

·卡耐基写给年轻人·

99%的人都不懂的 社交技巧

(美) 卡耐基 / 著 夏成学 / 编译



20世纪最伟大的成功学大师卡耐基智慧精华集萃
卓越、实用的人际关系学读本

囊括处世、交际、说服他人等各个方面的沟通技巧
成功者竞相效法，成千上万人终身受益

古吴轩出版社

中国·苏州



·卡耐基写给年轻人·

99% 的人
都不懂的
社交技巧

美·卡耐基 / 著 夏晓 / 编译

古吴轩出版社

中国·苏州

图书在版编目 (CIP) 数据

卡耐基写给年轻人：99%的人都不懂的社交技巧 / (美) 卡耐基著；夏成学编译. — 苏州：古吴轩出版社，2014. 5

ISBN 978-7-5546-0235-5

I. ①卡… II. ①卡… ②夏… III. ①心理交往—青年读物 ②心理交往—少年读物 IV. ①C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 044082 号

责任编辑：王 琦

见习编辑：徐小良

策 划：郑雅玲

封面设计：嫁衣工舍

书 名：卡耐基写给年轻人：99%的人都不懂的社交技巧

著 者：〔美〕卡耐基

编 译：夏成学

出版发行：古吴轩出版社

地址：苏州市十梓街458号

邮编：215006

Http://www.guwuxuancbs.com E-mail: gwxcbs@126.com

电话：0512-65233679

传真：0512-65220750

出 版 人：钱经纬

经 销：新华书店

印 刷：三河市兴达印务有限公司

开 本：880×1260 1/32

印 张：8.75

版 次：2014年5月第1版 第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5546-0235-5

定 价：32.80元



Part 1

收获好人缘，你需要了解人性

“无效”的批评 / 003

世上最有效的“钓人术” / 009

可以影响他人的有效方法 / 016



Part 2

提升好感度，成为“人际磁铁”的秘诀

小狗迪贝的启示 / 033

一种给人良好印象的简单方法 / 044

记住五万人的名字 / 050

成为健谈者的简单方法 / 057

虏获23颗芳心的男人的撒手锏 / 065

让人一下子喜欢上你 / 069

第一时间承认错误 / 078

把夸耀的机会让给对方 / 085

制造好感的咒语 / 091

以礼相待，是与爱人相处融洽的关键 / 098

点“人”成金，赞赏引发的奇迹 / 105

温言软语，批评只会摧毁完美的家庭 / 119



Part 3

获得合作，说服他人的秘诀

- 勿逞一时口舌之快 / 133
- 征服挑剔者的万灵丹 / 142
- 苏格拉底的常胜辩论术 / 150
- 如何成为最伟大的推销员 / 155
- 激发高尚的动机 / 160
- 挑战是最伟大的激励 / 166
- 如果必须挑错，你得这样挑 / 170
- 要想有面子，必须给人留面子 / 179
- 创造奇迹的信件 / 182
- 改变男人的女人 / 191



Part 4

在交往中获得幸福的哲学

- 如何获得爱、友情和美好的时光 / 201
- 让忧虑到此为止 / 208
- 赶走忧虑，让脸上的皱纹消失 / 214
- 友谊是要经过努力才能获得的 / 220
- 仇恨的代价惨重 / 225
- 当别人忘恩负义时不要悲伤 / 234
- 被一天治愈的忧郁症 / 242
- 没有人会去踢一只死狗 / 257
- 如何使批评不能伤害你 / 261
- 承认自己做过的傻事 / 266

Part 1

收获好人缘，
你需要了解人性



“无效”的批评

批评是一种危险的导火索——一种会引爆自尊的火药库的导火索。这种爆炸，有时会置人于死地。的确有这样的例子：胡特将军受到人们的批评之后，又不被允许带兵去法国，这对他的自尊造成沉重的打击，几乎缩短了他的寿命。苛刻的批评使敏感的哈代——一位英国文坛上优秀的小说家——永远失去了执笔写作的勇气。

1931年5月7日，纽约市民目睹了一场惊心动魄的抓捕事件！被抓捕对象是个烟酒不沾的罪犯，人称“双枪”克劳雷。他被包围在西末街他情人的公寓里。

150名警察将这座公寓的顶层围得密不透风。他们在房顶凿出一个洞，试图用催泪毒气迫使克劳雷来自首。附近的建筑物上都架起了机枪严阵以待，在长达一个多小时的对峙之后，刺耳的子弹声打破了这个小区原本的静谧。克劳雷躲在一堆堆满杂物的椅子后面，



