默称其“让财富服从了我们的选择”，金融大王摩根更是发出虔诚的誓愿：“我的棺木中不要黄金，支票和任何股票，它们都是不牢靠的，我只要一部犹太圣典《塔木德》！”

※《高效能人士的七个习惯》

这本全球金牌畅销书是在美国成年人中最具影响力的书，是美国政府机关公务员的装备书，是美国公司员工的装备书，还是美国军队官兵的装备书。

“后现代企业之父”汤姆·彼得斯称这是“一本能改变你命运的奇书”。这本奇书以详尽、直接、透彻、流畅的语言讲授提高个人与团队效能的技巧，帮助读者成为生活与工作中的高效能人士，更快地靠近更多的财富。

※《思考致富》

这是成功学大师拿破仑·希尔的经典之作，畅销世界70年，销量超过6000万册。这部伟大的著作，曾指引许多知名人走上成功之路，他们的名字耳熟能详：美国总统罗斯福、发明家爱迪生、石油大王洛克菲勒……

这本书揭示了所有成就、所有财富的意念源泉，被誉为“彻底改变了美国人的思想观念，激发了所有美国人的潜能”，其致富秘诀帮助无数平凡人获得了非凡的财富和事业上的成功。

※《秘密》

在本书的前言中，作者朗达·拜恩告诉我们：“几个世纪以来，这个秘密，只是零星地在古老的传说、文学经典和哲人的口中出现过。过去知道这个秘密的，竟然都是历史上最伟大的人物：柏拉图、伽利略、贝多芬、爱迪生、卡耐基、爱因斯坦，以及许多非凡的发明家、卓越的科学家、伟大的思想家。”

这本书通过对吸引力法则的科学阐释，带读者发掘财富、影响力、爱、思想和健康的秘密。我们获得幸福与快乐的途径，都与这些因素相关，而这些秘密，都可以依靠神奇的吸引力法则掌握在手中。当你了解了这些秘密，就能掌握那“等待着你的、真实华丽的世界”。

※《智慧书》

本书作者巴尔塔沙·葛拉西安是17世纪西班牙著名的哲学家、思想家，也是一名满怀入世热忱的耶稣会教士。他深刻洞察了人生世俗与人性善恶，故而用曲折多姿、精微意深的语言引导读者识人观事、慎断是非、修炼自我、防范邪恶。这些处世谋略历经几百年时光的淘洗而不衰，该书与《君王论》《孙子兵法》一同被欧洲学者视为千百年来人类思想史上具有永恒价值的三大智慧奇书。

在书中寻找致富秘诀是一种独特的阅读体验，这样的阅读经历是对财富与智慧的虔诚膜拜。如果你准备让这些秘诀为你所用，首先要有热忱坦然的心境，理性豁达的胸怀，积极进取的态度。在字里行间寻觅成功与致富的秘诀，将收获无穷的惊喜、激励、启迪和力量。



※《沉思录》

呈现在今天读者面前的传世名著《沉思录》，是奥勒留、塞涅卡、西塞罗三人的合集，其中收录了他们在政治、军事生涯中透过实践对人生、道德和命运的沉思断想。马可·奥勒留(Marcus Aurelius)是古罗马帝国的皇帝，他又是一位哲学家。在引领罗马征战世界、许诺给世界带来和平的十几年的戎马生涯中，他在疾驰的战马上沉思、在战场的军营中伏案，用他征服敌人和锤炼心灵的实际经历写就了探讨人生、道德和命运的哲学名著。

奥勒留的哲学从属于斯多葛学派，这一学派的另两位代表人物也给罗马帝国的精神历史留下了不朽的宝贵遗产。他们是皇帝的教师、罗马帝国的“宰相”、富可敌国的哲学家塞涅卡和古罗马的思想文化之父、罗马执政官、曾一度被尊称为罗马“国父”的西塞罗，他们的精神遗产中关于哲学的思想与奥勒留交相辉映、相辅相成。奥勒留被罗马人民当神敬奉，人民认为他是天上的神明，只不过是到人间小住而已。“塞涅卡说”如中国的“孔子曰”一样在西方社会广为传诵，西塞罗使古罗马的思想和文化达到了前所未有的巅峰。

