



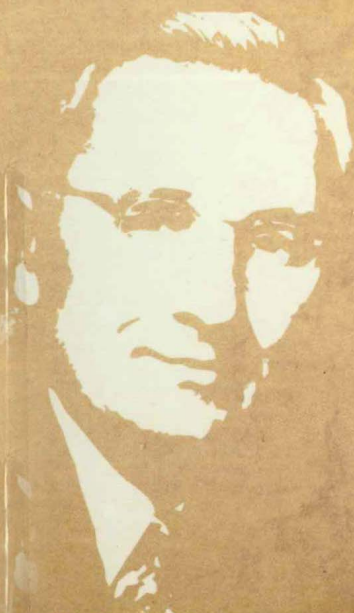
卡耐基来信

Letters from Carnegie

龚煜◎著

卡耐基的来信改变了一个人的命运！

本书解密了「人类最伟大的心灵导师」——戴尔·卡耐基的一段鲜为人知的经历，他用信件改变了一个人的一生。



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

<http://www.phei.com.cn>

美迪心理讲堂 / 职业发展与心智成长

卡耐基来信

Letters from Carnegie

龚煜◎著



Carnegie

(1888.11.24-1955.11.1)

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

内 容 简 介

1935年,陷入绝望的古巴青年罗吉给远在美国的卡耐基写了一封长信,在信里,他向卡耐基诉说了自己的困惑与彷徨,希望这位成功学大师能拯救自己即将崩溃的生活。罗吉并不知道,就是这样一封信,开启了他与卡耐基之间的一段近乎传奇的友谊……

本书用优美的文字揭密了卡耐基生活中那段鲜为人知的经历,再现了这位伟大的心灵导师所独具的人格魅力,为你展现出一个贫穷、自卑、不善言辞和交际的律师事务所实习生在卡耐基来信的指导下,最终成为一名事业、爱情双赢的出色律师的精彩故事。

本书适合正在为生活和事业奋斗的人们阅读。

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有,侵权必究。

图书在版编目(CIP)数据

卡耐基来信 / 龚煜著. —北京:电子工业出版社, 2009.1

(美迪心理讲堂. 职业发展与心智成长)

ISBN 978-7-121-07933-7

I. 卡… II. 龚… 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(2008)第188770号

责任编辑: 杨雯

印 刷: 北京天竺颖华印刷厂

装 订: 三河市鑫金马印装有限公司

出版发行: 电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编: 100036

北京市海淀区翠微东里甲2号 邮编: 100036

开 本: 889 × 1194 1/32 印张: 5.75 字数: 144千字

印 次: 2009年1月第1次印刷

定 价: 27.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题, 请向购买书店调换。若书店售缺, 请与本社发行部联系。联系及邮购电话: (010) 88254888。

质量投诉请发邮件至 zlt@phei.com.cn, 盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

服务热线: (010) 88258888。

— ① — **第一章 / 卡瑞尔的万能公式**

— ③ — 1935 之夏

— ⑦ — 巧遇贝伦

— ⑪ — 第一封信

— ⑮ — 对自己发问

— ⑲ — 不要为打翻的牛奶哭泣

— ⑳ — 思想的洗礼

— ㉓ — 让忧虑到此为止

— ㉖ — 意外的赞美

— ㉙ — **第二章 像凯撒那样前进**

— ㉛ — 口才的硬伤

— ㉞ — 失败的拜访

— ㊱ — 从角落到演讲台

— ㊴ — 三条经验

— ㊷ — 从演讲稿开始

— ㊺ — 痛定思痛

— ㊽ — 罗吉式风格

— ㊿ — 改变一生的演讲

— ㊿ — **第三章 朋友就是财富**

— ㊿ — 努涅斯法官

— ㊿ — 最好的恭维

— ㊿ — 戏剧化的转机

— ㊿ — 准政客的表演



—89—	罗斯福的启发
—93—	我坠入了爱河
—96—	惊醒梦中人
—101—	首战告捷
—106—	狂欢节的告白
—111—	第四章 生命的淬炼
—113—	惊变
—116—	我是谁
—120—	我的无价之宝
—124—	痛苦的煎熬
—128—	何塞的午餐
—132—	飞来横祸
—136—	真正的快乐
—142—	致达萨：快乐是由思想形成的
—145—	第五章 收获成熟的人生
—147—	知者不言
—151—	跟紧自己的信念
—154—	爱我的仇人
—158—	说服何塞
—162—	让他说“是”
—166—	精明的商人
—170—	命运的玩笑
—175—	尾声：新的开始

