



成功阶梯智慧丛书

卡耐基励志经典

人类有史以来
最伟大的成功励志经典。

全集

振奋和唤醒
无数迷惘者的信心与斗志。

| 坚定你的梦想，激励你勇敢前行。|

KA NAIJI LIZHI JIGNDIAN QUANJI

文 博◎编



CHENGGONG
J I E T I

★★★ZHIHUICONGSHU★★★

内蒙古出版集团
远方出版社

成功阶梯智慧丛书

卡耐基励志经典

人类有史以来
最伟大的成功励志经典。

全集

振奋和唤醒
无数迷惘者的信心与斗志。

| 坚定你的梦想，激励你勇敢前行。|

KANAIJI LIZHI JINGDIAN QUANJI

文 博◎编



CHENGGONG
JIE TI

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

内蒙古出版集团
远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

卡耐基励志经典全集/文博编. —呼和浩特:远方出版社,2011.3

(成功阶梯智慧丛书)

ISBN 978-7-80723-591-0

I. ①卡… II. ①文… III. ①成功心理-通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 038613 号

成功阶梯智慧丛书

编 者 文 博

责任编辑 孟繁龙

出版发行 内蒙古出版集团 远方出版社

社 址 呼和浩特市乌兰察布东路 666 号

电 话 0471-4919981(发行部)

邮 编 010010

印 刷 北京市通州富达印刷厂

开 本 787mm×1092mm 1/10

字 数 4500 千

印 张 600

版 次 2011 年 3 月第 1 版

印 次 2011 年 6 月第 1 次印刷

印 数 1-5000 套

书 号 ISBN 978-7-80723-591-0

定 价 735.00 元(全 15 册)



你希望事业成功吗？

你希望情感满足吗？

你希望生活幸福吗？

回答当然是肯定的！一个成功、幸福的人生是众望所归的！但为什么我们苦苦追寻，结果却一无所获！反而经常百事缠身、疲惫不堪！在这个拥挤而繁忙的世界里，忙碌和疲惫已经成了很多人的通病！为了实现目标，很多人恨不得把时间掰成两半，像拧紧的发条一样快速运转！

成功并不会轻易地降临到每个人的头上，真正事业有成的人毕竟凤毛麟角，让人可望而不可及。尤其在这个竞争激烈、被成功的欲望搞得眼花缭乱的时代，迷茫的你我怎样才能摆脱今日的困惑，从容不迫地安身立业，修养心性，使自己的事业达到巅峰，使自己的人生跨上一个更高的阶梯呢？

成功并非唾手可得，它只留给有准备的并且积极努力去奋斗的人！成功亦不是一蹴而就，攀爬成功的阶梯需要脚踏实地、循序渐进，最终铸就伟大的成功。尤其在当今这个竞争激烈的时代，要想成功，单单凭借满腔的热情和坚忍不拔的精神还远远不够。成功人生需要一定的智慧——完善自我、确立目标、把握机遇、坚持不懈、付诸实践。当你按着这个阶梯方向一步一步攀登，相信你就可以提高对自我的认识，找到自己的真正目标，开发自己的潜能，轻松攀上成功阶梯的巅峰。

为了鼓舞那些苦于追求成功的人们，更是为了给那些渴望成功的人提供一个走向成功的阶梯智慧，我们特此编辑了《成功阶梯智慧丛书》，这套书撷英采华，精心分类，向你揭示左右成功的基因与密码，帮助你编织成功的网络与经纬，给予你战胜挫折、跨越人生沼泽的神勇与心智，引导你轻松、愉快、如沐春风般地实现人生成功之梦，攀爬



