

KA NAI JI LUN REN XING YOU RUO DIAN

卡耐基 论

人性优缺点

风靡全球近100年的成功励志教程



本书对人类的优缺点进行详细的分析，
具有丰富的内容和独到的见解，
可以帮助人们看穿一个男人或一个女人，
从而提高你的处世艺术。

段斌 编著



北京燕山出版社

图书在版编目(CIP)数据

卡耐基论人性优缺点/段斌 编著. 北京: 北京燕山出版社,
2007. 8

(2007 年 8 月重印)

ISBN 978-7-5402-0847-9

I. 卡… II. 段… III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 18267 号

责任编辑: 里功

版式设计: 杨玲

封面设计: 揽胜视觉

北京燕山出版社出版发行

北京市东城区灯市口大街 100 号 100006

新华书店经销

三河市腾飞印务有限公司印刷

700×1000 毫米开本 1/16 印张 25255 千字

2007 年 8 月第 2 版 2007 年 8 月第 3 次印刷

定价: 39.00 元

前言

卡耐基是美国著名的大思想家、大教育家。他的童年是在农村度过的，他的一生从事过多种职业，既当过人类灵魂的工程师，又当过修理机器的工人，他曾经风里来雨里去在街上做推销工作，也曾经做过“低贱”的演员……卡耐基在他平凡的一生中，在社会不同的领域内，作出了让世人震撼的业绩，其影响力历经半个世纪仍经久不衰，几乎所有的语系都有卡耐基的著作译本。他运用心理学知识对人类共同的心理特点进行了探索和分析，开创和展示了一种融演讲、推销、处世、智慧等为一体的独特的成人教育方式。

《卡耐基论人性优缺点》是卡耐基运用心理学知识，对人类共同的心理特征而进行的论述。它揭示了人类心灵的奥秘，叙述了人们共同的“忧虑”及其克服法。“忧虑”是可怕的，但又是能够克服的，只要掌握了正确的方法，就不会为“忧虑”所苦恼。本书还详尽地展示了人类正反两面的心理活动，通过对人类心灵的探索，可以帮助人们辨别人世间的真诚与虚伪。本书对男性与女性的优缺点进行了详尽的分析，具有丰富的内容和独到的见解。

目 录

上 编.....	1
第一章 人的自然本性.....	2
一、人性的奥秘.....	2
二、人性的本质.....	14
第二章 忧虑.....	27
一、面对忧虑.....	27
二、摆脱忧虑.....	34
三、克服忧虑.....	42
第三章 了解忧虑.....	51
一、面对事实.....	51
二、减少烦恼.....	55
第四章 走出困境.....	59
一、振作起来.....	59
二、适应现实.....	75
第五章 人生幸福.....	89
一、十字路口.....	89
二、心中的怒火.....	99
三、他人幸福.....	106
四、身外之物.....	110
五、“私”字当头.....	116
六、消除忧虑.....	120
七、获得幸福.....	128
第六章 精力旺盛.....	138
一、把握人生.....	138
二、良好的习惯.....	142
第七章 忧虑的良药.....	146
一、良药苦口.....	146
二、忠言逆耳.....	160
下 编.....	170
第一章 透视男性的弱点.....	171
一、男性的内心世界.....	171
二、了解男性的能力.....	194
三、虚伪的品质.....	208
第二章 克服男性的弱点.....	229
一、树立坚定的信心.....	229
二、达到目的方法.....	236
第三章 透视女性的弱点.....	240

一、女性的内心世界.....	240
二、从外表看女人.....	249
三、进攻女人的弱点.....	268
第四章 克服女性的弱点.....	283
一、怎样受欢迎.....	283
二、给人良好的印象.....	291

上 编

第一章 人的自然本性

一、人性的奥秘

人的自然性与动物的本能既互相联系，又有着严格的区别。动物的最基本的特征是完全受制于本能。本能是动物生存的基础，也是动物一切活动的全部动因。

人是大自然的造化，与动物界所有生命一样，人的天然本能和本性，是自然选择的结果，也是其生存和发展的基本条件。但是，人又是宇宙之精华，人的欲求不仅有自然性的一面，还有社会性的一面。同时，人既有生理上的需要，又有社会性的需要，正是由于这两者有机的结合，才构成了人超然脱离动物界的基础，从而，自然选择的最终结果，还是主宰整个自然界，统管着世间万物生灵。显然研究人性，不仅要研究人作为生物所具有的一般属性，更要研究他不同于其他一切生物所特殊的本质属性，而后者也正是人之所以为人的根本所在，从而也正是我们探讨人生，认识自己的基本出发点。

