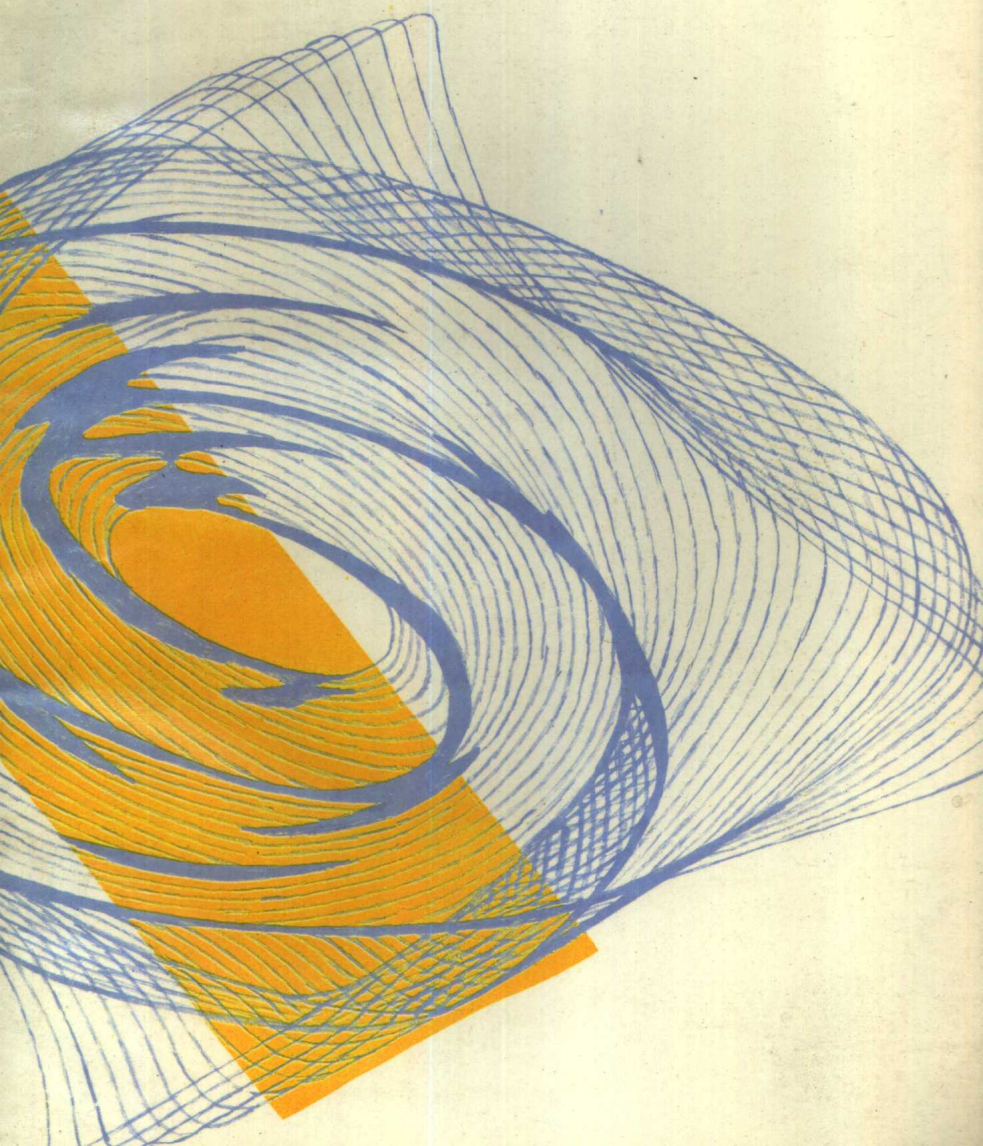


〔美〕戴尔·卡耐基 著 宋德利 译

神奇的人性



神奇的人性

〔美〕戴尔·卡耐基 著

宋德利 译

百花文艺出版社

神奇的人性

〔美〕戴尔·卡耐基著

宋 德 利 译

百花文艺出版社出版 (天津市赤峰道130号)

