

Dale Carnegie
Write the complete works of man

继《卡耐基写给女人全集》畅销全国之后，再次推出这本《卡耐基写给男人全集》。
一本成年男人都在看的书

——[美]戴尔·卡耐基◎原著 李志敏◎编译——

卡耐基
写给男人全集

中国商业出版社

Dale Carnegie
Write the complete works of man

卡耐基 写给男人

全集

—— [美]戴尔·卡耐基◎原著 李志敏◎编译 ——



中国商业出版社

图书在版编目(CIP)数据

卡耐基写给男人全集/(美)卡耐基(Carnegie,D.)
著;李志敏编译. —北京:中国商业出版社,2010.7
ISBN 978-7-5044-6935-9

I. 卡… II. ①卡…②李… III. 男性—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(2010)第 112264 号

责任编辑 常 勇

*

中国商业出版社出版发行

010-63180647 www.c-cbook.com

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所

北京柯蓝博泰印务有限公司

* * * * *

787×1092 毫米 1/16 22.75 印张 210 千字

2010 年 8 月第 1 版 2010 年 8 月第 1 次印刷

定价: 45.00 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

..... 前言 Preface

卡耐基是近年来在全球范围内最有影响力的成功学家之一，他的一系列课程和著作，改变了无数人的命运。而这一次，卡耐基先生又给普天下所有的男人带来了一份丰厚的“大礼”。

男人，从来都是个沉重的话题。

身为一个男人，从他出生的那一刻起，身上便被烙上了沉重的烙印。可以这么说，“男人”这个称谓，本身就是一种责任。除了做最好的自己，男人还要为了家庭和社会，奉献出自己所有的光和热。为了这份推卸不掉的责任，男人必须勇敢地面对生命中所有的苦和乐，没有任何讨价还价的余地。

因为有责任在肩，所以不可避免的，每个男人的一生都要展示给世人两个不同的形象：一个是阳光的，是他们十分乐意展示出来，并以此为资本去“炫耀”的；而另一个则是暗淡无光的，就像是某些人的疮疤，让人不忍去揭开。男人的苦，也许只有男人自己知道。

也正是因为有责任在肩，所以无论是事业还是生活，成功，可以说是所有的男人的终极目标。但在追求成功的过程中，很多男人会自觉或不自觉地陷入一些误区，这些误区让人步入了人生的败局，与成功失之交臂，从而使自己的一辈子都处于平庸的境地。

有成功就有失败，有快乐就有悲伤，现实生活就是这样，可说它残酷，也可以说它不近人情。说什么已经无所谓，重要的是用什么样的心态面对一个又一个困境和坦途。



所谓“当局者迷，旁观者清”，男人，很多时候也需要一双智慧的大手给自己指引未来的方向。

正源于此，便有了这本《卡耐基写给男人全集》，在这本书中，同样身为男人的卡耐基把自己一生做人做事的经验经过精辟的总结，娓娓道来。语言平实，有的放矢。书中的话不是金玉良言，但若能静下心来，细细品读，则句句胜似金玉良言。

第一编

男人就要有能力：如何取得事业与生活上的成功

事业和生活，是男人一生中最重要的组成部分，缺了哪个都不完整。所以，真正的男人都明白这一点，他们不仅会倾尽全力赢得事业上的成功，更懂得兼顾家庭生活的幸福。而要做到这些却并不容易，这需要的是实实在在的能力。

一、男人要用头脑管理好自己

有一句话说：头脑的富有在所有富有之前。衡量一个男人有没有能力，首先看他有没有头脑。没有头脑的男人不是合格的男人，而不会管理好头脑的男人则注定平庸。

我思我在我成功 /// 3

选择工作不要随随便便，除非你喜欢 /// 6

不要剥夺梦想的资格，不要死于浑浑噩噩 /// 10

养成良好的工作习惯，会让你终身受益 /// 13

坚持积极的自我暗示 /// 17

事情的结果取决于你的选择 /// 20

越是关键时刻越需要稳定的情绪和清晰的思路 /// 24

不要在沮丧的时候做判断 /// 26



二、男人要有敢想会做不怕输的精神

做男人要敢想，因为梦想有多大舞台就有多大，舞台有多大未来就能走多远；敢想还要会做，因为做事的方式方法直接决定事情的结果。做男人要有不怕输的精神，因为世事无常，失败是家常便饭，输不起就赢不了。

