



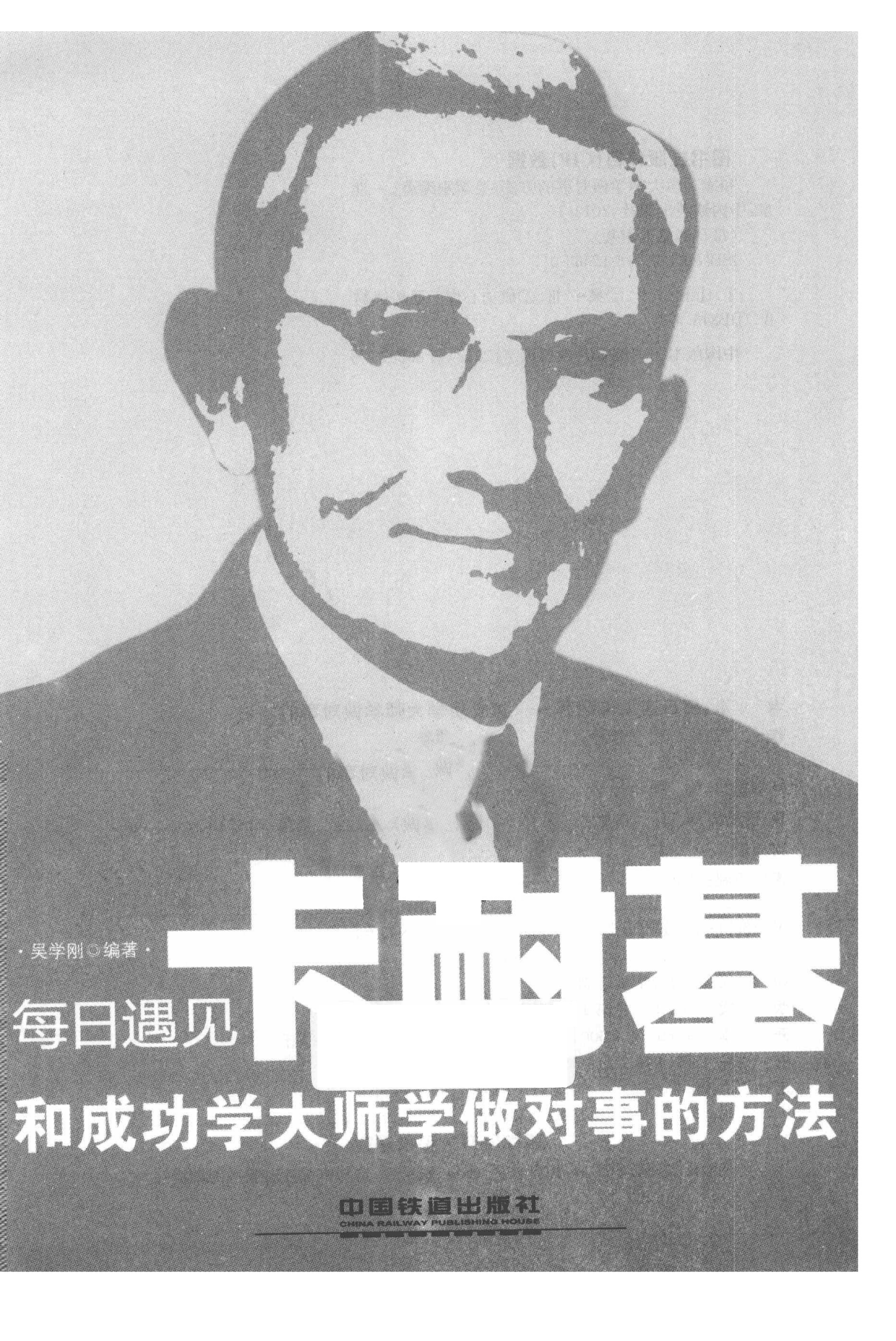
· 吴学刚 编著 ·

每日遇见

卡耐基

和成功学大师学做对事的方法

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE



卡耐基

· 吴学刚◎编著 ·

每日遇见

和成功学大师学做对事的方法

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

和成功学大师学做对事的方法/吴学刚编著. —北京:中国铁道出版社, 2013. 1

(每日遇见卡耐基)

