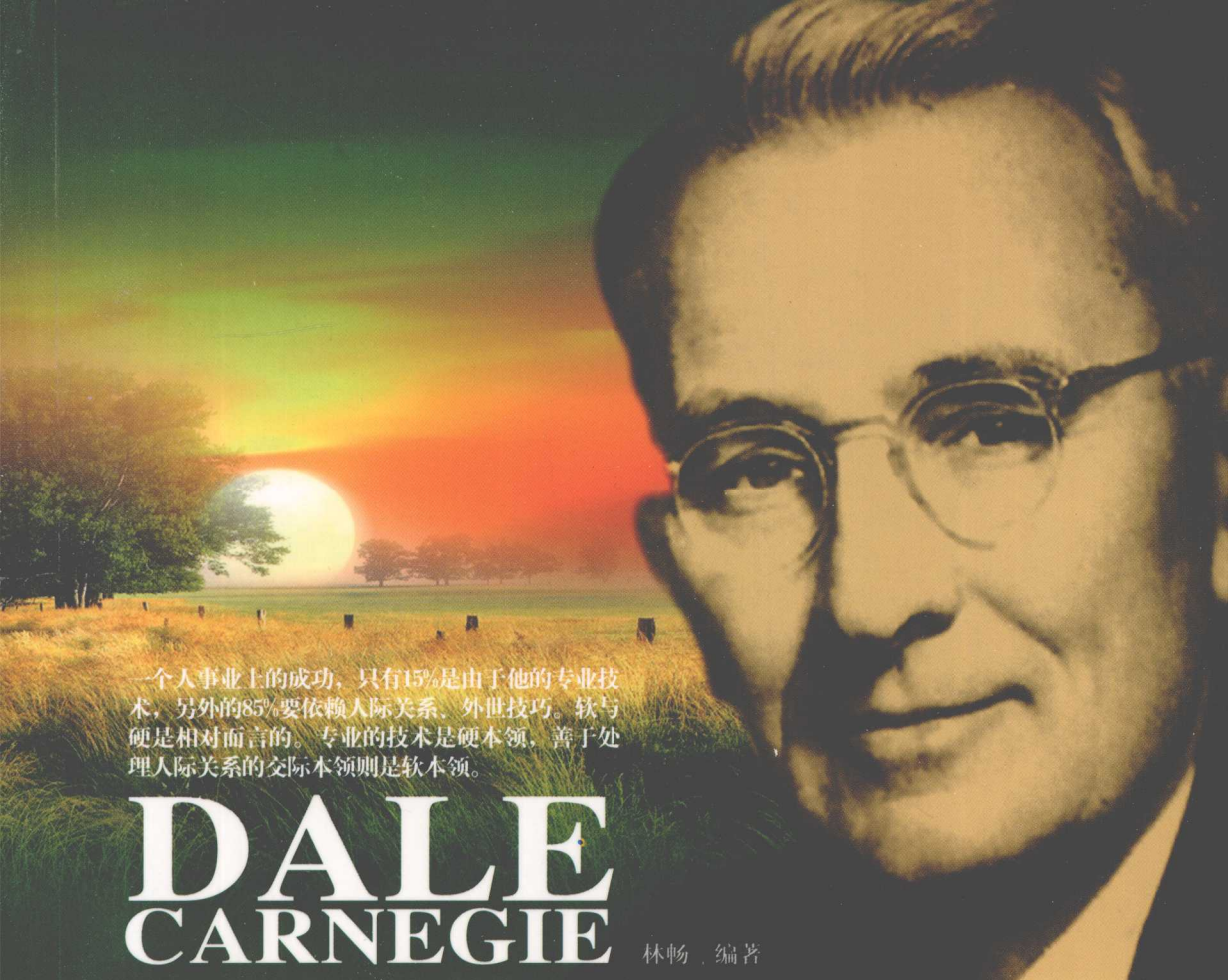




一个人在事业上的成功，只有15%是由于他的专业技术，另外的85%要依赖人际关系、处世技巧。软与硬是相对而言的。专业的技术是硬本领，善于处理人际关系的交际本领则是软本领。