· 让自己的“野心”逐步得逞 /// 28

· 只有勇敢面对，没有退却 /// 32

· 世界会向那些有目标和远见的人让路 /// 35

· 任何的限制，都是从自己的内心开始的 /// 38

· 瞎忙不是忙，关键要忙到点子上 /// 42

· 事前不怕，事后不悔 /// 44

· 即使是不成熟的尝试，也胜于胎死腹中的策略 /// 46

· 想赢就不要怕输 /// 49

三、男人要负起对家庭和婚姻的责任

一个男人在外面闯荡世界，不管他走了多远的路，不管他取得了多么辉煌的成就，家始终是他最温暖、最舒心的归宿。有成功事业没有幸福家庭的男人不能称为幸福的人，有成功事业没有幸福家庭的男人也无法活得无怨无悔。所以说，男人要负起对家庭和婚姻的责任，这是一个底线。

· 顾家爱家，摆正生活和事业的位置 /// 52

· 成熟的男人永远不会漠视亲情 /// 55

· 不要试图改造对方 /// 58

· 婚姻生活，良好的沟通很重要 /// 60

· 不要用恶毒的话语来伤害爱情 /// 63

· 给爱多一些细心 /// 66

· 色不可贪，一贪就是祸害 /// 68

第二编

男人就要有性格：如何走出忧虑的人生

性格决定命运，心态决定状态。简简单单的话语，却是不容挑战的做人做事的硬道理。看一个男人的未来，首先看他的性格；看一个男人的现在，首先看他的心态。开心快乐地面对未来，无忧无虑地面对现在，这样的男人离优秀已经不远了。

一、走出孤独忧虑的心态

忧虑是健康的大敌，它使人患病，甚至剥夺人的生命，即使是最强壮的人也不例外。忧虑扼杀人的创造力，他经常使人因莫须有的小事抓狂，而把真正该做的事抛在脑后。忧虑是痛苦的根源，一个男人若走不出忧虑的阴影，那这一生就注定要暗淡无光。

远离忧虑，才能拥有健康 /// 73

混乱是产生忧虑的主要原因 /// 77

在忧虑的时候多做些正面的思考 /// 81

不停地去做一些事情 /// 83

培养兴趣，让自己随时都保持兴奋的状态 /// 86

被忧虑所困扰的时候，不妨计算一下概率问题 /// 90

积极地投入生活 /// 94

让生命中的阳光和快乐代替忧虑 /// 96

二、永远不能放弃的是激情和信心

大海有潮涨潮落，月有阴晴圆缺。人生就是这样，有高潮就有低谷，这是谁都无法改变的事实，最重要的是用什么样的心态去面对。不管眼下的处境多么艰难，是男人，就不要怨天尤人。不管发生什么，永远不要放弃激情、热忱和信心，那么，美好的未来就永远属于你。



- 走出低谷，“我一定行” /// 98
- 怀疑自己就是给失败大开方便之门 /// 100
- 战胜苦难，挑战自我 /// 102
- 柔韧地面对压力 /// 104
- 无论什么时候，都不要贬低自己 /// 106
- 越是逆境越要挑战 /// 108
- 给自己一片没有退路的悬崖 /// 110
- 满怀热忱地面对一切 /// 112

三、创造平安快乐的人生

作为一个男人，要创造成功平安快乐的人生，首先必须对自己和环境有一个清醒的认识，只有在认识的基础上，才能去发掘并锤炼一个崭新的自我。在平安快乐的基础上，再加以不断地充实完善，挖掘锤炼，提升自我，完善人格，这样就能成就成功、完美的人生。

- 嫉妒会让人永远处在痛苦之中 /// 114
- 快乐的秘诀：把柠檬变成柠檬汁 /// 116
- 不要为小事忧愁 /// 120
- 坦然接受生活中的一切 /// 122
- 让心灵平静下来 /// 124
- 降低自己的期望值 /// 126
- 用快乐的心来看世界 /// 129
- 冷静地面对情绪低潮 /// 131