诚然，人性是一个同人类一样古老的研究历程。它是通过实践而创造的对象世界，也就是改造无机界。人证明自己是有意意识的类存在物。那么，这种实践的证明是何时开始的呢？显然，自从人类诞生时起，人就在认识改造自然的同时，开始了对自身本性的认识过程。当然，这种认识，在起初非常机械淡薄，只是在人类由野蛮时代进入到文明时代，只是在文明社会发展到一定阶段之后，作为自然的宠物，人类开始将自己的本能升华到理性的认识，也即是人的本性，由后天自然选择而熏陶为崇高文明而庄严神圣。从此，从古老的东方大地到爱琴海岸的城邦，从孔夫子、柏拉图到现代哲人学者，无数的圣哲贤辈为此而苦苦追寻，苦思冥想，同时，为进一步认识人性升华到更高

境界，他们各抒己见，互争雄长，其观点各树一帜，交相辉映，写出了一部色彩纷呈的人性论史卷。

卡耐基认为，人性是一个相对于兽性而言的为人所独具的文明特性。人类自然是趋向于城邦生活的动物，人类在本性上，也是一个政治动物。这是人类历史上第一次从人与动物的关系角度明确地对人所下的定义。与此同时，东方儒家思想的著名代表人物孟轲则从“人之性”与“犬之性”、“牛之性”的区别角度提出了自己的人性观点。孟轲认为，人之所以异于禽兽者，在于人能“存心”、“养性”。作为没落奴隶主贵族和早期地主阶级的思想家亚里士多德又说：“世上有些人天赋有自由的本性，另一些人则自然地成为奴隶。对于后者，奴役既属有益，而且也是正当的。”孟轲则在肯定“人之所以异于禽兽者”的同时，将人看成有大小、贵贱之分，并说：“人之所以异于禽兽者几希，庶民去之，君子存之。”对此，卡耐基认为，这是必须加以分析批判的。但是，从认识的角度看，两位哲人关于人的定义，却给后人不无方法论的启示，这就是探讨人性认识自己，必须将人自身与动物用辩证的方法加以探讨，必须在区别中探求联系，在两者的相互关系中认识区别。

有关资料验证，人与动物之间存在着密切联系。人起源于动物，是从脊椎最高类型的灵长类中的猿进化而来的。卡耐基认为，从最初的动物中，主要由于进一步的分化而发展出无数的纲、目、科、属、种的动物，最后发展出神经系统获得最充分发展的那种形态，即脊椎动物的形态，而最后在这些脊椎动物中，又发展出这样一种脊椎动物，在它身上自然界达到了自我意识。这就是人。其实，人来源于动物界这一事实已经决定人永远不能完全摆脱兽性，所以问题永远只能在于摆脱得多些或少些，在于兽性和人性的程度上的差异。显而易见，人

与动物具有密切的亲缘关系，所以，在他们身上必然存在天然的共同属性。

那么，人与动物的这种天然的共同属性包含怎样的内容呢？人类的圣哲们，都曾竭力呼唤“人的自然权利”。卡耐基认为，他们所讲的食色等自然本能、自然权利，就是人所拥有的自然本性，这种自然性是人与动物鄙具有的，是人性的一部分，但是，他们却将其当作了人性的全部。显然，这是以偏概全，认识上有点偏激，是不科学的。

人的自然性与动物的本能，既互相联系，又有着严格的区别。动物的最基本的特征是完全受制于本能。本能是动物生存的基础，也是动物一切活动的全部动因。对此，卡耐基说，作为“天生是社会动物”的人，同样也具有这种生存的本能。人只有凭借现实的感性的对象，才能表现自己的生命。由此可见，人的自然性和动物的本能在作为生存的基础方面具有共同的特征，两者是一致的。

