

品格之路



[品格之路_下载链接1](#)

著者:[美] 戴维·布鲁克斯

出版者:中信出版集团股份有限公司

出版时间:2016-8-15

装帧:平装

isbn:9787508662145

比尔·盖茨推荐阅读

《经济学人》杂志年度好书

荣登《财富》杂志CEO图书榜

超级畅销书《社会动物》作者戴维·布鲁克斯新作

品格跟思想一样，其实也是一种精英素质；在当下，我们最需要的恰恰是品格的力量。

在崇尚追求成功的大我文化中，品格是一种用来标榜自己的广告吗？善行是一种行为艺术吗？道德是没事找事、自我设限的枷锁吗？追求人生的终极意义，对世界会产生实际的影响吗？

在书中，布鲁克斯剖析了几位世界上最伟大的思想家、最鼓舞人心的领导者的品格之路，他们是：罗斯福新政的幕后女英雄弗朗西斯·帕金斯，最杰出的美国总统之一德怀特·艾森豪威尔，用爱和善行去拯救世界的人间天使多萝西·戴伊，第二次世界大战“胜利的组织者”乔治·马歇尔，为终结种族歧视奔走一生的斗士菲利普·伦道夫与贝亚德·拉斯廷，用手中的笔让世界变得更美好的文学家塞缪尔·约翰逊，把人生搬至更广阔舞台之上的思想者奥古斯丁，以及一生都在执着寻爱的女小说家乔治·艾略特。

他们需要动用自由意志去做决策，而且他们的决策会对世界产生影响。他们不能因为自己恰好不喜欢哪个国家就不让哪个国家进入联盟，他们不能因为自己恰好喜欢哪一派理论就按哪派理论制定政策，他们不能因为这么做恰好对自己最有利而不顾整体利益。他们愿意为心中的大事牺牲。

这些精英人物知道自己的条件有多么幸运。他们不敢滥用权力，不敢不为普通人服务，也不敢像普通人那样生活，他们就如同《易经》中说的那样，“君子终日乾乾，夕惕若厉”。

你必须在通往品格之路上反复打磨，跟自己的本能反应做各种斗争，才有可能成为这样的人物。

《品格之路》一书主要讨论的是“悼词美德”，目的是向读者指出，几百年来，人们已经开始锤炼自己的道德内核，开辟出一条条品格之路。

针对强调外在成功的“大我”文化，布鲁克斯对我们——也包括他自己——发起了挑战：如何在“简历美德”和“悼词美德”之间再次取得平衡。“简历美德”存在于外部世界，追求的是财富、荣誉和地位，而“悼词美德”存在于我们内心世界的核心位置，追求的是友善、勇敢、诚实和同理心。

作者最后指出：“幸福是我们在追求道德目标和培养高尚品格的过程中意外收获的副产品。不过，它也是一个必然结果。”

作者介绍:

