

超值金版
29.00

畅销全球、改变年轻人命运的励志经典

卡耐基 成功学大全集



雅瑟 / 编译

经典改变人生·大师照亮世界

卡耐基一生致力于人性问题的研究，在全世界都享有美誉，被公认为20世纪成功学大师，美国现代成人教育之父。接受卡耐基思想的有社会各界人士，其中不乏军政要员，甚至包括几位美国总统。

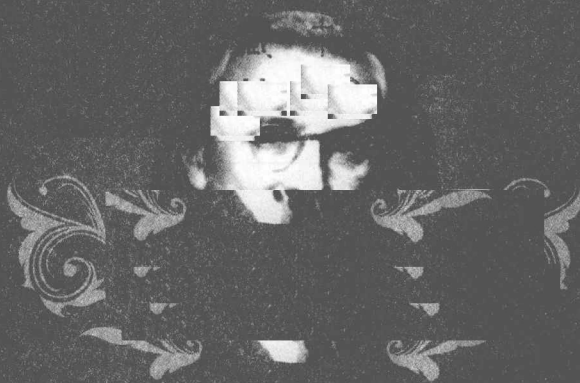


企业管理出版社

ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

畅销全球、改变年轻人命运的励志经典

卡耐基 成功学大全集



雅瑟 / 编译

经典改变人生·大师照亮世界

 企业管理出版社
ENTERPRISE MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

卡耐基成功学大全集/雅瑟编译.—北京:企业管理出版社,2010.7

ISBN 978-7-80255-481-8

I.①卡… II.①雅… III.①成功心理学-通俗读物 IV.①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 063077 号

书 名:卡耐基成功学大全集

作 者:雅 瑟

责任编辑:会 芳

书 号:ISBN 978-7-80255-481-8

出版发行:企业管理出版社

地 址:北京市海淀区紫竹院南路 17 号 邮编:100048

网 址:<http://www.emph.cn>

电 话:出版部 68414643 发行部 68467871 编辑部 68428387

电子信箱:80147@sina.com zbs@emph.cn

印 刷:北京中印联印务有限公司

经 销:新华书店

规 格:185 毫米×260 毫米 16 开本 25 印张 500 千字

版 次:2010 年 7 月第 1 版 2010 年 7 月第 1 次印刷

定 价:29.00 元

版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换

前言

戴尔·卡耐基一生致力于人性问题的研究,运用心理学和社会学知识,对人类共同的心理特点,进行探索和分析,总结出了一套系统的成功学理论,并以大量普通人不断努力取得成功的故事为基础,通过演讲和书籍唤起无数迷惘者的斗志,激励他们取得辉煌的成功。因而卡耐基在全世界都享有美誉,被公认为 20 世纪最伟大的成功学大师,美国现代成人教育之父。卡耐基在实践的基础上撰写而成的著作,是 20 世纪最畅销的成功励志经典。这些著作有:《语言的突破》《人性的弱点》《人性的优点》《美好的人生》《快乐的人生》《伟大的人物》和《林肯传》等。这些书出版之后,立即风靡全球,先后被译成几十种文字,被誉为“人类出版史上的奇迹”。他开创并发展出一套独特的融演讲、推销、为人处世、智能开发于一体的成人教育方式。这些书和卡耐基的成人教育实践相辅相成,将卡耐基的人生智慧传播到世界各地,影响了千千万万人的思想和心态,激发了他们对生命的无限热忱与信心,使他们勇敢地面对与搏击现实中的困难,追求自己理想的人生。接受卡耐基思想的有社会各界人士,其中不乏军政要员,甚至包括几位美国总统。

经典是永恒的,在卡耐基先生去世半个多世纪后,他的这些作品在教导人们追求自我进步和获得成功方面,仍然无有出其右者。各种版本的卡耐基作品一再出版,仅在中国内地 2005 年后出版的卡耐基作品就有十几个版本,更有很多成功学作品以卡耐基的思想为源头创作产生。这些作品里所散发出来的思想光辉,已经绝不能仅仅用“励志”两个字来概括,每一位读者细品其中的滋味,都会有自己的感悟。