第一章 / 卡瑞尔的万能公式

1935 之夏

把索卡拉斯先生送出了我的律师事务所后，一天的工作就到此结束了。新来的见习生莉娜小姐为我端上了咖啡，并低声告诉我说有我一封新的来信。

“那是一封来自美国纽约的信，看上去很厚。”莉娜小姐有些好奇地说。

我顿时兴奋起来，连忙起身快步走出办公室，将那封期待已久的信取了回来。我是那样激动，以致反复端详了很久才舍得将信封拆开。抽出里面的信笺，卡耐基先生熟悉而优美的字迹又一次展现在了我眼前。

莉娜小姐离开之后，我沉下心来静静地阅读那封信。卡耐基先生在信里说他的《人性的弱点全集》取得了意想不到的成功，他需要去很多地方演说。尽管这让他疲于奔波，但他很乐意做这件“帮助人们获得更美好的人生，到达成功的巅峰”的事情。最后，他如以往一样开始和我谈论起了人生。

看完这封信，我惊讶地发现窗外已经漆黑一片。我将信仔细收好，缓缓踱到窗前，点燃一支雪茄，看着外面浓腻的夜色和一泊橘红的灯光出神。

哈瓦那雪茄醇香的烟雾在口腔中流连，它如同记忆的灵媒，很快便带我回到了 1935 年的那个夏天。

1935 年夏，我刚从哈瓦那大学法学院毕业，在埃米利奥律师的事务所见习。那时候，我穿着破旧但整洁的衣服，有着不安的神情和谨慎的举止。

埃米利奥先生是一个语言简洁、目光犀利的中年人。他总是绷着

脸，眉头深锁，在我汇报工作时冷冷地盯着我。每当我因惧怕低下头时，他都会毫不客气地对我叫道：“像个男人一样正视别人说话。”然后我只得局促地抬起头，紧张地握住汗湿的双手，目光躲闪地将刚才的话再说一次。你们肯定无法想象，结结巴巴的我是多么狼狈。

“罗吉先生，没有任何一名律师会像你这样，没有……”

说完这句话，埃米利奥会低下头继续忙他的工作，用沉默来示意我离开。这时，我就像一个获得大赦的犯人，小心翼翼地怀揣着逃过一劫的惊喜推门而出，然后大口大口地喘息。

当然，面对埃米利奥先生并不是最糟糕的事。更加糟糕的是我和旁人的交往，尤其是和陌生人的交往，往往都是以恐惧开始，以尴尬结束的。在与陌生人会谈的过程中，我几乎总是心慌意乱，出门之后根本记不得当时和对方说了什么话。不过，记不清兴许也是件好事，因为如果回忆起那些令我洋相百出的谈话，我会更加难堪。

印象最深的相关记忆，是我在法学院模拟法庭上的一次出丑经历。那一次，我们模拟的是一桩兄弟争夺父亲遗产的诉讼案，我给其中那位“弟弟”做辩护律师。这是同学们照顾我，因为根据模拟的证据，那位“弟弟”胜诉的可能性要大得多，大家知道我口才不好，出于同情才把容易扮演的角色让给了我。

遗憾的是，我再次当了一回糟糕的演员。“开庭”那天，前来旁听的同学和教授比预计的多了好几倍，甚至连巴洛克院长也到了。巴洛克院长的光临，对我来说并不是什么好事，他的目光只能使我更加紧张。随着“法官”宣布开庭，我蓦然感到头脑中一片空白，早晨已经背得滚瓜烂熟的“辩护词”不知飞到哪里去了。当轮到我为“弟弟”辩护的时候，我竟然脱口说道：“我这位当事人非常不幸，他的父亲巴洛克院长在一个月前刚刚去世……”

我想，那时我在观众的眼中一定成了怪物。巴洛克院长涵养很好，



他只是站起身来对我说：“罗吉，非常感谢你对我的怀念，但我目前仍然健在。”

我如同挨了一记耳光，逃难似的跑出了“法庭”，观众们的哄笑像尾巴一样地追着我。

从那时起，我不得不面对一个事实——我很难在人前开口讲话。

由于手头没有太多钱，我和我的几个同学只能住在阿尔门达雷斯河畔一所破旧的阁楼里。他们有的和我一样在律师事务所实习，有的改行做了销售员。他们和我一样讨厌这里的生活，但不同的是，他们认为现在的生活只是暂时的，作为法学院的高才生，他们无论做什么都能成功。

