

20世纪最伟大的心灵导师
唤醒迷茫者的斗志 鼓舞进取者的信心

撷取卡耐基著作精萃 汇聚卡耐基思想精华

向卡耐基学习 掌握成功之道

LEARN FROM MR.DALE CARNEGIE

曾强 编著

由卡耐基开创并倡导的个人成功学，已经成为这个时代有志青年迈向成功的阶梯，通过他的传播和教导，无数人明白了积极生活的意义，并由此改变了他们的命运。卡耐基留给我们的不仅仅是几本书和一所学校，其真正价值是他把个人成功的技巧传授给了每一个向往成功的年轻人。

——约翰·肯尼迪

大众文艺出版社

20世纪最伟大的心灵导师
唤醒迷茫者的斗志 鼓舞进取者的信心

撷取卡耐基著作精萃 汇聚卡耐基思想精华

向卡耐基学习 掌握成功之道

大众文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

掌握成功之道/曾强编著. —北京: 大众文艺出版社,
2009. 10

(向卡耐基学习)

ISBN 978-7-80094-076-7

I. 掌… II. 曾… 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191956号

书 名 向卡耐基学习: 掌握成功之道

编 著 曾强

责任编辑 陶然

出版发行 大众文艺出版社 发行部电话 84040746

地 址 北京市东城区交道口菊儿胡同7号 邮编 100009

经 销 新华书店

印 刷 北京嘉业印刷厂

开 本 787×1092毫米 1/16

印 张 15

字 数 150千

版 次 2009年11月第1版 2009年11月第1次印刷

定 价 29.80元

前 言

戴尔·卡耐基 (Dale Carnegie)，生于 1888 年，卒于 1955 年，美国著名的心理学家和人际关系学家，被誉为 20 世纪最伟大的心灵导师和最伟大的成功学大师。

卡耐基一生致力于人性和人生问题的探索，他创造性地运用心理学、社会学等专业知识，针对人类共同的心理特点和生活模式，从心理健康和发展、追求事业成功、完善人际关系、改善口才和演说技巧等多个方面发展出一套独特的成人教育模式，并出版了《沟通的艺术》、《人性的弱点》、《人性的优点》、《美好的人生》、《快乐的人生》、《伟大的人物》、《友谊的秘密》和《人性的光辉》、《卡耐基人际关系学》等著名著作。这些作品出版后被译成多种文字，风靡全球。近一个世纪以来，数以亿计的人从卡耐基的教育中获益。人类社会进入 21 世纪以后，卡耐基的思想和方法不仅不显过时，反而更加受到重视和推崇。

为了使广大读者更好地了解卡耐基思想和教育方式的精华，并能更好地运用卡耐基的实战训练方法，我们以全新的视角和手法，选取了卡耐基著作中的核心内容加以编排整理，按照新世纪读者现实生活中的需要编辑了这套“向卡耐基学习”丛书。丛书八册的主题分别为人生智慧锦囊、掌握成功之道、与人完美相处、人际沟通的艺术、拥有健康心灵、演讲口才的技巧、享受快乐人

生和家庭幸福的秘诀。

本丛书在编辑过程中参考了国内外大量卡耐基研究著作和翻译作品，谨在此向原作者致谢。书中错漏之处希望广大读者赐教指正，以便再版时及时修订。

编者

2009年10月8日

目 录

1.灾祸中一定匿藏着幸运的胚芽	1
2.将逆境当作前进的动力	5
3.平凡并不代表失败	18
4.人人都可以反败为胜	26
5.从苦难中汲取信心	30
6.多坚持五分钟	35
7.你才是自己的主宰	41
8.困难并不意味着不幸	46
9.不要光踢椅子，勇于承担责任	53
10.摆脱生活中的不幸	59
11.拥有自己的信仰	68
12.做好人生中的两个重要决定	72
13.抓住现在的每一天	82
14.相信你的直觉	95
15.做你自己	100
16.摒弃不良工作习惯	107
17.不要去踢一条死狗	113