DALE
CARNEGIE

林畅 编著

一本激动人心的青少年梦想励志读物

卡耐基告诉你 人性的弱点全集

★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★

今天太宝贵，不应该为酸苦的忧虑和辛涩的悔恨所消蚀。把下巴抬高，使思想焕发出光彩，像春阳下跳跃的山泉。抓住今天，它不再回来。

如果我们想交朋友，就要先为别人做些事——那些需要花时间、体力、体贴、奉献才能做到的事。



卡耐基告诉你 人性的弱点全集



图书在版编目 (CIP) 数据

卡耐基告诉你人性的弱点全集/林畅编著. —北京: 新世界出版社, 2009.5

ISBN 978 - 7 - 5104 - 0301 - 9

I. 卡 ... II. 林 ... III. 成功心理学 - 通俗读物
IV. B848.4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 061929 号

卡耐基告诉你人性的弱点全集

策划: 梁小玲

作者: 林 畅

责任编辑: 梁小玲

封面设计: 创品牌

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: + 86 10 6899 5424 6832 6679 (传真)

发行部: + 86 10 6899 5968 6899 8733 (传真)

网址: <http://www.nwp.cn> (中文)

<http://www.newworld-press.com> (英文)

版权部电话: + 86 10 6899 6306 frank@nwp.com.cn

印刷: 九州财鑫印刷有限公司

经销: 新华书店

开本: 787 × 1092 1/16

字数: 330 千字 印张: 20

版次: 2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978 - 7 - 5104 - 0301 - 9

定价: 39.00 元

版权所有 侵权必究

印装错误可随时退换



前言



卡耐基告诉你人性的弱点全集

人，不管他有多么伟大或是多么顽固，都存在着弱点，有着软肋。只要能抓住人性的薄弱环节，就可以攻破他的防线，瓦解他的抵制。

每个人都或多或少地爱慕虚荣和显示自己，这是人性不易克服的弱点。但智者能驾驭虚荣，愚者被虚荣驾驭。

每个人都有恐惧的心理。但是一旦恐惧心理占据上风，就会影响人们的正常生活，引发郁闷、忧愁和失眠等症状。

这是一个到处充满诱惑、充满陷阱的社会，金钱的诱惑，美色的诱惑，名利的诱惑，地位的诱惑，情感的诱惑……正是这些欲望令我们迷失自己，也正是这些欲望的驱使，令人们抛弃了自己的灵魂，抛开一切道德，只为满足自己的私欲，而另一些人则成了这些人满足自己私欲的牺牲品。

人都是有弱点的，欲望越多的人弱点也就越多，陷入深渊的可能性也就越大。

戴尔·卡耐基，20世纪最伟大的成功学导师，美国现代成人教育之父。他曾当过教师、推销员、演员，但最终转向了成人教育，并致力于人性问题的研究。他运用心理学和社会学知识，对人性的弱点进行探索和分析，开创并发展出一套独特的融演讲、推销、为人处世、智能开发于一体的教育方式。

他以超人的智慧、严谨的思维，在道德、精神和行为准则上指导万千读者，给你安慰，给你鼓舞，使你从中汲取力量，从而改变你的生活，开



创崭新的人生。当今世界最伟大的成功学家在这里与你娓娓而谈，理想会成为现实。

胆怯者叹息沉吟，而勇敢者却面向光明抬起纯洁的眼睛。我们人性中存在着很多弱点，我们有自卑和恐惧的心理，我们每个人的内心都渴望得到别人的关心，我们会嫉妒周围比我们优秀的人才，我们还畏惧批评……这些都是我们的弱点。只要我们知道我们的弱点，我们懂得设法去克服自身的弱点，我们就能成功。

不论你是什么职业、性别、年龄，这部充满力量、充满智慧的书，在生活中一定会给你启迪，使你勇敢地克服自己的弱点，发挥自己的优点，成为人际交往的高手，拥有美好、快乐、成功的人生。

