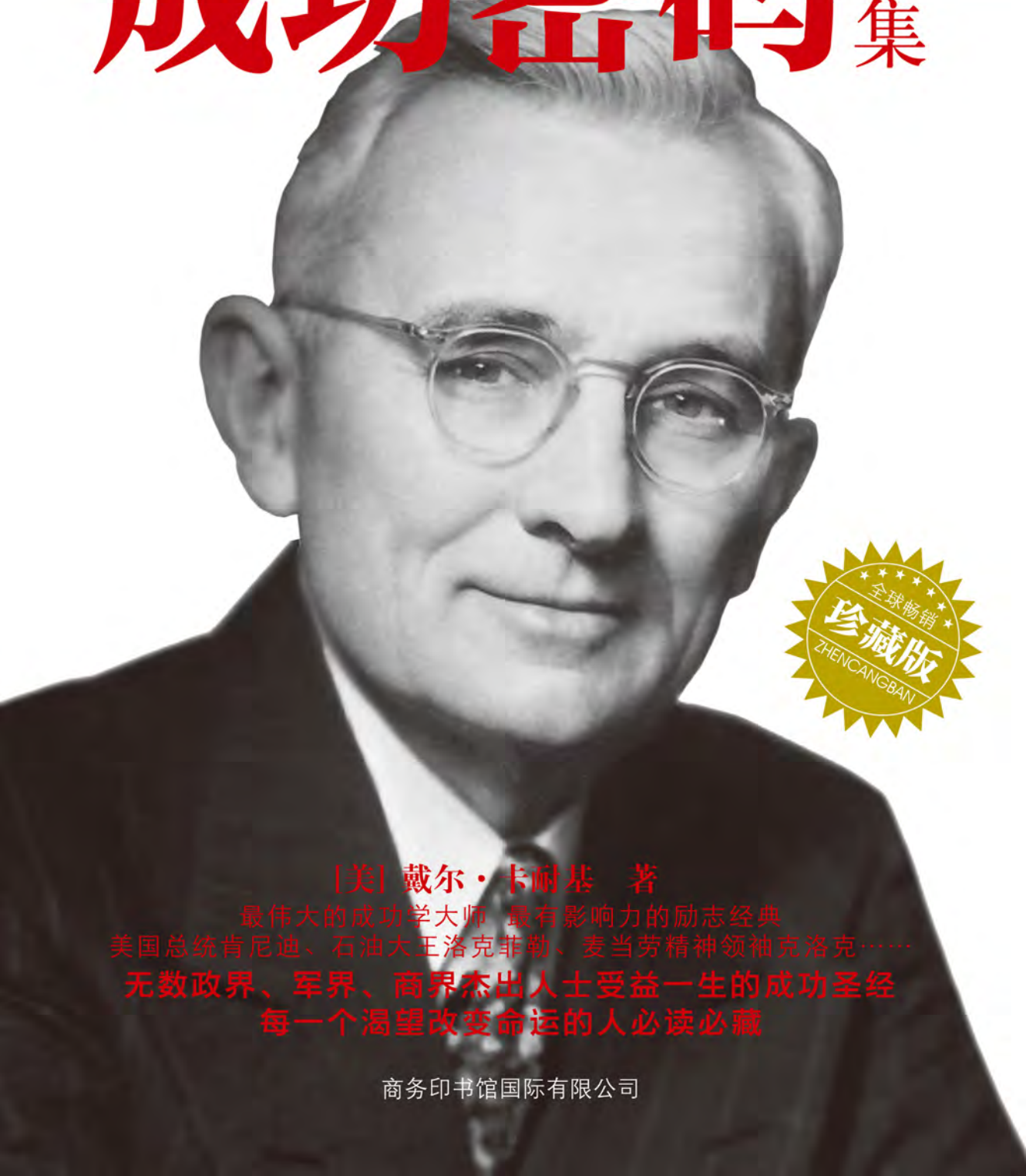


卡耐基写给年轻人的 成功密码全集



[美] 戴尔·卡耐基 著

最伟大的成功学大师 最有影响力的励志经典

美国总统肯尼迪、石油大王洛克菲勒、麦当劳精神领袖克洛克……

无数政界、军界、商界杰出人士受益一生的成功圣经

每一个渴望改变命运的人必读必藏

商务印书馆国际有限公司

改变亿万人命运的成功圣经

戴尔·卡耐基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，开创并发展了一套独特的成人教育方式，使千千万万的人从中获益匪浅。