18. 正视现实	117
19. 赢得帮助——《制造奇迹的信函》	126
20. 相信自己是正确的	135
21. 人生的精彩来自于目标的精彩	139
22. 相信自己是独一无二的	147
23. 赚不回来的是时间	152
24. 自设奖项，激发干劲	156
25. 挣取你的“脑力薪”	160
26. 化劣势为优势	162
27. 三思而后行	167
28. 积极行动是成功的基础	172
29. 杞人无忧：别让小事妨碍了你的大事	177
30. 向伟大人物学习	185
31. 称赞他人的每个进步	195
32. 使不认识者悦服	201
33. 提问代替命令	204
34. 同情下属的切身问题	207
35. 与下属共享光荣	210
36. 先让别人比你光荣	214
37. 试着取悦普通人	218
38. 间接提出他人的错误	221
39. 赢得合作的策略	225
40. 理解下属的意见	227
41. 入乡随俗	230
42. 不懈努力，才能出人头地	232

1. 灾祸中一定匿藏着幸运的胚芽

要成功并不容易。想要获得成功的人得像风筝一样与强风对抗，方能升向高空。立基于成功的信念，以便坚定向前，无惧于沿途所遭遇的困难。

确定你的信念能支持你在迈向成功的旅程中，忍受一切艰难险阻。当你确知自己在做什么，当你有个明确的目标和实施计划时，那么，你或许得与周遭的狂风搏斗，却不至于有被吹垮的顾虑。风势愈强，你会飞得愈高。

超越自然的奇迹，总是在对厄运的征服中出现。塞涅卡曾说：“伟人就是像神那样无畏的普通人。”这是一句诗一样美的妙语。古代诗人在他们的神话中曾描写过：当赫克里斯去解救普罗米修斯的时候，他是坐在一个瓦盆里漂洋过海的。

因为每一个人也正是驾着血肉之躯的轻舟，横渡波涛翻滚的生活之海的。幸运中需要的美德是节制，而厄运所需要的美德是坚韧，后者比前者更为难得。《圣经》启示人以幸福，而《新约》

则启示人通过苦难去争取幸福。

一切幸运都并非没有烦恼，而一切厄运也绝非没有希望。最美的刺绣，是以明丽的花朵映衬于暗淡的背景，而绝不是以暗淡的花朵映衬于明丽的背景，从这种图像中去汲取启示吧。人的美德犹如名贵的香料，在烈火焚烧中散发出最浓郁的芳香。正如恶劣的品质可以在幸运中暴露一样，最美好的品质也正是在厄运中被显示的。

“你如果是贫穷的，你是幸福的，因为神是属于你们的。为自己的错而悲伤的人有福了，因为他们必定会得到安慰。”这是《圣经》里的话。前句的意思，当然不用细说，只有贫穷的人，才了解神是照顾他们的。只有经过悲伤的人，才会成长。

19世纪，英国诗人怀路曾在监狱服刑期间写过这样的话：“有悲伤的地方，才有圣地，相信社会中的每一个人早晚都会了解到这一点！还未了解这一点之前，可以说那是他还不了解人生！”也就是说，突破眼前的悲伤或痛苦之后，才能到达豁达的境界。

美国牧师马非先生也曾说过：“一切的灾祸中，一定匿藏着幸运的胚芽。”他还写到，“坐在幸福的椅垫上，人会睡着；在被奴役、被鞭打而受苦的时候，人才会得到学习一些事物和道理的机会。”

他的经历一定会给你启发。

1832年，他失业了。同一年里，他决心要做政治家，当上一名州议员，但不幸的是他的竞选又失败了。

于是，他又自己开办了一家店铺，可上帝总爱和他开玩笑。一年不到，店铺再次倒闭。他不得不在长达 17 年的时间里，为偿还债务而到处奔波，吃尽了苦头。

他又一次决定参加竞选州议员，这一次他成功了！但不幸并没有离他而去，第二年，在离他结婚仅有几个月的时候，他的未婚妻却不幸因病去世了，他也悲伤得卧床不起。次年，他因此而得了神经衰弱症。

