



关于独立、尊严、奋斗、成功、幸福、梦想……

一部开西方成功学先河的经典之作，从此，世界上诞生了一门新的学问——成功学

一本在英国先后再版达101次，发行量突破800余万册，销量仅次于《圣经》的超级畅销书

一个“励志和自助之父”的成名之作，拿破仑·希尔、戴尔·卡耐基、斯蒂芬·柯维等励志大师从中得到灵魂的指引

事业可能遭遇挫折，精神可能彷徨无措，心灵可能失落苦闷……

谁才能真正帮助我们？谁才是我们生活、情感、心灵的真正依托？

自助者天助

[英] 塞缪尔·斯迈尔斯 著 王轶博 译



中国长安出版社

斯迈尔斯经典励志白金卷

自助者天助

SELF-HELP

自助者天助：白金卷经典励志

[英] 塞缪尔·斯迈尔斯 王轶博 译



中国长安出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

斯迈尔斯经典励志白金卷：自助者天助 / (英) 斯迈尔斯 (Smiles, S.) 著；王轶博译. —北京：中国长安出版社，2009.7

ISBN 978-7-5107-0060-6

I. 斯… II. ①斯…②王… 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123098号

斯迈尔斯经典励志白金卷：自助者天助

(英) 塞缪尔·斯迈尔斯 著 王轶博 译

出版：中国长安出版社

社址：北京市东城区北池子大街14号 (100006)

网址：<http://www.ccapress.com>

邮箱：ccapress@yahoo.com.cn

发行：中国长安出版社 全国新华书店

电话：(010) 65281919 65270433

印刷：三河市君旺印刷厂

开本：787mm×1092mm 1/16

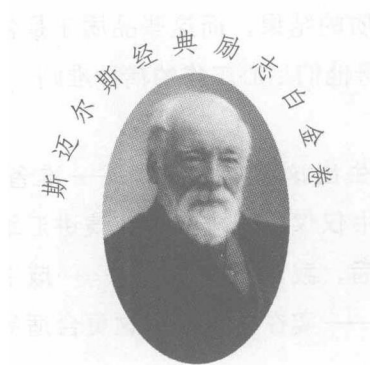
印张：12.5

字数：130千字

版本：2009年8月第1版 2009年8月第1次印刷

书号：ISBN 978-7-5107-0060-6

定价：28.00元



前言

Introduction

《自助者天助》这本书，是我24年前写的，它最终得以公开出版，是在3年后的1859年。这本书的成因极其偶然。

一次，在利兹市一家曾治疗霍乱的临时医院里，我为当地的年轻人做了几次演讲，主题就是：每个人将来的幸福和健康，在很大程度上取决于他们自身。因此，他们必须勤奋、自学、律己、自制，尤为重要的是，要依靠诚实、正直和认认真真地履行自己的职责来为人处事，这些都是人类重要的优秀品质。

演讲的结果令我超乎意外的满意，我发现其中的许多年轻人在成年以后，都以诚信、负责、有价值的行为方式作为自己的人生哲学。他们中的相当一部分也乐于将生命中的成功看做是自己

习得这些优良品质的结果，而这些品质正是依靠训练和教育得来的，并且成为指导他们尽心工作的精神准则。

因此，我萌生出这样一个愿望——准备一本这方面内容的书。我不想让此书仅仅流于一种口头演讲汇编的形式，于是，工余闲暇，晚间饭后，我一直用心准备……成书后，我将之命名为《自助者天助》——实在找不出比这更合适的名字来表达自己写作的初衷了。

这本书完成后，我把手稿交给了伦敦的一家出版社，却被婉拒了。因为当时正值克里米亚半岛酣战之际，图书的出版销售几乎已不可能。直到“乔治·斯蒂芬逊时代”以后，在莫雷先生的热心帮助下，此书才得以出版发行。

这本书出版后广受赞誉。我在这里，向评论家们表达最诚挚的谢意，我相信他们公正的评论。不过，他们对此书的好评远远超过了我所应得的肯定——尽管我们彼此素昧平生。

几乎所有欧洲国家都用本国语言翻译出版过《自助者天助》这本书，同时它也被译成印度语和日文出版。比起在英国，这本书在美国获得了更广泛的关注，也为更多人所传阅。

在《自助者天助》出版13年后，我在从事其他工作期间，又写作、出版了《品格》一书。那些高尚而慷慨的人们在这本书里被着力刻画，许多出色人物的鲜活事例也被引述。我认为，向年轻人描述那些情操高尚的、鼓舞人心的事例，是使他们铭记这些品质的最佳途径。