第三编

男人就要会交际：如何赢得友谊与影响他人

老话说：“一个好汉三个帮”，梦想着单打独斗就能随随便便成功的男人是很不现实的。眼下是一个交际制胜的时代，要获得至真的友谊，要想影响他人获得必要的帮助和支持，在交际场上没有几把刷子是不行的，交际能力可以说是做男人的一项基本功。男人要有梦想，让梦想成真，首先就要从提升自己的交际能力开始。

一、学会交际应酬，掌握沟通技巧

“单丝不成线，独木不成林。”这个世界上没有一个男人是全能的，任何男人想成功都离不开别人的帮助。要想使自己广受欢迎，仅仅懂得一点简单的礼节是不够的，还必须学会更多的交际应酬和沟通的技巧。

给人留下一个良好的第一印象 /// 135

诚于嘉许，宽于称道 /// 138

尽可能地多一些赞扬 /// 141

以聆听的态度关注对方 /// 143

了解对方的观点 /// 145

给别人说话的机会 /// 147

适当的赞扬，而不是恭维 /// 149

指出别人的错误时要适当地运用一些技巧 /// 151

用平和的心态面对别人的猜疑 /// 153

在任何时候，怒火都需要克制 /// 154

受到冷遇时，巧妙对待 /// 156

二、赢得一生的友谊

朋友是人一生中最为宝贵的财富，尤其是对于一个男人来说。世界上任何物质的东西都可以用钱去买，而朋友和友谊却是花多少钱都买不到



的。要赢得一生的友谊，必须用一颗真诚的心，外加合适、得体的方式方法去争取。

多创造与人相识的机会 /// 158

主动和陌生人说话 /// 161

记住他人的姓名 /// 163

真诚地关心他人 /// 167

时刻想着为别人做些什么 /// 171

只有诚恳老实的人才能得到他人的信赖 /// 174

出门走好路，出口说好话，出手做好事 /// 177

与朋友交往，不要只顾自己 /// 180

三、如何影响他人并领导他人

事实上，几乎所有的男人都有一种与生俱来的领导欲，这种领导欲会使
人自觉或不自觉地去最大限度地彰显自己的影响力。但是，这种领导欲要
变成切实有效的领导力去影响他人的想法和做法，却并不容易。这需
要不断地学习，不断地提升自己，不断地完善自己的人格魅力。

先说出自己的错误 /// 183

学会自我批评 /// 187

动力来自于挑战 /// 191

赞扬和鼓励可以重获勇气 /// 193

和他人站在同一立场上 /// 195

切忌武断地否定不同的意见 /// 197

争论中没有赢家 /// 199

说服他人从欣赏开始 /// 203

肯定微不足道的进步 /// 206

让对方觉得决定是他自己做出的 /// 209

第四编

男人就要有口才：如何充满自信地当众讲话

在上一编中，重点讲了沟通和领导力，获得这两项能力是每一个男人的梦想，但还是那句老话：这并不容易。要获得这两项能力，都需要相当好的口才。俗话说“一言可以兴邦”，可见口才的重要性。而对于一个男人来讲，能充满自信地进行当众讲话，这不仅是一种能力，更是一种魅力。

一、突破语言的心理障碍

研究表明，语言能力很大程度上受到了心理活动的影响。所以要练得一口好口才，首先要突破心理上的障碍，这其中，恐惧是最大的一块绊脚石，踢开这块绊脚石，再给自己足够的信心和决心，那么就已经成功了一半。

