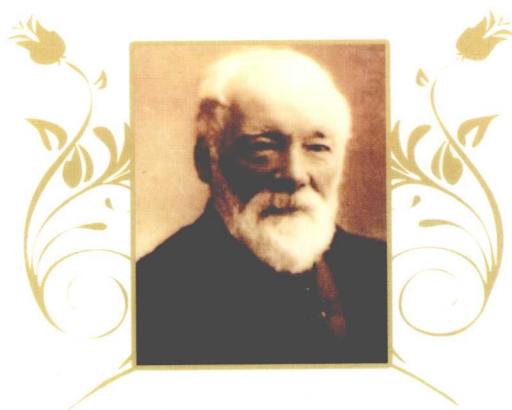


Collected Edition Of Samuel Smiles'
Great Theories Of Society

丁兆宇◎编著

塞缪尔·斯迈尔斯 处世成功思想 全书



失去的财富可以用生产来补偿，失去的知识可以用学习来重获，
失去的健康可以用戒酒和药品来恢复，但是失去的时间永远不会回来了。

这是一本给人们身心健康带来益处的有价值的书。

丁兆宇◎编著

塞缪尔·斯迈尔斯 处世成功思想

全书

图书在版编目 (CIP) 数据

塞缪尔·斯迈尔斯处世成功思想全书/丁兆宇编著. —北京:
新世界出版社, 2009.9

ISBN 978-7-5104-0555-6

I. 塞... II. 丁... 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 (2009) 第 166714 号

塞缪尔·斯迈尔斯处世成功思想全书

作 者: 丁兆宇

责任编辑: 梁小玲

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发行部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总编室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

http: //www.nwp.cn

http: //www.newworld - press.com

版权部: + 8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印刷: 九洲财鑫印刷有限公司

经销: 新华书店

开本: 787 × 1092 1/16

字数: 230 千字 印张: 20

版次: 2009 年 9 月第 1 版 2009 年 9 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978-7-5104-0555-6

定价: 39.00 元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

塞缪尔·斯迈尔斯处世成功思想全书



前言

Collected Edition Of Samuel Smiles' Great Theories Of Society

塞缪尔·斯迈尔斯 (Samuel Smiles, 1812—1904) 是英国 19 世纪伟大的道德学家、著名的社会改革家和睿智的散文随笔作家。他的一生阅历十分丰富, 先后当过医生、商人、摄影师、随笔作家、历史学家、记者、编辑、社会改革家、铁路大臣、公众道德家、演说家。这种丰富的人生阅历为他观察人性的优劣、观察人生成败得失的原因、为他以后的创作, 打下了非常坚实的功底。

塞缪尔·斯迈尔斯一生写过 20 多部著作, 其中最受人喜爱的是有关人生成功与幸福、有关良知、信仰、道德、自由与责任等领域的随笔作品, 这方面最著名的有: 《自己拯救自己》、《品格的力量》、《金钱与人生》、《命运之门》、《信仰的力量》和《人生的职责》等。

其中《自己拯救自己》的出版, 开创了西方成功学。《品格的力量》、《金钱与人生》等人生系列丛书的出版, 改变了亿万人的命运, 对近代以来西方社会的道德风尚产生了很大的影响。在全球畅销 100 多年而不衰, 成为世界各国的年轻人最喜爱的人生教科书, 被誉为“文明素养的经典手册”、“人格修炼的《圣经》”。

《泰晤士报》评价《品格的力量》一书“像人生的北斗星, 永远照耀着那些曾经阅读本书的人”。《时代》周刊对此书作了这样的评价: “在当今这个只追求物质的年代, 我们绝不能忽略了思想的价值。在给年轻一代传授信息的同时, 绝不应该忘记, 还应该教育他们成为有高贵思想、诚实而敢说真话的男女; 在培养他们能力的同时, 绝不应该忘了, 还应该培养他们高贵的



人格和品性。这一本书带给人们身心健康带来益处的有价值的书。”

正如斯迈尔斯先生在自己的文章中所写的：

“一本好书就像是一个最好的朋友。它始终不渝，过去如此，现在仍然如此，将来也永远不变。它是最有耐心、最令人愉快的伴侣。在我们穷愁潦倒、临危遭难的时候，它也不会抛弃我们，对我们总是一往情深。在我们年轻时好书陶冶我们的性情，增长我们的知识；到我们年老时，它又给我们以安慰和勉励。”