两年之后，他又参加州议会的选举，可他又失败了。5 年后，他又参加美国国会议员的选举，仍然是失败。

第二年，也就是 1846 年，他最终当上了国会议员，可在争取连任时，他却又一次落选了。

世上的失败事情几乎让他全撞上了：店铺倒闭，情人去世，竞选败北。他会怎么样呢？会不会放弃奋争呢？

现实中的他却没有服输。1854 年，他竞选参议员，失败；1858 年，再一次竞选参议员，仍然是失败！

他尝试了 11 次，可只成功了两次，但他一直没有放弃自己的追求，一直在做自己生活的主宰。1860 年，他终于获得了成功，当选为美国总统。这个人就是林肯，美国历史上最伟大的总统之一。

要是生命中每一项我们所求的事物，都只要花极少的努力就可以得到预期的结果，我们将什么也学不到，而生命也将索然无味。做什么事都成功，人将会变得多么傲慢自大！失败才能使人谦虚。

当自己面对失败，要理性地劝慰自己：这是绝佳的学习机会，也是难得的经验。

在克里米亚的一次战争中，有一枚炮弹击中一个城堡后，毁灭了一座美丽的花园。可在那个炮弹落下的深穴里，竟不住地流出泉水来，后来这里竟然成了一个永久不息的著名喷泉。同样，不幸与苦难，也会将我们的心灵炸破，而在那炸开的缝隙里，也会时刻流出奋斗的泉水来。

对于每个人来说，如果你年轻时便知道怎样对付打击，那么以后再碰到打击的时候，便能处置得更为适当些。

苦难失败往往会激发人的潜力，唤醒沉睡的雄狮，引人走上成功的道路。有勇气的人，会把逆境变为顺境，如同河蚌能将烦它的沙泥化成珍珠一样。

一个真正勇敢的人，愈为环境所迫，反而愈加奋勇，昂首挺胸，意志坚定，不屈不挠。他敢于对付任何困难，轻视任何厄运，嘲笑任何障碍，因为贫穷困苦不足以伤他毫发，反而增强了他的意志、品格、力量与决心，这使他成为一个卓越的人。对于这样的人，命运绝无法阻挡他们的前程。

所以，年轻的朋友们，一定要记住这句诗：“有悲伤的地方，才有圣地。”正视逆境，有悲伤的地方才会有圣地。

2. 将逆境当作前进的动力

《米老鼠》和《猪小弟》的作者迪斯尼，可以说是美国最为著名的人物之一。你是否知道他在 20 多岁时，还只是一个穷困潦倒的小子，可是到了 30 多岁时，他已经成为家喻户晓的人物？全世界的人们都喜爱《米老鼠》卡通片，在阿拉斯加的某个地方，影迷们甚至还组织了“米老鼠会”，在雪屋中聚会。

确实不错，他曾经穷得身无分文，但他后来却十分富有。他把自己多余的钱全部投入了自己的事业上，因为相对于储蓄的利润而言，摄制影片所得的利润更多。

少年时代的迪斯尼，曾前往美国堪萨斯城谋生，当时他的志愿是想成为一个艺术家。他刚开始是到堪萨斯的明星报社应聘，想在那里找一份工作。该报社主编审读过他的一些作品以后，认为作品缺乏新思想而没有录用，这使他感到万分失望和颓丧。

后来，他终于找到了一份工作，就是替教堂作画。可是，这份工作的报酬很低，他根本支付不起租用画室的租金，他只好借

用父亲的汽车库作为临时办公处。当时，他还认为这样的生活十分艰苦，后来却再也不这么想了，他反而认为这座充满汽油味的车库对他具有重要的影响，至少可值 100 万美元。