兰州八一印刷厂印刷 希望书店发行

开本787×1092毫米1/32 印张5.375插页2 字数103千字

1987年9月第1版 1987年9月第1次印刷

印数1—100,000

ISBN7-5306-0081-3/1·59 定价: 1.25元

出版说明

本书是美国学者戴尔·卡耐基的著作，原书名为《怎样使你生活、工作得愉快》。作者运用心理学、伦理学、公共关系学等学科的成果来研究人际关系，分析了一系列待人处事的心理机制，提供了可供选择的处理方法。本书所述，对于以研究人、表现人为主要工作内容的我国作家和艺术家，具有参考价值。书中所阐述的一些礼貌待人的方法，对一般读者也有借鉴意义，有助于人际关系的融洽。

当然，本书作者的一些观点难免有片面和偏颇之处，希望读者在阅读时有所分析和鉴别。

百花文艺出版社

一九八七年九月

前 言

你有没有停下来思考过我们中间的大部分人都把自己生活的大部分用到了工作上——不管那是何种工作？

这就是说，我们自己的工作态度可以决定我们每天是否充满快乐以及来自优秀成绩的成就感——还是充满了沮丧、烦恼和疲倦。

戴尔·卡耐基培训课安排的目的就是帮助你能永远发挥自己的主观能动性，因而从自己的工作日中得到工作满足这一最大收获。当你学习研究本书时，要随时估价自己对生活对他人采取的态度与方法。尔后你就会开始增长力量并发现你实际上到底具备多少才干，而以前你自己根本不知道自己竟然还具备这些才干——而且还会发现运用这些才干又是多么地有趣。

本书是对戴尔·卡耐基两本最流行的著作《如何赢得朋友与影响他人》和《如何制止忧虑而开始生活》中若干章节的选编。我们从这两本著作中选取了与人们关系最密切的部分，而这些人就象你一样要求在生活中有更多的成绩，要求有一种协调和目标感，要求有一种充分利用你自己内在资源的感觉——本书将帮助你达到这些目的。

参加戴尔·卡耐基培训课是一种自我发现的事业；它可能是你的生活转折点。你自己身上早已具备了种种隐蔽着的财富，它们完全可以使你的生活充满欢乐。你现在所需的一切就是那种发现并运用它们的决心。

戴尔·卡耐基协会主席——

多萝西·卡耐基

目 录

前 言.....	(1)
----------	-------

第 一 篇

和睦与愉快之七法

第 一 章 认识你自己，走你自己的路	
记住，世上没有任何人能象你.....	(1)
第 二 章 避免疲劳和忧虑的良好工作习惯四则	
.....	(10)
第 三 章 你的疲劳如何形成——你对它可采取	
何种措施.....	(16)
第 四 章 如何消除引起疲劳、忧虑和不满的	
厌烦情绪.....	(22)
第 五 章 你愿意以百万美元之价卖掉自己	
的所有物吗？.....	(31)
第 六 章 记住，从来没有人踢一只死狗.....	(39)
第 七 章 这样做——批评就不会伤害你.....	(43)

第 二 篇

把握人之基本技巧

- 第 八 章 “如果你想采蜜，千万不要踢翻
蜂箱。” …………… (49)
- 第 九 章 待人之秘诀 …………… (62)
- 第 十 章 “谁能这样做，谁就能赢得整个世界。
谁不能这样做，谁就只能走独木
桥。” …………… (74)
- 第 十 一 章 这样做你就会处处受欢迎 …………… (91)
- 第 十 二 章 如何使人立即喜欢你 …………… (103)

第 三 篇

如何使人们赞成你的思想方法

- 第 十 三 章 此法必树敌——如何避免之 …………… (112)
- 第 十 四 章 推理之最佳途径 …………… (124)
- 第 十 五 章 苏格拉底的秘密 …………… (133)
- 第 十 六 章 如何获得帮助 …………… (138)
- 第 十 七 章 人人喜欢的一种感染力 …………… (146)

第 四 篇

改变人而不冒犯人，也不引人反感

- 第 十 八 章 如何批评——而又不因此招怨 …………… (152)
- 第 十 九 章 先讲自己的错误 …………… (154)