以下摘选了文化名人们对《沉思录》的热情评荐：

《沉思录》有一种不可思议的魅力，她甜美、忧郁、高贵。这部黄金之书以庄严不屈的精神负起做人的重荷，直接帮助人们去过更加美好的生活。

——[美] 费迪曼 《一生的读书计划》

《沉思录》使人有这么一种朴实的信仰：面对宇宙自然，一颗高贵的道德良心，是任何种族、任何国家，是任何革命、任何迁流、任何发现都不能改变的。

——[法] 雷朗

尽管他们有过失，但他们仍是罗马哲学家中之最伟大者，至少以他们的书来说，他们是人群中最睿智、最慈祥的人。

——[美] 威尔·杜兰 《凯撒与基督》

扩大人类知识的领域比扩大罗马帝国的版图，在意义上更为可贵。

——[古罗马] 凯撒

这是一部关于道德教训的书。它要比孔子所有的书更丰富、而且更好。

——[德] 黑格尔 《哲学史演讲录》

读书、沉思与行动

叔本华在《读书与书籍》里提倡我们去读伟人的已有定评的名著，他认为只有那些书



才是开卷有益的。

法国人莫洛亚在《生活的艺术》中曾说：名著之多，我们已经无暇一一问津。要相信前人的选择。一个人或许会看错，一代人也或许会看错，而整个人类却不会看错。泰戈尔认为：我们只有通过沉思，才能认识最深的真理。当我们的意识完全沉浸在沉思之中的时候，我们就会明白，那不仅是一种获得，而且是我们与它的合一。因此，只有通过沉思，才能让我们的灵魂与思想的最高峰联系在一起。

巴尔扎克曾说过：一个能思想的人，才真正是一个力量无边的人。

古今中外，多少圣贤，都为人类的思想历程探索着、指引着。我们千万不能抛却这思想的忠告，因为在这个世界上，没有什么比思想更有力量。军事？政治？经济？如果它们遇到思想，它们就会虔诚地俯首称臣。

实践后的沉思，需要一颗宁静的心灵；吮吸沉思的养分，同样需要一颗宁静的心灵。所以，如若你是一位成功者，你需要她，她会使你冷静；如若你是一位失败者，你需要她，她会使你平静；如若你是一位平淡者，你需要她，她会使你宁静。

达致冷静、平静和宁静，你将会进入沉思，你将会触摸到那令人敬畏和令人震撼的心灵的智慧——哲学。

在竞争激烈、纷乱复杂的世界里，成功和失败总会与你碰面，平庸和乏味总会将你困扰，因此，你需要在动荡的外在世界与心理世界中把握住一种平衡，你需要在自己的心灵中用一种智慧使自己宁静。

你需要她。不要拒绝她，不要半途停下，慢慢地读、慢慢地品，终有一天，她最美的、最感人的，就会被你发现。

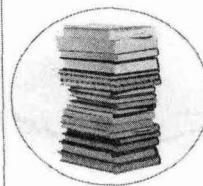
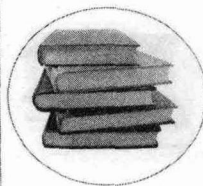


第1章 《失落的致富经典》

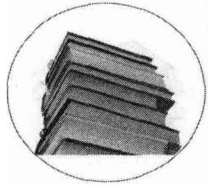
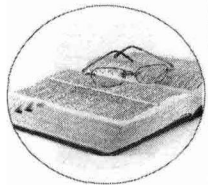
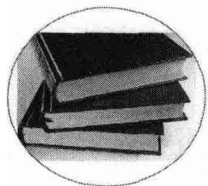
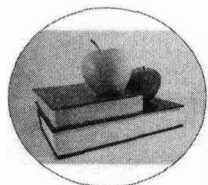
如果你有幸读过《失落的致富经典》，却没有被洗脑，也没有成为富人，那可真是一件人生的憾事。

——福特汽车公司创建者亨利·福特

.....▶ 致富的“既定法则”	3
致富学问如同算术一般精准	3
感恩定律：感恩让你更加富有	4
积累定律：最终的胜利是此前成功的累积	5
人脉定律：储存人脉胜过储存黄金	7
创造定律：不要觊觎现成的钱财	8
.....▶ 致富是人生的权利	10
致富的机遇不可垄断	10
穷人最缺少财富的梦想	11
冒险与收获常结伴而行	13
致富并非去做他人做不成的事	14
.....▶ 靠近财富才能拥有财富	16
致富，请先“财迷心窍”	16
认真描绘财富图景的细节	17
思维的僵化造成物质的困窘	19
善用自我暗示的强大驱动力	20
.....▶ 做个高效的行动家	22
找准定位：做最想做的事情	22
不要等财富来敲门	23
随时付出，乐于付出	25
保持简单，追求卓越	26
让别人感觉到你总是在进步	28
.....▶ 最有价值的经验和忠告	29
价值不需要用牢骚来证明	29