“有些人讲，不要向我讲述作家的趣闻轶事，而是给我看他的作品”，爱萨卡·迪斯瑞里说，“而我却常常发现，自己对作家的趣闻轶事比对其作品更感兴趣”。这件事常常被我引用。

普鲁塔克说：“在人们的美德或恶行中，最为显著的方面可能会隐藏的最深。常常在某一看似不经心的行为中、一句简短的言语里，或者一个小玩笑中，却能看出一个人的真正面目，而在最伟大的战斗或最重要的行动中，这却未必能得以体现。”

《节俭》一书在5年后出版。在这本书里，劳动被认为是高尚而体面的。人们为了获得独立、为了供养家庭、为了有可预见的未来，才学会节俭。同时，节俭也是为了使人们过上纯洁、高贵和人性化的生活，为了避免因贫穷而酗酒。还有，就是为了使人们具备某种良好的品质、道德和信仰。

我相信这本书的行文清晰明了。自从本书出版以来，我从多方面获知，人们已成立了各种机构来建立国际性的节俭组织；而且，便士银行——这种以前不可能存在的银行，现在也已纷纷建立。

今天，离《节俭》的出版已过去5年了。我的新书《职责》又得以向读者呈现，作为该系列的最后一本书，我希望它价值深邃，一如序中所言。无论怎样，我已为此书竭尽心力。读者将会发现，书中汇集了许多在工作中表现最出色、最有勇气的人们的事例。

伟大的行为举止，是世间的宝贵财富，后人将从中获益无限。从伟大人物的言行中，我们会知晓应该如何处世。一个伟大的事业，即使其结局可能未遂人愿，依然不失为人类奋斗进程中的里程碑。职责，是最高尚、最值得坚持的品质。一个人，只有善始善终地恪尽职责，才能获得最杰出的成就。

“最基本的职责好似星辰，
在夜空中闪耀光芒，
祈祷仁慈，安抚以慰藉人们的心灵，
恰如花儿一般纷撒在人们的脚下。”

塞缪尔·斯迈尔斯
1880年11月于伦敦



目录 Contents

001 前言

001 第一篇 天助自助者

- 003 …… 最可依靠的不是制度，是自我
- 006 …… 出身卑微VS家世煊赫
- 010 …… 读懂生活这本无字书
- 013 …… 少年得志也许是种不幸
- 017 …… 要接受他人的帮助

019 第二篇 天道酬勤

- 021 …… 聪明人下笨功夫
- 024 …… 好品质靠自己练就

026 照亮心灵的希望之火

034 稻子熟了才弯腰

043 第三篇 力量和勇气

046 方向比努力更重要

049 要有一颗坚定的心

051 去成功

053 本色做人

059 勤劳一生可得幸福长眠

063 改进他人的境遇是对自我的升华

077 第四篇 金钱的妙用和滥用

079 知足常足，终身不辱

081 金钱面前要自持、有度

085 虚空亏欠就无法自立

089 挑战自我

094 胸怀决定着身价

101 第五篇 自我修养让你挥洒人生

103 希望，寄托在自己身上

107 体力和脑力同等重要

108 思维指引一切

- 111 机敏和果决
- 113 在做事中学会律己和克制
- 117 从自我教育中获益
- 120 对快乐享受的追求
- 124 还没成功，只因失败不够多
- 128 以难而废？以惰而废？
- 133 只要开始就不晚
- 137 早年的“大智若愚”