戴维·布鲁克斯（David Brooks）

美国杰出的作家、评论家，《纽约时报》人气专栏作家。著有畅销书《社会动物》《天堂里的波波族》等。

目录: 序言 // IX

推荐序 难道我们要把自己当成“物”？ //XI

序言 亚当一号和亚当二号 //XVII

第1章 人性的曲木

“小我”文化和“大我”文化 // 005

品格养成之路 // 009

从谦虚之谷到睿智之峰 // 015

第2章 坚定信念——罗斯福新政的幕后女英雄

“酷刑”的考验 // 025

人生使命的召唤 // 026

使命不同于工作 // 030

严格而谦逊的女校教育 // 032
孤独却不妥协的英雄人生 // 038
内敛的“半个面包女孩” // 041
男性世界中的女斗士 // 047
第3章 自我控制——从暴脾气的火药桶到杰出的美国总统
“罪”的观念必不可少 // 065
关注习惯和爱的力量 // 069
学会控制自己的情绪 // 073
做一个服从组织安排的人 // 075
人生是一所完美的学校 // 078
中庸之道的真谛 // 084
第4章 苦难磨砺——用爱和善行去拯救世界的人间天使
一个15岁女孩的远大志向 // 094
一段不堪回首的生活 // 097
发现爱与神圣的使命 // 103
走上信仰天主教之路 // 108
建立一个人人向善的社会 // 111
苦难也是一种礼物 // 115
收获的荣誉和付出的代价 // 118
关爱每一个需要帮助的人 // 120
心怀感恩行至人生的巅峰 // 124
第5章 终生自律——第二次世界大战“胜利的组织者”
极其漫长的晋升之路 // 138
人与机构之间的承诺 // 142
痛失一生挚爱 // 144
注重隐私，践行礼节 // 146
杀伐决断的改革者 // 148
诺曼底登陆战役的无冕之王 // 149
一个拥有伟大灵魂的领导者 // 154
第6章 自我否定的勇气——为终结种族歧视奔走一生的斗士
踏上组建工会的漫漫征程 // 165
非暴力不合作运动的坚定倡导者 // 167
自我放纵的惨重代价 // 172
一条充满意外的道路 // 176
为实现社会公平的梦想奋斗一生 // 182
第7章 爱的力量——终生都在执着寻爱的女小说家
极度渴盼得到他人的关注和爱 // 197
爱是能战胜一切的终极真理 // 200
爱可以升华人的灵魂 // 206
一个了不起的爱的承诺 // 214
因爱而生的女小说家 // 218
道德天使张开了她的翅膀 // 223
第8章 放下自我——把人生搬至更广阔舞台之上的思想者
欲望与才智之间的较量 // 231
不及乞丐幸福的宫廷演讲家 // 235
微不足道的不当行为何以引发犯罪 // 239
改善并提升人生的质量 // 241
人生之旅的舵手 // 247
从天而降的爱的恩典 // 250
一切都归于寂静 // 253
第9章 反躬自省——用手中的笔让世界变得更美好的文学家
从矛盾和悖论中获得新知识 // 269
把不足之处变成长处 // 272
治疗悲伤和消除妒忌的良药 // 274

坦诚面对自己的缺点和痛苦 // 277
培养优秀品格的两种方法 // 283
一个善于观察的杰出思想家 // 284
第10章 “大我”时代的道德难题
道德文化的变迁 // 297
崇尚自尊的文化 // 301
本真文化 // 303
精英制度下追名逐利的我们 // 306
当父母对子女的爱变得有条件时 // 309
漠视道德难题的时代 // 311
重新实现外部世界与内心世界的平衡 // 314
培养优秀品格的15条行为规范 // 316
在通往美丽人生的道路上蹒跚前行 // 322
致 谢 // 326
• • • • • ([收起](#))

[品格之路_下载链接1_](#)

标签

心理学

自我修养

成长

社会学

个人管理

戴维·布鲁克斯

励志

传记

评论

最近一年买过的最垃圾的书就是《品格之路》，瞎他妈拼凑的具有“高尚情操”的名人故事，比成功学讲座的打鸡血套路还令人作呕。纽约时报的专栏作家果然了得。谁买谁傻逼，我是傻逼我买了。

我觉得这本书里最好的一点是关于悼词美德和简历美德的区分。作者想要传达的核心主张是，我们应当恢复传统文化中所奉行的自律和谦卑，这是人格的锻造，也是成就作者所主张的悼词美德的必要条件，而这种意识在当下流行本真性、自我表现的文化中逐渐淡化了（其实核心在于如何理解本真性）。个中人物的故事叙述质量参差不齐，作者在安排的时候没有统一的结构，导致故事之间缺乏联系和推进，偶尔有零星的亮点吧。另外作者在宗教与人格培养关系上的态度并不清晰。所以，我觉得最有价值的部分就是序言了。不过，整体上来看，看到那些始终与自己处于对峙状态的勇士，仍然是非常震撼和感动的。任何品质都处于一种摇摆于两极的中间状态，需要自己不断地克服、战斗，才能免于堕入任何一端的深渊。我觉得其中最重要也是最困难的，是克服傲慢，做到智性的诚实。

在日常生活中磨练品格的终极目的，不是成功，而是成熟。成为可以托六尺之孤，寄百里之命的人。

咋一读来，似乎不以为然，整个阅读过程也是一个从逐步接受到最终获得深度启发和思考的过程。现代社会所追求的东西是现在各种问题集中的外在表现，过去也是一样，二者都有其值得长久推崇的地方。但当今时代，关注自我、过度自信等亚当一号的品格被放大过多，这些从书中案例及一些历史对比即可探究清楚。我们需要追求的也并不是一味的亚当一号或二号，亚当二号是大前提，亚当一号是实践的副产品，它们在我们生命的每个阶段都有不同意义，互相平衡，互相渗透和影响，但我们最终能够引以为傲——不，应该是平静的感到欣慰的那份自然的感受，应该并且肯定是亚当二号——我们崇高的人生信念。