“多少年代前初次闪现在作者脑海里的伟大思想今天依然清新如故。他们当时的言论和思想刊于书页，如今依然那么生动感人。时间唯一的作用是淘汰不好的作品，因为只有真正的佳作才能经世长存。”

《塞缪尔·斯迈尔斯处世成功思想全书》通过大量通俗睿智的思想和富有哲理、启人心智的故事，多角度、全方位地对塞缪尔·斯迈尔斯的处世成功思想进行了系统总结和生动阐释。相信每一个志在成功、追求卓越、愿意通过学习和努力改变平凡人生的读者，都会从本书中获得阵阵的惊喜和持久的收获。

塞缪尔·斯迈尔斯处世成功思想全书



目 录

Collected Edition Of Samuel Smiles' Great Theories Of Society

第一章 在知识方面充实自己是非走好不可的路

歌德说：“人不光是靠他生来就拥有的一切，而是靠他从学习中所得的一切来造就自己。”不管怎样，一个人学到知识终归是件好事情。即使只从增加物质利益的方面考虑，花费时间精力去学习知识也是完全有必要的，特别是对净化人的品行道德方面的知识追求更加值得提倡。

不同领域的成就卓著者往往是知识渊博的人	(3)
青年人要利用好眼前的大好时光尽情地学习	(6)
足够的知识是事业顺利发展的坚实基础	(8)
只要善于学习，就没有不可战胜的困难	(10)
书籍所赋予我们的思想比现实生活所赋予我们的更加 生动活泼	(14)
在学习过程的每一个环节都下足工夫	(18)
考虑知识的整体效应，进行有目标有计划地积累	(21)
凭借自身的能力在积极的生活中磨炼汲取知识	(23)
让导师带给你难以得到的机会和见识	(26)
【本章要点与思考】	(28)



第二章 遵循优秀的道德品行才能取得成功和获得幸福

塞缪尔·斯迈尔斯认为，人类文明中历久弥坚的优秀道德传统无论在任何时代、任何社会都不会过时，都不应被人们抛弃。人生的成功没有捷径可走，只有遵循了这些古老的优秀道德品行，人们才能在各行各业取得成功和获得幸福。有比快乐、艺术、财富、权势、知识、天才更宝贵的东西值得我们去追求，这极为宝贵的东西就是优秀而纯洁的品德。

- 高尚的品德是人的良好意愿和人的尊严方面的财富 (31)
- 品格是个人和民族的力量源泉 (33)
- 道德品格发展的重要性强于智力的发展 (35)
- 自律自制是一切美德的基石 (37)
- 摆脱面具，做真实的自己 (39)
- 恪尽职守以塑造平凡而卓越的人生 (41)
- 【本章要点与思考】 (43)

第三章 没有任何外界的力量能够统治你

生活就是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。有两个人从铁窗朝上望去，一个人看到的是满地泥泞，另一个人看到的却是满天繁星。英国 18 世纪著名诗人亚历山大·蒲柏说：“自己丰富才能感知世界的丰富；自己好学才能感知世界的新奇；自己善良才能感知世界的美好；自己坦荡才能逍遥地生活在天地之间。”

- 必须要好好掌握自己的信念和心态 (47)
- 你的态度决定了你的发展和前途 (49)
- 积极的思想能带来积极的行动和反应 (53)
- 必须要具备一颗乐观、开朗的心 (55)
- 我们可以运用自己的意志力量来选择自己的心态 (57)

要强烈地相信自己能够将眼前的事情做好	(60)
要积极利用好心理暗示的力量	(63)
把思考引导向对自己有利的方面	(66)
不要让消极的情绪阻碍你作出正确的判断	(68)
正确评价事物,用宽广的眼光看待人生	(70)
勇于挑战困难的人,才有能力突破逆境	(72)
一步步树立起积极的心态	(74)
采取积极的行动摆脱绝望的情绪	(76)
【本章要点与思考】	(79)