目录



享受金钱带来的幸福,而非金钱本身 31
 做个驯钱师,不做守财奴 32
 不必预支明天的烦恼 33

第2章 《塔木德》

从根本上来说,我觉得是《塔木德》改变了我对财富的观点。我觉得它改变了我的一生,直到今天,我还每天读上一篇,以重温赫里姆的教诲。

——世界石油大王洛克菲勒

.....> **金钱是上帝派来人间的特使** 36
 金钱是犹太人现实的上帝 36
 钞票并无高低贵贱之分 37
 犹太人的财富信仰:现金主义 38
 以游戏心态从容赚钱 40
> **在穷富的轮回中趋向后者** 41
 富人都有一个善于思考的头脑 41
 钱是在流动中赚出来的 43
 爱钱的同时也要惜钱 44
 借他人之光照亮自己的“钱”程 45
 与其薄利多销,不如厚利适销 47
> **把握时机,获取交易取胜的筹码** 48
 跟着“风险”走,就有可能发现财富 48
 变通是致富的重要资本 50
 在机遇与财富间做个链接 51
 否定个性即埋没自我 52
> **在财富的魔镜中窥探人格** 54
 无端欺骗别人就是伤害自己 54
 毁约就是亵渎上帝 55
 学会与人同分一杯羹 57
 唯我可信,明智者拒绝轻信 58
> **最伟大的致富秘诀就在平凡处** 59
 温和友善比愤怒更有力 59
 拥有信息等于拥有财富 60
 用思维而非体力致富 62

发掘可换取财富的特殊生意	63
善于在逆境中寻找商机	64
.....→ 金子隐藏在知识的最深处	66
商人也要学识渊博	66
亲吻知识就是触摸财富	67
书本是智慧与财富的源泉	68
万事教育为先	69
只要活着,就要不停地学习	71

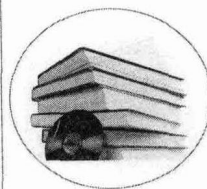
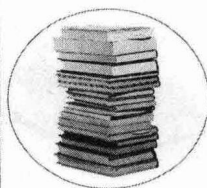
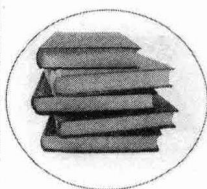
第3章 《高效能人士的七个习惯》

这是一本能改变你命运的奇书!

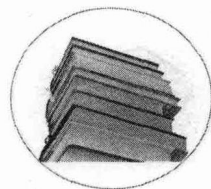
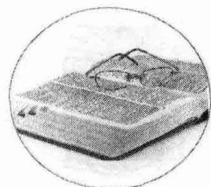
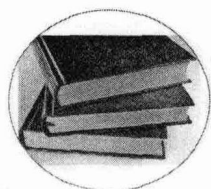
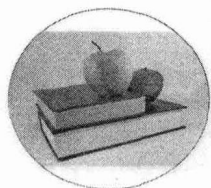
——“商界教皇”“后现代企业之父”汤姆·彼得斯

.....→ 积极主动:人性的本质是主动而非被动	74
选择的自由决定主动的天性	74
不要逃避对自己前途的责任	75
对现实环境作出积极回应	76
不要在错误的路上走太远	78
.....→ 以终为始:价值标准当以最终愿景为依归	79
一个人伟大,是因为他的目标伟大	79
你是自己的人生程序设计员	81
以恒久的原则为生活的重心	82
通过心灵演练为行动做好准备	84
.....→ 要事第一:实现有效的自我管理	85
要事第一,别让琐事牵着鼻子走	85
没有焦点,人生将是一盘散沙	87
独立意志是有效管理的首要条件	88
过多控制不如适当授权	90
合理利用 80/20 法则	91
.....→ 双赢思维:世界是双赢的舞台,不是角斗场	93
任何人都不是是一座孤岛	93
不要过分“特立独行”	94
他人所得不一定是自己之失	96
共赢思维是团队的黏合剂	98
.....→ 知彼解己:做个用心的高技巧交流者	99