141 第六篇 行动就是力量

- 143 身教胜过言传
- 146 彼此影响彼此改变
- 149 最重要的是实干
- 152 环境影响的幸与不幸

165 第七篇 品格成就真正的绅士

- 167 诚实地面对自己
- 172 好习惯来自于自制、自持
- 173 习惯的力量
- 182 尊贵的体现

第一篇

天助自助者

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

我们对体制寄予太多厚望，而忽略了人类自身的能力。

——本杰明·迪士累利

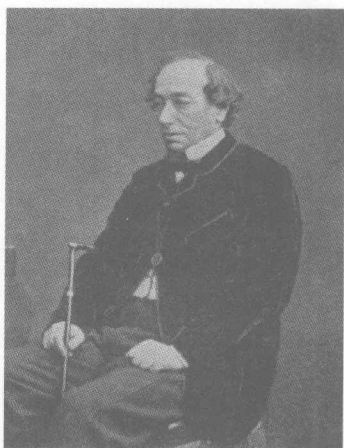


最可依靠的不是制度，是自我

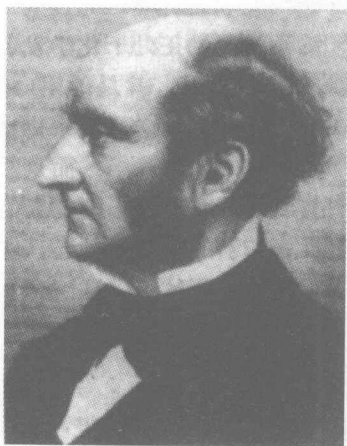
“自助者，天助之”——这则古老的训诫已被公认为是个人成就自我的心理基石。它体现在生活各个角落，也是国家强盛壮大的根本所在。从效果上看，外界的帮助使人愈加脆弱，自助却使人得到恒久的激励。无论你为某一个人或整个团体做了什么，从某种程度上讲，都是减弱了他们为自我而拼搏的动力与必要。在人们受到过度引导和充分管控的地方，人们无法自立的趋势必然会形成。

即便是最佳的制度也不可能给人积极的帮助。或许，制度所能做的，充其量就是给予人们发展自我与完善个人状态的自由。但人们总是趋向于相信：他们的幸福和成功是通过制度而不是自身的行为来完成的。

事实上，过往的例证均表明：一个国家的富强有赖其国民之天性，而非其体制。因为国家仅是社会个体的集合，而文明自身也只不过是组成社会的男性、女性、孩童完善自身的问题罢了。一切事情均由个人的内因所掌控，外因产生的影响相对为轻。奴性最强者并非为被暴君所统治之人(尽管此统治是极大的罪恶)，而



本杰明·迪士累利



约翰·斯图尔特·密尔

是自身在道义上充满无知、自私、邪恶的因子。

我相信，只要把心力放在勤奋自修与精益求精上，我们将比任何时代都拥有更好的机遇和光明的未来——我们已然起步，但坚韧不拔才是成功的必要推动力。只要热情满怀地前行，我深信，用不了多长时间，我们就将共享整体幸福、个体独立的理想状态。

任何国家的现状都是其无数代国民思想与辛劳的成果。生活在各阶层各条件下的坚忍的劳动者们，包括土地耕耘者、矿山勘探者、发明家、探险家、制造业者、机械工、手工业者、诗人、哲学家和政治家，都为塑造自己的国家做出了贡献。他们代代努力，将劳动成果不断增新推高。

这些不断延续的伟大劳动者——文明的缔造者——将处于混沌状态的工业、科学、艺术理出了明晰的秩序。因此，生存在地球

上的各个种族，在自然演化的进程中，一代代传承着先辈精湛的技艺，以及辛勤劳动所创造出的宝贵财富。这些财富在我们手中得以传播，并留给我们的后继者。在此过程中，它们非但丝毫未损，还会得到更大的完善。

自立精神，正如它在鲜活的个人行为中所表现出来的那样，



在任何时代都是英国人性格的一个显著特征，也是衡量国家实力的真正标准。

通常，一些极优秀的个人，在成为公众领袖之后获得了广泛的尊敬。但是，我们的进步同样也应归功于难以计数的普通劳动者，尽管他们籍籍无名、平凡至极。在历史上的任何一次战役中，虽然仅有将军们名垂青史，但在很大程度上，其胜利战果是通过士卒们的果敢和勇猛才赢得的。

同样，生活是另一场“士兵的战斗”——人类在何时都是最伟大的劳动者。其中绝大多数人终生默默无闻，他们对人类文明与进步的影响力虽然无法与那些有幸彪炳史册的伟人们相比，但即便是最卑微的人，只要他在勤奋、节俭、对生活保持公正诚实的态度等方面，足以成为人们效仿的典范，那么，就可以说他对祖国的美好生活产生了现实和长远的影响，因为他的生活和品行潜移默化地熏陶了他人，并在社会中树立了良好的榜样。

常情表明，富于生机的个人主义对他人生活与行为的影响是深刻的，它也是真正的实效教育。与此相比，小学、中学、大学所给予人们的教育仅算是最简单的文化启蒙，而更加具有影响力的教育来自我们的家庭、街道、商店柜台、生产车间、织布机坊、财务室、手工作坊、拥挤嘈杂的人群中，这是社会成员接受的“最后指导”，即席勒所谓的“人生历程的教育”，它表现在人的行为、品行、自我修养、自我驾驭等方面。

