



C h a r a c t e r

上进心

[英] 塞缪尔·斯迈尔斯 著

巨 涛 编译



 上海人民出版社

上进心

[英] 塞缪尔·斯迈尔斯 著

巨涛 编译

图书在版编目(CIP)数据

上进心/(英)斯迈尔斯(Smiles, S.)著;巨涛编译
—上海:上海人民出版社,2011

(智慧人生系列)

书名原文:Character

ISBN 978-7-208-10298-9

I. ①上… II. ①斯… ②巨… III. ①人生哲学-通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 201309 号

特约策划 蔡敦达

责任编辑 马健荣

封面装帧 王小阳

上 进 心

[英] 塞缪尔·斯迈尔斯 著

巨 涛 编译

世纪出版集团

上海人民出版社出版

(200001 上海福建中路 193 号 www.ewen.cc)

世纪出版集团发行中心发行

江苏启东人民印刷有限公司印刷

开本 787×1092 1/32 印张 8.5 插页 4 字数 133,000

2011 年 11 月第 1 版 2011 年 11 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-208-10298-9/B·901

定价 25.00 元

目 录

1 第一章 开发自己！

——你必须知道什么可以让你的精神
和才智得到发展

- 1 1. 什么是自己最精彩的人生
- 6 2. 尽情享受人生的方法
- 10 3. 包容力可以让任何人都成为朋友
- 13 4. 敞开心灵之窗

27 第二章 为使命而燃烧！

——你是否拥有自豪的人生

- 27 1. 如何获得强大的人生动力
- 32 2. 人生的“万能通行证”
- 39 3. 向具有强大吸引力的人们学习应该如何
活着
- 44 4. 倾听良心的“声音”
- 47 5. 使命感可以让一个普通人成为伟人

64 **第三章 全身心地投入工作**

——你是否每天都在努力工作？是否有所收获？

- 64 1. 精通一行，万事皆通
- 74 2. 实干精神让人生更充实
- 80 3. 工作愉快才能出成绩
- 86 4. 消除烦恼的良方
- 91 5. 发掘自己的无限潜力
- 96 6. 牢记这些处世哲学
- 102 7. 不重视细节的人就无法胜任工作

127 **第四章 提高见识！**

——我们应该从何处领悟人生的教诲？

- 127 1. 书籍是最耐心、最忠诚的挚友
- 130 2. 应该从何处领悟人生的教诲？
- 143 3. 让人生更精彩的强烈兴奋剂

168 **第五章 构建良好的人际关系**

——你能否从朋友身上获得成长的动力？

- 168 1. 体谅他人可以帮助自己成长
- 171 2. 这些“智慧心语”可以使生活更加充实

177	3. 真正的人性源于何处
182	4. 榜样是决定我们一生品质和格局的关键
187	5. 身体力行的人最能服众
196	6. 正确的情可以激发才能
212	第六章 做人生的赢家
	——此时此地你能否全力以赴？
212	1. 以坚定执着的信念迎接挑战
215	2. “不图谋安逸，不随波逐流”才是人生的 真谛
222	3. “一门心思”的人，才活得坚强、伟大
226	4. 人生只有实力是最可靠的保证
229	5. 在人生的田野中播种什么
239	6. 给自己带来最大幸福的生活方式
262	译后记

第一章 开发自己！

——你必须知道什么可以让你的
精神和才智得到发展

1. 什么是自己最精彩的人生

我们每个人都有决定自己意志和行动的自由。这种自由是美好的,但往往也会成为弊端,关键就在于如何利用。也就是说,在看待某一事物时,是注重其光明的一面,还是阴暗的一面,完全取决于我们自己。

有的人工作中出现失误时,敢于正视自己的错误,以免重蹈覆辙,他们终有一天会得益于这些错误。也有的人犯了错误以后,如同末日降临,只顾眼前的损失,无暇从失败中吸取任何教训。同样一件事情,因个人思想和行为方式的差异,竟会有如此不同的反应。那么,选择更为美好的人生之路,则是做人的一种智慧。