目 录



目录



以同理心感知他人世界	99
打动别人的最好方式是真诚	101
巧妙施展语言的魔力	102
适时扮演他人的知音	103
.....> 统合综效：“1+1>2”原则	105
尊重差异，有分歧才会有收获	105
让整体大于部分之和	106
化消极阻力为积极助力	108
.....> 不断更新：莫让优秀成为卓越的障碍	109
人生最值得的投资是自我磨炼	109
保持空杯心态，不断丰富自己	110
最大的恐惧正是恐惧本身	112
聆听良知的声音	113

第4章 《思考致富》

这是一本有史以来有关个人成功最好的书，它使我成了一个百万富翁——以前我是穷光蛋一个。

——世界著名成功学大师博恩·崔西

.....> 简单却有效的致富奥秘	116
你的财富始于你的梦想	116
内心期待什么就能做成什么	117
莫让伟大的抱负因庸碌而枯萎	118
信念是奋斗者不可缺少的利器	120
描绘一幅心灵地图	121
.....> 发现内心隐藏的财富密码	123
多给自己积极的心理暗示	123
心态必须是一种强烈的欲望	124
利用潜意识创造性地工作	125
发挥潜意识的最大功效	127
.....> 在思维的激荡中吸引财富	128
善用智慧，将知识资本化	128
通过“充电”保持思维的灵动	129
机会青睐有创新精神的人	131
.....> 用团队的力量创造财富	132



集合群体的力量积累财富	132
打造自己的财富俱乐部	134
别让自己成为一座孤岛	135
同心协力,才能创造未来	136
.....→ 做一个拥有财富智慧的领导者	138
优秀的管理者懂得组织	138
捕捉信息,果断决策	139
善于“剪掉”多余的事情	140
主动出击,才不会错失机遇	142
.....→ 战胜通往财富道路上的六只“拦路虎”	143
不要成为金钱的奴隶	143
走出“心灵牢笼”	144
如果已老,那就坦然面对	146
失恋是人生旅途的新开端	147
征服死亡的恐惧	149
被批评不是什么坏事	150

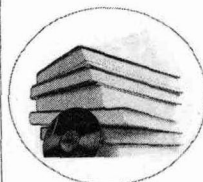
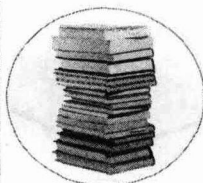
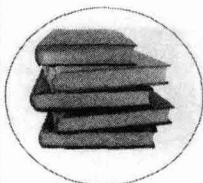
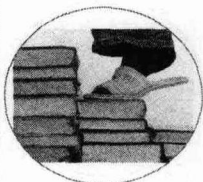
第 5 章 《秘密》

这让我感到震惊!《秘密》就是这样一种能帮助你在人生中更有效、更能创造积极正面的当下的工具。

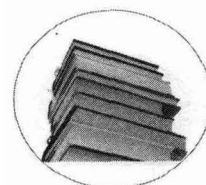
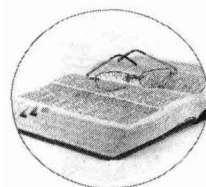
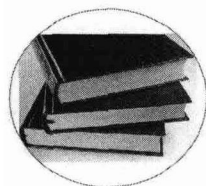
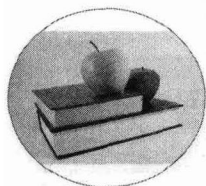
——美国著名主持人欧普拉

.....→ 吸引力法则	153
关注什么吸引什么	153
欲望——获得财富的第一步	154
选择好的,不要吸引坏的	156
从吸引小的事物开始	157
不要停留在对过去的回顾中	159
.....→ 财富的秘密	160
每个人都拥有致富的潜能	160
让思想的天平倾向富裕的一端	162
“给予”将把更多金钱带入生命	163
内在的财富才是永远的财富	164
.....→ 影响力的秘密	166
上帝不会看轻卑微的人	166

目 录



目录



你的职责在于填满自己	168
心灵越纯洁,力量越强大	169
天堂是自己构建出来的	170
.....→ 爱的秘密	172
以爱和尊重对待自己	172
若要世人爱你,你当先爱世人	173
伤害他人,便是谋害自己	175
赞美和祝福世间的一切	176
.....→ 思想的秘密	178
真正的财富是思想	178
真理永远只在你心中	179
在每一天反省自己的行为	181
别让已知阻断未知的去路	182
.....→ 健康的秘密	183
消极情绪是滋生疾病的土壤	183
没有无法医治的疾病	184
健康的生命拒绝透支	186