本书集结了卡耐基励志作品的精华,收录了《人性的优点》《人性的弱点》《语言的突破》《伟大的人物》四部卡耐基最主要的作品,并去掉后人(编译者和其他出版工作者)的雕琢,力图保留作品的原貌,还原卡耐基的原本思想。这将是一部年轻人不可多得的人生指南,是能改变无数人命运的励志枕边书。本书出版的唯一目的就是帮助读者在职场工作、商务活动与社会交往中学会与人打交道,并有效地影响他人、获取他人的尊重和支持,并且掌握击败忧虑和自卑这两大人类成功之敌的要领,以创造幸福美好的人生。

如果你想在短时间内掌握其中的技巧或是背诵其中的要领，那么你只需要抄写下书中所有粗体段落，因为那些都是作者对各种事例的总结，是书的骨骼脉络所在。但如果你认为这便是本书精华，那么你就错了，书中那些真实的案例以及成功者的人生经验更能给予你智慧的启迪。技巧谁都可以掌握，但是经历却因人而异，如果你愿意花时间阅读书中的每一个例子，相信你会得到更多宝贵的东西。

好了，停止空谈，马上开始阅读。预祝读者朋友们领悟卡耐基的思想精髓，获取人生的成功！



戴尔·卡耐基简介

戴尔·卡耐基,被誉为 20 世纪最伟大的人生导师,一生中写作了《语言的突破》《林肯传》《人性的弱点》《美好的人生》《伟大的人物》《人性的优点》《快乐的人生》等多部作品。这些书构成了卡耐基为人处世、通向成功之路的成功学体系,与他的成人教育培训班相辅相成,改变了传统的成人教育方式,影响了千百万人的生活。

卡耐基于 1888 年 11 月 24 日出生在美国密苏里州的一个贫苦农民家庭,是一个朴实的农家子弟,他的童年和其他美国中西部农村的男孩子并没有什么不同,他帮父母干杂事、挤牛奶,即使贫穷也不以为意。这或许是因为他根本不觉得自己家里很贫穷。在那个没有农业机械的年代,他和父亲同样做着那些繁重的体力活,而一年的辛劳却可能因为一场水灾而付诸东流,或者被骄阳晒枯了,或者喂了蝗虫。卡耐基眼见父亲因为这些永无终止的操劳而备受折磨,发誓决不拿自己的一生来和天气及收成赌博。

如果说卡耐基的童年和其他农村男孩子有什么不同的话,那主要是受到他母亲的强烈影响。她是一名虔诚的教徒,在嫁给卡耐基的父亲之前曾当过教员。她鼓励卡耐基接受教育,她的梦想是让儿子将来当一名传教士或教师。

1904 年,卡耐基高中毕业后就读于密苏里州华伦斯堡州立师范学院。他虽然得到全额奖学金,但由于家境的贫困,他还必须参加各种工作,以赚取必要的学习费用。这使他感到羞耻,养成了一种自卑的心理。因而,他想寻求出人头地的捷径。在学校里,具有特殊影响和名望的人,一类是棒球球员,一类是那些辩论和演讲获胜的人。他知道自己没有运动员的才华,就决心在演讲比赛上获胜。他花了几个月的时间练习演讲,但一次又一次地失败了。失败带给他的失望和灰心,甚至使他想到自杀。然而在第二年里,他开始获胜了。