手握短枪向警察们还击。纽约成千上万的市民站在公寓的附近观看这一幕，这是他们从未见过的。

克劳雷最终还是被捕了，一个叫罗马南的警官说：“克劳雷是纽约治安史上最危险的一个罪犯。他杀人如麻，应该被处以死刑！”

然而，克劳雷对自己是如何判定的呢？当警察围攻他藏身的公寓时，克劳雷写了一封公开信，因受伤流血，那封信上留下了他的斑斑血迹！信中写道：“在我的衣服里面有一颗疲惫的心——它是一颗仁慈的、不愿意伤害任何人的心。”

此事发生前不久，克劳雷驾车行驶在长岛的一条公路上，跟身边的女伴调情。这时迎面走来一个警察，来到他已停靠在路边的汽车旁，说：“先生，请出示一下你的驾驶证。”

克劳雷二话不说便拔出手枪，朝着那名警察连开数枪，警察当场倒地身亡。随后克劳雷从汽车中跳出来，夺过警察的手枪朝着他的尸体又补了一枪。这就是克劳雷所说的：“在我的衣服里面有一颗疲惫的心——它是一颗仁慈的、不愿意伤害任何人的心。”

克劳雷被判处死刑。在他走进受刑室时，人们认为他会说：“这是我作恶的下场。”事实上，他却说：“我是为了保护自己才这样做。”

克劳雷恶行累累被绳之以法后却没有丝毫忏悔的意思。

这是罪犯中常有的一种心态吗？如果你是这样想的，那么再看看下面这段话：

“我将一生中最美好的时光献给了人们，让他们生活得幸福愉悦，过上舒服的日子，而我，得到的只有侮辱，成了一个逃犯。”



这是卡邦所说的话。作为美国第一公敌，他在芝加哥一带为非作歹，是个作恶多端的匪首。可他却认为自己是个对人们有益的人——一个未受表彰而被误会的人。

休士在纽约遭枪击之前也有过这样的表示。在接受新闻记者采访时，他说他是一个为人民服务的人。事实上，他是个罪大恶极的歹徒。

我曾经与星星监狱的负责人华赖·劳斯有过一次很有趣的通信。在信中，他告诉我：“在星星监狱，很少有犯人承认自己是个坏人，他们具有与一般人相同的习性，他们坚执己见。他们会对你说，自己为什么要撬开保险箱，或是接连开枪伤害他人，甚至会为自己反社会的行为做辩护。他们认为自己不应该被囚禁。”

这样看来卡邦、“双枪”克劳雷、休士和监狱中的暴徒们都具有死不悔改、从不将责任归咎于自身的特质。那么，你我所接触的身边的人又是怎样的呢？

已故的华纳梅格有一次公开承认：“早在30年前我就明白，责备他人是件非常愚蠢的事情，就算我不埋怨上帝未将智能平均分配，也对克制自己的缺点深感吃力。”

华纳梅格很早就懂得这一点，而我却是在这个世间度过了漫长的30多个春秋后才幡然醒悟：100次中有99次，没有人会为任何一件错事而做自我批评，不管错到什么程度。

批评是毫无用处的，批评只会使人极力为自己辩解。批评也是危险的，它会伤害一个人的自尊和自重，从而激起他对对方的反抗。

因此唠叨埋怨的父母不会得到孩子的尊重，喋喋不休的妻子只会令丈夫厌恶，怒斥喝骂的老板得不到好员工。

在德国军队里，士兵们在做错某件事后，不允许立即申诉。即使晚上休息，他们也必须怀着满腹牢骚睡觉。假使他们即刻申诉，便会受到处罚。在我们的日常生活之中，好像也需要这样一个规矩来阻止那些喋喋不休地从鸡蛋里挑骨头的讨厌家伙。

在美国历史上，“无效”批评的例子随处可见。罗斯福和塔夫特总统之间曾有一场著名的争论。这场争论使美国共和党内部分裂，从而使威尔逊入主白宫，进而在第一次世界大战中留下了光辉的事迹，并由此改变了美国历史的趋势。

1909年，美国第26届总统西奥多·罗斯福卸任，高高兴兴地去非洲狩猎狮子去了。塔夫特成为第27届美国总统。但是当罗斯福从非洲狩猎狮子回来的时候，他发现国家的情形发生了改变。罗斯福指责塔夫特顽固守旧，并脱离共和党，组织了“勃尔摩斯党”再次参选总统。这一举动差点使共和党走向毁灭。在那次选举上，塔夫特和共和党只赢得了两个州的支持，此次事件成为共和党最大的败笔。