第6章 《智慧书》

这样的书,仅仅读一遍显然是不够的,它是一本随时都能用上
的书,简言之,它是一位终身伴侣。

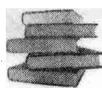
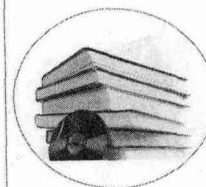
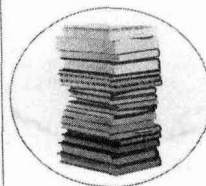
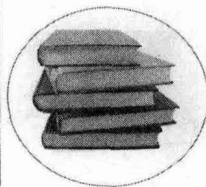
——德国哲学家叔本华

.....→ 天生为王的秉性与才智	189
成为一个真正的品德上的完人	189
让你的乐善好施众口皆碑	190
与其博,不如精	192
成为有深度的人	193
.....→ 天降大福有大气度受之	195
以宽宏气度应对他人的嫉妒与恶意	195
莫让小事绊住前进的脚步	196
放下忧愁,换取快乐心情	198
不要老惦记着别人的缺陷	199
.....→ 聪明外露,不如智慧隐藏	201
隐藏精明是真正的精明	201

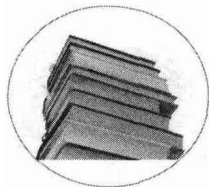
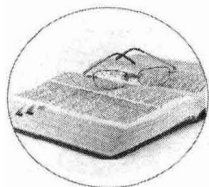
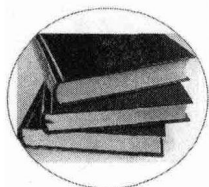
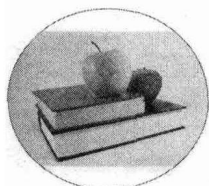


犯一些无伤大雅的错误	202
要聪明,但不要聪明过头	204
少夸海口,多做实事	206
.....→ 胜利在后退时敲门	207
不可追求极致	207
懂得在适当的时候拒绝	209
以退让开始,以胜利收场	210
得意时要为失意时做准备	212
急流勇退,不可过贪	213
.....→ 将错误掌控在自己的手中	215
抱怨是世上最没有价值的语言	215
轻浮是一个人最不堪之辱	216
弥补缺陷,达到完美的高度	218
将欲望的马缰握在手中	219
.....→ 言语是品性的尺度	221
你的言语要比沉默更有益	221
学会清楚而流畅地表达自己	222
思如精英,口随大众	224
不要只倾听自己的声音	226
.....→ 没有什么比控制自己的情绪更伟大	227
一时冲动,往往无益处	227
审慎的人总是试图保持自制能力	229
做一个“镇静”的高手	230
.....→ 远离烦恼,成为生命的主宰者	232
在困境中,勇敢的心是最好的伴侣	232
在事物抛弃你之前先舍弃它们	234
轻松快活的性格是一种人生的优点	235
嫉妒是心灵上的毒瘤	237
第 7 章 《沉思录》	
.....→ 两千年来的铭记:奥勒留的沉思	240
美德已成为我的生活方式	240
品格需要不断地改进和训练	241
和解才能获得更大的合力	243

目 录



目录



透过沉思才不会被表象所误导	244
在痛苦中要能镇定如常	245
榜样会使我进步更快	246
与别人一起生活是我的义务	246
反击不一定能平息怨恨	247
一贯公正的背后是不断改善	248
抱有公民心态是官员的基本美德	248
别让自己沉浸在虚伪的奉承中	249
平静地接受有或无	250
极其自觉的让贤之美德	251
从不忖度捞取政治资本和名声	252
善用你那永不复返的时光	253
无需把握太多就能得到解脱	254
别把你的幸福寄予别的灵魂	255
死亡是一种有目的的自然	256
惟一能夺走生命的只是“现在”	257
灵魂有时会摧残自身	258
生命惟有听从哲学的指引	258
别让理智先于死亡而消失	260
自然最能产生美	260
从贤而不从众才能坚持真理	261
别让迷雾把我们从正路上带走	262
退隐何地都不如退入自己的心灵	263
忍受亦是正义的一部分	265
美不是因为被赞扬才美	266
丢弃不必要的行为和思想	267
行恶之人也是对自己行恶	268
没有书的人是半裸的人	268
快乐地接受必然	269
苟且偷生的人不会比早死的人获得更多	270
别把施惠记到对方的账上	271
在“想着神”中得到快乐和安宁	272
经常地回到哲学吧	273
使外表赤裸之后再去判断	273