当时,他的目标是得到学位和教员资格证书,好在家乡的学校教书。

但是,卡耐基毕业后并没有去教书。他前往国际函授学校总部所在地丹佛市,为该校做推销员,薪水是一天 2 美元,这笔佣金可以支付他的房租和膳食,此外还有推销的提成。

尽管卡耐基尽了最大的努力,但是并不太成功,于是又改而推销肉类产品。为了

找到这种工作,他一路上免费为一个牧场主人的马匹喂水、喂食,搭这人的便车来到了奥马哈市,当上了推销员,周薪为 17.31 美元,比他父亲一年的收入还要高。

虽然卡耐基的推销干得很成功,成绩由他那个区域内的第 25 名跃升为第一名,但他拒绝升任经理,而是带着积攒下来的钱来到纽约,当了一名演员。作为演员,卡耐基唯一的演出是在话剧《马戏团的包莉》中担任一个角色。在这次话剧旅行演出一年之后,卡耐基断定自己干戏剧这行没有前途,于是他又改回推销本行,为一家汽车公司推销汽车和卡车。

但做推销员并不是卡耐基的理想。

在他从事汽车推销时,他对自己的能力很怀疑。有一天,一位老者想买车,卡耐基又背诵了那套“车经”。老者淡淡地说:“无所谓的,我还走得动,开车只不过是尝一尝新鲜劲儿,因为我年轻时曾梦想成为汽车设计师,那时还没有汽车呢……”

老者的一番话慢慢吸引了卡耐基。他详细地和老者讨论起公司的情况,后来话题又转到了他们的生活方面。卡耐基讲述了自己最近的烦恼:“那天凌晨,对着一盏孤灯,我对自己说,‘我在做什么,我的梦想是什么,如果我想要成为作家,那为什么不从事写作呢?’您认为我的看法对吗?”

“好孩子,非常棒!”老者的脸上露出轻松的笑容,继而说:“你为什么要为一个你不关心又不能付你高薪的公司卖命呢?你不是想赚大钱吗?写作,在今天也是个好行当呀!”

“不,老先生,放弃工作是不可能的,除非我有别的事可做。但是我能做什么呢?我有什么能力能让自己满意地赚钱和生活呢?”卡耐基问。

老者说:“你的职业应该是能使你感兴趣,并发挥才能的。既然写作很适合你,为什么不试一试?”

这让卡耐基茅塞顿开。埋藏在胸中奔涌已久的写作激情被老者的几句话激活了。

从那天起,卡耐基决定换一种生活。他要当一位受人尊敬、爱戴的伟大作家……

一个偶然的机会,卡耐基发现自己所在城市的青年会在招聘一名讲授商务技巧的夜大老师。于是他前去应聘,并且被录用了。

卡耐基的公开演说课程,不仅包括了演说的历史,还有演说的原理知识。除此之外,他还发明了一种独特而非常有效的教学方式。

当他第一次为学员上课时,就直接点名让学员谈他们自己,向大家讲述他们日常生活中发生的事。当一个学员说完以后,另一个学员接着站起来说,然后再让其他学员站起来说。这样,直到班上每一个学员都发表过简短的谈话。卡耐基后来说:“在不知道究竟该怎么办情况下,我误打误撞,找到了帮助学员克服恐惧的最佳方法。”从

此以后,卡耐基这种鼓励所有学员共同参与的教学方法,成为激发学员兴趣和确保学员出勤的最有效方法。虽然这种方法在当时尚无先例,也没有什么方法可以评定他这套方法的效果,但它确实奏效了,并且已经在全世界教出了许多更会说话且更有信心的人。

这一哲理的成功,可以从成千上万名毕业学员写来的信中得到证明。写这些信的学员有工厂工人、家庭主妇、政界人士、公司负责人、教师及传教士,他们的职业遍及各行各业。

卡耐基于1955年11月1日去世,只差几个星期67岁。追悼会在森林山举行,被葬在密苏里州他父母亲的附近。

1955年11月3日,华盛顿一家报纸刊载了下面这段文字:“那些愤世嫉俗的人过去常常揣测,如果每个人都接受并且遵照卡耐基的话语去做,那将会成什么局面?卡耐基先生在星期二去世了,他从来不屑于这些世故者的风凉话。他知道自己所做的事,而且做得极好。他在自己的书中和课程上,努力教导一般人克服无能的感觉,学会如何讲话、如何为人处世。