上成功的阶梯，迈向人生极致卓越的顶点。

别再去羡慕别人的成功，而轻视了自己的能力。请记住，成功不是施舍、不是等待，更不是恩赐。你才是掌控自己命运的主人，成功必须靠你自己去努力开创！

由于编者水平有限，能力绵薄，加之时间仓促，书中难免有不尽之处，恳请广大读者提出宝贵意见。愿本书伴随着读者在人生的道路上，走向成功，成就辉煌！

激发内心的潜能，做最优秀的自己！

攀上成功的阶梯，迈向卓越的顶点！

编 者

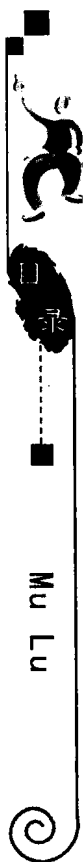
目 录

CONTENTS

第一章 保持心态,一往无前

良好的健康和充沛旺盛的精力,这是朝气蓬勃感知世界、焕发乐观精神、产生战胜一切艰难险阻的意志的一个极为重要的源泉。我们应该学会时时把自己的注意力放在美好的事情上,这样我们在困境中就能看到生活中的美,生活中的好,我们也就因此幸福起来。

- 》 1. 凡事多往好处想 / 2
- 》 2. 太多的附属品会隔断视线 / 3
- 》 3. 控制信念,去除忧虑 / 4
- 》 4. 相信自己定能成功 / 7
- 》 5. 快乐之钥在你手中 / 9
- 》 6. 乐观是成功必备的素质 / 10
- 》 7. 成功的先决条件 / 12
- 》 8. 战胜自卑,接纳自己 / 13
- 》 9. 相信自己,肯定自我 / 14
- 》 10. 给心灵播下种子 / 15
- 》 11. 如何对待不公正的批评 / 17
- 》 12. 正确估价自己 / 18
- 》 13. 相信自己是有用之材 / 19
- 》 14. 人生不是由环境造成的 / 22
- 》 15. 有计划地准备 / 23
- 》 16. 征服心底那座山峰 / 24
- 》 17. 克服阻碍成功的缺点 / 25
- 》 18. 美中不足是常态 / 28



- 》 19. 命运握在自己的手里 / 29
- 》 20. 让人信任是一种优势 / 31
- 》 21. 享受此刻的生活 / 33
- 》 22. 抬头看看天 / 34
- 》 23. 比别人多想几步 / 35
- 》 24. 每个人都是自己的老师 / 36
- 》 25. 永远不要失去热情 / 39
- 》 26. 享受读书的乐趣 / 40
- 》 27. 顿悟生活中的禅 / 41
- 》 28. 把生活简单化 / 43
- 》 29. 人生,就像一幅地图 / 44
- 》 30. 设计好你的人生 / 45

第二章 成功习惯,点滴细节

习惯的力量就像转动的车轮一样,具有很强的惯性。有时候,人们一生都在追求的东西,可能就是因为一个微小的不经意的习惯性动作而破天。所谓习惯决定命运,有什么样的习惯,就有什么样的人生。

- 》 1. 让自己显得精力十足 / 48
- 》 2. 突破旧我的习惯束缚 / 50
- 》 3. 学会善于思考 / 52
- 》 4. 无论何时都不要忘记思考 / 53
- 》 5. 赢在微小差距上 / 55
- 》 6. 路到尽头就转弯 / 56
- 》 7. 勤于思考,增强自身竞争力 / 57
- 》 8. 让自己满怀热忱地工作 / 60
- 》 9. 且叹一口气 / 62
- 》 10. 做全新的自己 / 64
- 》 11. 失意时要懂得心宽 / 65
- 》 12. 正确的思考从哪里来 / 66
- 》 13. 鞋子合脚最重要 / 68
- 》 14. 尝试特立独行 / 69
- 》 15. 习惯是创新的头号敌人 / 70
- 》 16. 演别人容易,做自己难 / 73

》 17. 别把大学当回事	/ 74
》 18. 最大的失败就是永不失败	/ 75
》 19. 跳出习惯性思维的窠臼	/ 77
》 20. 自己给自己幸福	/ 79
》 21. 养成一心向学的好习惯	/ 80
》 22. 目标不在于高远,在于实现	/ 83
》 23. 好习惯从倾听别人开始	/ 85
》 24. 成功其实很简单	/ 87
》 25. 外行也可以领导内行	/ 88
》 26. 成功是逼出来的	/ 89
》 27. 焦虑会影响健康的心境	/ 91
》 28. 用自己的方式打开结	/ 93
》 29. 集体智慧大于个人	/ 95
》 30. 换个角度看人生	/ 96
》 31. 有阻力才有动力	/ 97

