

卡·耐·基·的·智·慧·箴·言

永远做自己

TO BE YOURSELF

岚 风◎编译

笑对人生 永不言败

Diligence

Earnest

Assuredness

Pure-heartedness

Devotion

DALE CARNEIGE



九州出版社
JIUZHOU PRESS

卡·耐·基·的·智·慧·箴·言

永远做自己

岚 风◎编译



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

永远做自己/岚风编译. —北京:九州出版社,
2005.1

ISBN 7-80195-226-X

I. 永... II. 岚... III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2004) 第138725号

永远做自己

作 者	岚 风 编 译
责任编辑	李 勇
责任校对	黄 盛
出版发行	九州出版社
出 版 人	徐尚定
地 址	北京市西城区阜外大街甲35号
邮政编码	100037
发行电话	(010)68992192/3/5/6
邮购热线	(010)68992190
电子信箱	jiuzhoupress@vip.sina.com
印 刷	河北保定彩虹印刷厂
开 本	880×1230毫米 1/32开
印 张	7.75
字 数	190千字
版 次	2005年1月第1版
印 次	2005年1月第1次印刷
书 号	ISBN 7-80195-226-X / B · 122
定 价	18.00元

★ 版权所有 侵权必究 ★

序 言

戴尔·卡耐基先生提出的“永远做自己”，是给当代年轻人该如何面对生活、如何开创自己的一种艺术哲学……

“永远做自己”是人的一种生活态度，是对自己自信的一种表现！

多少年前，伟大的诗人爱默生在他的短文《依靠自己》中说：

“每个人都会有一天感到嫉妒是无用的，而模仿也无异于慢性自杀；因为，无论好与坏，人只有靠自己来帮助自己，只有默默的耕种自己的田地，才知道这份能力到底是什么。”

戴尔·卡耐基，美国著名的励志大师和成人教育教育学家。他运用心理学知识，对人类所共有的心理特点进行探索和合理的分析，开创并发展了一种以演讲、推销、为人处世、智力开发为一体的独特成人教育方式，帮助和鼓励着一代代青年朋友。

哈佛大学的教授威利姆·詹姆斯对卡耐基的评价，说：“普通人只运用了他自我潜能的十分之一，而卡耐基先生帮助社会各界的男女，启发他们该有的能力，在成人教育中，创造了一次极重要的运动。”

编译者把卡耐基一生中对人性自我表现、自我开发、依靠自己、自我成功的最重要，最丰富的经验，都汇集在这本《永远做自己》一书中：

- 对待学习的勤奋；
- 对待工作的认真；
- 对待自己的自信；
- 对待朋友的诚恳；
- 对待生活的热爱。

这些平常生活中的哲理，如文明一样的古老，它源于生活就像“十戒”一般简明。生活给哲理创造来源条件，哲理又像艺术一样关爱我们的生活。卡耐基先生的生活哲理，在如何帮助人们克服人性的弱点，如何认清自己通过学习和改造思想去发挥人性的优点，开发人性的潜能，从而获得人生快乐和事业成功的幸福生活。

这是一本有关行动的书，请记住：

永远做自己，笑对人生，永不言败！

TO BE YOURSELF

“永远做自己”是给当代年轻人该
如何面对生活、如何开创自己的一种
艺术哲学……“永远做自己”更是人
的一种生活态度，是对自己自信的一
种表现！

—— 戴尔 ● 卡耐基

目 录

第一章 对待学习：勤奋

- 1、知识就是力量/4
- 2、因读书而改变命运/7
- 3、端正学习的态度/11
- 4、用“听”来学习/15
- 5、弥补知识上的缺憾/18
- 6、给自己添加智慧的光环/21

第二章 对待工作：认真

- 1、不为钱权而工作/28
- 2、薪水低是自己的错/32
- 3、选择合适你的职业/35
- 4、效忠自己的事业/40
- 5、多付出一点点/43
- 6、培养个人进取心/46
- 7、培养卓越的工作保障/48
- 8、敬业，职责的延伸/53

第三章 对待自己：自信

- 1、做一个意志坚强的人/62
- 2、不要随波逐流/65
- 3、永远做自己/67
- 4、突破自卑，相信自己/74
- 5、生活要懂得谦逊/80
- 6、保持正直的品格/83
- 7、突破自我的局限/86
- 8、冒险与成功同在/91
- 9、自信者拥有成功的专利/94
- 10、敢于创造，才能成功/97

第四章 对待朋友：诚恳

- 1、要像爱自己一样爱别人/104
- 2、善于倾听别人的意见/107
- 3、适当的做些自我批评/117
- 4、把荣誉留给别人/120
- 5、悄悄地为他人做点好事/124
- 6、欣然接受别人的帮助/127

- 7、真正的夏师益友/130
- 8、真诚是诗人的最好方式/135
- 9、多想想别人/142
- 10、真诚的微笑/145

第五章 对待生活：热爱

- 1、开心地拥抱生活/154
- 2、不为金钱活着/160
- 3、培养快乐的心理/168
- 4、宽容和爱能改变一切/171
- 5、不要沉浸在怨恨和自怜之中/174
- 6、热情最具有感染力/179
- 7、欣赏你的另一半/181
- 8、做自己想做的事最幸福/185
- 9、拥有良好的身心健康/191
- 10、参透生命的得失/197
- 11、自由是生活的真谛/202