“千百万人受到他的影响,他的这些哲理如文明一样古老,如‘十诫’一般简明,对于人们在这个狂乱的年代里获得快乐和成就极有帮助。”

人性的优点

目录

第一章 如何对待忧虑

改变人一生的24个字	2
清除忧虑的“万能公式”	7
忧虑是长寿的克星	10
小结	14

第二章 分析忧虑的方法

解开忧虑之谜	16
如何减少工作上的忧虑	19
小结	21

第三章 改掉忧虑的习惯

把忧虑从你的思想中赶走	22
不要让小事使你垂头丧气	26
概率可以战胜忧虑	28
要适应无法避免的事实	30
为忧虑限制“到此为止”	33
不要试图锯那些早已锯碎的木屑	36
小结	38

第四章 保持充沛的活力

如何多清醒一个小时	39
什么使你疲劳	41
家庭主妇永葆青春的秘诀	43
四种良好的工作习惯	46
如何防止产生烦闷	47
不再为失眠忧虑	51
小结	53



人性的弱点

目录



第一章 待人处世的基本技巧

如欲采蜜，勿蹴蜂房	56
与人相处的秘诀	62
获取他人支持的方法	67
小结	74

第二章 使人喜欢你的六种方法

让你到处受欢迎的实用方法	75
如何给人好印象	80
这样做，你就能避免发生麻烦	84
如何养成优雅而获得好感的谈吐	87
如何使人对你感兴趣	92
如何使人很快地喜欢你	94
小结	99

第三章 获取信服的十二种方法

争论中没有赢家	100
如何避免制造敌人	103
如果不对就及时认错	108
使你走上理智的大路	110
苏格拉底的秘密	115
处理一个抱怨者的安全手法	117
让别人愿意跟你合作	119
一个创造奇迹的公式	122
每个人所需要的	123
吸引所有人的魅力	126
实行、推进，别停顿下来	129
当你无计可施时，就试试这个吧	131
小结	132

第四章 使人同意你的九种方法

如果你必须批评，这是开始的方法	133
如何批评才不致引起反感	135
先说出你自己的错误	136

目
录

没有人喜欢接受命令	138
让对方保住他的面子	138
如何鼓励人们成功	140
给人一个美好的名誉去表现	141
使错误看起来容易改正	143
使人们乐意做你所建议的事	144
小结	146
第五章 创造奇迹的信件	147
第六章 使家庭和睦的七种方法	
切莫喋喋不休	152
爱他就给他多一些自由	155
这样做你就快要离婚了	157
使人快乐的方法	158
对女人特别有意义的事	160
如果你要快乐，就请牢记这些	161
不要做一个“婚姻的文盲”	163
小结	164

语言的突破

第一章 有效沟通的基本原则	
演讲的基本技巧：勇气和自信	166
充分准备，培养自信心	174
有效说话的简单方法	179
第二章 演讲、演讲者和听众	
如何准备讲演	185
让你的演说具有生命力	194
与听众共同感受你的演讲	197
第三章 不同类别的演讲要领	
以简短的讲演获得良好回应	203
说明情况的演讲	210
说服性讲演	215
即兴演说	219



目录



第四章 有效沟通的艺术

发表演说的合适态度	224
改善你的语言表述	233
台风与个性	240

第五章 有效说话的挑战

介绍演说者、颁奖与领奖	248
组织好较长的演讲	254
达到高潮性的结尾	266
善用已经学得技巧	274

附录 增强记忆力的有效法则

自然法则之一：印象	280
自然法则之二：重复	283
自然法则之三：联想	285

伟大的人物

第一章 科学巨匠

相对论鼻祖爱因斯坦	292
杰出女科学家居里夫人	294
发明之王爱迪生	296
无线电之父马可尼	296
飞机的发明者莱特兄弟	298
名医葛林费尔	300

第二章 政治名人

英国首相丘吉尔	302
美国第26任总统罗斯福	305
美国总统威尔逊	307
圣雄甘地	309
奥匈皇太子鲁道尔夫	310
大律师丹诺	312

目 录

第三章 大实业家

美国大银行家摩根	315
钢铁大王卡内基	317
石油大王洛克菲勒	319
报业泰斗赫斯特	321
大出版家博克	323
钻石大王布雷迪	324
军火巨商萨哈罗夫	326