第 二 十 章	谁也不愿接受别人的发号施令·····	(157)
第二十一章	给人留面子·····	(158)
简 言	·····	(162)

第 一 篇

和睦与愉快之七法

戴尔·卡耐基在他的《如何制止忧虑而开始生活》一书中说生活完全取决于我们如何度过它。如果我们学会认识自己，对长处与短处看得一样清楚，尔后不失时机地为达到自己的目标做一些必要的事情，那么，为丧失时间和精力而担忧的必要性和可能性对我们来讲就不是那么大了。

第一章 认识你自己，走你自己的路

记住，世上没有任何人能象你

北卡罗来纳州艾利山的伊迪丝·阿尔利德夫人在给我的一封信上说：“我幼年时候极为敏感和胆怯。我的体重总是过重，而且双颊总是使我显得比自己耍胖。我有一位十分古板的母亲，她认为把衣服做得漂亮是蠢事。她常说：‘肥衣耐穿，瘦衣易烂’，于是她总是让我按照这条标准穿衣。我

从不参加晚会；从没有任何嗜好；我上学后从不和其他孩子一起参加课外活动，就连体育活动也不参加。我的胆怯达到了病态程度。我认为我和任何人都‘不同’，因而完全成了一个不受欢迎的人。

“我长大后嫁给了一个比我大好几岁的男人。然而我却依然故我。我的婆家是一个矜持自信的家庭。家里人认为我该做到那一切，可我就是做不到。我尽了最大的努力使自己象他们，可我就是不象。他们把我从自身躯壳中拉出去的每一个企图都恰恰适得其反地把我向自身中驱使得更深。我变得紧张而烦恼。我避开一切朋友。我甚至连门铃响都害怕！我是个失败者。我明白这点；而且我想我丈夫对此也一定有所察觉。因此，每当我们一公开露面，我就极力使自己高兴，而且做得都过份了。我心里也清楚自己太做作了；并且在随后的几天里我都会难过的。最后，我变得是那么痛苦，以致感到自己没有理由再活下去了。我开始想着去自杀。”

是什么使这位痛苦的妇女的生活有了改变呢？只是一句偶然的话！

“一句偶然的话，”阿尔利德夫人继续写道，“就改变了我的整个生活。有一天，我婆婆讲到她是如何把自己的孩子扶养成人的，她说，‘不管遇到什么情况，我总是坚持他们就是他们。’……‘他们就是他们’。……那句话妙极了！我这才恍然大悟，原来我一直在设法使自己按照一种与自己不相符合的标准做人，而我所吃的一切苦头，其源概出于此。

“一夜之间我就变成了另一个人！我开始变得我就是我。我认真研究自己的特性。努力认识我的特点。我研究自己的长处。我分析了自己对颜色和款式的喜好与要求，尔后按照自己认为可以适合自己的标准穿装打扮。我走出家门广为结朋交友。我参加了一个组织——起初是一个很小的组织——当他们让我表演节目时我真吓呆了。然而，我每讲一次话就增长了一点勇气。这当然是个很长的过程——可是今天我已变得很愉快了，这是以前做梦也不敢想的。在抚养自己的孩子时，我总是把我自己从痛苦的经历中汲取的教训教给他们：无论遇到什么情况，走你自己的路！”

自愿坚持你就是你“是一个有史以来就存在的问题了”，詹姆斯·高顿·吉尔基医生说，“而且是一个和人类生活一样普遍的问题。”不愿坚持你就是你的原则是许多神经病，精神病和心理变态症隐蔽的祸根。关于如何训练儿童的问题，安杰洛·帕特瑞曾有十三部专著，并为报业辛迪加写过几篇文章，他说：“有一些人总渴望违背自己的躯体和精神之本来面目去做人处事，而世上没有比这些人更可悲的了。”

这种自己不是什么偏当什么的狂热欲望在好莱坞尤为盛行。一位名叫山姆·伍德的好莱坞著名导演说，他对那些有志的年轻演员最头疼的问题是：使他们成为他们自己。他们都想当二等拉纳·特纳或三等克拉克·盖博。“公众早已尝到了那种口味，”山姆·伍德不断地告诉他们，“现在他们需要点别的。”

