

Holybird  
人生自助经典

# 品格

## CHARACTER

塑造坚毅果敢而立于不败的个性

The Crown And Glory Of Life  
Is Character



品格，是人生的桂冠和荣耀。它是一个人最高贵的财产，是一个人在信誉方面的全部财产，是人性的最好表现形式，是一个人地位和身份的象征。

塞缪尔·斯迈尔斯 著  
(SAMUEL SMILES)

中国发展出版社

Holybird  
人生自助经典

# CHARACTER

The Crown And Glory Of Life  
Is Character

[英]塞缪尔·斯迈尔斯 著  
(SAMUEL SMILES)

聂永革 译



# 品格

塑造坚毅果敢而立于不败的个性

中国发展出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

品格/(英)斯迈尔斯著;聂永革译. —北京:中国发展出版社,  
2004.3

ISBN 7-80087-050-2

I.品… II.①斯… ②聂… III.青年修养-青年读物 IV.B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 097481 号

书 名: 品格

原 著 者: (英)塞缪尔·斯迈尔斯

译 者: 聂永革

译 校 者: 刘 津

出版发行: 中国发展出版社

(北京市西城区百万庄大街 16 号 8 层 100037)

标准书号: ISBN 7-80087-050-2/Z·83

经 销 者: 各地新华书店

印 刷 者: 北京铁建印刷厂

开 本: 1/32 880 × 1230mm

印 张: 10.75

字 数: 200 千字

版 次: 2004 年 3 月第 1 版

印 次: 2004 年 3 月第 1 次印刷

定 价: 19.80 元

咨询电话: (010)68990692 68990682

电子邮件: fazhan@drc.gov.cn

---

**版权所有·翻印必究**

本社图书若有缺页、倒页, 请向发行部调换

## 序 言

24年前,我写作了《自助》这本书,3年后的1859年,它得以公开出版。我写作此书的原因极其偶然,当时我在利兹市一家曾治疗霍乱的临时医院里为当地的年轻人做过几次演讲,我努力向他们灌输这样一个道理:他们将来的幸福和健康很大程度上取决于他们自己,为此他们必须勤奋、自学、自律、自控,尤其重要的是,要依靠诚实、正直和不折不扣地履行自己的职责来立身于世,这些是构成人类优秀品质的重要因素。

演讲的结果比我预期的更加令人满意,我发现许多年轻人,当他们长大成人后,都选择了以信任、负责和有价值地行事来定位自己的人生。他们中的一些人也很乐意将生命的成功看作是他们习得这些品质的结果,而这些品质正是从训练课程中得来的,并且成为指导他们努力工作的精神向导。因此,这促使我开始准备一本这方面内容的书。我不甘心让这本书仅仅被当作一种口头演讲的汇编,于是在工作之余,我利用晚间闲暇时间,一直潜心准备。成书后我将之命名为《自助》,因为我实在找不到更合适的词来表达我写作的目的。

当这本书完稿后,我把手稿交给了伦敦一家出版社,但被婉言拒绝了。因为当时克里米亚半岛战争正酣,几乎不可能出版销售

图书了。直到“乔治·斯蒂芬森时代”以后，通过莫雷先生的热心帮助，《自助》一书才得以出版发行。

这本书出版后好评如潮。在这里，我要向评论家们表达我最诚挚的感激，我相信他们的评论是公正的。不过，他们对此书的赞扬远远超过了我应该得到的首肯。尽管我对他们毫不了解，他们对我本人也一无所知。

几乎所有欧洲国家都用自己的语言翻译出版过《自助》这本书，同时它也被翻译成印度语和日语出版。而且这本书在美国比在英国得到了更广泛的关注，也为更多人所传阅。

在《自助》出版13年后，我在从事其他工作期间，又写作和出版了《品格》一书。在这本书里，我极力刻画那些高尚而慷慨的人们，引述了许多杰出人物的真实事例。在我看来，通过向年轻人讲述那些品质高尚的令人鼓舞的事例，是使他们将这些品质铭记于心的最佳方法。“一些人声称”，爱萨卡·迪斯瑞里说，“不要向我讲述作家的趣闻轶事，而是给我他的作品。然而，我经常发现，我对作家的趣闻轶事比对他的作品更感兴趣。”这是我经常引述的一件事。普卢塔克说：“在人们的美德或恶行中，最显著的方面可能会隐藏得最好。但是，经常在某个不经意的行为中、一句简短的话语里，或者一个玩笑中，就能辨识出一个人的真正品格，而不一定在最伟大的战斗或最重要的行动中才体现出来。”