第四章 文学巨擘

天才戏剧家莎士比亚	329
俄国文学巨匠托尔斯泰	330
天才诗人爱伦·坡	332
法国文豪大仲马	334
短篇小说家欧·亨利	336
大戏剧家萧伯纳	337
英国文豪毛姆	339
文坛怪杰德莱塞	341
科学小说家韦尔斯	342

第五章 魅力女人

埃及艳后克里奥帕特拉	345
拿破仑之妻约瑟芬	347
身残志坚的海伦	349
作曲家邦德夫人	350
神秘影星嘉宝	351
影坛巨星凯瑟琳·赫本	353
著名影星璧克馥	355
“灰姑娘”海伦·杰普森	357

第六章 艺术奇才

《米老鼠》始祖华德·迪斯尼	359
《信不信由你》利波里	360
幽默影星罗吉尔	362
大音乐家莫扎特	364
作曲家乔治·杰斯文	365
歌唱家卡鲁索	366



目录

魔术师瑟斯顿	368
--------------	-----

第七章 探险家

探险之王哥伦布	371
“北极熊”史蒂文森	373
南极探险家斯科特	374
赛车手坎贝尔	376
海军大将李屈林·拜德	378
非洲探险家约翰逊	379





人性的优点

《人性的优点》的核心内容是向人们讲述如何停止忧虑并积极开创新的生活。所以本书又名《如何走出忧虑的人生》。

《人性的优点》问世于1948年。它和《人性的弱点》《语言的突破》一样，是卡耐基成人教育班的三种主要教材之一。本书一经出版，便在全球畅销不衰，被誉为“克服忧虑获得成功的必读书”“世界励志圣经”。

卡耐基认为，忧虑是人类面临的最大问题之一。为了写作本书，他阅读了曾经面临过严重危机的著名人物的传记，从中找出这些名人解决问题的方法，又向众多人士请教他们克服忧虑的办法，并结合自身的经历整理出一套克服忧虑的法则。

在这本书中，卡耐基将告诉你：如何走出人生的误区；如何充分了解自己、相信自己，养成良好习惯；怎样从忧虑中解脱出来，创造幸福美好的人生。这其中，尽是非常宝贵而有效的生活经验，对每一个寻找快乐和幸福的人都大有裨益。

相信这本充满智慧和力量的书能让你了解自己，相信自己，充分开发蕴藏在身心里而尚未利用的财富，发挥人性的优点，去开拓成功幸福的新生活之路。

第一章

如何对待忧虑

改变人一生的24个字

1871年春天，一个年轻人，作为一名蒙特瑞综合医院的医科学生，他的生活中充满了忧虑：怎样才能通过期末考试？该做些什么事情？该到什么地方去？怎样才能开业？怎样才能谋生？他拿起一本书，看到了对他的前途有着很大影响的24个字。

这24个字使这位年轻的医科学生成为当时最著名的医学家。他创建了闻名全球的约翰·霍普金斯医学院，成为牛津大学医学院的钦定讲座教授——这是大英帝国医学界所能得到的最高荣誉——他还被英王封为爵士。死后，记述他一生经历的两卷书达1466页。

他就是威廉·奥斯勒爵士。1871年春天他所看到的那24个字帮助他度过了无忧无虑的一生。这24个字就是：“最重要的是不要去看远处模糊的，而要做手边清楚的事。”是汤姆斯·卡莱里所写的。

42年之后的一个温暖的春夜里，在开满郁金香的校园中，威廉·奥斯勒爵士向耶鲁大学的学生发表了讲演。他对那些耶鲁大学的学生们说，像这样一个人，曾经在四所大学里当过教授，写过一本很受欢迎的书，似乎应该有“特殊的头脑”，其实不然。他的一些好朋友都说，他的脑筋其实是“普普通通”的。