罗斯福对塔夫特的所有批评，并没有使塔夫特意识到自己的过错，反而使塔夫特极力为自己辩解。当时塔夫特眼含热泪说：“我不知道还能做些什么，才能与以往有所不同。”或许当年的罗斯福总统一开始就不应该认为自己对塔夫特的指责会收到任何成效。

还有人记得铁泡脱－顿姆的煤油舞弊案吗？它使舆论怨愤了好



几年，轰动了全美！

当时，美国的内政部长哈尔信脱·福尔受哈丁总统指示，负责政府在埃尔克山的铁泡脱油田保留地出租一事。那块油田是政府给未来海军用油预备的保留地。

福尔没有公开招标，他把这份利润丰厚的合约直接给了他的朋友图海尼。作为回报，图海尼把自称是“债款”的十万美金交给了福尔部长。福尔以高压手段命令美国海军进驻那些地区，赶走其他竞争者，原因是他们邻近的油井分散了埃尔克山的财富。保留地上的竞争者们怀恨在心，揭发了这桩一亿美金的舞弊案。事情被揭发之后，全国上下一片哗然。此事影响之恶劣，几乎令哈丁总统下台，共和党也几乎垮台，而福尔也不可避免地被判下狱。

福尔遭到了整个国家的民众的斥责，但是他的家人认为他错了吗？不，一点也不！

几年之后胡佛在一次公共演讲中暗示，哈丁总统的死是由于神经受刺激和心理上的忧虑，因为一个朋友出卖了他。当时福尔的妻子也在座，听到这番话后激动地从座椅上跳了起来。她失声痛哭，紧握双拳大喊道：“天哪，你说哈丁是被福尔出卖的？不可能，我的丈夫从来不会辜负任何人！就算给他一屋子的黄金，也不能诱惑他做坏事。他是被别人欺骗，才走上刑场的。”

没有人会将责任归咎于自身所犯的错误。听不进别人的批评，只会将错误归咎于他人是人类的共性。所以当你明天要批评别人的时候，就想想卡邦、克劳雷和福尔这些人吧。

批评就如同饲养的鸽子，永远会飞回主人的家。我们要认识到一点，我们要矫正或责怪的人，他们为了替自己辩解，会反过来责怪我们。就连一向温和的塔夫特也说：“我不知道还能做些什么，才能与以往有所不同。”

我年轻的时候，很想出名。我曾经给美国文坛极富盛名的作家泰维斯写过一封信，当时我准备给一家杂志社写些有关文坛作家的文章，因此我恳请泰维斯告诉我一些有关他写作的方法。

几个星期后，我收到一封信，信上注明：“信系口述，未经重读。”注意到这两句话之后我有点不满，想必写这封信的人一定是个忙于繁重事务的大人物，而我却十分清闲。可是我急于引起大作家的注意，在写了一封简短回信之后，在后面也加上了这句话。

泰维斯不屑于再给我回信了，只是把我的信退回，信封上还潦草地写着几个字：“态度之不恭无以复加。”

显然，我做错了，或许这是我应得的斥责。然而，人性使然，这让我心怀怨恨。甚至十年之后我听到泰维斯去世的消息，仍然痛恨他，大概是因为我一直不愿意承认他那时带给我的难堪的伤痛。

如果你明天想要激起一股愤恨，让人痛恨你十年直至死去，便可以使用肆意攻击他人的办法。

正如强森博士所说：“上帝在末日之前，也未必打算审判人！”

你我又为什么要批评他人呢？

世上最有效的“钓人术”

每年春夏之交，我都要去梅恩钓鱼。我喜欢吃杨梅和奶油，可我发现水里的鱼喜欢吃虫子。因此，当我钓鱼时，我不会想自己喜欢的，而是想它们所喜欢的。我不会去拿杨梅或者奶油作诱饵，而是在钓鱼钩上放一只虫子或是蚱蜢，放入水中，问鱼儿们：“你要吃这个吗？”

为什么不用同样的道理，去“钓”一个人呢？

有一次，爱默逊和儿子想把一头小牛赶进牛棚里，爱默逊在后面推着，儿子在前面拉着。而那头小牛始终不愿移动半步，坚决不肯离开那块草地。旁边的一个爱尔兰女佣看到这个情形，把她的拇指伸进小牛的嘴巴里，于是小牛一面吮吸着她的拇指，一边温驯地跟着她走进了牛棚。虽然她不懂读书、写文章的事，但此刻，她懂得这头小牛需要什么。