ISBN 978-7-113-15565-0

I. ①和… II. ①吴… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 252076 号

书 名:每日遇见卡耐基——和成功学大师学做对事的方法

作 者:吴学刚 编著

策划编辑:靳 岭

责任编辑:靳 岭 李慧君 电话:010-51873457 电子信箱:wnx31@sohu.com

封面设计:王 岩

责任印制:赵星辰

出版发行:中国铁道出版社(100054,北京市西城区右安门西街8号)

网 址:<http://www.tdpress.com>

印 刷:三河市华丰印刷厂

版 次:2013年1月第1版 2013年1月第1次印刷

开 本:700 mm×1 000 mm 1/16 印张:13.5 字数:243 千

书 号:ISBN 978-7-113-15565-0

定 价:29.80 元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书,如有缺页、倒页、脱页者,请与本社读者服务部调换。

前言

戴尔·卡耐基是20世纪最伟大的成功学大师，“美国现代成人教育之父”。卡耐基的一生是经历坎坷而成功的。小时候，卡耐基住在乡间，每天要帮助家里挤牛奶、伐木、喂猪，晚上才能在煤油灯下刻苦学习。毕业后，卡耐基曾经替一家公司兜售咸肉、肥皂和脂油，在印第安人村落之间来回奔波。他学过表演，可是却无法从戏剧方面寻求发展；他尝试推销卡车，却因对机械不熟而以失败告终。这些不同的工作经历使他积累了丰富的生活经验。他不断地观察总结，形成了具有深刻智慧的哲学思想。他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，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。美国卡耐基成人教育机构、国际卡耐基成人教育机构和它们遍布世界各地的分支机构多达1700余家。在其中接受教育的不仅有明星、巨商、各界精英，也有军政要人、内阁成员，甚至还有几位总统。千千万万的人从卡耐基的成人教育中受益匪浅。

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。卡耐基的主要著作有《人性的弱点》《人性的优点》《人性的光辉》《美好的人生》《快乐的人生》《伟大的人物》《语言的突破》等。此外，卡耐基的门人亚瑟·裴尔博士所著的、阐释卡耐基学说的《积极的人生》，卡耐基夫人姚乐丝·卡耐基按照丈夫的哲学模式所著的《写给女孩的信》，卡耐基的妹妹朵乐蒂·卡耐基根据哥哥搜集的名言、警句所编的《智慧的锦囊》，构成了卡耐基做人处世教育的全部作品，它们不仅是卡耐基成人教育的教科书，也是趣味无穷的优秀读物。如今，世界各国几乎都有这些著作的译本。

自从卡耐基的著作问世以来，改变了千千万万人的命运。发明大王爱迪生、世纪伟人爱因斯坦、印度圣雄甘地、建筑业奇迹的创造者里维父子、旅馆业巨头希尔顿、麦当劳的创始人克洛克等，都深受卡耐基思想和观点的影响。卡耐基的思想具有极强的实用性和指导性，以及对社会各类人群和各个时代的适应性，随着时间的流逝，卡耐基的思想和见解并没有被时代所抛

弃;相反,在今天这个竞争激烈的社会,他的思想和洞见更加深刻和实用,对于人们更具有指导意义。

《每日遇见卡耐基》系列图书以精美的语句结合生动具体的事例,增强了文章的可读性和趣味性,从语言的突破、做对事的方法、办成事的方法等方面,生动而具体地阐释了卡耐基的成功学。衷心地希望本书能使读者加深对卡耐基成功学的了解,而且能从中找到适合自己做人、做事的方法,并总结出自己的人生经验,找到属于自己的成功之路。

目 录

第一章 认清方向做对事	001
成功从选定方向开始	002
不想当将军的士兵不是好士兵	004
一个好猎手的眼中只有猎物	006
选错了方向,就会与成功背道而驰	010
分段实现大目标	013
专注于自己的梦想	015
明确的目标会给人带来希望	017
榜样的力量是无穷的	019
为了理想可以做一些没把握的事	023
适合自己的目标更容易实现	025
把目光盯在远处	028

