

〔英〕塞缪尔·斯迈尔斯/著 雨青/译

贫寒时，如何摆脱人生的困境，通过个人奋斗获得成功

自己拯救自己

经典插图版
百年畅销



SELF - HELP

自助者，天助之

重庆出版集团  重庆出版社



自己拯救自己

Self-Help

由贫寒而成功的十三条必然通道

别人是靠不住的，无论何时，唯有自己才能改变自己

〔英〕塞缪尔·斯迈尔斯 著

雨青译

图书在版编目(CIP)数据

自己拯救自己/[英]塞缪尔·斯迈尔斯 著 雨青 译. —重庆:
重庆出版社, 2010.4

ISBN 978-7-229-01929-7

I.自… II.①塞… ②雨… III.成功心理学—通俗读物
IV.B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第041132号

自己拯救自己

ZIJIZHENGJIUZIJI

[英]塞缪尔·斯迈尔斯 著 雨青 译

出版人: 罗小卫

策划: 刘太亨 刘嘉

责任编辑: 郑玲

技术设计: 日日新



重庆出版集团 出版
重庆出版社

重庆长江二路205号 邮编: 400016 <http://www.cqph.com>

重庆市白合印刷厂印刷

(重庆市九龙坡区白桃路10号 邮编: 400039)

重庆出版集团图书发行有限公司发行

E-MAIL: fxchu@cqph.com 邮购电话: 023-68809452

全国新华书店经销

开本: 780mm × 1270mm 1/32 印张: 11 字数: 286千

2010年4月第1版 2010年4月第1次印刷

ISBN 978-7-229-01929-7

定价: 26.00元

如有印装质量问题, 请向本集团图书发行有限公司调换: 023-68706683

版权所有, 侵权必究



人生的道路过于平坦、顺畅，这对人性的完善有百害而无一益。贫穷不等于不幸，相反，贫穷可以激发一个人自立自强的精神，从而将贫穷变成有利条件。它可以激励人们勇敢地去与现实战斗，虽然现实中有意志薄弱者为了享受安逸而自甘堕落，但是那些意志顽强的人则能从中获取力量、信心和胜利。

天才就在于把全部精力集中于某一特定的目标。而且目标一旦确定，就会选择要么在奋斗中死亡，要么在奋斗中成功。



除了我们自己，没有人能贬低我们。如果
我们坚强，就没有什么能够打败我们。

—— B.T.华盛顿（美国教育家）

No one can degrade us except ourselves; that
if we are worthy, no influence can defeat us.

