

(最新版全译本)

卡耐基大全集

改变无数人命运的励志经典

[美] 戴尔·卡耐基 著
李异鸣 郭海东 译

 世界出版社



卡耐基大全集

卡耐基全集
卡耐基全集

改变无数人命运的励志经典



[美] 戴尔·卡耐基 著
李异鸣 郭海东 译

卡耐基大全集

图书在版编目 (CIP) 数据

卡耐基大全集 / 李异鸣等译: - 北京: 新世界出版社, 2006. 5

ISBN 7-80228-087- 7

I. 卡... II. 李... III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 051458 号

卡耐基大全集

李异鸣 郭海东 译

责任编辑: 陈晓云

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京市西城区百万庄大街 24 号 (100037)

总编室电话: (010)-68995424 (010)-68326679 (传真)

发行部电话: (010)-68995968 (010)-68998733 (传真)

本社中文网址: www.nwp.com.cn

本社英文网址: www.newworld-press.com

本社电子邮箱: nwpcn@public.bta.cn

版权部电子邮箱: rights@nwp.com.cn

版权部电话: +86 (01) 6899 6306

印 刷: 三河市南阳印刷有限公司

开 本: 787 × 1092 1/16

字 数: 1240 千字

印 张: 49.75

版 次: 2006 年 6 月第 1 版 2006 年 6 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-80228-087-7/B · 002

定 价: 48.00 元

新世界版图书 版权所有 侵权必究

新世界版图书 印装错误可随时退换

目录



◆人性的弱点

第一章 与人相处的基本技巧

如欲采蜜,请勿打翻蜂巢 /3

真诚地赞赏他人 /8

激发他人的强烈需求 /14

第二章 如何让别人喜欢你

到处受欢迎的方法 /25

给人良好印象的简单方法 /32

牢记他人的名字 /36

学会倾听他人讲话 /41

如何增加你的吸引力 /46

如何使人即刻喜欢你 /48

第三章 制造奇迹的信函

制造奇迹的信函 /56

附录:把信带给加西亚 /61

◆人性的优点

第一章 如何抗拒忧虑

改变人生的一句话 /67

战胜忧虑的万能公式 /73

忧虑是健康的大敌 /77

第二章 分析你的忧虑

揭开忧虑之谜 /84

让生意上的忧虑减半 /88

第三章 改变忧虑的习惯

消除思想上的忧虑 /91

不要为小事而气馁 /96

平均概率可以战胜忧虑 /99

接受不可避免的事实 /103

让忧虑“到此为止”/108

不要去锯木屑 /112

第四章 常保充沛的活力

保持每日多清醒一个小时 /116

你为什么感到疲劳 /118

家庭主妇青春永驻的妙方 /121

四种良好的工作习惯 /123

如何防止烦闷的心理 /124

不要为失眠而忧虑 /128



◇美好的人生

第一章 为人处世的 12 条原则

争论中没有赢家 /135

避免树立敌人 /138

当你错了,真诚地承认吧 /144

- 以友好的方式开始 /147
- 一开始就让对方说“是”/152
- 倾听他人,谦虚待己 /154
- 与他人合作的秘密 /157
- 一个给你带来奇迹的原则 /161
- 同情的力量 /163
- 要求也可以被喜欢 /167
- 戏剧化地表现你的想法 /170
- 如果别的不管用,就刺他一下 /172

第二章 改变他而不伤害他

- 从赞扬和感激开始 /174
- 巧妙地用暗示让他注意自己的错误 /177
- 先说自己的错误 /178
- 命令不受欢迎 /180
- 给人留面子 /182
- 赞扬的魔力 /183
- 送人一个好名声 /185
- 让对方觉得问题并不难解决 /186
- 让他高兴地照着你的意思去做 /188

第三章 家庭幸福之道

- 婚姻出现问题的原因 /191
- 没完没了的唠叨是把刀 /192
- 容忍的作用 /194
- 别过分指责你的家人 /196
- 真心的赞美和示爱 /197
- 细节的重要性 /198
- 讲礼貌,献殷勤 /199
- 婚姻中“性”的重要性 /201
- 附:自我推销的艺术 /202
- 形象 /204