5年以后，《节俭》一书又出版了。在这本书中，我认为劳动是高尚而体面的。人们之所以会节俭，是为了获得独立；为了供养家庭，以便有一个可以预见的未来；为了生活得纯洁、高贵和人性化；为了避免像其他人那样因贫穷而酗酒；还有，为了使他们具备某种良好的品质、道德和信仰。我相信这本书的目的已经非常明了。自从本书出版以来，我从许多方面得知，为了建立国际性的节俭组

织,人们已经成立了各种机构,而且以前不可能存在的便士银行,现在也已经纷纷建立起来了。

《节俭》出版5年之后的今天,我再次奉献出我的新书《职责》,这是该系列的最后一本书,我希望它如序言中所说的一样有价值。不管怎样,我已经为此书竭尽全力了。读者将会发现,这些章节汇集了许多在工作中做得最优秀和最勇敢的人们的例子。

伟大的行为会留给世人宝贵的财富,后人将从中获益无穷。从这些人的所作所为中,我们学到了应该如何行事。一个伟大的职业,尽管其结果可能不尽人意,但它仍是人类活力的里程碑。只有将职责这种人类最高尚的品质坚持到极点的人,才能在他的一生中获得最杰出的地位。

“最基本的职责就像星星一样,  
在夜空中闪烁着光芒,  
祈祷仁慈,抚慰和治愈人们的心灵,  
就像花儿一样散落在人们的脚下。”

塞缪尔·斯迈尔斯

1880年11月于伦敦

塞缪尔·斯迈尔斯

关于作者

Samuel Smiles (1812-1904)

英国著名政治改革家和道德家。出生于苏格兰的Haddington，14岁离校去给一名医生当学徒，后入爱丁堡大学学医。在大学期间便积极参与议会改革，尔后利用《利兹时报》这一平台传播自己的观点。在了解到广大中下层贫民的实际生存状态后，他开始蕴酿自助的思想，并在各种场合宣讲这一理念，受到热烈欢迎。这些思想在他的名著《自助》中得到了充分的阐述。此书一问世，就在社会上引起了巨大反响，并以英、法、德、西班牙、丹麦、日、俄等语言在世界上许多国家出版，不断重印，成为一百多年来在全球最畅销的图书之一。《自助》的大获成功，鼓舞他成为一名职业作家，在其余生，他又写作了《品格》、《职责》、《节俭》等脍炙人口的励志图书，被誉为催人奋发向上的“人类精神导师”、“励志和自助之父”。



1812-1904

Holybird  
人生自助经典

塞缪尔·斯迈尔斯  
Samuel Smiles



## 《自助》

靠自己拯救自己而获得成功

## 《品格》

塑造坚毅果敢而立于不败的个性

## 《职责》

做一个登上人生职责巅峰的杰出人物

## 《节俭》

重要的是学会驾驭自己

封面设计





# 目 录

## 1. 品格的力量 ..... (1)

- ◆ 天才总是博得人们的美慕与称赞,而优秀的品格更加令人敬仰。如果说前者是一种智力的作用,后者则是一种精神之力。
- ◆ 任何一个忠实履行自己职责的人,都在实现其与生俱来的人生目标,建立自己品格的基本原则。
- ◆ 一个人所拥有的财富与其是否具备高尚的品德没有任何必然的联系。相反,富有可能会更大地导致某些人的腐败与堕落。
- ◆ 品格是在各种各样的环境中形成的,它或多或少地受到个人的调节和控制。
- ◆ 最好的品格如果不经一番努力也是不可能形成的。品格的塑造需要在自我反省、自律和自我控制力等方面经过持续不断的锻炼。
- ◆ 一个人的品格显现于他的日常行为中,并且受原则性、正直感和日常的判断力的指引和支配。

## 2. 家庭的力量 ..... (22)

- ◆ 一个人通常只有在家庭中才能敞开心扉、养成习惯、激发才智,塑造出或好或坏的品格。
- ◆ 任何人所受到的教育都不可避免地很大程度上受其幼年所处道德环境的影响,无论这个人有多么英明伟大。
- ◆ 一位好的母亲胜过一百个老师。在家庭中,她是“心灵的磁场和眼神的启明星”。