人生因我们的选择而不同

一个人是否愿意趋利避害、择善而从，决定了他是一个固执己见、心灵扭曲的人，还是积极进取、健康向上的人。

人生可以根据我们自己的选择而改变。真正能够掌握世界的人都是乐观开朗的人，因为只有他们可以从每天的生活中发现并享受快乐。

然而有些人整天焦躁不安、不知满足，所以他们很容易陷入到痛苦与烦恼之中，无法获得内心的安宁和幸福。我们常会看到有些人态度生硬，像个硬毛刷子，以至于周围的人们都不敢靠近他们，生怕被扎伤。原因就在于他们没有克制住自己的情绪，从而造成了无法想象的难堪局面，让快乐变成了痛苦，让自己的人生变成了赤脚走在布满荆棘道路上的痛苦之旅。

理查德·夏普¹曾说：“有时候一个小麻烦也会像飞入眼睑的虫子一样让我们痛苦不堪，一根纤细的发丝也能让大型机器停止运转。一个人若想获得快乐，关键在于不要为那些琐碎的烦恼而闷闷不乐，而是要主动去寻找快乐的萌芽。当然，要想获得很多的快乐，就需要花费更长的时间。”

我们无法解决自己无端设想或制造出来的麻烦。如

果一个人心中一直充满了痛苦,总有一天他会被沉重的精神负担压垮。所以当我们遇到困难的时候,必须勇敢地面对它,不能放弃希望。

有些年轻人过于计较一些微不足道的小事,佩尔特斯²曾这样忠告他们:“不要放弃希望和自信,勇往直前。这是一个尝尽人生艰辛的老人给你们的忠告。无论发生什么事情,我们都必须面向未来不断地前进,必须以积极开朗的心态对待多姿多彩的人生。这种心态很重要,如果没有它,我们肯定会丧失生存下去的活力。”

才能是人生成功的必要条件,然而性情也是至关重要的因素。无论成功与否,一个人的幸福往往取决于他是否拥有沉着的性格、坚强的毅力和宽容的心态,是否对周围的人充满善意和关怀。“为他人祈求幸福,就是为自己寻求幸福”,柏拉图的这句话也表明了这个意思。

乐观的心态可以让你的人生重负减半

在这个世上,有种人非常乐观,他们在任何事物中,都能发现美好的一面。他们认为世上根本不存在令人一蹶不振的严重灾难,即使有也可以通过努力使其转变为幸福。而且他们可以从这个过程中获得满足。无论天空多么黑暗,他们都可以透过云层看到一缕阳光。即使看

不见阳光，他们也坚信太阳只是被一时遮蔽，不久肯定会重新放射光芒。所以，他们可以一直保持乐观而满足的心态。这种人是幸福的，总是让所有人羡慕。他们的眼中闪烁着一种光芒，是喜悦、满足、快乐、充满信念和知识的光芒。因为心中充满了阳光，所以在他们眼里任何东西都是绚丽多彩的，即使是沉重的负担也甘之如饴，毫无怨言。他们明白任何抱怨、烦恼都无济于事，所以他们既不会哭泣，也不会把精力浪费在无用的叹息上。他们会摘下一朵路边盛开的鲜花，继续勇往直前。

不要认为他们是鲁莽草率的人。一般具有宽包容力的优秀人物都是性格开朗、充满希望和爱心，值得我们信赖的人。他们聪慧明智，能从漆黑的乌云中看到曙光，能从眼前的困难中看到希望，能在病痛中努力恢复健康，能把各种考验当作人生的历练，从中发现并改正自己的缺点。在痛苦和困难面前，他们总是鼓起勇气，充分利用自己的知识和实践经验，迎接挑战。

有的人可以找到“金光大道”，有的人却找不到

愉快开朗的性格虽然可以说是天生的，但是和其他习惯一样，也可以通过训练开发出来。一个人的人生是充实的还是悲惨的，是幸福的还是不幸的，完全取决于每

个人自身的努力。每个人的选择可以让人生出现两种不同的结局,即只看事物光明的一面,获得幸福,或者只注重黑暗的一面,陷于不幸。因此,我们可以凭借自己的意志和努力,发掘培养出注重事物光明一面的性格。即使头顶上乌云密布,也要张开双眼,寻找云层背后的金色阳光。

这种乐观向上的人,以熠熠生辉的双眼快乐地面对生活中的所有场面。他们可以给冷漠的心灵送去温暖,给烦恼的人们送去安慰,给无知者以启蒙,给悲伤者以勇气,为才智增添光彩,为美丽的事物锦上添花。如果没有他们,我们就无法感受到人生的阳光,花儿也只能徒然开放,天地万物都会失去灵性,如同没有生命和灵魂的空壳。