在他着手导演象《再见吧，吉普斯先生》和《丧钟为谁而鸣》这样的电影之前，山姆·伍德曾在不动产生意方面下了数年功夫以便掌握销售者的特性。他公开说过生意界的原则完全适用于电影界。你扮演猿人一定枉费心机。你不能当一只鸚鵡。“经验告诉我，”山姆说，“尽快地甩开那些不是什么偏装成什么的人最保险了。”

我最近问到索卡尼——瓦休姆石油公司劳工董事保罗·波因敦人们在申请工作时所犯的最大错误是什么。他是该知道的：他曾会见过六万多名求职者；他曾写过一部名为《求职六法》的书。他回答说：“人们求职时所犯的最大错误就是没有自知之明，不坚持自己就是自己的原则。他们既不摘下伪装，也不坦率，却经常给你一些他们认为你需要的回答。”然而，那是徒劳的，因为谁也不要骗子。谁也不要伪钞。

一位无轨电车售票员的女儿对此深有感触。她一直想当歌星。然而她的面容却成了拦路虎。她巨口獠牙，其丑无比。最初登台演唱时——新泽西的一家夜总会——为了盖住牙齿她就极力把上嘴唇往下伸。她千方百计地要表现出“魅力”。结果呢？却欲盖弥彰，弄巧成拙，简直荒唐可笑至极。她当然是以失败告终。

可是，就在这家夜总会里有这么一个人，他听了这个女孩子唱的歌就认为她很有天赋。“看这里，”他坦率地说，“我一直在观看你的演出，我知道你在想掩盖什么。你为自己的牙齿感到难为情！”那女孩子十分窘迫，可是那人继续

说，“那有什么呢？有獠牙难道就有什么特殊罪过吗？不要去掩盖它们！张开嘴，观众见你不再难为情就会喜欢你了。另外，”他一本正经地说，“你想掩盖的那些牙齿会让你走运的！”

卡丝·戴丽接受了他的忠告而忘记了自己的牙齿。从此之后，她考虑的只是她的听众。她将嘴张得大大的，兴致勃勃，韵味颇浓地引吭高歌，最后终于成了电影界及广播界最杰出的歌星。其他的女喜剧演员现在都千方百计地模仿她！

著名的威廉·詹姆斯在谈到那些永远不能认识自己的人时说，一般人对自己天才的智力只发挥出百分之十。“与我们应该的那样相比，”他写道，“我们只是半觉醒的。我们只是在利用自己体脑资源的一小部分。大胆一点说，每一个人生活的范围都远远没有超过自己的限度。他具备各种力量，然而却习惯地没有去加以运用。”

你与我都有这种能力，所以让我们都不要忧伤吧，因为我们与他人不同。自打时间一开始就从来没有任何一个完全象你的人；而且在将来一切时代里也决不会再有一个完全象你的人。遗传学这门新科学告诉我们，你之所以是你，主要是因为你的双亲各自提供了二十四个染色体，而这四十八个染色体就构成了决定你要继承什么的各种因素。阿姆拉姆·斯彻菲尔德说，“在每个染色体内部的任何地方都可能会有二十至几百个基因——有时仅仅一个基因就能改变一个人的整个生命。”千真万确，我们的构造是既“神”且“妙”。

即使是你的双亲接触并结合之后，也有三千万亿分之一的机会产生你这个特殊的人！换言之，如果你有三千万亿个兄弟姐妹，他们也将与你截然不同。这全都是想象吗？不。这是一种科学的事实。如果你想做更多的了解，那就到公共图书馆去借阅阿姆拉姆·斯彻菲尔德写的一本名为《你与遗传》的书吧。

对于走自己的路这一问题，我很有把握发表一些意见，因为我对此深有感触。我对自己讲什么已胸有成竹。我从痛苦而昂贵的经历中获得了认识。例如：当我第一次从密苏里的玉米田来到纽约后，考入了美国戏剧艺术学院。我渴望当一名演员。我具备自认为的一种绝妙思想和一种成功的诀窍，这种思想是如此简单明了，以致我根本不明白为什么成千上万雄心勃勃的人竟然还没有发现它。事实是：我研究当时的明星——约翰·德鲁，瓦尔特·汉普登以及奥蒂斯·斯金诺——是如何获得成功的。尔后，我又模仿他们各自的长处，兼收并蓄，熔各家之长为一炉。多么愚蠢！多么荒唐！我拼命地去模仿他人，以便让模仿到的东西渗入我那厚厚的密苏里脑壳，而这只脑壳我必须让它是我自己，而且也根本不可能是他人，就为了这个，我曾浪费了多少年的青春。