每每听到他们自信的宣言，我都会用羡慕的眼光看着他们，有很多次，我被他们深深地感染了。是的，我年轻，我很有才华，我曾经拿到过法学院的全年奖学金，我完全可以自信地面对埃米利奥先生。可是，这样的激情很快就消散了，摆在我面前的问题是：我无法赢得埃米利奥先生的好评，这意味着我在实习期满后需要重新找工作，但我手边的钱根本无法支持我重新找到工作。那样，我只能回到家乡和我父亲一起种甘蔗。

现实的压力摧毁了我的意志，我白天提心吊胆，晚上则整夜整夜地失眠。在那些半梦半醒、辗转反侧的夜晚，我不断梦到埃米利奥将文件砸在我的头上让我滚蛋，梦到房东催促我交房租，梦到回家乡种植那些让我厌恶的甘蔗……更糟糕的是，我的身体仿佛也出现了问题，胃和腹部总是莫名地疼痛，头发也丝毫不留情地开始脱落。

无奈，我只得去找医生，然而那些闪烁其词的大夫们完全找不出真正的病因。

“先生，我想这和你的失眠以及不规律饮食有关，经过初步诊断，我们认为你患有胃溃疡。”

他们用这样的话搪塞我，然后飞快地写上药方，塞给我一些白花的药片。

敏感的直觉告诉我，那不是胃溃疡，或许……不，肯定是癌症。

当我这么想时，世界上的最后一抹光明也彻底地消失了。

那个星期三，我向埃米利奥律师请了假，独自坐在阿尔门达雷斯河畔忧郁。蓝天碧水中，渔民们欢快地撒网捕鱼，偶尔会有粗暴的争执声和妇人们责骂小孩的声音响起，阳光暖暖地撒在我身上，加勒比轻柔的海风缓解了我身体内固执的疼痛。

我安静地享受了那个美好的下午，短暂的惬意让我重新感受到了生活的美好。我想，我或许是陷入某个致命的泥潭了。



巧遇贝伦

那以后的一个礼拜，埃米利奥事务所的生活如同往常一样，并没有出现任何突出的变化，而我也依然在倏明倏暗的世界中寻找新的出路。

或许是仁慈的上帝注意到了我……

星期一下班前，埃米利奥先生让我将一份文件送给石子路街的拉蒙先生。送完这份文件，已经是下午5点了。想起埃米利奥先生事先说过我可以不用再回事务所，我便慢悠悠地沿着海滨大道往回走。

就在我一边慢吞吞地行走一边想事情的时候，一个人影忽然出现在我面前。

“罗吉，真的是你吗？”来人瞪大了双眼，脸上泛着激动的红光。

我从猝不及防的惊讶中清醒过来，辨认片刻，终于认出了来人：“贝伦，是我！”

贝伦是我的大学同学，他和我都来自中部省份的卡马华尼镇。

“喔，真的是你，这太好了！”

贝伦放声大笑着，并给了我一个热情的拥抱。

这样的贝伦让我有些陌生，记忆中的他一向是个腼腆害羞的家伙，做任何事都畏首畏尾。和我相似的是，他还是个沉默寡言，惯于和任何人保持距离的人。但他现在像换了一个人似的，神采奕奕，举止潇洒得体。

“你，还好吗？”

他松开我，一边嘘寒问暖一边将我拉进了著名的“街中小酒馆”。几杯香醇的朗姆酒灌进冰冷的胃中后，我全部的忧虑开始在肺腑

中剧烈地沸腾。

“我的生活糟透了……”

我用力握住酒杯，希望竭力控制住自己的情绪，但最终还是忍不住抱怨起来。我把我糟糕的精神、生活状态和盘托出。

“噢，罗吉。”贝伦用同情的目光打量着我憔悴的脸，“我该和你说些什么好呢？”

他递了杯酒给我，拍了拍我的肩膀以示安慰：“我刚去美国时，情形并不比你好。”

接下来，贝伦向我谈起了他在美国发生的故事。

“在美国，我一直住在我姑父的农场里，帮他做一些农活。那里很贫穷，日子非常的枯燥单调。你知道的，我之所以去美国，是想获得更好的生活。所以，我很快告别了姑父一家，去纽约一家汽车公司做起了销售员。

然而我高估了自己，我严密的思维逻辑和法学院熏陶出来的严谨措辞并不能打动顾客，他们似乎更容易被一些没有受过高等教育、油腔滑调的家伙所蛊惑。我的自信在一败涂地的业绩面前彻底倒塌了。从那以后，我开始害怕和顾客打交道，我总担心他们会在下一秒转身离开。这样的想法让我难以集中精力思考，恐惧和慌乱让我无法清晰地表达自己的思想。