时间终将沉淀记忆，那些该沉下去的东西终将沉下去，该浮出水面的东西总有一天会浮上来！抓得住的抓不住的，留得住的留不住的，是你的终归是你的，不是你的终归要飞走！

你若不能做条大路，那就做条小径；你若不能做太阳，就做一颗星星；不要以大小来决定你的输赢，但要做，就要做最好的你！



目 录



卡 耐 基 告 诉 你 人 性 的 弱 点 全 集

第一章 平安快乐的要诀

当今社会，人们生活的压力越来越大，面对日益激烈的竞争和更大的挑战，大家每天忙忙碌碌，要维持生计，要追求事业，要获得成功……在现实生活中，我们不可能时时让悦耳的称赞充斥于耳，更要面对难听的指责，无情的批评，甚至是恶意的攻击。

身心的疲惫往往使很多人疲惫不堪。可是，在我们每个人的内心都渴望得到他人的赞美、肯定、支持和表扬。但是有时却感到力不从心。

如果我们细心观察，会发现我们周围有些人为了达到自己的目的，为抬高自己，他们乐此不疲，颇有绝招，但有些人就是爱中他人之计，与之较真，与之反抗，甚至使之成为自己的一大精神负担与压力。有些人能够每天都高高兴兴地生活，感到自己的一切都很顺利，而有些人则为一些本来可以很快忘记的小事而忧虑，为一些小事情斤斤计较。

人生在世，生命短暂，我们不要为了一些烦恼而浪费了宝贵的时间。让我们掌握一些开心快乐的技巧吧。

那么平安快乐的秘诀到底有哪些？著名的演讲学家卡耐基先生告诉我们了什么？让我们一起来分享。

保持自我本色	(3)
改变不良的工作习惯	(6)



学会放松，解除疲劳	(10)
使自己的工作变得有意义	(15)
活在今天的方格中	(18)
不要对敌人心存报复	(21)
不要指望别人感激你	(25)
盘算你所得到的恩惠	(28)
将不利因素转化为成功的动力	(32)
每天尽力取悦他人	(35)
将别人的嫉妒看成对你的恭维	(38)
不让批评之剑伤害你	(41)
学会自我批评	(45)

第二章 如何使人喜欢你

有很多人会为自己不招人喜欢而苦恼，会反反复复不停问自己为什么？

的确，朋友是人际关系中甚为重要的交际对象，有的人与朋友交际有始无终、半途而废；有的甚至反目成仇、相互暗算。其实，说到底这都是没有掌握与朋友成功交际的技巧。

那么怎么做一个受大家欢迎的人呢？做一个好孩子，让家长欢迎；做一个好自己，让自己欢迎自己；做一个好学生，让老师欢迎；做一个好伙伴，让同学欢迎；做一个好少年，让社会欢迎；做一名好公民，让祖国欢迎。

“真诚地关心别人”，告诉我们如果想结交朋友，就要先为别人做些事情。“微笑待人”提醒我们，在现实生活中，微笑就是一种万能剂。笑，可以让自己的烦恼烟消云散；笑，可以消除双方的紧张局势；笑，可以传递出一种令人会意的情感……笑是一种生活态度，一种处世的法则。“牢记他人的名字”告诉我们：一个连他人名字都忘的人，当然不会引起对方的兴趣与好感，这样便直接影响你进一步与人交往。“学会倾听他人讲



话”，说明了从人性的本质来看，我们每个人都最关心的是自己，喜欢讲述自己的事情。“迎合他人的兴趣”又是你交际成功的法宝。“让他人感到自己重要”才能更好地与朋友交流。

交友得法，友谊长久，反之，朋友之间的友谊就会如同昙花一现，稍纵即逝。但愿我们每个人都能掌握科学的交友方法，与朋友之间愉快相处。

真诚地赞赏他人	(51)
如欲采蜜，就不要弄翻蜂房	(56)
激发他们的强烈要求	(61)
真诚地关心他人	(65)
微笑待人	(69)
牢记他人的名字	(72)
学会倾听他人讲话	(76)
迎合他人的兴趣	(79)
让他人感到自己重要	(85)