- ◆ 母亲对儿童行为和习惯的影响远远大于父亲,因此她所树立的良好榜样将在家庭中起着巨大的作用。
- ◆ 对于教育儿童,母亲是所有教育者中最具人性魅力的。如果说男人是大脑,那么女人便是充满人性的心灵。
- ◆ 品格主要是在一个人的童年形成,其后逐渐稳定下来,并在儿童最终长大成人时定型。
- ◆ 一个善良、节俭、快乐且爱干净的女人可以把最贫困的家庭变为舒适、平和与幸福的源泉。
- ◆ 家庭是真正可以使孩子懂得谦逊礼貌的学校,因为家庭中的女人永远是最好的身体力行的教育者。

### 3. 人际交往与榜样的力量 ..... (44)

- ◆ 正如我们的身体从食物中获取适宜的营养一样,我们的灵魂也在不知不觉地学习着我们的良友的美德或是恶友的不良习气。
- ◆ 人们主要是在下意识地模仿别人,所以其作用几乎难以觉察,但其影响却是持久的。
- ◆ 人们常说,只要看看他身边的朋友就可以了解一个人。清醒的人不会随便与醉鬼为伍,雅者不混迹于莽汉之中,文明不与野蛮并肩而立。
- ◆ 如果年轻人能够受到良好的影响与引导,并且能正确地发挥他们自己的能量,他们将追寻着那些比他们优秀的人,并努力向他们学习。
- ◆ 与更加平庸自私的人交往可能是最有害的,这会使你也变成一个枯燥的、乏味、保守而自私的人。
- ◆ 一条好的建议、一个适时的提示,或是一项来自一个诚实的朋友的良策都可能给一个年轻人的生活指引一个全新的方向。
- ◆ 与优秀的人交流会在你心中播下善的种子,好的个性可以传播开来。

### 4. 工作是人类永恒的生存法则 ..... (64)

- ◆ 劳动也许会是一种负担,甚至是一种惩戒,但同时也是一种荣

誉。

- ◆ 真正的幸福不会在能力的闲置中找到,幸福只能在有效的行动中寻找。
- ◆ 勤奋的责任对社会上各个阶层的人都是适用的。所有的人,不论贫富,在其各自的领域中都有各自的工作可做。
- ◆ 一个无所事事的人,不管是多么友善或令人尊敬,永不会,也不可能真正感到幸福。
- ◆ 生命的长度不由到底活了多少年来计算,而是由一个人所做的、所感受到的来衡量。
- ◆ 通过实践来学习做事的方法是最有效的,因此实践对个性的塑造也是非常有意义的。
- ◆ 要想成为一个好的铁匠,你必须锤炼一生;要想成为一个好的管理者,你的一生都应该必须不断地学习,并且勇于实践。
- ◆ 力量只属于一直工作的人,闲人总是无力的。这个世界真正的主宰者是那些辛勤劳动的人。

## 5. 勇气 ..... (89)

- ◆ 真正的勇气在默默无闻的努力和进取中得以展现,它使人敢于为真理和职守承担和忍受一切。
- ◆ 那些使我们更了解天空、大地和我们自身的每一次知识领域的扩大,都是建立在过去的时代中那些伟大的人们所付出的心血、奉献、自我牺牲和勇气上的。
- ◆ 归根到底我们需要的不是一种英雄式的勇气。勇气既可在历史事件中得到体现,在日常生活中也一样可以。
- ◆ 一个人获得的名望绝不意味着这就是他受拥护、支持的根据,相反,却往往可以成为反对一个人的依据。
- ◆ 一个人必须有勇气做他自己,而不是别人的回声和影子。
- ◆ 正直的人很自然地要反对欺诈,诚实的人反对撒谎,热爱正义的人反对压迫,纯洁的人反对邪恶和不公正。
- ◆ 人们常常能战胜困难,因为他们自信能够战胜困难。他们自身的信心激励着他人的信心。