他是如何走向成功的呢？有一天，当他和往常一样在汽车库工作的时候，忽然看见一只老鼠在地板上跳来跳去。他赶紧跑回家，拿了一些面包屑给它吃。渐渐地，他和这只老鼠之间混得很熟了，有时候那只老鼠竟然会大胆地爬上正在作画用的画板，并有节奏地跳跃着。

不久，他被介绍到好莱坞帮助摄制一部以动物为主角的卡通片。但是不幸得很，这次他失败了，结果他不仅因此穷得身无分文，而且再度失业。正当迪斯尼走投无路之际，他突然想到了堪萨斯家中汽车库里那只在画板上蹦来跳去的老鼠。他立刻画出了一只老鼠的轮廓，米老鼠卡通片的灵感就在这样的刺激下诞生了。

谁又能想到，那只在车库里已经死去很久的老鼠，竟然会成为《米老鼠》这部在世界上最负盛名的影片的祖宗呢？不但影迷给米老鼠写的捧场信比任何演员的都要多，而且米老鼠足迹所至的国家，其他任何演员也望尘莫及。

成功之后，他尽量利用空余时间研究新的计划。每当他的研究有了心得之后，他就会和助手们一同公开讨论。有一次，他曾向他的助手们提出建议，把幼年时母亲讲给他听的《三小猪》和《大坏狼》的故事搬上银幕，但是他的助手们都不赞成。

他本想取消这一计划，但“三小猪”的形象总是在他的脑海里打转，使他难以抑制地又提了好几次，但仍然没有得到他的助手们的同意。

最后，他的助手们做了些让步，说：“好吧，我们不妨试试吧！”他们之所以这样回答，无非是不忍心违背他的诚意，而事实上，他们对这项计划没有信心。本来一部《米老鼠》影片的制作完成总共需要三个月的时间，因为他们不愿耗费那么多时间去摄制《三小猪》，于是只用了两个月的工夫就草草完成了这部影片。

这些助手们没有一个人相信这部影片能赚到钱，但他们没想到的是，《三小猪》问世之后，竟然震惊了整个美国，接着，各地的人们都在哼唱那首“谁怕那只大坏狼，大坏狼，大坏狼……”的新歌了，这部无人看好的《三小猪》竟获得了至高无上的荣誉。

据他自己说，这部影片在某些戏院前后曾重映达7次之多，而这是自有动物卡通片以来所取得的最好业绩。然而，最值得我们称颂的是，他一生为动物卡通片做出了不懈的努力，这是出于“兴趣”，而不是为了“赚钱”。我还知道他没有任何不良的嗜好，只是喜欢每天下午打打棒球或马球。

我曾拜访过美国著名的作曲家杰斯文，并向他请教他之所以成功的秘诀。他告诉我说，他的成功非常简单，因为他知道自己的需要，然后按照这个“需要”坚持不懈地努力，直至实现目标。最让我惊异和钦佩的是，他在功成名就之后还不断地努力，并且坚持每星期学习三个小时。这种勤奋好学的精神，真是太值得我

们学习了。

据说他的处女作仅卖了 5 美元，可是谁又会猜想到，在 9 年后，他替好莱坞一家电影公司的一部片子创作的一支新曲，竟收到了 50000 美元的巨额报酬呢？

当他第一次到戏院表演时，听众们全都讥笑他。后来，他接受了纽约第十四街福克斯城戏院的聘请，担任该戏院的乐师，每星期的报酬只有 25 美元。在他第一次上台参加演奏时，他面红耳赤，显得很害羞，脑子也有些昏昏然的，结果也就可想而知了，他演奏得一团糟，就连台上的演员也在嘲笑他，台下的听众们更是大笑不止。他愤怒羞愧极了，不顾一切地冲出戏院。他对我说起这件往事时，还一再地说这是他平生的最大耻辱。