第二章 摆正心态做对事	031
乐观是我们心中的太阳	032
“放得下”是一种智慧	036
爱这个世界,你别无选择	039
“逆境”是最为严厉的老师	042

人要赢得起也要输得起 044
勇敢地抬起头,接纳自己 047
乐观还是悲观,取决于你的选择 050
培养快乐的习惯 052
在生活中培养乐观的心态 056

第三章 找对方法做对事 060

方法总比困难多 061
有条理有秩序地做事 064
如果不事先计划好,失败便是被计划好的 066
明年会发生什么事情,是可以预测的 071
找到自己的“富矿区” 076
“跟对人”是成功的关键 079
让自己不可替代 083
把握好进与退的尺度 085
一次只做一件事 087
众人拾柴火焰高 089

第四章 管好时间做对事 093

时间是挤出来的 094
把 24 小时变成 48 小时 097
从昨天的时间里走出来 0100
战胜懒惰,做时间的主人 102
珍惜时间就是珍惜生命 104
现在就做,不要明天再说 107
抓住时间这个贼 109
时间就是金钱 111

有效地利用每一分钟 115
按重要性办事,更能有效利用时间 117
把今天留住 119

第五章 打开思路做对事 124

抛弃你的“一根筋” 125
避免中规中矩的做事方法 128
每个人都有创造的能力 131
循规蹈矩只有死路一条 133
不能在一棵树上吊死 135
放弃旧的习惯和思维 137
“反其道而思之”更容易成功 139
想象力比知识更重要 141

第六章 抓住机会做对事 144

机会是成功之门 145
机不可失,时不再来 149
机遇是“创造”出来的 151
磨炼看准时机的眼力 155
机遇总是照顾那些“有心”人 158
先织好网,等待猎物到来 162
靠悟性登上机会的“快车” 165
凭勇气面对各种机遇 168
你不理机遇,机遇就不会理你 170

第七章 驾驭情绪做对事 174

仇恨就像一把双刃剑 175

控制自己,把握人生 178

情商的力量是巨大的 181

生气是健康的天敌 184

愤怒需要管理 187

学会扩大自己的心胸和气度 190

控制好喜怒哀乐 193

少一分嫉妒,多一分从容 197

不要让焦虑症害了你 200

挣脱束缚心灵的枷锁 204

第一章

认清方向做对事

我们不要看远方模糊的事情，要着手身边清晰的事物。

——成功学大师戴尔·卡耐基

成功从选定方向开始

成功金言

人生宛若一艘轮船,如果在大海中失去了方向而在海上打转,那么它很快就会把燃料用完,仍然到达不了岸边。事实上,它所用掉的燃料,足以使它往返于海岸好几次。

每个人都希望自己的人生有所作为,要想如愿以偿,首先应当确定方向。成功从选定方向开始,是方向指引我们踏出一条通往成功的路。

有句谚语说得好:“没有方向的船,永远没有彼岸。”人生重要的不是所站的位置,而是所朝的方向。方向比努力更重要,明确方向才能预约成功。

1926年,英国皇家学院院士肯莱文发现,在一个大沙漠中有一个叫比塞尔的小村庄,它紧靠一片绿洲,从这里走出沙漠只要三天时间,可是奇怪的是,这里却从来没有一个人走出沙漠。

肯莱文问那里的人,为什么不出去?得到的回答是:走不出去。原来他们尝试过多次,无论向哪个方向走,每次都是转回到原地来。肯莱文当然不信,他雇了一个叫阿古特儿的当地人,让他带路,走了一天,果然又回到了原地。

他由此弄清了他们走不出去的原因:他们不认识北斗星,在茫茫大漠里

没法准确地判断方向，所以他们走的路线实际上不是直线而是一条弧线。肯莱文告诉阿古特儿，你白天休息，晚上朝着那颗星的方向一直走，就能走出去了。后来，阿古特儿成了那里第一个走出沙漠的人。