开朗是比休息更有效的心灵“滋补剂”

乐观开朗的性格不仅为人生带来快乐,同时保护我们的性格免受伤害。有人问:“如何才能战胜诱惑?”对此,一位现代作家回答说:“第一是开朗,第二是开朗,第三还是开朗。”开朗是培育一个人最理想的沃土,它可以给心灵带来光明,使精神富有弹性。它还可以产生友爱,培养毅力,是孕育智慧的母体。

马歇尔·霍尔³医生曾这样告诉他的患者说：“世上最有效的滋补剂就是经常保持乐观开朗的心态。”所罗门⁴也曾说过：“乐观的心态就像人生的一服良药。”

乐观开朗的性格是最好的资本，它可以让我们心中永远充满灿烂的阳光，让灵魂奏响美妙的旋律。

乐观开朗如同休息一样，可以让疲倦的身体重新充满力量。相反，过多的烦恼和满腹牢骚只会不断削弱我们的气力，消耗我们的体力。

帕默斯顿勋爵⁵就是一个很好的例子。他每天勤于工作直至人生的最后一刻。是什么力量让他能够如此精力旺盛地持续工作呢？就是因为他拥有沉着冷静的性格和永远乐观开朗的心态。这两者是通过一些好习惯自然形成的，即忍耐、不轻易接受他人的挑衅、坚持原则不退让、对恶语中伤不烦不恼、尽力避免狭隘心胸等。与帕默斯顿有近二十年交情的好友说：“我只见他发过一次脾气。”

2. 尽情享受人生的方法

伟人大多数都是豁达开朗的人。他们从不奢求名誉、金钱和权力，满足于现状，享受着人生，感受着喜悦。

他们总是忙于工作,而且对任何一份工作都感到快乐,所以他们才那么开朗,那么幸福。

拥有一颗善于应对各种烦恼与考验的“柔韧的心”

弥尔顿⁶的一生中历尽无数的困苦和烦恼,依然保持着开朗柔韧的个性。在他双目失明的时候,好友背弃了他,眼前一片黑暗,周围充满恐怖。但悲惨的经历并没有使他丧失勇气 and 希望,而是让他竭尽全力地奋勇向前。

约翰逊博士⁷在与残酷的命运搏斗中,始终没有丧失勇气和乐观的心态。他为了追求一种坚强而充实的人生,努力在任何境遇中发现快乐,获得满足。有一次,一位牧师对英国乡村社会的无趣表示不满,他说:“这里的人们只知道谈论他们的牛仔。”一位妇人回应他说:“如果是约翰逊博士的话,肯定会和我们一起谈论牛仔的。”约翰逊就是这样一个人,无论身处何地都会珍视周围的社会环境。

体会从厚厚的云层中发现阳光的快乐

约翰逊博士认为,随着年龄的增长,我们会越来越成熟,性格也会越来越温和。切斯特菲尔德勋爵⁸也持有相同观点,他们都以积极乐观的眼光来看待人性。相反,有

人则用冷漠讥讽的态度看待人生,认为“人心不会随着年龄的增长而向善,只会越来越顽固。”

这两种观点各有道理。从整体来看,每个人的一生都是由各自的性格来决定的。正直的人善于吸取经验教训,依靠自制能力,经过不断地磨练而走向成熟;而性格怪僻的人,无论积累多少人生经验,都无法从中获取任何教训,最后只会变得越来越糟糕。

沃尔特·司各特爵士⁹经常对人说:“让我听听你开怀大笑时的声音吧!”他本人也是一个经常发出爽朗笑声的人。不管遇到谁,司各特都会亲切的与之交谈。因为他的名望,往往让人联想到威严与高傲冷漠,可是他那温暖的关怀,就像阵阵春风吹散了人们心中的各种猜测。

梅尔罗斯修道院¹⁰遗址的管理员在谈到欧文·华盛顿¹¹时说:“他时常带着很多朋友来这里。每次他一到就喊我的名字,‘琼尼,琼尼·鲍尔在哪儿?’我一听到就赶紧出去迎他。他总是开个玩笑或者说一些愉快的话语和我打招呼,然后就像对待朝夕相处的爱人一样,在我身边有说有笑的,简直不能相信他是一个那么有学问的人。”