他最初的志愿是想当一名画家，意想不到的他成为了一位伟大的音乐家，这个结局无疑要归功于他的母亲。据说，有一天，他的舅妈带了一架新买的钢琴来他们家做客，这使他的母亲心中极其不高兴，认为这是对她及家人的一种有意的侮辱。于是，她不顾经济能力有限，也忍痛替儿子买了一架二手钢琴。由于发生了这件突如其来的事，使他得以有机会接触音乐，并由此发展了他的音乐天赋，为世人创造出许多美妙的歌曲，甚至推动了美国音乐的突飞猛进。因此，他的成功首先应该感谢这架旧钢琴和他的母亲。

他是靠《天鹅》一曲而成名的。但是说起这首成名曲的经过来，却又十分的离奇，几乎连他自己也有些莫名其妙！在 1918 年，他

首次在百老汇舞台演奏他的新作《天鹅》时，并没有引起听众们的强烈关注。

但当时著名歌唱家约翰逊也在座，他听完该曲后，认为他很有音乐天赋，说他是一个可以造就的天才。9个月后，在一次规模盛大的集会上，有人请求阿尔唱一支新歌，以推动会场的气氛，阿尔起初婉言推辞，但后来觉得不应该辜负众人的诚意，就引吭高歌了一曲杰斯文的《天鹅》，结果大受欢迎，一致认为该曲优美绝妙，就在这短短的5分钟内，阿尔把一支被人们早已经淡忘的歌曲唱红了，杰斯文由此也一举成名。

一个月后，《天鹅》曲响遍各大酒店、舞场、影院、娱乐场所，几乎所有人都会唱这首歌曲了。这使他万分惊奇，他很纳闷这首《天鹅》曲是如何风行起来的呢？更使他惊异的是，竟有出版商愿意出60000美元的高价购买这首《天鹅》曲。天啊！他自己在一个星期只有35美元的报酬啊！生平第一次有这么一大笔钱飞进他手里，他真以为自己是在做梦了。

但是我们都明白，杰斯文的成名并非偶然。他虽然从未涉足剧场，但确实是剧场中最需要的人物。尽管他创作了许多迷人的曲子，使情侣们随着乐声舞得如醉如痴，可是谁又会相信，他自己竟然从不跳舞，还烟酒不沾？

他每天晚上总要工作到深夜，正是这种精神，使他在美国音乐界划出了一个崭新的时代，更使他的大名震惊了全世界。

在我研究过的文学家中，有些人因为自己遭遇的某种磨难而获得了巨大的成功。

在伦敦郊外，有一群顽皮的儿童正在玩耍嬉戏，其中一个年龄较大的孩子举起了一个叫韦尔斯的小弟弟，将他抛向空中，当他落下来时，那个大孩子一时失手，没有接住他，这位名叫韦尔斯的小弟弟摔伤了一条腿。

他痛苦地在床上躺了好几个月，腿骨始终没有完全复原，随时都有再度裂开的危险，这是多么可怕的事啊！他一想到自己的前途，就感到万分恐惧和悲伤。可是，他并不悲观，后来竟成为世界上著名的作家，一共写了 80 多部作品。

他认为，幼年时摔伤腿对他来说是最幸运的一件事，并且成就了他的一生。因为他自从摔伤腿以后，有一年的时间不能出门，为了解除寂寞，他只有读书解闷。结果，他对书产生了极大的兴趣，对文学有了一种巨大的嗜好。摔伤腿对他可真是一生的一大转机。

他的稿酬收入很高，每年至少有 100 万。而他原本出身贫穷，他的父亲曾是职业曲棍球员，曾开过一家小规模の瓦器店，可是生意并不太好。他就在那家小店的内室里降生的，这间小房既是卧室，又兼做厨房，不但狭小，而且黑暗，只能从墙壁的破砖缝里射进一点点亮光。

他最不能忘记的是，童年时从这条破砖缝里看到了许多来来往往的人的腿。许多年后，他以他所观察到的“腿”为题材，写