两个月后，公司辞退了我。我一个人又沮丧又孤独，我觉得成功很难，活着很累。我甚至想到过自杀，但最终因为担心妈妈会为我难过而打消了这个念头。

半个月后的一天，一位名叫戴尔·卡耐基的演说家到纽约来演讲，而我碰巧从广场路过，无所事事的我将他那场演讲从头听到尾，他的口才令我由衷地折服。我打听到他在纽约开了个演讲培训班，一时便

有些心动。反复考虑后，我决定去报名。

事实证明我的选择是对的，在卡耐基先生的帮助下，我通过努力练习，以惊人的速度不断地进步，并且超越了我的最大期望。两个月后，我成为班上的明星演讲家。”

贝伦的故事听上去像个传奇。故事讲完后，我们陷入了短暂的沉默。

“我现在过得很快活，还算比较成功——我的新公司将我派回哈瓦那担任分公司的营销经理，这也是我为什么会在这里遇见你的原因。”贝伦语气轻松地说。

我笑了笑，为他的成功表示了淡淡的欢欣。

“罗吉，你或许也需要得到别人的指点，帮你找回自信。”贝伦诚恳地盯着我的双眼说。

“或许吧，但现在我无法像你一样去美国见卡耐基先生。”我摊了摊手，揶揄道。

“你不用去美国！如果你真的相信某些有效的训练和调适能帮助你改变现状的话，”贝伦看着我怯懦的眼睛，似乎在确认我的态度，“每个人都需要接受别人的帮助，不管物质上的还是精神上的，而你现在需要的是心理上的帮助。”

对此我不置可否。

回到那所破旧阁楼，里面冷冷清清的，我的室友们一定是像前两天一样去俱乐部寻找夜晚的激情去了。哈瓦那是个富有激情的城市，朗姆酒和雪茄，舞蹈和美人，这里从不缺乏。但是，对于我这样一个人来说，任何美好的事物都散发着一一种莫可名状的忧伤。

拧开台灯，我安静地坐在床上看起了柏拉图的《法律篇》，但是胃中的疼痛和脑中的忧虑再次击溃了我。我和着白开水吃了一个面包卷，剧烈的疼痛才渐渐平复了下去。

“不，我不能再这样下去了。”我猛地站起身对自己说，“就算贝伦说的只是个传奇故事，我也应当试试。”

我一边这样想，一边随即铺开了信纸。我盯着那张信纸看了很久，终于鼓起勇气写下了“亲爱的卡耐基先生”几个字。

“亲爱的卡耐基先生，尽管我并不了解您，也不能确定百忙之中的您是否能认真阅读这封信，但我迫切地需要把我的困惑说给您这样一位智者听……”

当我写下这一句话时，长久以来的心理压力仿佛找到了宣泄的出口，它们排山倒海地倾泻到一页页的信纸上。尽管我是那么努力地克制自己的笔调，不让自己表现得像个弱者，但十页纸后，真实而怯懦的我还是跃然纸上。

写完这封信后，我的心绪终于恢复了平静。郑重其事地把信装好后，我在久违的睡意中打了个长长的哈欠。



第一封信

当那封寄往纽约的信发出十天以后，我被通知将要接受招新评委会的谈话。

“罗吉先生，那是一个正式的评审会，招新协调员和人事主管合伙人将会出席，你知道这意味着什么吗？”埃米利奥用鹰隼般的目光看着我，对我下了通知。

我当然知道这意味着什么。早在学校时，教授就警告过我们做实习生时一定要搞清楚招新评委会的成员是谁，因为评委会一直观察着实习生的评估情况，并最终决定着我们的去留。而他们之所以会找我谈话，唯一的原因是我的表现非常糟糕——这种会议就像学校的中期警告一样，他们会告诉我，作为一个实习律师，我还有哪些地方不称职。如果在被警告后，我仍无法改善自己的表现，我将永远不能收到正式聘用书了。

接到这个通知，我的头仿佛被人重重地击打了一拳，不断地发出嗡鸣声。我勉强支撑着，低声说了句“是的，先生”，然后便逃也似地离开了埃米利奥的办公室。

头脑昏沉地做完剩余的工作后，我拖着沉重的步子回到我居住的阁楼。这时，叼着烟卷，双眼浑浊的房东拦住了我。

“有你的信，还有一些书籍，它们都来自美国。”

房东将一个大包裹递给我，临了还不忘催讨这个月的房租。

那是卡耐基先生给我的第一封信。信封上，他优美的文字饱含着强烈的热情，使我迫不及待地想打开一看。事实上，自那以后卡耐基先生的每一封来信都让我有这种如获至宝的感觉。



你要么解决问题，要么成为问题的一部分。



卡耐基来信