在长期的工作实践中，卡耐基接触到来自社会各个阶层的年轻人。他们向他讲述了自己奋斗过程中的各种际遇。通过对处于人生攀爬期的二三十岁人群的自身境况、人生愿望、生活困惑的研究，卡耐基对年轻人如何取得成功提出了精辟的见解。

本书是卡耐基专门写给年轻人的成功指南，包括：目标规划、工作习惯、效能管理、机遇掌控、竞争法则、人脉密码、说话之道、领导艺术、财富积累、心态修炼……卡耐基把个人成功的关键技巧传授给了每一个向往成功的人。这已经成为奋斗者迈向成功的阶梯，无数人由此改变了他们的命运。

图书在版编目 (CIP) 数据

卡耐基写给年轻人的成功密码全集 / (美) 戴尔·卡耐基著 ;
张笑恒编译 . — 北京 : 商务印书馆国际有限公司 , 2012.1

ISBN 978-7-80103-799-2

I . ①卡… II . ①卡… ②张… III . ①成功心理—青年读物
IV . ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 260680 号

卡耐基写给年轻人的成功密码全集

著 者 戴尔·卡耐基

编 译 张笑恒

出版发行 商务印书馆国际有限公司

地 址 北京市东城区史家胡同甲 24 号 (100010)

电 话 010 — 65592876 (总编室) 010 — 65227580 (编辑部)
010 — 65598498 (市场营销部)

网 址 www.cpi1993.com

经 销 全国新华书店

印 刷 北京佳信达欣艺术印刷有限公司

开 本 710mm × 1000mm 1/16

字 数 220 千字

印 张 23

版 次 2012 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-80103-799-2

定 价 35.00 元

版权所有·违者必究

如有印刷质量问题, 请与我公司联系调换。

前言

Preface

戴尔·卡耐基，被誉为 20 世纪最伟大的成功学大师和心灵导师，是美国现代成人教育之父。《纽约时报》曾评价他：“除了自由女神，卡耐基或许就是美国的象征。”

早在 20 世纪上半叶，当经济不景气、战争等梦魇正困扰人类时，卡耐基先生以他对人性的洞察，结合大量普通人取得成功的事例，以演讲和论著的形式唤起了无数迷惘者的斗志。

在全球五大洲的 50 多个国家里，各种卡耐基成人教育机构多达 2000 多所，造就了千万余众的毕业生；他在实践基础上撰写而成的著作深受广大读者欢迎，被翻译成几十种文字流传于世界各地，是 20 世纪最畅销的成功励志经典。从总统到内阁大臣，从各界名流到普通百姓，千千万万的人受到卡耐基思想的鼓舞，重新找到自我，从而改变了命运。

美国第 35 任总统约翰·F·肯尼迪说：“由卡耐基开创并倡导的个人成功学，已经成为这个时代有志青年迈向成功的阶梯，通过它的传播，无数人明白了积极生活的意义，并由此改变了他们的命运。我认为，没有任何东西比卡耐基的书更值得推荐给想要改变自己命运的年轻人。”

关于“梦想”，卡耐基告诉我们：爱做梦的年轻人，勇于向梦想前进的年轻人，运气一定不会差。毕竟世界如此之大，我们每个人都可能拥有自己所不了解的能力和机会，都有可能做到未曾梦想的事情。