◇快乐的人生

第一章 培养快乐的心情

- 改变你生活的九个字 /209
- 报复的代价太高了 /215
- 不要苛求他人 /219
- 愿意以 100 万买尽所有吗 /222
- 发现自我,保持本色 /225
- 如果有个柠檬,就做柠檬水 /229
- 你要快乐起来 /233

第二章 不为别人的批评而不快乐

- 没有人会踢一条死狗 /240
- 如何使批评不能伤害你 /241
- 我所做过的傻事 /244

第三章 支配你的工作和金钱

- 你生命中的重要决定 /247
- 百分之七十的烦恼 /251

第四章 我如何得到快乐

- 烦恼打击着我 /255
- 做一个乐观的人 /256
- 我住在阿拉伯的乐园 /257
- 我克服了自卑 /259
- 驱逐烦恼的 4 个方法 /261
- 度过了昨天就能熬过今天 /262
- 我以为自己活不到明天 /263

到健身房去 /263
我曾经是个“烦恼大王”/264
一句经文救了我 /265
我做过世界上最苦的工作 /265
我曾是世界上最大的笨蛋 /266
我的补给线永远畅通 /267
警察来到了我的家 /269
最难应付的就是忧虑 /270
我祈祷不要送入孤儿院 /271
可笑的药丸 /272
看我太太洗盘子 /273
我找到答案了 /274
时间可以解决许多问题 /275
逃出死亡的虎口 /276
我是一个提得起放得下的人 /277
我如果不停止忧虑,早就进棺材了 /277
如何多活了 45 年 /278
一本书解救了我的婚姻 /282
我在慢性自杀 /283
生活的奇迹 /284
正负烦恼相抵 /285
我追求绿灯 /285
我克服了胃溃疡和烦恼 /286
连续 18 天无法进食 /287



◇语言的突破

第一章 成功演讲的基本原则

如何获得演讲的基本技巧 /291
培养演讲的自信心 /298

成功演讲的简单方法 /304

第二章 演讲、讲演者及听众

做好讲演前的准备工作 /310

给演讲赋予丰富的生命力 /321

与听众一起感受自己的讲演 /325

第三章 如何成功发表即席演讲

鼓动听众采取行动的演讲 /332

向听众说明情况的演讲 /339

说服听众的演讲 /248

即席演讲 /353

第四章 演讲时的沟通艺术

演讲时应该注意的态度 /358

改变你的语言表达习惯 /367

注意演讲时的台风 /376

第五章 成功演讲的挑战

介绍演讲者、颁奖和领奖 /384

长时间演讲的安排 /389

充分运用自己学习的演讲技巧 /410

附录:如何增进记忆力 /415

方法一:印象 /416

方法二:重复 /420

方法三:联想 /421



◇伟大的人物

第一章 科学巨匠

- 相对论鼻祖爱因斯坦 /429
- 科学女杰居里夫人 /430
- 发明大王爱迪生 /433
- 无线电发明者马可尼 /434
- 飞机的发明者莱特兄弟 /436
- 名医葛林费尔 /438

第二章 政治名人

- 英国首相丘吉尔 /440
- 美国第 26 任总统罗斯福 /443
- 美国总统威尔逊 /445
- 印度救星甘地 /447
- 奥匈皇太子鲁道尔夫 /448
- 大律师丹诺 /450

第三章 大实业家

- 美国大银行家摩根 /453
- 钢铁大王卡内基 /455
- 石油大王洛克菲勒 /457
- 报业泰斗赫斯特 /459
- 大出版家博克 /461
- 钻石大王布雷迪 /463
- 军火巨商萨哈罗夫 /464

第四章 文学巨擘

- 戏剧大师莎士比亚 /467

伟大作家托尔斯泰 /468
天才诗人爱伦·坡 /470
法国大文豪大仲马 /472
短篇小说家欧·亨利 /474
大戏剧家萧伯纳 /475
英国文豪毛姆 /477
文坛怪杰德莱塞 /479
科学小说家韦尔斯 /481

第五章 魅力女人

埃及艳后克里奥帕特拉 /484
拿破仑的妻子约瑟芬 /486
身残志坚的海伦 /488
作曲家邦德夫人 /490
神秘影星嘉宝 /492
影坛巨星凯瑟琳·赫本 /494
著名影星璧克馥 /496
“灰姑娘”海伦·杰普森 /497