那段痛苦的经历本该使我接受一次持久的教训，然而并非如此。接受教训的不是我。我太固执了。我必须重新学起。数年之后，我开始去写一部公开为商人说话的书，而且它将是人们所写的最佳杰作。对于如何写这本书我又产生了以前关于表演的同样愚蠢的想法：我打算从许多其他作家那

里借到思想，尔后全部并入一书之中——一本包罗万象的书。于是我找来二十多本公开讲演的书，并花了一年时间去将他们的思想编入我的手稿。可是我最后又一次恍然大悟到我是在做蠢事。我拼凑的这种他人思想的大杂烩是如此虚假，如此枯燥，没有任何人能硬着头皮将这味同嚼蜡的东西读完过。我只好作罢，将一年的心血付之于废纸筐，尔后重新从零做起。这次我对自己说：“你必须当戴尔·卡耐基，而且避免不了他的缺陷。你不可能是别人。”所以我不再设法去当一个别人的结合物，卷起衣袖，磨拳擦掌地去做我该做的那些最重要的事：我以一名演说家，一名讲课的教师的身份写了一本如何讲演的教科书，这是根据我自己的经历，观察和信心而写的。我接受了——我希望永远接受了——沃尔特·雷利所接受的教训。（我不是在讲那个为了把自己衣服扔在泥里让女王踩着走路的沃尔特先生。我是在讲1904年牛津大学的英国文学教授沃尔特·雷利先生。）“我写不出与莎士比亚媲美的著作，”他说，“可是我能根据自己写出一本书。”

走自己的路。按照欧文·伯林给已故的乔治·格什文的贤明指教办事。伯林和格什文初次会面时，伯格十分钦佩格什文的才能，本想请他担任自己的音乐秘书，那样格什文所得薪水差不多相当于他原来的三倍。然而伯林最后还是劝告格什文说，“可是你不要干了。不然你会发展成一个二等伯林。然而你如果能坚持走自己的路，有一天你会成为一名一等格什文。”

格什文牢记那次忠告，最后终于渐渐地发展成一名在那个时代杰出的美国作曲家。

查理·卓别麟，威尔·罗杰斯，玛丽·玛格丽特·麦克布利蒂，吉纳·奥特利以及数以百万计的其他名人都不得不接受我在这章里极力阐述的教训。而且为此，他们不得不遵循一条艰辛的历程——正和我一样。

查理·卓别麟开始从事电影事业时，影片导演坚持让他去模仿当时一位著名的德国喜剧演员。查理·卓别麟在表演自身之前可以说是一事无成。鲍伯·霍普也有类似的经验。在一种歌曲剧种里花费了数年之久——可是在开始表演说俏皮话和达到百炼成钢之前也是一事无成的。威尔·罗杰斯在歌舞杂耍剧目中担任扭绳角色就有好几年，而且是任劳任怨。在他发现了自己在幽默方面的无比天才之前，在他开始能够一边扭绳一边讲话之前，他也是一事无成的。

玛丽·玛格丽特·麦克布利蒂在最初从事广播事业时，极力要做一名爱尔兰喜剧演员，然而失败了。当她努力按照自己本来面目表演时——一个来自密苏里的普通村姑——她便成了纽约最富盛誉的广播演员之一。

吉纳·奥特利起初要极力改掉自己的得克萨斯腔调，想象一个城市青年那样发表讲话，而且自称是纽约人，然而人们都在背后嘲笑他。但是，当他开始一边拨着班卓琴一边唱着牛仔民歌时，却为自己开创了一种生涯，从而使他无论在电影界还是在广播界都成了世界上最著名的牛仔。

你是这个世上的新人。应该为之高兴。要充分利用大自