第四章 把时间用在思考上是最能节省时间的事情

人要有三个头脑,天生的一个头脑,从书中得来的一个头脑,从生活中得来的一个头脑。我们的生活就像旅行,思想是导游者;没有导游者,一切都会停止。目标会丧失,力量也会化为乌有。思想是会享用它的人的财产。一个能思考、善于寻找解决问题的捷径的人,才真是一个力量无边的人。

多一分思考,就多一分收获	(83)
创造性的思考是获得理想人生的保障	(85)
不要让普通的“常识”限制你的思维	(87)
成为一个有自己的头脑与思想的独立的人	(90)
不要成为一个只会模仿的牺牲者	(93)
摆脱习惯性思维,进行发散思维	(96)
善于用简易的方式做事的人更容易成功	(100)
学会灵活地跨越生命中的障碍	(103)
【本章要点与思考】	(104)

第五章 机会之门要靠自己的力量来打开

世界上有许多做事有成的人，并一定是因为他比你会做，而仅仅是因为他比你敢做。机会并不是苦苦等待就会降临的。斯迈尔斯说：“碰不到机会，就自己来创造机会。”机会对于不能利用它的人又有什么用呢？正如风只对于能利用它的人才是动力。人生成功的秘诀是当好机会来临时，立刻抓住它。一个明智的人总是抓住机遇，把它变成美好的未来。

成功常常属于那些敢于抓住时机、适度冒险的人	(107)
以清醒的眼光、敏锐的洞察力去审视机遇	(109)
良好的机会不能取代勤奋的努力	(112)
以最大的勤奋去充分发挥自己的才能和力量	(114)
目光敏锐有魄力的人会拥有更多的机会	(116)
敏锐地把握住生活中那些稍纵即逝的机会	(118)
激情与冒险会使你的人生更加精彩	(122)
绝大多数机会往往就在你的日常行事之间	(124)
掌握接近机遇、创造机会的方法	(126)
调整自己的行为，创造幸运的人生	(129)
从问题和困难中挖掘出积极的可能性	(134)
偶尔不按牌理出牌，为生活增添新意	(136)
【本章要点与思考】	(138)

第六章 弱者与强者之间最大的差异就在于意志的力量

没有勇敢的奋斗，就不可能获得真正有价值的成就。人们把自己的成功主要归功于遇到困难时意志的积极奋斗，即所谓的努力。令人吃惊的是，许多貌似绝无可能实现的结果，经过人们的努力，最终出人意料地变成了现实。大成功绝不会一蹴而成，我们必须满足于一步步地进步。

成功的获得不是靠运气,而是源于理智	(141)
执著地去拼搏就有达到目的、获得成功的希望	(144)
你不怕困难,困难就怕你	(148)
多数失败只不过是“暂时性的挫折”而已	(152)
要有与困难作战的心理准备	(154)
我们内在的力量坚强得惊人	(158)
坚忍不拔的意志可以使人成就任何事业	(160)
在极为艰难的时刻你必须把自己交付给信仰	(164)
世上有一项非你莫属的任务等待着你去完成	(166)
不要悲观绝望,跨越前进途中的层层障碍	(169)
生活几乎永远不会像我们情绪低落时感觉的那么糟	(174)
【本章要点与思考】	(175)

第七章 和谐的生活需要相互尊重、理解和帮助

得不到友谊的人将是终生可怜的孤独者。没有友情的社会则只是一片繁华的沙漠。一个人即使再怎么努力,也只能对改善社会状况起到一点点作用;只有联合他人的力量,为同一个目标而共同努力的时候,才会发挥更大的作用。人类文明本身就是合作的产物。穆勒先生曾说过:“人与低等动物的不同,就在于人类具有与合作行动的能力。人可以通过与他人的联合行动做到单个的人无法做到的事情。”

只有选择好的朋友才有助于成就你的一生	(179)
你可以通过自身的努力获得和谐的人际关系	(183)
给予别人方便能帮你获得更多的支持	(186)
帮助别人的同时能够提升自己生命的价值	(189)
真诚合作是事业成功的可靠保障	(192)
努力得到别人的理解和信任	(197)
互惠合作,善于利用双赢的智慧	(199)