在人生旅途中，也有这样的“沙漠”，很多人走不出去，是因为没有选定方向。若要改变命运，取得成功，除了需要一种勇于追求的顽强精神，还应该选定人生的方向。有了方向，就有了出发时的激情，就有了前进的动力，人生就有了意义；有了方向，就能赋予自己无穷的斗志，成功离我们也就不会太远。

人生如果不确定好理想的坐标，就不会有明确的奋斗方向。每个人都有自己的梦想，生活就是追逐梦想的过程。人要有自己的人生方向，从而沿着自己的目标前进。

居里夫人从年轻时的懵懂无知，到去巴黎追求学问，到为祖国而献身科学；周恩来从为中华之崛起而读书，到为中华崛起而斗争，到为中华崛起而工作；比尔·盖茨知道自己放弃大学的学业创建微软是最佳选择。他们的目标清晰坚定，人生的步伐稳健有力，因而他们的人生是成功的，有意义的。

不要一味羡慕别人的成功，这不是因为我们的命运没有别人好，而是取决于我们的人生目标是否明确和坚定。成功从选定目标开始，只要朝着一个方向努力，一切都会变得得心应手。

杨澜大学毕业后，从央视《正大综艺》的节目主持人起步。她最初的目标是做一个一流的电视制作人，同时兼做一名优秀的主持人。在央视工作期间，她成为一名受欢迎的主持人。

杨澜一直在为自己的目标努力着。1994年，她急流勇退，离开央视到美国哥伦比亚大学国际及公共事务学院攻读硕士，为自己充电。1998年，她加盟凤凰卫视，开创名人访谈类节目《杨澜工作室》，并担任制片人和主持人。2000年，她创办大中华区第一个以历史文化为主题的卫星频道阳光卫视。2004年，她创办女性访谈节目《天下女人》，并担任制片人和主持人。从主持人到制片人，杨澜的选择始终围绕着自己的人生目标。她成功了，成为人们认可的优秀主持人和一流的电视制作人。

一个人在成功之前,最佳的准备就是有一个清晰的方向。今天,在你生命的20年,或者是30年,40年,50年时,你是否应该认真地静下来想:我为什么活着?我的方向在哪里?我的定位到底是什么?

方向决定结果,没有方向就没有成功。平凡如我辈,芸芸众生,应该有一个人生方向。人生拥有了方向,我们会感到充实和富足,岁月更加温馨,生活的画卷绚丽缤纷,我们活出的便是清风朗月的美丽,我们的成长道路就会一片光明。

不想当将军的士兵不是好士兵

成功金言

有了目标,内心的力量才会找到归宿。漫无目标的漂荡终会迷路,这样,即使你心中有一座无价的金矿,因无开采的动力,只能等同于平凡的尘土。

拿破仑说:“不想当将军的士兵不是一个好士兵”。这句话告诉我们,人要有志向,志向决定着一个人努力和判断的方向,志向的大小决定人生的高度。

战国末期,李斯从一介布衣崛起成为大秦决定性人物,助秦王间六国、削重臣、夺军权、震宗室,何其辉煌。但改变了李斯一生,改变了中国历史进程的,却是一件偶然的小事,或者说应该是李斯不甘平庸的志向。

李斯青年时曾为郡中小吏,主管乡文书事宜。常常在厕所中见到老鼠辛辛苦苦地觅食,但得到的仍是污秽不堪的可怜的一点点食物,饥寒交迫,且又常受人和狗的惊扰,惶惶不可终日。再看粮仓中的老鼠,吃的是人囤积的好粮谷,住的是“高屋大厦”,而且没有人和狗的干扰,饱食终日,无忧无虑。于是李斯感叹说:“一个人有无出息就像这老鼠,在于能不能给自己找到一个优越的环境。”李斯由此觉悟,这对于他的一生取向具有决定性的意义。

后来，他投到当时大儒家荀卿名下，学习帝王之术。学成之后，他看到楚王胸无大志，不足与为谋；又看到六国相继日渐衰弱，无从建立号令天下之奇功。只有秦国，经历了秦孝公以来的六世，特别是秦昭王以后，已经奠定了雄踞于七国之首，可对诸侯国颐指气使、发号施令的政治、军事、经济基础，可望代替已名存实亡的周室而一统天下。