恐惧是演讲的死对头 /// 215

想克服恐惧，就主动去讲 /// 219

给自己足够的信心 /// 222

决心是成功的关键 /// 224

集中精力，时刻不忘自己的目标 /// 226

演讲，重要的是态度 /// 229

二、做好充分的讲话准备

古语有言：凡事预则立，不预则废。要想拥有出色的口才，事先必须有充分的准备。只有各项准备工作都做到位了，说出话来才能滴水不漏，令人叹服。

完全的准备是成功演说的开始 /// 233

准备不是死记硬背 /// 237

总结自己的经验和观点 /// 240



选择你所熟悉的生活来演讲 /// 242

丰富你的知识 /// 244

学会捕捉闪光点 /// 247

保持良好的姿态 /// 251

穿着得体，态度亲切 /// 255

三、成功演讲的艺术

成功的演讲，可以给人以震撼，让人不自觉地长生共鸣。勿容置疑，这是一门艺术，而要把这门艺术的美全面展现出来，光靠一张嘴是远远不够的，语言的表达只是一方面，其他各方面的巧妙配合也很重要，这需要一个演讲者全面的修炼。

让演讲富含例证 /// 258

与听众共同感受自己的演讲 /// 261

自然、真诚最能赢得听众信任 /// 263

在一开始就吸引听众的注意力 /// 266

讲故事，引人入胜 /// 268

结尾和开头同样重要 /// 270

第五编

男人就是要有钱：如何掌控财富实现财务自由

钱不能解决所有的问题，但对于男人来讲，钱却是衡量他个人能力的一个重要指标。男人就是要有钱，这不是庸俗，不是堕落，而是个人进取心的体现。有钱的男人不一定都是有能力的，但没有钱就会被扣上失败者的帽子。是男人就不要做失败者，从现在开始，就努力去争取财务上的自由。

一、用正确的心态看待财富

财富，是物质上的富有，归根到底就是钱。要说钱这个东西，跟我们每个人的关系真是太密切了。首先，它是一个人生存的基础，其次是一个男人能力的体现。没有钱是万万不能的，但有钱也不一定就全是好事。要想让钱积极地影响男人的一生，最重要的就是看待钱的心态。

说不尽道不完的“钱” /// 281

金钱与快乐之间有一种微妙的关系 /// 284

钱在一定程度上的确可以维护男人的尊严 /// 286

创造社会和家庭的财富是男人的责任 /// 288

经济上不独立，必受他人牵制 /// 291

贫穷的思想比贫穷本身更可怕 /// 293

适度的致富欲望是天经地义的事 /// 296

铺张浪费、崇尚奢侈的作风要不得 /// 299

二、获得财富需要的是能力和眼光

有些男人获得财富看起来轻而易举易如反掌，而有些男人苦苦拼搏终其一生，到最后却仍然贫穷。对于这种现象，很多人归咎于运气，其实不然，细究起来，这还是个人能力和眼光的问题。机会对每个人来说都是平等的，如果你拥有足够的能力和独到的眼光，那么，财富就会唾手可得。



也许你先天条件不足，但请记住，获得财富的能力和眼光是一项终身的修炼，只要努力，总有一天，你会成为富人的。

怠惰的结果就是贫穷 /// 302

有想法，更要有行动 /// 305

借用“贵人”之力是获取财富的捷径 /// 308

把握擦肩而过的机遇 /// 312

盲目跟风，捡人残羹是“无能”的表现 /// 318

出“奇”就有意想不到的收获 /// 322

三、打理财富是一门大学问

天上不会掉馅饼，对于禀赋平常的大多数男人来说，大财富只能由一个又一个财富积聚而来。打理现有的财富，最大限度地“用钱生钱”是一条致富的捷径。你不理财，财不理你。理财重在用心，只要用心经营，不起眼的小财富就会变成未来的大财富。

理财将使人终身受益 /// 325

高超的理财技巧需要扎实的基本功 /// 328

理财的方法很重要 /// 332

勤劳节约，精于储蓄 /// 335

消费时要遵循量入为出的原则 /// 339

理财就是要用钱生钱 /// 341

安全第一，在心中种下风险意识 /// 345

第一编 男人就要有能力： 如何取得事业与 生活上的成功

事业和生活，是男人一生中最重要的组成部分，缺了哪个都不完整。所以，真正的男人都明白这一点，他们不仅会倾尽全力赢得事业上的成功，更懂得兼顾家庭生活的幸福。而要做到这些却并不容易，这需要的是实实在在的能力。