关于“赢”，卡耐基在面对生活中的挑战时，时常用这样一句话来提醒自己：“我想赢，我一定能赢，结果我又赢了。”事实上很多时候，生

活并不是仅仅青睐那些更坚强的人，而是给予那些相信自己，并且肯定自己的人更多获胜的希望。

关于“思想”，卡耐基欣赏罗马皇帝，也是伟大的哲学家马卡斯·奥里欧斯的一句话——这也是决定人类命运的一句话：“思想决定一生。”如果思想是快乐的，我们当然就是快乐的。如果脑子里想得凄惨，我们就会凄惨。有恐惧的想法，我们就会心生恐惧。病态的思想真的会令人生病。如果想到失败，我们就注定要失败。想着自怜，人人都避之唯恐不及。

关于“本领”，卡耐基有一段著名的论断：一个人事业上的成功，只有15%是由于他的专业技术，另外的85%要依赖人际关系、处世技巧。软与硬是相对而言的。专业的技术是硬本领，善于处理人际关系的交际本领则是软本领。

关于“人际关系”，卡耐基给出了三大原则：第一大原则，不要过分批评、责备别人；第二大原则，看到别人的优点，真诚地赞美对方；第三大原则，满足别人内心强烈渴望的需求。

关于“逆境”，卡耐基开导大家：我们若已接受最坏的，就再没有什么损失。又鼓励年轻人：人在身处逆境时，适应环境的能力实在惊人。人可以忍受不幸，也可以战胜不幸，因为人有着惊人的潜力，只要立志发挥它，就一定能渡过难关。

.....

在卡耐基逝世后的半个多世纪里，他的这些成功学智慧传遍了世界各地，人们不断从他所教授的生活理论、原则和方法中汲取智慧的精华。成功没有捷径，但一定有方法。卡耐基的成功法则值得每个人细细品读。

本书汇集了卡耐基的思想精华和最激动人心的内容，是卡耐基最成功的励志经典。无数读者通过阅读和实践书中介绍的各种方法，不仅走出困境，有的还成为世人仰慕的杰出人士。只要不断研读本书，相信你也可以发掘自己的无穷潜力，创造辉煌的人生。

目录

Contents

第1章

目标至上，人生比盖楼更需要规划

先有梦想，后有成功.....	002
目标的精彩预示生命的精彩.....	005
将全年总支出的 10 倍列为你的财富目标.....	008
把目标变成“沙盘演练”	011
制定目标的六个步骤.....	014
每次只走一英里，梦想太大对成功无益.....	017
带上你的职业地图，远离职场倦怠	020
不断修正和翻新你的人生计划	023

第2章

孕育野心，只有想赢才能赢

心中想赢，才一定能赢.....	028
如果不爱钱，就不能成为巨富	031
富豪赚钱的秘密——拥有热情	034
平凡只是因为 99% 的潜能未被利用.....	037

孕育可敬的野心	040
敢于成功，才能成功.....	043
唤醒潜意识优势，发挥巨大的创造力.....	046
梦想需要激情，更需要持久的热情	049

第3章

立即行动，一千个想法不如一个做法

行动，而不是犹豫	054
剪掉意念里的枝枝蔓蔓.....	057
退掉摇椅，忙碌起来.....	060
如果你知道挣钱的方法，请现在就实施.....	063
双手插兜的人，永远爬不上成功的梯子.....	066
话说千遍，不如多走一步	069
从实际行动中受益	072
成事在勤，谋事忌惰.....	075

第4章

圆融社交，可靠的人脉等于可靠的命脉

成功 15% 靠专业知识，85% 靠人际关系	080
如果你要采蜜，千万不要弄翻蜂巢	083
勿轻视任何人，每个人都有值得敬佩之处.....	086
对别人无限地感兴趣.....	089
想钓到鱼，就要问问鱼喜欢吃什么	092
想赢得好感，就请适时地称赞对方一下.....	095
与人争论，你永远不会成为赢家	098
练就“关照”他人而不做作的功夫	101