第三章 如何赢得他人的赞同

与人相处是一门艺术，是我们在这个社会中生存的一种必然行为，也是我们每天生活中的重要内容之一，我们几乎每天都与周围的人有着千丝万缕的关联。

懂得与人相处的艺术，就能营造出和谐、快乐的氛围，不仅愉悦自己还会愉悦对方，并能够得到别人的尊重与友善，同时还获得了帮助。相反，尽管我们为人善良、动机也纯正，却处处不讨人喜欢，关系一团糟，自己不但很难有所作为，而且也不利于工作的开展，更谈不上成功了。

我们身边有很多这样的人。他们人品不错，而且口才也不错，在这个推崇智商的年代，有着人们羡慕的“真本事”。但是，除了性格有些倔强，在哪里都与周围的人不能和谐相处，令别人反感。究其原因，就是不懂得与人相处的智慧，不知道



如何去赢得别人的赞同。

首先，良好的心态是与人和谐相处的重要基础。其次，在与人相处的时候，我们也不能丢失自己的尊严，同时也要保住别人的面子。如果你希望别人尊重你，那么你首先要学会把别人放在心上。

永远不要与人狡辩	(93)
千万不要指责他人的错误	(98)
勇敢地承认自己的错误	(100)
学会善待他人	(104)
让对方多表现自己	(109)
使对方一开始就说“是”	(112)
把你的意见变成对方的	(115)
从对方的立场看问题	(118)
给对方以同情	(122)
戏剧化地表达你的想法	(126)
向对方提出有意义的挑战	(129)

第四章 如何更好地说服他人

生活中，我们作为社会中的一个个体，我们每个人都有请人帮忙做事的时候。但问题是有的人只要向别人提出请求，就想得到他人满心欢喜地应答，并且希望对方乐意为他做事；但是也会有这样的情况，有的人要求还未说完，就有人闻而远之，即使别人答应做了，也并非发自内心的心甘情愿。当他人不大愿意为你效劳时，你大可不必请求，也没有必要威逼他人，这样不仅达不到做事的效果，也影响了人际关系的发展。

正如我们每一个人都爱自己的面子一样，我们也都喜欢得到他人的赞许。因此，当你与人交往时，我们应该怎么更好地说服他人呢？下面给出答案。

从称赞与真诚地欣赏开始；间接地指出他人的错误；在指



责别人之前，先想想自己的错误；以提问的方式来代替命令；保全他人的面子；称赞每个人的进步，即使十分微小，要“诚于嘉许、宽于称道”；给人一个美名，并使之努力保全；鼓励的办法更容易使人改正错误；使对方乐于做你所建议的事。

只要我们能够正确领会上面几条建议的真正含义，那么我们也就掌握了捕获他人内心的方法，我们也就知道了说服他人的技巧。

赞美和欣赏他人	(135)
委婉地提醒对方的错误	(138)
先谈你自己的错误	(141)
不要命令别人	(144)
给对方留面子	(148)
称赞他人最微小的进步	(152)
让他人有个好名声	(155)
让别人的错误更容易改正	(158)
善于向他人授权	(161)

第五章 让你的家庭幸福快乐

如果有人站在这里问大家：“你们的婚姻幸福吗？你们每天都过得快乐吗？”我想，很多人并不一定可以很理直气壮地回答：“幸福”。

在世界上，每天都有很多对青年男女开始他们的婚姻生活，同时又有很多对夫妻结束他们的婚姻生活。有很多人，对他们结婚后的生活感到不满意；但是有很多人却可以依然像婚前一样享受两个人的甜蜜生活。

有很多夫妻，特别是那些已经结婚很多年的夫妻，对待婚姻往往是一种“勉强”态度。在他们的婚姻里面，没有激情、没有快乐，也没有新鲜感。对他们来说，维持婚姻是一种义务，是一种忠实，是为了给孩子一个完整的家庭。事实上，幸福的



婚姻并不像我们想象中那么困难，只要我们掌握适当的技巧，就可以使婚姻充满激情。改善婚姻的方法有很多，例如：不要改变你的伴侣，不要批评你的家人，多从小事上关心她等等。

家，犹如一艘航行在浩瀚大海上的船，当船触礁时，遇险的不会只是某一个人，而一定是整个家庭成员。因此，我们要用心经营好这个家，这样才能保证我们家庭中的每一个成员都不受到伤害。在我们遇到困难时，我们也不要轻言放弃，只要船还未沉没，我们就还有希望，就应该努力争取。