一月份阅读。想掀了自己人生的棋盘吗？看这本书就行，拷问心灵，让你无法闭眼假装不存在（今年的目标是少看点书，一个月一本就好）

品格有助于明确个体使命，而使命的召唤配以优秀的品格，必有大成。品格的确认和养成需要由内而外的主动，需要持续的克服和修正。

我果然不适合阅读基督教的道德讲义，因为总时不时想要反驳他。许多地方用词非常随意，逻辑不严谨。这个人的书，三十岁之前不必读。

靠我们自己无法走完品格之路，单纯自我的欲望，意志，智慧无法支撑完成。

刷新认知

悼词美德则涉及更深层次的内容，是未来人们在你葬礼上谈论的美德。悼词美德都存在于你的灵魂深处。

我们大部分人都在追求“简历美德”，却很少有人再追求“悼词美德”，亚当一号追求成功，亚当二号追求仁慈和赎罪。#20170814

与自身缺陷持之以恒的对抗是美德形成的过程/快乐是无法刻意追求的，总在不经意间出现/自我要求是通向成熟的唯一道路/大器总是晚成/深刻精炼又好读，非常适合我这种读不来大部头传记的人，一本书传了十多个人，无法想象作者的阅读量

在周末出差的航班上，在机舱的小黄灯下读完。内心少有的平静，感觉手上难解的问题也没有那么难解了。保持内心的克制，和人性的罪恶和缺陷做不懈的斗争，就能收获更崇高神圣的品格。

一个容易流泛的主题，不过作者掌控得不错，切入点好。

看看

3.5。原来就是此书提出了简历美德和悼词美德、亚当一号和亚当二号的概念。和盖茨一样，我也最喜欢马歇尔的故事，并为其强大的自律和舍我为大局的品质所折服。

不为了自己的成功、幸福，把自己投身于一项使命，走向圣贤之道，过完在当前社会的价值观看来甚至可能是痛苦的一生。

现在是主张“我”的时代，我要实现自我，我要功成名就，我要快乐幸福，这些好像都是天经地义的事情，这就是现在社会的主流价值取向。

这是对的吗，应该这样吗。自己的一生应该怎样过，追求幸福吗？这也没错啊。舍弃小我，为一项使命奉献一生，可能像一个螺丝钉默默无闻，这样也不算错吧。做这种选择的人还有多少呢。人毕竟是社会动物，价值观怎么可能不受社会环境的影响。

自己成不了这样的圣人，但是知道了有这样的人存在，送出一份尊重崇敬之情，也好。

这本书写的很有趣，开头提出一个观点，后面基本上写了各种人物的简单传记来描述品格的养成，虽然每个人依然有各种各样的缺点，但都在朝着品格养成道路的方向上前进，最终都获得了精神世界的成功。但是正如个别人物不能当做普遍人物来看待，如果像他们那样生活，因为个人精神追求放弃了家人、朋友等等，实在不适合我这种凡夫俗子学习，但是我们也未必必要学的那么彻底，就如同作者书中所写的一样，每个社会都有自己的道德生态，每个年代人们对道德文化的要求与看法也不一样，我们需要做的是在如今的社会上针对亚当一号与亚当二号如何做到一个平衡，做不到的情况下那么自己在奔向品格的路程中也是可以的。多一些反思、自省，少一些自我表现。

被低估的评分，适合对超越有感的人读

真相，就是存在，而最深的存在，就像是潜意识深处的水流一样。你要深入其中，就像双手碰触到这股水流，这时，你的文字才有直击人心的力量。

高创造力的人容忍模糊的能力很强。创造意味着创新，新事物自然要从“我不知道”的模糊中诞生。如果太喜欢说“我知道”，太喜欢已有的想法，就很难有强创造力。

大科学家们的创造力来自于哪里？杨振宁自己的回答是：“你不需要很多知识，也不需要多高的修养，你只要有天不怕地不怕的精神，然后去猛冲，你就能成功。”

日落有时看起来肖似日出。

你能辨识出真爱的真面目吗？你在哭，你说你焚烧了自己。但你可曾想过，谁不是烟雾缭绕？

[品格之路 下载链接1](#)

书评

本文作者万维钢，选自作品《知识分子》，推荐阅读。
我最近听某个海外中文论坛上的人说[1]，他14岁的儿子有个观察：周围所有种族都有人“go for greatness”，只有中国人不“go for greatness”。这句英文的意思大约相当于“追求崇高”，所以有人形象地把这个观察总结为“所见...

提到品格，你会想到勤奋、谦虚、刻苦、宽容……等等，但今天为你总结的，是更高标准的“品格”——精英的品格。你仍然还能从今天的内容中看到关于勤奋、谦虚、刻苦、宽容等等这些词，但是咱们日课，给它们赋予了一个更高的标准、或者更深刻的内涵。我希望能重温一次，因为品...