- ◆ 有了一定的智慧,一个精力充沛的人会比一个光有知识而无精力的人更有成就。

## 6. 自我控制 ..... (116)

- ◆ 要想获得精神上的自由以区别于低等动物,人类就必须坚持自己的原则,控制好自己本能的欲望。
- ◆ 一个人心情的好坏很大程度上取决于他自己的意愿,要靠他自己来把握。
- ◆ 只要用积极的心态看问题,满怀憧憬地面对生活,那么一旦这种积极乐观形成习惯,它就会同其他习惯一样深植于我们的内心并不断开花结果。
- ◆ 固执己见并不一定就是坏事。不过脾气越暴躁,就越要注意靠自律和自我控制来约束自己的一言一行。
- ◆ 一个人也许身体上是虚弱的,但只要能保持愉快的心情,他的灵魂就会显得伟大、积极、高贵且人格上完整而独立。
- ◆ 避免浮躁的最好办法就是不断丰富自己的知识,并且不断扩充自己的生活阅历。

## 7. 责任感与诚信 ..... (142)

- ◆ 一个人只有具有高度的责任感,才能避免步入身败名裂甚至道德沦丧的境地。
- ◆ 责任起始于家庭,在家庭里,一方面,子女对父母承担着责任,另一方面,父母对子女也负有责任。
- ◆ 责任感的基础是正义感——正义感由爱而生,也是善良和仁慈的最完美体现。责任不是一种思想感情,而是贯穿人生的准则。
- ◆ 具有高贵品格的人,会通过自己的美德去征服别人,他们决不会用卑劣的手段苟且偷生。
- ◆ 生活赋予我们的角色是我们自己无法选择的,而我们的责任就是演好我们的角色。
- ◆ 一个人只有勇气是远远不够的,还需要责任感来引导他走正确的路,磨炼他坚强的意志。

## 8. 乐观的品格 ..... (169)

- ◆ 一个人的幸福取决于他是否具有平和的心态,面对问题能否保持耐心和宽容的态度,以及能否善意、周到地为他人着想。
- ◆ 尽管一个人乐观的品格多半是与生俱来的气质,但是它也可以像我们其他的生活习惯一样,慢慢锻炼,逐渐培养。
- ◆ 乐观的品格是生活中快乐的源泉,也是一个人积极向上的生活态度最坚强的守护者。
- ◆ 一个人只要有健康的心灵,就会有乐观的心态,生活也从此充满希望。
- ◆ 乐观的态度还需要“耐心”来支持,这也是我们在生活中享受快乐,获得成功的主要条件之一。

## 9. 礼貌——行为的艺术 ..... (187)

- ◆ 礼貌,让你在快乐中完成自己的工作,使生活中零星的琐事不再成为你的烦恼,从此变得惬意而充满乐趣。
- ◆ 从某种程度上说,一个人的礼貌,可以反映出他的道德品质,是他的内心本质的外在体现。
- ◆ 真正有礼貌的人,通过对他人的关怀和尊敬,体现出自己的谦逊和大度。
- ◆ 家庭是一个人最初的,也是最好的学校,在这里女性是最好的老师,她会帮助你培养良好的礼貌习惯和高尚的道德情操。
- ◆ 才华,是一个人不可多得的力量,而圆滑的处事态度,则是一种生存技巧。

## 10. 书籍——最好的伙伴 ..... (217)

- ◆ 一本好书,会成为我们最好的朋友。今天是这样,一直是这样,永远都不会改变。

## 11. 婚姻——幸福的伴侣 ..... (253)

- ◆ 尽管平等和互助,是男女之间共处的根本原则,然而在天性和

才能等方面,男人和女人还是存在着许多差异的。

- ◆ 女性,常常被人们称为“困境中的天使”。她们会在任何时刻,用自己的柔情和爱心,帮助你摆脱困境,协助你克服困难,安抚你痛苦的心灵。
- ◆ 无论男人还是女人,除非用自己的情感和爱去与这个世界连接起来,否则,他们的人生经历始终都是残缺不全的。
- ◆ 明智的人,绝不会把自己婚姻的基础,建立在美丽的容貌上面。男人的道德情操、品格特点,在很大程度上会受到自己妻子的影响。

## 12. 生活的历练 ..... (298)

- ◆ 经常与他人沟通,是更好地了解自己的一个必不可少的因素。只有无拘无束地使自己融入到周围的世界和人群中,才能对自己的能力有一个正确的估测。
- ◆ 正确地自我认识,对那些渴望在世界上扬名立腕,或有所作为的人来说,更是一门不可缺少的必修课。
- ◆ 一个人最深刻、最有意义的经验和教训,都是来自于以往生活中失败的经历,以及与他人打交道的过程中所经受的挫折。