不要自掘婚姻的坟墓	(167)
不要改变你的伴侣	(172)
不要批评你的家人	(177)
真诚地欣赏对方	(180)
多从小事上关注她	(183)
对家人殷勤而有礼貌	(186)
不要做婚姻的文盲	(191)
如何与女性相处	(197)
如何与男性相处	(202)

第六章 如何让你变得更加成熟

怎样才能使自己变得成熟呢？有人说：独自一个人在大马路上过一夜就会成熟；有人说工作了之后，人就会变得成熟。你认为呢？

如果你想使自己变得更加成熟，就要记住，一定要时刻注意自己的言行举止。

但是这也并不意味着我们要刻意地去追求成熟。一个人变得成熟需要靠社会阅历和人生经验的积累。做事情要三思而后行，随时想一想做某事的时候是否伤害到了别人。

成熟的第一步，是要勇于承担责任；此外，成熟的人，都不畏惧困难，而是想着如何才能克服困难，从不将时间浪费在



自怨自艾中；不成熟的人，总是把自己和别人的不同之处当作障碍，渴望别人对自己特别加以考虑。当悲剧降临时，成熟者一定会克服悲哀，继续前进。而不成熟者就会怨天尤人，停滞不前。

一个人不管其资质如何，不管其家庭背景、学历如何，都应该认真对待生活。热爱生活的人，也同样会被生活所热爱。只要我们掌握了一些适当的技巧，我们就懂得了如何才能变得成熟，我们就可以迅速地成长起来。

勇于承担责任	(209)
困难并不意味着不幸	(213)
摆脱生活中的不幸	(217)
拥有坚定的信念	(221)
相信自己是独一无二的	(225)
不要盲目因袭	(228)
不要让人觉得讨厌	(231)
让友谊伴随你一生	(234)
学会喜欢自己	(237)

第七章 走出孤独忧虑的人生

许多寂寞孤独的人因为不了解一个人要想得到他人的欢迎，一定要付出许多努力和代价而感到孤独和寂寞。孤独是现代人的通病。无论是单身的男子或美丽的女子，无论是城市的异乡人或村里的流浪汉，都一样会尝到孤寂的滋味。

我们要想克服孤独，就必须远离自怜自爱的阴影，勇敢走入充满光亮的人群里。我们要知道幸福并不是靠别人来布施，而是要自己去赢取别人对你的需求和喜爱。

要想让别人喜欢我们，的确需要花点心力。无论到什么地方，都要兴高采烈，把自己的欢乐尽量与别人分享。要使自己成为被人接纳的对象，必须把自己奉献给别人，而不是等着别



人来给自己什么。

我们要学会面对现实。无论是丈夫死了，或太太去世，活着的人都有权利再快乐地活下去。当我们发现某些事实已经无法改变时，我们就得认定事实，做出积极乐观地反应，这才是一种可取的态度。

人生在世，生命短暂，我们不要为一些本来可以很快忘记的小事而忧虑，让我们把我们的精力用在值得做的行动和感觉上，去想一些应该思考的问题，去做必须做的事情。

克服孤独的方法	(243)
如何远离忧虑的危害	(246)
消除忧虑的灵丹妙药	(249)
克服忧虑的心理	(253)
消除思想上的忧虑	(259)
不要为小事烦恼	(265)
摒弃愚蠢的担忧	(268)
接受不可避免的事实	(272)
确定忧虑的底线	(276)
不要锯木屑	(279)

第八章 不要为工作和金钱而烦恼

刚刚步入社会的年轻人，从来没有预想到生活中有很多挫折和烦恼。此时的你面临着很多抉择。我们将以什么方式来谋生？做一个记者、邮差、企业家、计算机程序员、医生还是大学教授？这是每一个刚刚踏入社会的年轻人都必须做出一项重要决定。工作，会影响我们的一生，如果决策得当的话，它可能成全或造就我们，甚至会对我们的健康产生重要影响。