那么，他成功的秘诀是什么呢？他认为是由于他生活在“一个完全独立的今天”里。

“一个完全独立的今天”，这句话是什么意思呢，在去耶鲁演讲的几个月前，他曾乘一艘很大的海轮横渡大西洋。他看见船长站在驾驶舱里按了一个按钮，在一阵机器运转的响声后，船的几个部分就立刻彼此隔绝开了——隔成几个防水的隔舱。奥斯勒博士对那些耶鲁的学生说：“你们每一个人的机制都要比那条大海轮精美得多，而且要走的航程也遥远得多。

我想奉劝诸位：你们也应该学会控制自己的一切。只有活在一个“完全独立的今天”中，才能在航行中确保安全。在驾驶舱中，你会发现那些大隔舱都各有用处。按下一个按钮。注意观察你生活中的每一个侧面，用铁门把过去隔断——隔断那些已经逝去的昨天；按下另一个按钮，用铁门把未来也隔断——隔断那些尚未诞生的明天。然后你就保险了——你拥有所有的今天……切断过去。埋葬已经逝去的过去，切断那些会把傻子引上死亡之路的昨天……明天的重担加上昨天的重担，必将成为今天的最大障碍。要把未来像过去那样紧紧地关在门外……未来就在于今天……从来不存在明天，人类得到拯救的日子就在现在。精力的浪费、精神的苦闷，都会紧紧伴随一个为未来担忧的人……那么，把船前船后的船舱都隔断吧。准备养成一个良好的习惯。生活在“完全独立的今天”里，奥斯勒博士是不是主张人们不用下功夫为明天做准备呢？不是，绝对不是。在那次讲演中，他接着说道，集中所有的智慧，所有的热诚，把今天的工作做得尽善尽美，这就是你迎接未来的最好方法。

奥斯勒爵士鼓励那些耶鲁大学的学生们在每天开始的时候，吟诵下面这句祝词：“在这一天我们将得到今天的面包。”

记住，这句祝词中仅仅要求今天的面包，并没有抱怨昨天我们吃的酸面包。也没有说：“噢，天哪，麦田里最近很干枯，我们可能又遇到一次旱灾。我们到秋天还能吃上面包吗？——或者，万一我失业了——那时我又怎样弄到面包呢？”

这句祝词告诉我们只可要求今天的面包，而且我们可能吃到的面包也只有今天的面包。

很久以前，一个一文不名的哲学家，流浪到一处贫瘠的乡村，那里的人们过着非常艰苦的生活。一天，一群人在山顶上聚集在他的身边。他说出了一段也许是有史以来引用最多的名言。这段话仅有30个字，却经历了几个世纪，世代地流传了下来：“不要为明天忧虑，因为明天自有明天的忧虑，一天的难处一天受就足够了。”

很多人都不相信耶稣的这句话“不要为明天忧虑”。他把它当做一种多余的忠告，把它看做东方的神秘之物。始终不肯相信。他们说：“我一定得为明无忧虑、我得为我的家庭保险。我得把钱存起来以备将来年纪大的时候用。我一定得为将来计划和准备。”

不错，这一切当然都必须要做。实际上，耶稣的那句话是300多年前翻译的。现在忧虑一词所代表的意义和当年詹姆斯王朝所代表的意义完全不同。300多年前，忧虑一词通常还有焦急的意思。新译《圣经》把耶稣的这句话译得更加准确：“别为明天着急”。

不错，一定要为明天着想，小心地考虑、计划和准备，可是不要担忧。

战时的军事领袖必须为将来谋划，可是他们绝不能有丝毫的焦虑。指挥美国海军的海军上将厄耐斯特·金恩说：“我把最好的装备都提供给最优秀的人员，再交给他们一些看起来很卓越的任务。我所能做的仅此而已。”

他又说：“如果一条船沉了，我无法把它捞起来。如果船一直下沉，我也无法