# 1

## 品格的力量

道德原则属于整个社会，具有普遍性。它们在某种程度上形成了一种人类借以抵抗堕落、恶习和无序的力量，可以说，堕落与无序是道德品质的公敌。

——休谟

品格可谓这世界上最有影响力的力量之一了，高尚的品格是人性最完美的表现，并真正体现了人的价值。不管在哪一领域，不管处于何种生存状态，那些真正优秀的人（不论从哪方面来讲），他们的勤勉、诚实、高度的自律与坚定的信念，都会博得人们由衷的崇敬。自然而然地，人们就会信任他们，信赖他们，并且效仿他们。

如果没有这些品格高尚的人，世界上所有美好的东西都难以展现出来，社会也就失去了存在的意义。天才总是博得人们的羡

慕与称赞，而优秀的品格更加令人敬仰。如果说前者是一种智力的作用，后者则是一种精神之力。从长远来看，精神的力量将在人的生命中占据更加重要的地位。在现实社会中，天才具有理智，而品格高尚之人则具备良知。

伟人们往往有其独特的个性，但伟大本身也是相对而言的。人的生命如此有限，事实上只有极少数的人有机会成为伟人，但是我们每个人都可以正直诚实地扮演好自身的角色，并最大限度地发挥出自身的潜能。我们可以利用自己的天赋，力争让自己生活得更好。我们可做到真诚、公正、诚挚、守信，哪怕在细小之事上都能如此。总之，我们能够履行上天赋予我们的一切人生职责。

### 小事更见一个人的品格

我们每天都在履行自己人生的职责，有些虽然看起来可能是平庸之举，没有一点英雄主义的色彩，但通过一个人对自身职责的履行，可以看出其对理想生命的追求，以及他做人的品格。强烈而持久的责任感，从大的方面讲，它支持着人类社会的延续，对于人们的日常生活，它也起着至关重要的作用。人类的生活是建立在那些“普通职责”基础之上的，在所有的道德品质中，最有影响力的也是那些日常生活所需具备的品质。它们才具备恒久的生命力。而那些凌驾于普通人之上的所谓“上等道德”，则可能是一些充满诱惑和危险的东西。巴尔克说过：“依赖于英雄主义道德基础的人类社会，毫无疑问会有一个软弱、不堪一击或是堕落的上层建筑”。事实也的确如此。

阿伯特博士，也就是后来的坎特伯雷大主教，在描述其亡友



托马斯·塞克维的品性时，他没有强调其作为政治家的功勋业绩，也没有强调其作为诗人的天赋才华，而是着眼于其作为一个人与日常生活中的责任息息相关的道德品质上。“在托玛斯身上有多少珍贵的品质？”他说，“有谁比他对自己的妻子更好？有谁比他对自己的孩子更亲？有谁比他更乐于帮助自己的朋友？有谁比他对敌人更宽容？有谁比他更忠实自己的诺言？”的确，通过一个人对与他关系最密切的人的行为中所体现出的态度，我们往往能更加清楚地了解和评价此人真正的品行，一个人对那些看似平常的日常职责的履行，远比他作为一个作家、演说家或政治家的身份在公众面前展示自己时更能体现出他做人的真正品格。

## 品格的原则

在日常生活中，我们也能体验到作为一个普通人的责任感。人们或许没有金钱，没有财产，没有学识，没有权力，然而他们可以让自己保持坚定的信念，让精神变得富有——只要他们拥有正直、诚实的品格和责任心。任何一个忠实履行自己职责的人，都在实现其与生俱来的人生目标，建立自己品格的基本原则。很多人可以说除了品格以外一无所有，然而仅凭其高尚的品格，比之加冕的国王，他们也毫不逊色。一个人的学识与纯洁优秀的品格并没有什么必然的联系。在《新约》中，我们随处可见对人类品格和“我们的灵魂”所做的训导。乔治·赫伯特说：“美德，与渊博的学识等价。”这并非说学问应该受到轻视，而是强调学问必须与美德结合起来。在现实社会中人们会发现，一些人在智力方面的才能却与最卑劣的道德与品格耦连在一起，譬如在高官面前卑躬屈膝，对地位低下者傲视轻慢。一个人可能在艺术、文学