学会与别人共享自己的力量	(202)
在生活和工作中培养合作精神	(205)
同情心是打开他人心灵之锁的金钥匙	(207)
承担自己的责任，珍视他人的自由	(211)
以豁达的态度去对待别人的缺点和不足	(212)
要对别人时常怀有感恩的心情	(214)
【本章要点与思考】	(215)

第八章 良好的形象有利于赢得人们的信任

如同粗糙的果皮可以包裹最甜蜜的水果一样，丑陋的外表往往掩盖着善良和诚挚的本性。友善的言行，得体的举止，优雅的风度，这些都是走进他人心灵的通行证。我们不能改变外部世界，也不能改变别人，但是可以改变自身，改变我们的期望、热情和想法。善良是最高尚的品德，一个人不可能爱所有的人，但应该善待每个人。

使人愉快的魅力能使成功的机遇倍增	(219)
增强自身魅力，以卓越的个性赢得人心	(221)
努力给别人留下良好而深刻的第一印象	(226)
在生活中保持自己独立的个性	(229)
在日常交往中展示良好的礼仪	(232)
千万不要使自己掉进抱怨的陷阱	(235)
千万不要把怨恨放在自己的心上	(240)
彼此真正关怀的爱是幸福最重要的因素	(242)
爱心和善良是一种巨大的力量	(244)
以幽默面对人生是聪明人士人生观的出发点	(246)
【本章要点与思考】	(249)

第九章 走出属于自己的道路就是成功的人生

生命之舟要扬帆远航，离不开智慧的橹。理智是经验阅历的成果，它潜在人身内部，如同火藏在石块内部，两块石头相撞，就迸出火花，人的经验越多，理智就越多。所谓成功，是指把自己真正喜欢的事情做好，有勇气去改变能改变的事物，有胸怀去接受不能改变的事物，有智慧去发现这两者之间的不同。

要积极学习长者的人生智慧	(253)
要时刻意识到自己的意见可能是错误的	(255)
真正成功的人生在于努力地去实现自我	(257)
不甘于平庸，面对阻碍全力拼搏	(259)
天才只是更加勤奋与苦干的常人	(262)
只要辛勤劳动、有创造力就能够战胜厄运	(266)
更好地适应社会，避免“怀才不遇”	(270)
那些小的方面也能影响一个人的未来	(274)
找出人生中可改善之处，采取正确的行动	(276)
【本章要点与思考】	(277)

第十章 追求一种充实有益的生活

纵观世界历史，人类的所有活动，就两句话：一是增加快乐；二是减少痛苦。要认真地做好每件事情。也许只是小事往往决定着今后做大事的命运；要乐观，平凡也有平凡的精彩。幸福并不是依存于你是什么人或拥有什么，它只取决于你想的是什么。比成功和幸福都重要的是，一个人必须有一个真实的自我，一个饱满的灵魂，它决定了一个人争取成功和体验幸福的能力。

人生的意义就在于获得幸福	(281)
做自己喜欢做的事情才会有所成就	(283)

我们心灵平静的程度取决于我们能否生活在现在时·····	(285)
不掩饰自己的真情，更真实地面对生活·····	(288)
时刻保持一颗平常心·····	(290)
人是为生活而活，不是为成功而活·····	(292)
战胜无聊和苦闷的最好办法就是勤奋地工作·····	(294)
一份愉快的工作心情是极为难得的财富·····	(297)
许多伟大业绩都是通过一些很平凡的努力而取得的·····	(299)
透过通往永恒的窗口来审视我们的人生·····	(302)
心情豁达、乐观，看到生活中光明的一面·····	(304)
【本章要点与思考】·····	(305)

Collected Edition Of Samuel Smiles' Great Theories Of Society



塞缪尔·斯迈尔斯处世成功思想全书

第一章

在知识方面充实自己是 非走好不可的路

歌德说：“人不光是靠他生来就拥有的一切，而是靠他从学习中所得的一切来造就自己。”不管怎样，一个人学到知识终归是件好事情。即使只从增加物质利益的方面考虑，花费时间精力去学习知识也是完全有必要的，特别是对净化人的品行道德方面的知识追求更加值得提倡。