但是，卡耐基认为，人的食色又不同于动物的食色。对于动物来讲，其欲求只能受本能的支配和控制，根本没什么思想意识所支配。在欲求满足程度上，它表现得特别贪婪，毫无节制，在满足的途径和手段上，则显得极度的自私、野蛮和残忍等，这就是动物的兽性。兽性代表了动物的本质特征。但是，人的自然性，其全部的内容只界定于上述作为生存基础的欲求范围之内，即人不可避免地拥有多种多样的自然需要；这是其生存和发展的前提条件，离开这一界限的动物性的野蛮、自私、贪婪、残忍等均非人的自然性所应有的。

卡耐基认为，人永远不能摆脱兽性。但是，人的发展实践已充分证明，人必定是向着动物的兽性相反的方向发展的。例如。用刀叉吃熟肉来解除的饥饿不同于用手、指甲和牙齿啃生肉来解除的饥饿，则不完全为本能所驱使，为了某种社会需要，人“懂得在饥饿的时候耐

着性子不去滥杀他们。但动物不是如此,而动物和它的生命活动是直接同一的,动物根本不会把自己的生命活动区别开来。这就是这种生命活动。人则使自己的生命活动本身变成自己的意志的对象。显然,人的自然属性受着意志等各种非自然属性的影响和制约,而正是因为如此,使得人的自然性具有人性的特征,表现出对本能的抑制和克服。

可见,人与动物之间尽管存在着密切的联系,但两者的区别是截然分明的。动物的本能受兽性的支配,而人的本能具有人性的质的修养。人性与兽性互相对立、相互排斥,正是在两者的矛盾对立中,通过人性对兽性的逐步否定,使得人从自私、野蛮、残忍的状态走向了文明,并将进一步趋于高度文明化。所以,可以说,人类发展史就是人性战胜兽性,逐步趋于高度文明化的历史。

对于人性与兽性的区别,历史上不少的哲学家曾有过独到的见解,影响深远。例如,孟轲认为人性与犬、牛性不同,人能“存心”、“养性”。亚里士多德肯定人的理性“是人所具有的区别于动物的本性。”诸如此类,在人类历史上,均闪耀着光辉形象,但是,由于历史条件和阶级地位的局限和影响,这些哲学家们都不可能对人性与兽性的区别和联系作出完全科学的解释,有些甚至将人性与兽性含糊不清,以兽性代替人性,成为兽性的鼓吹者和倡导者。

中国古代社会是一个伦理型的社会,在人性问题上大部分哲学家都十分强调人的道德性。虽然他们在强调人的道德性的同时对人的自然性大多极端否定,但这种肯定人的道德生活和道德实践,主张节欲、寡欲,讲克制自守却包含大量的合理因素。与中国古代的情况截然相反的是,在西方伦理思想史上,肯定人的自然本性,并以人的自然性为基础建立道德体系的风尚行为。从提出“人是万物的尺度”这一命题的古希腊智者普罗塔哥拉到快乐主义学派的创立者伊壁鸠鲁,直至

近代文艺复兴运动时期的人文主义者，许多思想家都对人的自然本性给予了充分的热衷赞成。

巨大的作用。但是，卡耐基指出，这一理论流派的最大缺陷，也包含在其合理性之中，由于它过分抬高了人的自然性在人性中的地位，过分夸大了人的自然本能的作用，以至将人的自然性看成是道德的直接来源，将人的生理需要的满足与否当作评价行为善恶的标准，并将它作为建立道德体系的基础，最后，人性的全部内容均为自然性所蒙蔽而遮掩。从而，这就在人性理论上奠定了西方个人主义和利己主义的理论基础，成为西方社会道德沦丧、人性泯灭等丑恶现象泛滥成灾的重要根源。卡耐基认为，“人对人象狼一样”，是西方利己主义人性论的经典名句，它是资本主义制度下人与人关系的真实而生动的写照。资本主义社会如同历史上一切私有制社会一样，剥削阶级为了满足自己的私欲不择手段地榨取劳动人民的血汗。过着十足的兽性生活。卡耐基指出，资本主义社会的一切生活条件达到了违反人性的顶点，要使兽性被人性所代替，必须以消灭私有制为前提条件，唯有如此，才能使人一定的意义上最终脱离了动物界，从动物的生存条件进入真正人的生存条件。