第5章

说话之道，让更多人愿意支持你

使对方一开始就说“是”	106
激发对方高尚的动机.....	109
生动地表达你的想法.....	112
激起对方超越他人的欲望.....	115
幽默更易换来认同	118
把你的意见变成对方的.....	121
人人都喜欢的诉求	124
别将自己的意见强加于人.....	127

第6章

创造机遇，把不可能都变成可能

软弱的人等待机会，坚强的人制造机会.....	132
穷人都能当总统，你凭什么说“没机会”	135
机会之神稍纵即逝	138
只有勤勉，才能将机会点石成金	141
坚毅的人总会出头	144
留心身边的小事，机遇往往蕴藏其中.....	147
无能与名利，完全由你自己选择	150

第7章

积累财富，为什么工作很久存款还是零

存钱是致富的基本方法之一	154
从小事做起，是拥有财富的一个重要途径.....	157

比“能力薪”更重要的是“脑力薪” 160

做正确的事而非正确地做事 163

付出越多，回报才越大..... 166

投资是获取财富的捷径..... 169

紧随财富的尾巴 172

第8章

聪明工作，培养高效能的工作习惯

养成好习惯，合理支配有限的时间 176

埋头苦干，也要勇于表现自己 179

领会上司的意图，工作就能事半功倍..... 182

执行力决定工作效率..... 185

让热忱为效率服务 188

休息不好必定工作不好..... 191

把乐趣带到工作中去..... 194

第9章

不惧挫折，跌倒后站不起来才失败

困难并非意味着不幸..... 198

将困境中的不利因素转化为成功的动力..... 201

在逆境中依旧保持微笑..... 204

不计损失，要算收获..... 207

品味困境中的芳香 210

把上一次失去当作下一次得到的起点..... 213

光泽源于挫折的磨砺..... 216

第10章

忽略背景，无法改变出身但可以改变命运

越是出身贫寒，越是要努力奋斗	220
改变自己，才能掌控生活和世界	223
如果有个柠檬，就做柠檬水	226
不自信源于对自己不满意	229
坚持，再坚持	232
将命运揉捏成你最喜欢的样子	235

第11章

掌控自己，进退自如方能从容向前

不能自控就只能受控	240
培养自制能力，“自制七个C”方案	243
江山易改，本性难移也要移	246
去做你害怕的事，直到你克服恐惧心理	249
你最大的敌人是自己	252
你的时间在哪里，你的成就就在哪里	255
人生最大的财富就是时间	258

第12章

正面暗示，激发沉睡已久的潜能

没有人会瞧得起一个垂头丧气的人	262
坦然面对失去与痛苦，能让我们收获更多	265
快乐地做无趣的工作，你会得到意外的收获	268
以成功者为“镜”，可挖掘出自身潜能	271

成功孕育着成功 274

保持足够的信心，你就能驾驭成功的马车 277

镇定地改善最糟糕的状况 280

第13章

战胜忧虑，生活并不像你想的那么糟

清除忧虑的“万能公式” 284

工作上的忧虑是什么 287

平均率可以战胜忧虑 290

不要“锯木屑” 293

不为失眠而忧虑 296

第14章

领导艺术，成功者不可或缺的素质

委婉地暗示对方的错误 300

责怪他人之前，先谈谈自己的错误 303

称赞比惩罚更容易赢得合作 306

真心诚意地关心他人 309

给人一个美名让他去保全 312

你对下属的态度，决定他们工作的成效 315

第15章

善于合作，别单单依靠自己的力量

合作是成功的快捷方式 320

互利共享，把双赢作为合作的最大目的..... 323

想赢得合作，先把肩膀借给别人 326

没有优秀的个人，只有优秀的组织 329

让他人主动与你合作的秘诀 332

彼此包容才能长久合作..... 335

第 16 章

完善自己，成功就是每天进步一点点

35 岁以前学会你行业中必要的一切知识..... 340

突破自我设限 343

每天淘汰你自己 346

太相信书的人，永远只能为别人工作..... 349

向伟大的人物学习 352

第 1 章

目标至上，人生比盖楼更需要规划

- ◎先有梦想，后有成功
- ◎目标的精彩预示生命的精彩
- ◎将全年总支出的 10 倍列为你的财富目标
- ◎把目标变成“沙盘演练”
- ◎制定目标的六个步骤
- ◎每次只走一英里，梦想太大对成功无益
- ◎带上你的职业地图，远离职场倦怠
- ◎不断修正和翻新你的人生计划