所有这些都在于正确地引领人们，使之更好地担负起人生职责，取得事业成就。这种教育无法从阅读书本和学术训练中获得。对此，培根用其惯有的颇具分量的语言讲到，“学习并不能教会人们怎么用它们，那是一个属于学习之外的超越学习的智慧，它只能通过亲自观察实践来获得。”这句话既适用于实际生活，对才智本身的培养也适用，一切实践都证明并增强了其合理性。

一个人的自我完善是通过工作而不是通过读书得到的——即：是生活而不是文字，是行动而不是研究，是个性而不是传记，在持续并永久地改造和完善着人类。

出身卑微VS家世煊赫

伟人的传记，特别是那些品行良好的伟人的传记，在为他人提供帮助、指导和动力等方面，仍然是最具启发和最有效的。有些佼佼者的传记无疑是给人类带来福音——它带给人类和世界高尚的生活、高尚的思想和充满活力的行为。这些有价值的榜样充分展示了自立、耐心、奋斗和坚守良知的伟大力量，这种力量蕴含在形成高贵品质的过程中。

这些传记证明了自尊和自助的效力，如果语言理解未有偏差的话。它能使那些最卑微的人为自己赢得令人尊敬的实力地位和崇高的声誉名望。科学、文学和艺术界的大师——伟大思想的传导者和宽宏心灵的使徒——他们并不是脱离社会阶层，他们同样来自学校、车间、农舍——来自穷人的茅草屋或富人的高楼大厦。甚至某些上帝的最神圣的使徒也是来自底层。

最穷苦的人有时也会出将入相、位极人臣，在他们走向成功的道路上，没有困扰被证明是根本无法战胜的。这些困扰，在某种程度上，反而是他们最好的促力。因为这些困扰能激发他们奋进和坚忍的潜能，并把这种能量转化成生存的本领和技能。

现实中，通过克服困难取得成功的实例更是不计其数。著名的例子有：理发师出身的最富有诗意的神学家杰勒米·泰勒；发明卷轴纺纱机并成为棉纺织业奠基人的理查德·阿克莱特爵士；英国上



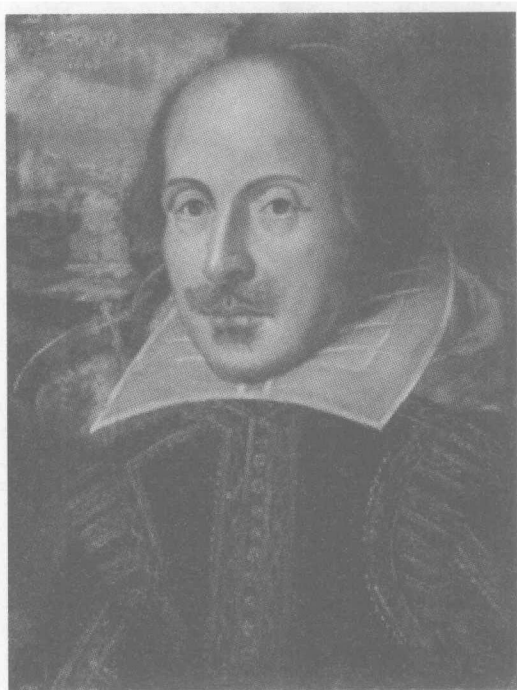
议院最卓越大法官之一的腾特顿；最伟大的风景画画家特纳……

没有人确切了解莎士比亚的出身。但不容置疑的是，他同样来自于社会底层。他的父亲是一个屠夫兼牧场主，莎士比亚年少时的目标就是成为一个梳毛工，其他人则认为他可能会做学校的门卫，以后顶多成为一个代写文书的文员而已。然而他确实似乎“不是一个人，而是所有人类的缩影”。他描写海洋的措辞是如此的精确，以至于一位海军军官还断言他以前肯定是个水手；而一位神职人员则表示从莎翁作品中的种种迹象看来，他以前很可能是一个牧师的文员；一位出色的驯马师则坚持认为莎士比亚以前是个马贩子。

莎士比亚无疑是个演员，在他的一生中，他“扮演了多个角色”，从广泛的阅历和观察中他收集了丰富的知识。在任何一件事情中，他都是一个用心的学生及勤奋的工人，直到今天，他的作品对英国人品格的形成仍具有强大的影响力。

在普通的劳动者阶层中，产生了工程师布兰德雷，航海家库克和诗人伯恩斯。

还有令泥瓦匠和砌砖工们引以为豪的、在林肯法学院工作时总是手中拿着工具、口袋里装着书的本·约翰逊，工程师爱德华兹和德



莎士比亚