在欧洲历史上，有一段曾称之为“黑暗的时代”，这就是欧洲中世纪即封建社会。在这持续了一千多年的黑暗年代里，宗教统治了社会的一切，基督教神学成为统治阶级最大的法宝源泉。它大搞神学蒙昧主义，欺骗和麻痹广大劳动群众。例如：《圣经》说：人是依照上帝的形象，通过特种方式创造出来的。接着，关于人的一切均被上帝所主宰，哲学与科学再也无权过问人的问题。最后，是迷信压倒了科学，教权践踏着人权，神性消融了人性。直至 14 世纪末至 17 世纪初的文艺复兴运动时期，在近代人文主义思想浪潮的猛烈冲击下，人才

从宗教神学的束缚中解脱出来，同时，日益充实自己，完善自己真的面目。

基督教神学中的伦理思想主要是围绕着个人对上帝的关系问题而展开的。它所倡导的思想有：上帝创世说，讲的是包括人在内的宇宙万物都是由至高无上的上帝创造，由上帝主宰的；“原罪”说，人生在世，必须依靠救世主耶稣之安排，为之赎罪，才能求得死后永生；天堂、地狱说，讲的是如果人们不听从上帝和耶稣的安排，就要受到来日的审判，被抛入地狱，饱偿困苦与凌辱；如果人们听从上帝或耶稣的安排，忍受现实生活的苦难，死后灵魂就会升上天堂，获得幸福。所以，基督教神学极端轻视个人、肉体、文化、妇女和家庭。神学同时倡导“人应当蔑视自己，”以便为了那“无所不能”、“无往而不在”、“负荷一切，充裕一切，维护一切，创造一切，养育一切。改进一切”的上帝。神学家安瑟伦赤裸裸地说：“轻视自己的人，在上帝那里就受到尊重。不顺从自己的人，便顺从了上帝。显然，你必须自认下贱，听任上帝的伟大圣谕，如此以来，在上帝眼中，你就是伟大的；因为愈是为人间所蔑视，你就是愈得到上帝的珍视。”显然，这种理论就是要人否定自己，将人沦为上帝的附庸、上帝的工具、上帝存在的佐证。同时，基督教神学还竭力贬低现世生活的意义。号召人们必须忍辱负重，忍气吞声，并且，逆来顺受，委屈求全。这就是神学所倡导的，主张人世间是苦难的深渊。

相应地与这个“罪孽深重的和暂时的尘世生活”相对立有一个永恒的、极乐的“彼岸”生活。现实生活就是为死后的那种极乐生活作考验基础。所以，谁脱离尘世生活越早，也就能更快地步入天国或来世。同时，基督教神学要求人们放弃一切文化、财富和幸福，要蔑视和抛弃那“不洁”的爱情生活和家庭生活，接受禁欲主义的清规戒律。

神学倡导，不要为了你的生命而讲究饮食，也不要为了你的身体而讲究你的衣服。基督教教会史上有一个所谓“巴塞尔夜莺”的故事，说的是一群僧侣由于一个偶然的机缘，听到了一只夜莺的歌鸣，因而动了凡心，结果大多患病而死。故事验证的是，人的任何一点尘世的感情都是亵渎神灵的，终将遭到上帝的惩罚，更不用说享受爱情和家庭幸福的欢乐了。显然，基督教神学从根本上否定了人，蔑视人的生理和精神生活的一切。对此，神学界认为，谈论人性是没有意义的，人的一切无任何价值可言，人的形象就是神的形象，人性在根本上就是神性，即使天使所禀赋的本性，也无不存在于人的里面。

生活于 13 世纪中叶的托马斯·阿奎那，是欧洲历史上最著名的经院哲学家，中世纪官方哲学的代表。为了充分论证上帝创世教义的价值意义，帮助统治阶级摆脱基督教神学日益暴露出虚伪性和欺骗性的困境，他借鉴了亚里士多德哲学和伦理学的思想，建立了中世纪最完备的基督教神学理论体系。在人与神的关系问题上，他倡导，人是肉体 and 灵魂的统一体。所以人既具有人性，又具有神性。人性具体表现为感觉、情欲、理性等，而人如果顺从了这种自然本性，肯定要犯罪。所以，人必须依靠神的恩赐来克服自己的肉体本性。他同时倡导，这种神的恩赐使人具有七种美德，即信仰、希望、热情、正义、谨慎、勇敢（刚毅）、节制。这是神学最早最完备的基础。