先有梦想，后有成功

一个人一旦给自己定好了位，有了明确的奋斗目标，也就产生了前进的动力。很多时候，一个好的定位不仅是一个奋斗的方向，而且是对自己的鞭策。有了目标，就有了热情；有了积极性，也就有了使命感和成就感。

在一次教授如何激励人生的拓展课上，我与学员们曾讨论过关于梦想的实质性问题。我清楚地记得我对学员们说，爱做梦的年轻人，勇于向梦想前进的年轻人，运气一定不会差。毕竟世界如此之大，我们每个人都可能拥有自己所不了解的能力和机会，都有可能做到未曾梦想的事情。

一个没有梦想的年轻人，人生就如永远茫然的空洞。因为他们不知为了什么而活，整日如同行尸走肉一般，痴痴呆呆过完一生，一辈子都处于一种虚无缥缈的梦游状态。这样的人生不仅淡而无味，而且跟未来的绚烂人生丝毫沾不上边。

当我还处在创造未来人生的起始阶段时，曾经从事过很多的职业，也做过很多不同的工作。我记忆中最深的便是从事推销货车的这个工作，尽管我曾努力表示要做好这份工作，可是几个月过后，我发现，那些诸如发动机、车油和部件设计之类的机械知识，无论怎么学都无法再次激起我的兴趣，反而令我深感厌倦和疲惫。

当我躺在床上，越来越多的烦恼困扰住我时，我不由地想起了一个古老的传说。据传，西班牙的宗教审判惯用一种刑罚拷问罪犯，他们将囚犯的手脚固定缚紧，然后在头部上端吊一个会滴漏的水袋，“嗒—

嗒一嗒一”如此昼夜不停地滴着，久而久之，在囚犯听来，那落在头上的水滴声犹如槌击一般尖锐响亮，听久了，将会使人发狂。

我突然不禁自问：“我日夜忧虑，难道不正是给自己的头顶上悬挂着滴水的水袋吗？”想到此处，就连我自己都开始忍不住毛骨悚然起来，我迅速从床上跃起，在朦胧的灯光下，画出了自己的人生蓝图。我记得，我在那张白纸上写下了这样几个命题：

1. 用铁墙把过去和未来关闭，生活在“今天”的框框中。
2. 令我烦恼、忧郁的问题是什么？有何对应之策？怎么做？
3. 如果我把忧虑的时间用来寻找事实，那么我会得到什么？我的梦想呢？

我脑海中翻腾出许多想法，我手中的笔也无法停止，我不停地写画，我知道自己的心在接受所面临的既成事实，而且正用许许多多的方法在自我分析追问和回答解除心头的忧郁。在周围一片静寂的夜色中，我静心观察自我，直到破晓的时刻，我终于找出了自身的缺点及症结所在，一线曙光在我心头照亮！

在浩瀚的人生长河中，我们每个人都如同一艘航船，而梦想就像是目的地那安宁旖旎的港湾，让我们无时无刻不充满动力和希望扬帆向往。如若我们丢掉了心中的港湾，那么就只能漫无目的地在浩渺的大海中成为黯淡无奇的零星一点。因为没有梦想的人生无异于白日梦游，时间如白驹过隙，到了生命的尽头，你才会悲哀地发现，原来自己的一生不过是一个没有目标的幻象。

