

**ТОМ БАТЛЕР-БОУДОН**

# **САМОПОМОЩЬ**

**Сэмюэл Смайлс**

**ОБЗОР**

Том Батлер-Боудон

**Самопомощь. Сэмюэл Смайлс (обзор)**

«ЭКСМО»

2003

УДК 159.9  
ББК 88.53

## **Батлер-Боудон Т.**

Самопомощь. Сэмюэл Смайлс (обзор) / Т. Батлер-Боудон — «Эксмо», 2003 — (10-минутное чтение)

ISBN 978-5-04-014805-9

Книга «Самопомощь» в формате 10-минутного чтения: обзоры лучших книг, только самое важное и полезное. Сэмюэл Смайлс подарил этому миру работу, которая и по сей день продолжает вдохновлять людей, выстраивающих собственные жизни, опираясь исключительно на добрую волю. Он выступал за введение свободной торговли, расширение избирательных прав и улучшение условий труда для фабричных и заводских рабочих. Со временем Смайлс разочаровался в политических реформах и стал активно пропагандировать темы личностного развития человека. ЦИТАТА: «Никакие законы, насколько бы строги они ни были, не смогут сделать ленивого человека трудолюбивым, расточительного бережливым, а пьяного трезвым. Такие перемены могут стать лишь итогом внутренней работы над собой, экономии и самоотречения; результатом изменений собственных привычек, а не расширения прав».

УДК 159.9

ББК 88.53

ISBN 978-5-04-014805-9

© Батлер-Боудон Т., 2003  
© Эксмо, 2003

## Содержание

1859	8
Сэмюэл Смайле	9
Конец ознакомительного фрагмента.	10

# **Том Батлер-Боудон**

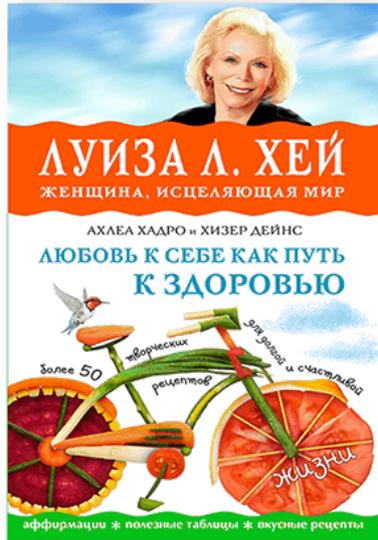
## **Самопомощь. Сэмюэл Смайлс (обзор)**

© Соколова В. Д., перевод на русский язык, 2013

© Tom Butler-Bowdon 2003. This edition published by arrangement with Nicholas Brealey Publishing and The Van Lear Agency

\* \* \*

## ЧИТАЙТЕ КНИГИ, КОТОРЫЕ ИЗМЕНЯТ ВАШУ ЖИЗНЬ



## ЕЩЁ БОЛЬШЕ ОБЗОРОВ ЛУЧШИХ КНИГ



### **Любовь к себе как путь к здоровью**

Эта книга – продолжение мирового бестселлера Луизы Хей «Ты можешь исцелить свою жизнь». Она приглашает вас прислушаться к своему телу и настроиться на личную неповторимую мудрость. Перед вами – не только история о здоровом образе жизни, но и более 50 вкуснейших рецептов, которые позволят вам чувствовать себя бодрой и счастливой на протяжении всей жизни.

### **Лайфхаки уверенных людей. 50 способов повысить самооценку**

«Лайфхаки уверенных людей» – это 50 советов, которые помогут вам повысить самооценку, развить уверенность в себе, научиться самообладанию и умению контролировать ситуацию.

### **Семь навыков высокоэффективных людей**

Стивен Кови является почетным доктором нескольких университетов и вошел в список 25 самых влиятельных людей Америки по версии журнала Time.

Подлинная эффективность основывается на ясности. Изменение становится реальным, только если оно приобретает характер привычки.

### **Автобиография**

Бенджамин Франклин является известной всему миру исторической фигурой благодаря своей роли в американской революции и опытам с электричеством.

В своей книге он говорит, что постоянная работа над собой и любовь к обучению – вот билет в жизнь, полную небывалого успеха.

### **От хорошего к великому**

Не удовлетворяйтесь тем, что вы хороший или отличный. Узнайте, что такое быть великим. Автор книги Джим Коллинз возглавляет Лабораторию менеджмента в Боулдере и работает на факультете магистратуры Школы бизнеса Стенфордского университета.

## 1859

### Самопомощь

*«Смелая и необычная жизнь одного человека зажигает огонь в умах других людей со схожими способностями и стремлениями; и если есть мужественное стремление к достижению цели, результат не заставит себя долго ждать. Цепь примеров достижения успеха тянется сквозь историю бесконечной линией – восхищение порождает подражание и увековечивает элиту гениев».*

*«Никакие законы, насколько бы строги они ни были, не смогут сделать ленивого человека трудолюбивым, расточительного – бережливым, а пьяного – трезвым. Такие перемены могут стать лишь итогом внутренней работы над собой, экономии и самоотречения; результатом изменений собственных привычек, а не расширения прав».*

### В двух словах

**История знает огромное количество людей, добившихся великих результатов благодаря элементарной воле и настойчивости.**

### В схожем ключе

Стивен Кови. *Семь навыков высокоэффективных людей*  
Бенджамин Франклин. *Автобиография*

## Сэмюэл Смайле

Книга «*Самопомощь*» была опубликована в один год с работой Чарлза Дарвина «*Происхождение видов*» и эссе Джона Стюарта Милля «*О свободе*». И если Дарвин объяснял, почему процесс адаптации к окружающей среде делает жизнь более совершенной, а Милль рисовал картину государства, основанного на свободе, Смайлс подарил этому миру работу, которая и по сей день продолжает вдохновлять людей, выстраивающих собственные жизни, опираясь исключительно на добрую волю.

Возможно, книга «*Самопомощь*» не несет в себе глубокого научного или философского контекста, но именно она заложила основы для дальнейшего развития психологии самопомощи и саморазвития, подчеркивающей важность личной ответственности человека за собственную жизнь.

Во многих домах Викторианской эпохи эта книга уступала по популярности разве что Библии, и хотя сейчас ее рассматривают как отражение ценностей того времени (усердие, бережливость, прогресс и т. д.), это как раз тот случай, когда о книге не стоит судить по ее «обложке».

Эту книгу можно смело поставить в один ряд с классическими работами в широком понимании, такими как «*Автобиография*» Бенджамина Франклина или романы Хорейшо Элджера, в которых человек всегда добивается успеха, преодолевая всевозможные препятствия. Мораль психологии самопомощи прекрасно раскрывается через биографические зарисовки. Смайлсу было известно об этом, и в своей книге он рассказывает о выдающихся людях, имена многих из которых сегодня уже позабыты.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.