锡德尼·史密斯¹²的一生也告诉我们,开朗的性格可以赋予我们力量。史密斯只注重事物美好的一面,认为所有云层的背后都闪耀着金色的阳光。所以,无论是

在乡村担任助理牧师，还是在教区任主教，他总是满怀温情地对待大家，树立了一种勤勉、坚韧的人生榜样。从日常生活的每一个细节里，我们都能看到 he 充满人情、和蔼可亲的举止和作为一个绅士的自豪。只要一有空闲，史密斯就立刻提笔，撰写拥护正义、自由、教育、宽容和解放的论文。他的文章中随处可见一些小常识和明快的幽默，但绝不庸俗。他从不计较名利。天生的乐观性格与旺盛的精力让他一生都能保持健康向上的精神状态。晚年的史密斯虽然多病缠身，但是，他在给友人的信中这样写道：“我现在除了痛风、哮喘，还患有其他七种疾病，不过，除此以外我一切都好。”

不屈不挠、奋斗终生的天才们

伽利略、笛卡尔¹³、牛顿、拉普拉斯¹⁴等科学家，为人类社会留下了丰功伟绩，他们中的很多人都具有顽强的毅力和开朗的性格。

数学家欧拉¹⁵，晚年时完全丧失了视力，却和以往一样依然保持开朗的心态。他不屈不挠地通过各种方式唤醒自己的记忆力，完成著述工作。他最开心的就是和孙子们在一起的时光。所以，即使研究工作非常辛苦，他依然抽出时间辅导孩子们学习。

《大不列颠百科全书》的第三任主编、爱丁堡大学的罗比森教授¹⁶，也是长期因病痛而无法工作，可是他却含饴弄孙之中得到了休息。他给拥有多项发明成果的机械工程师詹姆斯·瓦特¹⁷写过一封信，信中说：“这个小家伙一天一天的成长，以前我从来没有注意到，我发现一些人类的本能开始在他身上觉醒了。这样一直观察他，让我感到说不出的快乐。孩子笨拙的动作、随心所欲的调皮模样简直就是奇迹。不管我是否愿意，他的一举一动都吸引了我的注意力。我真得感谢那些法国的理论家们让我因病休息，才使我能守护这孩子，并成为他生命的力量。唯一遗憾的是，我已经没有时间把幼儿能力的开发作为自己的研究课题了。”

3. 包容力可以让任何人都成为朋友

富有包容力、心智健全的人，都是心中充满希望、性格开朗的人。他们的开朗具有很强的感染力，让身边的人也变得开朗而有朝气。这种开朗源自爱心、希望和毅力。爱心可以唤醒爱心，可以产生仁慈；爱心是诚实而无私的奉献，是分辨善恶的标准；它不断地追求幸福，带来光明。爱心可以培育积极向上的思维方式，营造活泼开

朗的氛围。爱心是无偿的，也是无价的。有爱心的人会祝福拥有爱的人，并在还没有获得爱的人的心田播下幸福的种子。甚至连悲伤都因为爱心而化为喜悦，泪水化作甘露。

种瓜得瓜，种豆得豆

边沁¹⁸坚信：“一个人为他人付出的越多，自己获得的幸福快乐也就越多。”一份关怀会唤醒另一份关怀。一个人如果能毫不吝啬地将爱心分与他人，那么他自己也会得到相应的幸福。亲切或冷酷的话语都不需要花费一分钱。但是，亲切的话语能让对方感到温暖，也能促使他们以友善回应。这种行善不是一时的，而是站在对方的立场上为对方着想的善意。这种善意才是人与人之间相处的真谛。诚然，有时候我们的善意如竹篮打水，既没有效果，也没有回报。但是，即便如此，我们也不能失去信心，要相信我们播撒的善意的种子，肯定会在他人的心田萌发出爱的精神，而且不久的将来，这些萌芽会渐渐成长，让每一个枝头都结满幸福的果实。

诗人罗杰斯¹⁹曾问一个受人喜爱的女孩：“为什么大家都那么喜欢你呢？”女孩回答说：“我想一定是因为我也同样喜欢大家的缘故吧。”