托马斯·阿奎那的德性理论，也反映了他的宗教神性思想。他倡导，人的德性有三种，即理智的德性、实践的德性和神性的德性。理智的德性和实践的德性统称为现实的德性。人的现实的德性，无论是理智的德性或实践的德性，它们在人的一生中永不健全。虽然通过努力可以使人们日益完善。得到世俗生活中的幸福，但是这种完善毕竟是有限的，低级的，暂时的，达不到与上帝接近的超然脱俗的极乐境

界。要达到这种幸福，就要依靠神性的德性，与神性联系起来。神性的德性要有三种形式，也就是要有：信仰、希望、仁爱。唯有神的世界有信心，有希望，才是超越了人的一切现实德性。而这又必须具有“仁爱”，最根本的则是要爱上帝。显然，上帝的仁爱、信心和希望，既是神性的具体表现形式，同时又是人性向神性转化过程中的必备的德性条件。托马斯·阿奎那指出人的本性和神性两者之间既有区别，又有联系。人的人性，使人具有现实的德性，具体表现为智慧、学识、直观、谨慎、公正、节制等形式。“一个人能够由其本性的原理而达到幸福。然而，卡耐基对此批评道：这种幸福是低级的。人只有通过仁爱、信心和希望，分享了神性的一种的德性。成为‘神圣的本性的享有者’，才能获得高级的、超然脱俗的幸福。”人性屈从受制于神性，同时，人性又可能转化为神性。这就是托马斯·阿奎那神性学说的基本内容。其实质则是要求人们完全放弃现实生活中的财富、荣誉及一切物质享乐的困惑，而去实行禁欲主义，寻求那“永恒”的虚无缥缈的神的世界。

历史发展到 14 世纪末，欧洲进入文艺复兴时期。卡耐基认为，这是人类历史上的一个伟大的进步时期，资本主义生产关系在封建社会内部孕育发展，与此相适应的思想文化领域中，采取挖掘、整理古希腊罗马文化的方式，来宣传适合资本主义生产方式的新思想、新文化和新的伦理道德观点。掀起了欧洲文艺复兴的浪潮。斗争矛头直接指向教会和宗教神学。当时最著名的思想潮流是人道主义。

性，以人道主义反对神遭主义，以理性主义反对蒙昧主义，以个性解放反对封建等级制度，提倡人性至上、个性至上、理性至上。资产阶级思潮倡导人是自然的产物，人性在于人的自然属性，道德来源于人的自然属性。一切符合人的感官享乐的就是道德，反之，就是庸

俗堕落的。所以，他们提倡利己主义，号召人们去追求现实的物质利益，旗帜鲜明地反对禁欲主义。例如：薄伽丘的《十日谈》既抨击了禁欲主义，又揭露了僧侣放荡淫逸；荷兰的爱拉斯谟在《疯狂颂》中以犀利的笔锋对僧侣的纵情声色给予了辛辣讽刺和鞭挞，充分揭露了宗教神学的伪善。法国的蒙台涅认为，一个能够真正地享受自己的生存之乐的人，是绝对的并且几乎是神圣的完善的人。诸如此类。总之，人道主义者以人性反神性，反对基督教神学把人说成是神造的，反对把人神化为没有七情六欲的神人。它使人们的视线从虚幻的神移到了现实中的人，把人的本质从神那里移到了人自己的理性或感性欲望上，所以，这在当时确是一种伟大的思想启蒙。

当然，文艺复兴时期的人道主义对宗教神学的批判是非常轻描淡写的。这表现在许多人的著作中还保留了对上帝的默许。爱拉斯谟在强调人具有自由意志的同时，但又说：知识的程度，决定于人接近上帝的程度。这说明，这一时期的新兴资产阶级，由于本身力量力不从心，所以，它纵然想以人性反对神性，以人道反抗神道，然而这种反抗毕竟力不从心，这样的力不足正是当时资产阶级反封建的不彻底性的一种表现。同时，文艺复兴时期人道主义所谈论的人、人性是抽象的，是抽去社会和阶级内容的。这样的人在现实生活中并不存在，他们所说的人，形式上是全人类，实际上就是指资产阶级；他们说的人性，实际上是争取资产阶级的自由化人性。所以，卡耐基说，这种人道主义的人性论，不可避免地带有唯心主义和资产阶级利己主义的片面性。