戴维布鲁斯指出现代人往往追求简历美德而忽略悼词美德，追求事业成功而忽略内心平静。而坚定的信念、成熟的自控力、面对苦难的豁达、自我否定的勇气、爱的力量、反躬自省是品格之路的路标，把我们的注意力拉回到平衡的十字路口。平衡之路的“路灯”是对人性的充分认识。认识到...

事因难能，所以可贵。David Brooks的《The Road to Character》叙述了几个难能可贵的人物事迹，为世人勾勒了一副他眼中的品格之路，或如万维钢所称的圣贤之道。书中所列的人物都是历史上的名人，包括作家，思想家，社会活动家，军事家及政治家等，不一而足。每个人都有自己的喜...

尼汀·诺里亚(Nitin Nohria)-哈佛商学院院长，George F. Baker管理教席教授
我想要读的是大卫·布鲁克斯(David Brooks)的《性格之道》(The Road to Character)。哈佛商学院一直以培养领袖能力和性格为目标，我非常想知道我们如何更好地培养和发展领袖性格。

在我看完《品格之路》之际，突然爆出了滴滴网约车司机奸杀温州女的骇人新闻，现实就是这么无情地验证了品格之于个人、于公司、于社会的重要性。
我们每个人的内心都住着两个小人：亚当一号和亚当二号。
亚当一号是外在的天性，它面向职场，追求个人私利的最大化，目标就是个人...

可能是因为最近看类似的书看的太多，导致读起来有点索然无味的感觉。翻开书，前言，第一章，第二章是值得读的。而本书最大的亮点在于：1
亚当一号与亚当二号概念的提出。每个人心中都有两个小人，是时刻处于矛盾中的。睁开眼看看闹钟，时间已经很晚，一个小人说再睡三分钟，另...

犹太教的拉比索罗维奇1965年出版的有信仰的孤独人中，把人的天性分为社会性的亚当一号和精神性的亚当二号。本书的作者又把他归纳为简历中的美德和悼词中的美德。除了开头的导言和最后的结语，中间用了八章介绍八个历史人物。这类书籍的套路一般都是如此，蹩脚作家和畅销书作家...

知识背景：布鲁克斯和《品格之路》
作者：美国《纽约时报》专栏作家戴维·布鲁克斯。《品格之路》，它用一个独特的视角介绍了欧美一些了不起的人物之所以伟大的原因。布鲁克斯还写过一本《社会动物》，他在这本书里，以一对夫妇的成长经历为主线，探讨了爱情、性格和成就的潜在...

遇事不知所措时脑子会经常出险里有两个小人，一个天使一个魔鬼比如说上瑜伽课这件事天使说要做因为上课有很多益处，魔鬼说不去这么忙哪里有时间去，躺着看电视多舒服啊！两个就各自吵来吵去好纠结！以前觉得很变态现在觉得这是正常的！
品格之路也是说人一生要追求的简...

(心得不是书评)
2012年Youtube上有一个被称为“最伟大高中毕业演讲”的视频，演讲题目是“你并不特别”。
“我得提醒大家，你的星球不是太阳系的中心；你的太阳系不是银河的中心；你的银河不是宇宙的中心。事实上，天文物理学家肯定地说，宇宙没有中心。因此，你也不会是...
...

听过悼词的人都知道，人们对逝者的回忆和评价更多集中在他的品德与为人。而不是他曾经有哪些技能。美国《纽约时报》资深记者大卫·布鲁克斯（David Brooks）于2015年4月出版的《造就品格之路》（《The Road to Character》）一书就是以讨论什么是简历优点和悼词品德开...

我们常常会觉得累，对生活不满意。每当此时，你是否会想起一些幸福时刻？无关物质，而是精神上的超脱。

美国作家戴维·布鲁克斯打了个形象的比喻。他援引了犹太拉比约瑟夫·索罗维奇于1965年出版的《有信仰的孤独人》的有关描述，指出每个人的天性中都具有“亚当...

由于坚持锻炼，他们每一天都精力充沛。抑郁、焦虑、神经质、紧张、厌烦、急躁等负面情绪一扫而空，他们因此思维敏捷。他们掌控着自己，而不会让借口掌控自己。I

miss you ,but I miss

you.世界上最残忍的事就是，你假装还爱我，我假装不爱你。是谁遇见谁，是谁爱上谁，是谁离开...

品格无上限，道德有底线

一个人究竟要追求什么，要把自己塑造成怎样的人？这不仅是一个人的自我追问，也是一个时代的叩问。针对强调外在成功的“大我”文化，著名评论家、《纽约时报》专栏

作家戴维·布鲁克斯（David

Brooks）对我们（也包括他自己）发起了挑战：如何在“简历美...

[品格之路 下载链接1](#)