◆ 不同领域的成就卓著者往往是知识渊博的人

塞缪尔·斯迈尔斯做过乡村医生，当过报社编辑，参加过政治活动，投身过铁路建设，但不管什么时候，他都没有忘记博览群书，勤奋学习。正是通过勤奋学习，掌握了渊博的知识，才为他日后的成功奠定了坚实的基础。

几年前，美国著名的统计机构盖洛普组织，从《今日美国名人录》中随机选择了1500个有杰出贡献的人，探究他们成功的奥秘。选择的标准既不是财富，也不是社会地位，而是他们在所从事的专业领域中的现有成就。在这些成就卓著的人中，却有一些共同的特点，其中最重要的5种特点中，有3种与知识有关：

(1) 通晓常识。成功者中具有这种品质的人最多。79%的人对自己的这种优良品质评了最高分；61%的人认为通晓常识对其成功的贡献非常重要。对大多数人而言，常识意味着对每日繁杂的事务作出合乎逻辑的、客观的判断这样一种能力。要这么做，就必须排除枝节观念，得出事物正确的核心内容。一位成功的商人把这种品质表达为：“成功的关键能力是简化。在决策会议和产业原则处理中，把一个复杂的问题化为最简，这是最重要的。”

那么，通晓常识这种能力是先天就有，还是后天可以增强的呢？一位著名学者对此的回答是后者。他认为他的这种能力得益于在学校期间的好争善问；另一种增加常识贮存量的方法是取自他人，以及从他人和自己的错误中吸取常识。

(2) 精通专业。精通本行有了常识之后，成就卓著的人士们认为，第二重要的就是所从事的专业知识。75%的成功者为自己的这种品性打了“A”分。地质学家菲利普·奥克斯莱是著名的坦尼克石油勘探生产公司的创立者。他认为，他的成功是由于精通石油专业知识。他通过亲身参加探油、采油工作，掌握第一手的专业知识。他说：“一个人要想成为优秀的管理人才，必



须对他所从事的行业知识有实地经验过的了解。”今天，他的专业知识为他挣得了大量的财富。菲利浦认为，“掌握专业工作必需的知识”是成功的必要准备。

一旦获得了专业知识，不要把它认为是想当然的东西。在险峰被征服之后，这种学习过程仍然要持续下去。坚持学习的人才不会落伍。

(3) 博学多才。成就显赫者必备这种品质。因为它包含了迅速领悟高深的观念并深刻透彻地分析它们这样一种天赋能力。43%的成功者认为，它是成功的一个非常重要的组成部分；另外有52%的人说它是相应重要的。

现代研究证明，有许多种才智是无法用通常的方法（例如智商测验）来估断的。但值得注意的是，我们的名人们都具有相应高的智商数。根据调查，名人们的博学多才是由智商之外的至少三个因素促成，它们是广博的语汇、良好的阅读习惯和写作技能。这些成就非凡的人平均每年读书19本，其中包括10本非小说类的文学作品。

当说起智力因素时，这些拔尖人物们不是只谈天赋智能。一位西方学者总结为：“好奇的头脑和广泛的兴趣是成功的重要基础。”

正因为知识是杰出的基础，为了将来发展的空间更加广阔，年轻时就要养成努力探求知识的好习惯。在这方面，达·芬奇为我们树立了很好的榜样。

在意大利文艺复兴时期，曾产生过许多画家、雕刻家、建筑家，而达·芬奇被认为是这个时代“在思维能力、热情和性格方面，在多才多艺、学识渊博方面最杰出的巨人”，他在许多领域都有发明创造。这样一位伟大的先驱者，之所以能够取得如此杰出的成就，和他在年轻少壮时努力探求知识的习惯是分不开的。

达·芬奇的童年是在家乡度过的，他从小勤奋好学，善于思考。他对绘画有特别的爱好，也喜欢玩弄黏土做一些稀奇古怪的玩意儿。他常常跑到小镇的街上去写生，邻居们都称赞他是“小画家”。

有一天，达·芬奇在一块木板上画着一些蝙蝠、蝴蝶、蚱蜢之类的小动物，他的父亲看见了，觉得画得不错。为了培养他的兴趣，1466年，父亲送他到佛罗伦萨著名艺术家佛罗基阿的画坊去学艺，那时，他正好14岁。

佛罗基阿是一位富有经验的画师，对学生要求十分严格，他教达·芬奇