于是李斯对荀卿说：“秦王想吞并诸侯，一统天下，成就帝王大业，这是智谋之士奔走效力、建功成名的大好时机。处于卑贱的地位而不思有所作为、改变这种境遇的人，与禽兽无异。人的耻辱莫大于卑贱，悲哀莫甚于穷困。我将西行入秦，去为秦王出谋划策，建功立业。”

公元前250年，秦孝文王去世，太子子楚继位，也就是秦庄襄王。吕不韦当上了丞相，被封为文信侯。秦王政继位时年龄小，大权握在太后赵姬与丞相吕不韦手中。李斯投到吕不韦门下，一直勤勉谨慎，殚精竭虑，终于受到吕的青睐，被任为郎，从此参与政事。

后来，李斯有机会与秦王会面，得到秦王的支持。他软硬兼施，远交近攻，以武力为后盾，用金钱开路、执“连横”计劝诱六国中止同别国的“合纵”。不消几年，战果累累，李斯也借此被秦王尊为“客卿”，进入了秦国领导集团的核心。

一个人的志向决定了他个人的发展方向，他会沿着志向指定的方向做出自己的努力。志向是成功的向导，是生命奇迹的源泉，志向远大的人更容易成功。

当年，秦始皇南巡，仪仗万千威风凛凛。年轻的刘邦和项羽见到后，分别发出了“大丈夫生当如此”和“彼可取而代之”的慨叹，刘项二人后来果然成就了楚汉霸业。

秦末，陈胜在田间歇息的时候怅然叹息“苟富贵，无相忘”。此话遭到了同伴的讥笑，陈胜却说：“燕雀安知鸿鹄之志哉”。后来，陈胜成为抗击秦二世暴政的农民起义领袖。

年轻的诸葛亮躬耕于南阳时，曾自比于管仲、乐毅，后来出山辅助刘氏，最终实现了三分天下，匡复汉室的理想。

时势造英雄固然不假，但英雄年轻时肯定有超越常人的宏伟志向。伟

大的目标造就伟大的人物，志向渺小的人注定会走平庸的人生之路。胸无大志，焉能铸造辉煌的人生？

人要志向，不能庸庸碌碌，浑浑噩噩，让青春年华在琐屑而繁忙的生活中渐渐逝去，让意志在平淡无奇的日子里悄悄消磨。我们早一天告别平庸就多一份人生的精彩，迟一天就多一天平庸的困扰。

一个好猎手的眼中只有猎物

成功金言

设定明确的目标，是成功的出发点。很多人之所以失败，就是因为他们没有明确的目标，并且也从来没有踏出他们的第一步。

荀子有云：“锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂。”一个锁定目标、锲而不舍的人，定会成功，不仅是形式上的成功，更是实质上的成功。

也许有人会说，为什么同样有目标的人，有的人成功了，有的人却失败了。那是因为在为一件事做准备时，不但要制定明确的目标，更重要的是要始终专注于这个目标，不能因为其他事情的出现而分散自己的注意力。如果你今天想成为一名营销高手，明天想成为一名管理专家，后天又想成为一名出色的设计师。最终的结果只能是得不偿失，你的准备工作很可能前功尽弃。这样，显然无法把接下来本应该做得很好的工作完成得令人满意。请相信这样一句话：一个好猎手的眼中只有猎物。

在茫茫的大草原上，有一位猎人和三个儿子。这天老猎人要带三个儿子去草原上猎野兔。一切准备得当，四个人来到草原上，这时老猎人向三个儿子提出一个问题：“你们看到了什么？”

老大回答道：“我看到了我们手里的猎枪，草原上奔跑的野兔，还有一望无垠的草原。”

父亲摇摇头说：“不对。”

老二的回答是：“我看到了爸爸、大哥、弟弟、猎枪、野兔，还有茫茫无垠的草原。”

父亲又摇摇头说：“不对。”

老三的回答只有一句话：“我只看到了野兔。”