在我们选择好职业后，我们还会担心：这个工作适合我吗？我们还很关心，这份工作挣的钱够我花的吗？金钱给我们带来很多烦恼，许多人在处理金钱时，却往往十分盲目。



西方有句谚语：“年轻人总是生活在虚幻的雨季中，其实一切都会雨过天晴。”

美国诗人弗洛斯特说：“林中有两条小路，你选择了其中的一条，就会看到不同的风景。”

卡耐基告诫我们，不要为工作和金钱烦恼。我们应该学会减少工作中的压力，尽量找一份自己喜欢的工作，这样才能充分发挥我们自己的聪明才智。只要我们找到正确的理财方法，我们就会发现柳暗花明又一村。

格言说：“站在侏儒的肩上，只会让人显得更卑微；站在巨人的肩上，才会使人成为天才。”接受别人的忠告，可避免重蹈覆辙；接受新知，可使自己的生活多彩而充满喜悦。

做自己喜欢的工作	(285)
正确处理夫妻间的职业冲突	(291)
处理金钱的烦恼	(296)
感到疲劳之前先休息	(299)
如何让你青春永驻	(303)



第一章 平安快乐的要诀

当今社会，人们生活的压力越来越大，面对日益激烈的竞争和更大的挑战，大家每天忙忙碌碌，要维持生计，要追求事业，要获得成功……在现实生活中，我们不可能时时让悦耳的称赞充斥于耳，更要面对难听的指责，无情的批评，甚至是恶意的攻击。

身心的疲惫往往使很多人疲惫不堪。可是，在我们每个人的内心都渴望得到他人的赞美、肯定、支持和表扬。但是有时却感到力不从心。

如果我们细心观察，会发现我们周围有些人为达到自己的目的，为抬高自己，他们乐此不疲，颇有绝招，但有些人就是爱中他人之计，与之较真，与之反抗，甚至使之成为自己的一大精神负担与压力。有些人能够每天都高高兴兴地生活，感到自己的一切都很顺利，而有些人则为一些本来可以很快忘记的小事而忧虑，为一些小事情斤斤计较。

人生在世，生命短暂，我们不要为了一些烦恼而浪费了宝贵的时间。让我们掌握一些开心快乐的技巧吧。

那么平安快乐的秘诀到底有哪些？著名的演讲学家卡耐基先生告诉我们了什么？让我们一起来分享。



>>> 保持自我本色

在生活中经常会发生这样的事情，看见同事刚从理发店做了个新发型，特别好看，你在赞美同事发型的同时，是不是心里也已经动摇了，暗自发问：我是不是应该是换个发型呢？当瘦腿裤重新流行时，你是不是也会疯狂一下，而没有注意这种裤子并不适合你的体型呢？穿衣与做人一样，要有自己的本色。

由于卡耐基的书在整个美国备受欢迎，许多出版商纷纷找他约稿，源源不断的稿酬使他积累了许多财富，同时也使他有更多的机会外出度假或从事自由旅行。1938年10月，卡耐基由于工作的劳累，便想外出旅行。他的富有并没有改变他以往节俭的生活习惯，仍然保持自己的本色，所以，他在游艇上一点也不引人注目。但是他度假的消息还是被电讯服务社记者知道了，便尾随而来。记者先到一等舱去寻找卡耐基先生，然而他失望了，他发现几个有着富翁模样的人，但都不是他想要找的卡耐基。记者终于在二等舱的餐厅里遇见了正在进餐的卡耐基，赶紧抓拍几张快照后，便上去与卡耐基交谈起来。令记者感兴趣的是他吃的并不算很丰盛，虽然他很富有。卡耐基微笑着说道：“节约是一种美德，也是我的一个重要致富方法。我有了钱，并不会去浪费，即使我拥有全世界的财富，我也不会多浪费一分一毫。”这种精神在卡耐基的一生中都得以保持，直至他逝世时。卡耐基先生一生一直保持着节俭的作风。

卡耐基说：“让我们不要模仿别人。让我们找到自己，保持本色。”模仿的结果是强迫自己的语言、表情、形态等外在行为发生变化，尽量地和心中偶像保持相同，但不管你模仿得如何逼真终归是假，人们喜欢用惺惺