有人问露易特乔琪，为什么战争时期的领袖们都能够身居要职，



手握大权？他说，如果将他身居高位归功于某件事的话，那就是他知道在“钓鱼”时，必须要放对“鱼饵”。

天下有一种办法，可以让任何人去做任何事。请牢记，除此，再也没有其他办法了——那就是给那个人他所需要的。

一位20世纪享誉盛名的维也纳心理学家——弗洛伊德博士说过：“但凡你我所做的事情，都是源于两种目的，性的冲动和成为伟人的欲望。”

美国一位著名的哲学家杜威曾说过一句“成为重要人物的欲望”的名言。记住“成为重要人物的欲望”这句话，它是极为重要的。

你需要些什么呢？也许因人而异，但是真正所需的几种人们永远无法拒绝，并且它们正是所有人一直坚持的追求。几乎每个正常的成年人都想要：

- 一、身体健康和生命安全。
- 二、食物。
- 三、睡眠。
- 四、金钱以及金钱所能买到的。
- 五、后顾之忧的满足。
- 六、性生活的满足。
- 七、子女们健全。
- 八、自重感。



这些欲望几乎都能够得以满足，但其中有一种欲望，既深切又难以满足，这便是弗洛伊德所说的“成为伟人的欲望”，也就是杜威所说的“成为重要人物的欲望”。

林肯在一封信的开头这样说道：“没有人不喜欢他人恭维。”威廉·贾姆士也曾这样说过：“人类天性最深处的本质，就是对受到他人重视的渴求。”他并不是说“希望”、“欲望”或者“渴望”，而是说“渴求”。

这是一种苦痛的，且急需人类去解决的“饥饿”。能够满足这种内心饥饿的人，便可将人们控制在手中。

探寻自重感的欲望，是人和动物之间一项最重要的区别。有这样一个故事，那时的我还是密苏里一个农家的孩子，我的父亲饲养着一种品质优良的猪和一种白脸牛。我们经常在牲口展览会中展出我们的猪和牛，为此还获得过好几十次头等奖。

父亲用针将蓝色缎带制成的奖章别在一条白布上，每当亲朋好友来我们家做客时，父亲就拿出这条白布，我和他各执一端，将这条象征着荣誉的蓝色缎带展示给亲友们观看。

猪和牛并不在意它们所赢来的缎带，然而父亲却不同，因为这些奖品为他赢得了一种“自重”的感觉。

假使我们的祖先，一开始便没有这种强烈的“自重感”的冲动，便不会有现如今的文化，我们也就与其他生物没有什么区别了。

正是这种自重感的欲望，激发了一个在一家杂货店工作、未受到过良好教育的店员。他翻遍了所有堆满杂货的大木桶，找出价值



五分钱的几本法律书籍潜心学习。或许你听说过这个杂货店员的名字，他就是林肯。

这种自重感的欲望，激发了狄更斯写出传世不朽的名著，也使华伦完成他举世闻名的设计。同样是这种自重感的欲望，使洛克菲勒挣到了几辈子都花不完的钱。正是这种欲望，使那些富有的人们建造了一座座彰显他们财富的豪宅。

这种欲望，促使你穿上最时髦的衣服，驾驶最拉风的汽车，夸耀你聪明伶俐的孩子。

也正是这种欲望，诱使许多青少年成为罪犯。一位叫马罗尼的警察这样说过：

“现在许多年轻的罪犯们盲目地追求着虚名，他们在被捕后的第一个要求，就是阅读那些将他们写为传奇人物的不入流的报纸。似乎只要看到自己的照片见诸报端，就跟爱因斯坦、林肯、托斯加尼或者罗斯福等名人有了同样的地位，完全忽略了自己将要走进受刑室的事了。”

洛克菲勒在中国北京建造了一所新式医院，使许多与他从未谋面，也永远不会见面的人得到照顾，借此他获得了自重感。反之，狄林克通过抢银行、杀人，同样也获得自重感。当警察搜捕他时，狄林克躲进一家农舍。他一向以自己是第一号公敌自居，所以他大声呼喊：“我是狄林克，我不会杀害你！”狄林克和洛克菲勒的区别在于，他们是如何获得自己的自重感的。但是他们对于自重感的渴望并没有不同。