—— B.T.Washington, American educator



目录

1 Part

做自己的救世主

自助精神是个人成长的力量 / 3

自古苦难出圣贤 / 9

你不能奢望同时是伟大的而又舒适的 / 19

成功路上他人帮助不可或缺 / 24

2 Part

挑战世界的发明先驱

勤奋出天才 / 29

众叛亲离下的英国现代工业奠基者 / 34

从农耕平民到工业巨人 / 40

挫折是迈向成功应缴的学费 / 45

3 Part

不可战胜的陶工

帕里斯：一个“歇斯底里”平凡的传奇 / 55

自己拯救自己

伯特：从炼金术士到伟大陶工 / 66

韦奇伍德：陶器在他手里由粗陋到完美 / 73

4 Part 勤奋和毅力

“天才就是耐心” / 81

成功属于最坚毅的人 / 86

他的人生从死里逃生开始 / 92

5 Part 帮助和机遇

细节中隐藏着真正的机会 / 102

机会为有准备的人而生 / 108

在众人的冷漠中走向成功 / 115

6 Part 天赋与勤学

在成功的征程上，勤奋常在 / 121

目录

- 切利尼浪漫传奇的一生 / 127
- 十二年的风雨朝圣路 / 132
- 从一个残疾人成长为艺术巨人 / 136
- 勤能补拙 / 141

7 Part

出身贫寒的贵族

- 二次取经，“钉子户”终成贵族 / 151
- 涉足多个领域的发明者 / 158
- 从律师中走出的贵族 / 162

8 Part

意志的力量

- 意志力能化腐朽为神奇 / 170
- 人生词典里没有“不可能” / 176
- 人当活在真理和自我奉献里 / 181
- 意志成就伟业 / 191

自己拯救自己

9 Part

商人成功的秘诀

商人与诗人可以兼得 / 199

凡事要自己去争取 / 203

成就伟业的七种品质 / 207

拿破仑和惠灵顿：两个一流的“商人” / 214

诚实是最好的策略 / 221

10 Part

金钱的使用与滥用

金钱反映人品 / 226

简朴的习惯让人独立 / 231

真正的荣誉在于战胜自己 / 238

不要高估了金钱的力量 / 244

11 Part

顺境与逆境

依靠自身努力获得提高 / 255

目录

家财万贯不是真正的富有者 / 262

教育是一种纯净的存在 / 268

一次尝试胜过千百次幻想 / 279

神童哪里去了? / 284

12 Part

榜样是成功的方向

良言善行会长存于世 / 289

行动证明一切 / 295

踏着榜样的足迹前行 / 298

13 Part

品格成就绅士

品格就是力量 / 308

习惯对塑造性格有着巨大作用 / 314

礼貌是最容易做到的事 / 318

高尚的心灵是上帝的赐予 / 322

做一个真正的绅士 / 326

做自己的救世主

每个国家都不乏这样的例子，一个人，凭借自己坚忍不拔的努力和奋斗，从社会的最底层，步入对社会最具影响力的上层，这样的例子在法国、英国或其他国家是如此众多，以至于很难将这些例子当做是例外。

- 自助精神是个人成长的力量
- 自古苦难出圣贤
- 你不能奢望同时是伟大的而又舒适的
- 成功路上他人帮助不可或缺

国家的价值，从长远来看，在于组成这个国家的社会个体价值的实现。

——约翰·斯图尔特·密尔

我们过于依赖制度，而忽略了人类自身的能力。

——本杰明·狄士累利

“自助者，天助之。”这句至理名言在实践中屡试不爽，是人类的丰富经验所得。自助精神是个人成长的根源，它体现在生活的众多方面，构成了真正的民族精神，是一个民族力量的源泉。依赖外界的帮助往往会让人更加脆弱，而自立自强必定可以使其奋发向上。从某种程度上讲，只要为一个人提供过多的帮助，这些帮助都会削弱他们人生的激情和自己动手的必要性。如果对一个人管理或监督过严，那么又会不可避免地使其产生某种消极心理。

自助精神是个人成长的力量

历史证明，一个国家的价值和力量取决于国人的性格特点，而非其制度形式。

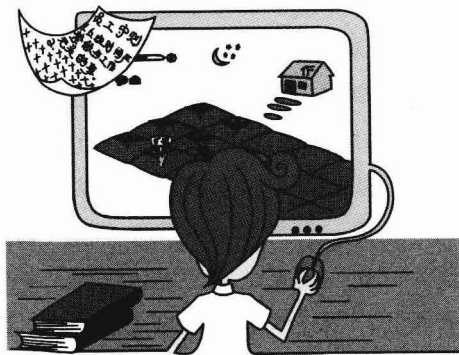
自由必须建立在个人性格这个坚实的基础上，个人性格也是社会安定和国家进步的唯一保障。

——斯迈尔斯金言

即使是最先进的体制，也不应为个人主动提供过多的帮助。或许，制度所能做的就是保障个人的自由，让他们能够发展自我，从而改善个人的生存状态。但是，人们普遍认为，他们的福利待遇和生活的幸福度，应当由制度来加以保障，却很少有人认识到只有自身的不倦努力才能真正有效地保有长久的幸福和福利。由此可以看出，人们普遍放大了法规的保障作用。政府组成成千上万的立法机构，每隔三年或五年，就选举出一个或两个立法代表，尽心尽力地履行他们的职责，但这对全体公民生活或人格的影响微乎其微。而且，我们越来越清楚地认识到，政府的职能是被动的，有限的，不应该是积极的，主动的。政府的职能主要在于保护人民的生命、自由和财产，解决各种大小的问题。法律，如果被恰当地执行，可以确保人们享受他们的劳动成果，不管是脑力上的还是体力上的。这样，

他们只需付出相对来说很小的代价。但是，无论多么严厉的法律，都无法使懒散的人变得勤劳，无法使浪费的人变得节俭，也无法使醉鬼清醒。这些改变只能通过个人的行为、节俭和自律来实现，而这些靠的是良好的习惯，而不是法律赋予的更多的权利。