第六章 艺术奇才

“米老鼠”创作者华德·迪斯尼 /500
“信不信由你”利波里 /501
幽默影星罗吉尔 /503
音乐家莫扎特 /505
作曲家乔治·杰斯文 /506
歌唱家卡鲁索 /508
魔术师瑟斯顿 /510

第七章 探险家

探险之王哥伦布 /512
“北极熊”史蒂文森 /514
南极探险家斯科特 /515

赛车手坎贝尔 /517
海军大将李屈林·拜德 /519
非洲探险家约翰逊 /520



◆林肯传

第一章 人生历程

弗吉尼亚的风流事 /525
黯淡的童年 /528
珍贵的财富 /530
机遇来临 /533
最后的树叶 /537
玛丽·陶德 /541
结婚 /544
道德和幸福 /548

第二章 走向成功

家庭 /551
贫困的律师生涯 /555
我真不想回那个家 /557
地狱般的哀愁 /560
密苏里折中方案 /563
虽然失足,却没跌倒 /567
获得提名 /571
告别故乡 /574
活着进入白宫 /578

第三章 人性光辉

南北战争 /582
可怕的空谈专家 /584

盆底塌了 /587
总统与内阁成员们 /590
解放黑奴 /594
适当地说几句话 /598
不必要“临阵换将”/603
就让它发展下去好了 /608
总统夫人 /610
暗杀行动 /613

第四章 永垂不朽

永垂不朽 /619



◇写给你的

第一章 迈出成功的第一步

帮他确定人生的目标 /625
不断订立新的目标 /627
使丈夫成为有热诚的人 /628
提高工作热情的六个规则 /630

第二章 激励丈夫的基本方法

学会倾听 /634
赞赏使他成为理想的人 /637
做他的忠实的信徒 /639

第三章 推动他的四个方法

熟悉他的工作并给予帮助 /642
和他的女秘书愉快相处 /645
让丈夫坚持做“学生”/647

未雨绸缪 /650

第四章 面对不同情况的应对方法

丈夫调职了怎么办 /652

当丈夫超负荷工作时 /654

当特殊的工作情况来临时 /655

丈夫的办公室在家里 /657

你是职业妇女吗 /658

拒绝丈夫的抛弃 /659

第五章 可能导致丈夫失败的各种问题

男人为何会离家 /663

让丈夫静心工作 /666

鼓励他从事合适的职业 /668

尝试一切可能的机会 /670

第六章 使丈夫更幸福的四种途径

做个温柔可爱的妻子 /674

分享他的兴趣爱好 /675

让他有专属自己的嗜好 /677

培养自己的嗜好 /679

第七章 营造温馨甜蜜的家庭氛围

伟大的家庭主妇 /682

营造温馨的家 /683

不要浪费时间 /686

提高工作的效率 /689

第八章 让全世界都支持你的丈夫

帮助他受到欢迎 /693

扬其长,补其短 /695

第九章 珍惜丈夫的身体和赚来的金钱

如何在收入范围内生活 /698

丈夫的生命掌握在你手中 /701

第十章 你能给予丈夫最伟大的贡献

让我们增加爱情的深度 /705



成熟

第一章 成熟的第一步责任

不要迁怒那把椅子 /711

如果你藐视障碍,障碍就不存在 /713

摆脱不幸的五种方法 /716

第二章 行动意味着长大成人

信念是行动的基础 /720

分析之后再行动 /722

要勇于行动 /724

第三章 精神健康的三个重要法则

你是独一无二的 /727

尝试喜欢你自己 /730

顺从:惊慌失措的护身符 /732

为什么要做无聊乏味的人 /736

获得成熟的心灵途径:活到老学到老 /739

第四章 婚姻:成熟心灵的选择

学会与女人相处 /744

家里需要有一个父亲 /149

学会与男人相处 /153

真正成熟的爱 /157

第五章 成熟与友谊

寂寞:美国的大众病 /161

至善无敌 /164

如何赢得友谊 /167

第六章 让老年人去工作

人生的第二高峰 /171

享受活到 100 岁的乐趣 /173

工作是有益的 /175