附录：伟大的生存

- 1、在逆境中不屈不挠
——旅馆业巨子希尔顿/208
- 2、伟大的信念成就伟大的事业
——工业机械之父亨利·福特/217
- 3、把握商机，营造自我
——餐饮连锁大王雷·克罗克/222
- 4、将黑暗变成光明的天使
——身残志坚的海伦·凯勒/234

第一章 对待学习：勤奋



>>> *Diligence*

- 知识就是力量
- 因读书而改变命运
- 端正学习的态度
- 用“听”来学习
- 弥补知识上的缺憾
- 给自己添加智慧的光环

1、知识就是力量

卡耐基箴言：

“知识就是力量！”无论薪水多么微薄，你如果能时时注意去读一些书籍，去获取一些有交织的知识，这必将对于你的事业有很大的助益……

汽车大王福特年少时，曾在一家机械商店当店员，周薪只有2.05美元，但他却每周都要花2.03美元钱来买机械方面的书。当他结婚时，除了一大堆不同种类的机械书籍和杂志，其他值钱的东西都没有。然而就是这些书籍帮助福特走向他向往已久的机械世界并开创了一番大的事业。功成名就的福特说：“对年轻的我来说，学习好知识和将来赚钱的技能远比储蓄钱财更重要！”

事实可以证明，一个人的知识储备愈多，才能就愈丰富，生活就愈充实。

生活中有许多的人天赋很高，却终生都处在极其平庸的职位上，没有出人头地的一天，这是什么原因呢？原来尽管他们的资质很好，但是他们没能去好好地培养和发展，他们不求进步，在工作中，他们所唯一看到的就是薪水。因此，他们前途暗淡，毫无希望。

一些人由于所受教育不够，对书籍又不感兴趣，或是

“忙得没有工夫看书”他们终会被时代的急流所淘汰。

知识就是力量。无论薪水多么微薄，你如果能时时注意去读一些书籍，去获取一些有交织的知识，这必将对于你的事业有很大的助益。我知道一些商店里的学徒和公司里的小职员，尽管薪水微薄，但他们工作却很刻苦，尤其可贵的是，他们能乘着空闲的时候，如晚上和周末休息的时间，到补习学校里去读书，或是自己买了书来自修，以增进他们的知识。

我认识一个年轻人，他出门的时间比在家的时间还要多，有时乘火车，有时坐轮船，但无论他到什么地方，他总是随身携带着一包书籍，以供随时阅读。他常带的书籍比如有：外文的缩拉本、一些专业书籍读物、函授学校的功课……一般人浪费的零碎时间，他都能用来自修阅读。结果，他对于历史、文学、科学以及其他各国的重要学问，都有相当之见解，成为了一个学识渊博的人。

那个年轻人就是因为善于利用零碎时间，而促成了自己一生的成功。但是，大多数人却在浪费自己宝贵的零碎时间，甚至在那些时间里去作对自己身心健康有害的事情。

自强不息、随时求进步的精神，是一个人卓越超群的标志，更是一个人成功的征兆。

从一个青年人怎样利用他的零碎时间上，怎样消磨他冬夜黄昏的时间上，就可以预言他的前途。

有的人会这样想，他所得薪水相当微薄，即使再积蓄也不会达到很大的数目，也决不会富裕。同样，他们也以为利用有限的零碎时间去读书，总不会得到多大的学识和成就。可事实恰恰相反，许多利用空闲的时间去学习的人，也一样

达到了大学教育的程度。

对于一个人的安身立命来说，人类历史上教育的价值之高，莫过于今天。今天的社会中，竞争非常剧烈，生活更显艰难，所以就更要求人们善加利用时间，来增进自己的知识。

许多人最大的弱点就是想在顷刻之间成就丰功伟绩，这当然做不到。其实，任何事情都是渐变的，只有持之以恒的精神，只有一步一步地增进知识的做法，才能有助于一个人最后达到成功。

大部分的年轻人无意多读书、多思考，无意在报纸、杂志、书本当中尽量摄取各种宝贵的知识，而是把宝贵的时间耗费在无谓的事情上，实在是一件最可惜、最痛心的事。他们不明白，知识是无价之宝，能使人们获得无限的财富。

2、因读书而改变命运

卡耐基箴言：

读书是一个人改变自己命运的关键所在，只有通过学习才能弥补自身的不足，才能使我们丰富和深刻起来……

社会学家罗伊特·华纳说，美国的理想是建立在每个人都能“成功”这个信念上，而一个人想要出人头地的主要方法，就是读书和受教育。

许多成就大事的人，都是因为利用时间读书研究才得到成功的。查理斯·佛洛斯特曾是佛蒙特州的一名鞋匠，由于他每天都利用一个小时读书学习，后来竟能成为一个著名的数学家。约翰·韩特是个木匠，他利用工作之余学习比较解剖学，每天晚上只睡四个小时，终于成为比较解剖学的权威学者。忙碌的银行家约翰·拉布克爵士也利用休息的时候努力学习而成为著名的史学专家……

读书学习是一个人改变自己命运的关键所在。只有学了，你才懂得运用，也才会用知识、用学习来丰富自己。只有不断地学习才能弥补自身的不足，杰出的人物几乎都是学有所成之士，只有无知的人才会轻视学习。

如今藏书已不再是高不可攀的奢侈品，而是一种必需品了。一个缺少书报杂志的家庭就如一所没有窗户的房屋。孩