对于人性善恶的问题，历史上中西方哲学家都曾有过激烈的争论。但在重视程度和研究深度上，西方哲学家远不及中国哲学家。中国古

代哲学家在论述人性善恶问题时，基本上均是从伦理学意义上来进行演绎的。

春秋战国时期，群雄争霸，战火连绵，阶级矛盾错综复杂，阶级斗争激烈尖锐。在日趋白热化的斗争中，不同阶级、阶层的人或言而有信，或信口开河；或温良恭俭，或互相倾轧；或以诚相待，或尔虞我诈，各个人的思想品质、道德情操均彻底充分的显现了出来。所以，当时的思想家们环绕着人性是善或恶的问题百家争鸣，百花争艳。代表新兴地主阶级利益的思想家孟轲则以其“性善”论，阐述封建的伦理道德观念，为实行其“以德服人”的“仁政”而服之。他说，人生下来便存“恻隐之心”、“善恶之心”、“辞让之心”、“是非之心”。“恻隐之心，仁之端也；羞恶之心，义之端也；辞让之心，礼之端也；是非之心，智之端也。”既然仁、义、礼、智萌芽于以上“四端”，从而，“四端”便可成为“四德”，人便可以成为圣人。显然，根据孟子的论证只能推断出人性可以为善的结论，而他却牵强附会到人性是善，这在逻辑上是不严密的。并且，将人性善恶看作是先天的，生而有之的，从伦理学角度讲，也是一种先验的道德论。然而孟子的“性善”论似乎入情入理。从人性论角度看，第一，他所说的人有“四端”主要是“恻隐之心”，这已认识到了人有同类意识，这是对人性理论的一个贡献。第二，孟子在论证人性善时，认为“四端”只是人本性中善的萌芽，人要成为圣人还有赖于后天的教育，这体现了他论证上还是谨慎的，同时，这为他解释人的“不善”留下了余地。

与孟子性善论针锋相对的是荀子的性恶说。荀子生活的年代较孟子稍晚，出于巩固封建等级秩序作理论说明，制造理论根据，他针对孟子的性善论，提出了性恶论。荀子指出，人的本性的发展必然发生

“争夺”、“残贼”、“淫乱”等现象，这是人性恶的充分证明。荀子在他的论述中非常强调“伪”，而“伪”就是人为之意。但是，荀子说意即道德仁义是圣人创设的，其目的是“为天下生民之属长虑顾后”。荀子关于性的学说过于窄浅，只是将性特指为现实本能，在纠正了孟子排除人的自然属性不足的同时又走上了另一个极端。

介于性善论和性恶论之中的是性无善无恶说和性有善有恶说。前者的代表人物是与孟子同时代的告子。告子认为，人性，是人的自然属性，即所谓的“生”和“食色”。他说，这种性是无所谓善恶的，它犹如湍急的流水，总往低处流，何方低就往何处流。孟子的倡导，主要在强调后天教育的作用，具有一些唯物主义的思想火花。孟子的缺点是不重视人与禽兽的区别，在他看来，“犬之性”、“牛之性”、“人之性”都是完全相同的性。默认了人与动物无别论，犯了无类逻辑的错误。

历史上最早提出性有善有恶说的人是战国初期的世硕。他认为，人生来就具有“善”与“恶”这样两种不同的自然属性。这种差别是与生俱来的。就如同气有阴与阳之分一样，阳气表现为善，阴气表现为恶。怎样才能保持和发扬这种先天的善性呢？他说，后天的环境影响和教育培养对予性的保持和发扬起着至关重要的作用。后天养之善性，就能使善性不断增长，否则，恶性滋生，蔓延扩张。世硕的人性观点也具有唯物主义的合理因素，正因为如此，它对于后世关于人性善恶之争引起了热切关注。其学说也得到了思想家的推崇、赞同，并加以吸取、发挥。如东汉的王充就明确表示赞同世硕等人的性有善有恶的人性观点，并在此基础上建立了自己的性三品说。

自汉至唐，一直较有影响的人性理论是性三品论。最早明确提出“三品”一词的是东汉的荀悦，而明确将人性分为三品的，则是韩愈。