这时父亲才说：“你答对了。”

果然，这天老三打到的猎物最多。

目标要专一，不能游移不定。眼中只有猎物的老三能猎到最多猎物就是最好的佐证。但事实证明，大多数人都有一个共同的悲哀：他们今天抱有这样一个目标，明天就换成那样一个目标，后天又是一个新的目标，目标游移不定，最后一事无成。

目标游移不定，实际上是没有目标。他们的目标，那只能称为一种小打算。

有位年轻人，他下田用犁耕作时，由于没有经验，所以走得歪歪斜斜。他的父亲告诉他：“你应该选定一个目标，然后朝着目标走，这样就不会歪啦。”于是，他以远处的另一头牛作为目标，他想应该没有问题了，但是耕出来的田仍然不直。这时他父亲又说：“第一次是你缺乏目标，所以不直。第二次是错在选了移动的目标，当然就会走歪，所以，你应该找一个固定的目标，并且要看准这个目标才行。”第三次，他选择了远方的一棵树作为目标，果然犁出来的田直直的。

如果目标游移不定，实际上就是三心二意，这不但会消耗精力，而且也浪费青春，最终竹篮打水一场空。一位女大学生诉说她的苦恼：第一次高考，她考上了华东师范大学，学校虽不错，可对专业没兴趣，不到一年她退了学，她想复读再考复旦大学。第二次，她虽然考上了大学，可不是复旦，而是一所普通大学，这次虽然专业不错，可她又认为这个学校没名气，太差了，她又想退学再考，母亲知道后坚决不同意她退学，为此，她感到苦恼。

这个事例说明了一点，做事必须设定一个固定目标，这个目标必须是清

晰而切实可行的，而不是虚无缥缈的。目标一旦确定，就要付诸行动，并执着地为之追求。

“周杰伦”这三个字在很多年轻人心目中已经成为一种信仰，现在的他，游走在自己的音乐世界里，尽情地挥洒着自己的音乐才华，他的“酷”和特立独行已经成为一种时尚的标志。殊不知，在成功的背后，周杰伦也付出过沉重的代价。

在周杰伦的少年时代，他遭受了家庭的变故（父母离婚），给他的心灵留下了很深的创伤。妈妈独立把他养大，还培养他学习钢琴。中学毕业后，因为家境不佳不得不去当侍应生，后来，因为参加电视台的一个选秀新人的节目，才被台湾著名艺人吴宗宪发掘去他的唱片公司发展。一开始，周杰伦创作了很多歌曲，吴宗宪把这些歌曲推荐给了张惠妹、刘德华等歌手演唱，但是这些歌手对之不屑一顾。他一次次地面对着冰冷的墙壁发呆，想象着自己落魄的样子。但是即使这样，他回想着一路成长中的种种艰辛，那些嘲笑和白眼，他知道，梦想是真的一直留存在他的心里，他发誓，一定要坚持自己的音乐梦想，坚定地走下去。梦想已然成为他的一种信仰，不能终止的灵魂追求。终于，在背水一战之后，周杰伦自己作词作曲的第一张专辑《杰伦》一上市便被抢购一空，他成功了。

我们在坚持梦想的道路上，或许都曾遭受过或者将会继续遭受很多的白眼和嘲弄。我们会一遍遍地询问自己：我真的可以吗？这时候，要学习周杰伦的精神，继续走下去。嘲弄我们的人最终看到的或许只能是我们成功的潇洒背影。

史铁生是中国当代的著名作家，他在 20 岁的花季年龄却遭受了人生最沉痛的打击——双腿萎缩，余生要与轮椅为伴了。年轻气盛的他，当时根本无法接受这一现实，他长时间地在地坛公园里坐着轮椅发呆。他观察着地坛里万物的生长，看到一只蚂蚁都在忙碌着自己的工作。而自己呢？从此以后只会是一个废人了，一个百无一用的废人。他连写作的勇气都没有了。他绝望痛苦，感觉着周围人那些冷冷的目光，想着关心自己的母亲，觉得自己凄惨无比。然而，也是在与地坛的相处中，他发现了自然万物的生长规