我曾记得美国总统威尔逊说过这样一句话：“我们因为有梦想而伟大，所有的伟人都是梦想家，他们在春天的和风里，或是冬夜的炉火边做梦。有些人听凭自己的伟大梦想枯萎凋谢，但也有人灌溉呵护梦想，在艰难困苦的日子里精心培育梦想，直到有一天得见天日。”看来，一个人只有确立了前进的目标，才会最大可能地发挥自己的潜力，主宰自己的命运。

1952年的《生活》杂志曾登载了约翰·戈德的故事。

戈德15岁时，偶然地听到年迈的祖母非常感慨地说：“如果我年轻的时候能多尝试一些事情就好了。”戈德受到很大的震动，决心自己绝不能到老了也有像老祖母一样有无法挽回的遗憾。于是，他立刻坐下来，详细地列出了自己这一生要做的事情，并称之为“约翰·戈德

的梦想清单”。

他总共写下了 127 项详细明确的目标。里面包括了 10 条想要探险的河，17 座要征服的高山；他甚至要走遍世界上每一个国家，还想要学开飞机、学骑马；他甚至要读完《圣经》，读完柏拉图、亚里士多德、狄更斯、莎士比亚等十多位大学问家的经典著作；他的梦想中还要乘坐潜艇、弹钢琴、读完《大英百科全书》；当然，还有重要的一项——结婚生子。

戈德每天都要看几次这份“梦想清单”，他把整份单子牢牢地记在心里，并且倒背如流。

戈德的这些目标，即使从半个多世纪后的今天来看，仍然是壮丽且不可企及的。但他究竟完成得怎么样呢？

在戈德去世的时候，他已环游世界四次，实现了 127 个目标中的 103 项。他以一生的设想并且完成的目标，述说他人生的精彩和成就，并且照亮了这个世界：人生因梦想而伟大！

一个人一旦给自己定好了位，有了明确的奋斗目标，也就产生了前进的动力。很多时候，一个好的定位不仅是一个奋斗的方向，而且是对自己的鞭策。有了目标，就有了热情；有了积极性，也就有了使命感和成就感。

请不妨观察一下你的四周，你会发现，不管是作家、思想家、文学家、艺术家，还是企业家等等，他们都是因为先拥有了梦想，给了自己人生一个支撑的点，才逐渐走向成功的。

年轻人一定要有一个梦想，哪怕这个梦想看起来很远很远，但我们要朝着这个方向走下去，并一步步接近它，这样的人生才充实，不管结果是不是很好，但最起码我们曾经心生希望并为之奋斗过。因此，让自己忙碌起来吧，朝着梦想的方向前进，这样才能拥有一个美好的未来。

目标的精彩预示生命的精彩

每一个年轻人只有有了目标，并且坚持为之奋斗，才会下定决心攻占事业高地。当然，在人生的每一个过程中，我们还必须清楚地了解到自己究竟想要什么，想为什么而奋斗付出。因为如果总是用一副不知所措的态度来对待人生，那么终究将在混沌中碌碌无为，终其一生都无法为自己找到一条光明精彩之路。因此，人生目标的设定一定要清晰、透亮。

005

世界著名的潜能激发大师——美国的安东尼·罗宾先生有个“必定成功公式”。这条公式的第一步是要知道你所追求的，也就是要有明确的目标。第二步就是要知道该怎么去做，否则你只是在做构想，应立即采取最有可能达到目标的做法。

每一个渴望成功的人，都会给自己的未来择取一个美好且具有实际方向性的精彩目标。因为计划梦想必须要贴合实际，这样才能有达成的可能。通常情况下，预定目标的方向和准确性，往往预示着我们人生轨道的精彩。

有一次，我碰见了一位前来买车的老人，这位老人斑白的头发很显然已经向旁人昭示出其年纪已大，基于此，我对这位老人前来买车的冲动起了不小的的好奇心。当我又将那套固定不变的“车经”搬出说给这位老人听时，这位老人看上去却貌似并不怎么感兴趣：“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。密斯特尔斯和威廉·派克尔德和我一样在念中学……”

第1章
目标至上，
人生比盖楼更需要规划