一个国家的政府是由个人组成的，通常也被认为是其组成个人的写照。如果政府的发展水平超过个人的发展水平，那么，它将不可避免地受到人民素质水平的制约，从而减低它的发展速度，以与人民发展的速度合拍。同样，落后的政府会受人民较高发展水平的影响，从而提升到与人民相同的发展水平。根据自然法则，一个国家的整体特征总能显示法律运行及政府管理的结果，就像水能显示水平面一样。高贵的人受到高贵的统治，无知的人则受无知的统治。历史证明，一个国家的价值和力量取决于国人的性格特点，而非其制度形式。因为国家只是个人的集合而已，而文明自身也不过是人类如何发展的问题，



无论多么严厉的法律，都无法使懒散的人变得勤劳，无法使浪费的人变得节俭，也无法使醉鬼清醒。

即组成社会的男人、女人和孩子的发展问题。

个人独立是国泰民安的保障

国家的进步是个人勤奋进取的结果，而国家的衰退则是个人懒惰、自私和堕落的结果。我们通常所谴责的社会罪恶，在很大程度上，是个人生活堕落所致；虽然我们可以通过法律手段尽量减少或根除它们，但是它们仍会以其他方式死灰复燃，除非个人的生活习惯和性格得到彻底的改善。如果这个观点成立的话，那么我们可以得出结论说，最崇高的爱国主义和慈善行为不在于修改法律和调整制度，而在于帮助和激励个人，提高他们的品质，通过他们自由且独立的个人行动来完善自我。

如果单从外界来管理制约某个人，那一定起不到明显的作用，但是，如果能让一个人的内心得到有效改变的话，我们就有很好的掌控权了。真正的奴隶不是暴君统治下千依百顺的奴隶，尽管这种统治是极大的罪恶。真正的奴隶是那些受自己的无知、私心和堕落奴役的人。如果一个国家的国民心灵上受到这种奴役，仅仅通过变更统治者和制度是无法获得自由的。只要人们还迷信自由取决于政府，政府是自由唯一的救世主，自由仍将由政府掌握。一旦这种致命的观念盛行开来，那么任何变革都不会产生实际和持久的效果，不管付出多么巨大的代价。自由必须建立在个人独立这个坚实的基础上。个人独立也是社会安定和国家进步的唯一保障。约翰·斯图亚特·穆勒经过研究得出结论：“只要允许个性的存在，即使是专制主义也不会产生最恶劣的后果；泯灭个性就是专制主义，不管它以何种面目出现。”

历史上常常会出现阻碍人类进步的谬论。一些人呼唤恺撒式的救

星，一些人提倡民族主义，还有一些人寄希望于议会法案。当我们等待的“恺撒们”终于出现的时候，我们发现“谁承认并听从于他，谁就幸福”这句口号，简单来说就是，一切归属人民，一切又不由人民做主。如果将这个学说定位为指导方针的话，那么社会的自由意识将被毁灭，这将迅速为专制主义铺平道路。恺撒主义是最糟糕的偶像崇拜形式，因为它是对权力的绝对崇拜。其产生的恶果，不亚于对财富的绝对崇拜。我们应当在各国反复宣传一个更健康的学说，那就是独立自主的精神。一旦这个学说被完全领悟，并付诸行动，恺撒主义自然会销声匿迹。这两种学说在本质上是势不两立的，正如维克多·雨果论证矛和盾的关系时所说：“一个可以杀死另一个。”

相信民族主义和议会法案的力量，也是一种普遍存在的迷信。爱尔兰最忠诚的爱国人士威廉姆·达甘，曾在第一届都柏林工业展会的闭幕式上说过一席话，也许最能说明问题。他说：“老实说，在我的印象中，我从未听到我的同胞提过“独立”一词，听得最多的却是他们如何从这里、那里或其他地方去获取独立，甚至寄望于其他国家的人民。我承认，与国外的交流能为我们带来巨大利益，但我一直深切地感到，国家工业的独立只能依靠我们自己。我坚信只要我们发奋努力，我们将拥有比以往任何时期更好的机遇和光辉的前景。我们已经迈出了步伐，但坚持才会胜利。只要我们以饱满的热情勇敢前行，我深信，不久的将来，我们会和任何其他国家的人民一样过上舒适、幸福和独立的生活。”

每个人都应该具有自助精神

一个国家发展成为什么样子，取决于无数代国民的思考和工作。