第三章 自我激励,不断进取

信心对于每个人的成长和成功,都是非常重要的。自信的心态是一个人思考、行动所赖以支持的心理基础。生命中的灾难常迫使人们在信心与恐惧两者间作出选择。如何选择,关键在于你是否有足够的自信,我们每个人都有权利自己决定。

》 1. 信念是人生的动力	/ 100
》 2. 和信任自己的人交朋友	/ 103
》 3. 自信是成功的保证	/ 105
》 4. 保持乐观开朗的心态	/ 108
》 5. 受苦之后才能获得荣耀	/ 109
》 6. 学会接受建设性的批评	/ 111
》 7. 认清对方的真实面目	/ 112
》 8. 要把目光放在未来	/ 113
》 9. 事情会向好的方面发展	/ 115
》 10. 养成谦虚谨慎的工作作风	/ 116
》 11. 种子不都会结出果实	/ 117
》 12. 不断超越自我	/ 119
》 13. 坚忍可征服一切	/ 120



- 》 14. 选择新的挑战 / 122
- 》 15. 适合的就是最好的 / 123
- 》 16. 自己瞧得起自己 / 125
- 》 17. 思考方式决定行为目标 / 126
- 》 18. 要永远对生活充满希望 / 127
- 》 19. 每天不妨发愁一下 / 129
- 》 20. 成功不是偶然事件 / 130
- 》 21. 没有自信,便不会成功 / 132
- 》 22. 转化你的短处 / 133
- 》 23. 思考是解决问题的关键 / 134
- 》 24. 换个角度审视自己 / 136
- 》 25. 清除心理的蛛网 / 137
- 》 26. 理性地认识自己 / 138
- 》 27. 走出思考的陷阱 / 139
- 》 28. 一定要学会表现自己 / 142
- 》 29. 为别人开一扇窗 / 143
- 》 30. 自己淘汰自己 / 144
- 》 31. 切勿随便否定自己 / 145

第四章 瞄准目标,放飞梦想

目标是人生过程的灵魂,犹如灯塔指引着每个人前进的方向。一个人如果没有自己的目标,就像一艘没有明确目标的船,那么任何方向的风都不是顺风,永远漂流不定,最终只会搁浅在失望、失败和丧气的海滩上。

- 》 1. 你的目标是什么 / 148
- 》 2. 了解自己再作决定 / 149
- 》 3. 树立远大的目标 / 151
- 》 4. 按照自己的兴趣去闯 / 153
- 》 5. 有愿望,才能成功 / 154
- 》 6. 人生靠自己选择 / 156
- 》 7. 制订行动计划 / 158
- 》 8. 做自己最拿手的事 / 159
- 》 9. 现在规划行动路线 / 161
- 》 10. 分段实现目标 / 162

》 11. 在实践中调整路线	/ 164
》 12. 认准最近的路	/ 166
》 13. 没有谁能阻挡梦想	/ 167
》 14. 集中所有意念做事	/ 169
》 15. 勤劳创造财富	/ 170
》 16. 上帝并没有轻看卑微	/ 171
》 17. 每天进步一点点	/ 172
》 18. 要有一个创新的头脑	/ 174
》 19. 敢于扼住命运的咽喉	/ 176
》 20. 野心是“治穷”特效药	/ 177
》 21. 不断攀登生命的高峰	/ 179
》 22. 像老鼠一样适应环境	/ 180
》 23. 一切皆有可能	/ 182
》 24. 不放过每一次机会	/ 184
》 25. 历经坎坷方成正果	/ 185
》 26. 别把梦想带进坟墓	/ 186
》 27. 坚守心灵的骄傲去超越	/ 188
》 28. 高龄也有成功的可能	/ 190
》 29. 突破自我,迈向成功	/ 191
》 30. 熬出来的成绩	/ 192

第五章 勇于行动,掌握先机

人们做事的时候常常缺乏开始的勇气。但是,如果你鼓足勇气开始做了,就会发现做一件事最大的障碍,往往来自于自己的内心,更主要是缺乏行动的勇气,有了勇气决心开了头,似乎再往下做的就会是顺理成章的事了。

》 1. 勇于创新,掌握机会	/ 194
》 2. 行动是成功的基础	/ 196
》 3. 吃一堑,长一智	/ 198
》 4. 完成自己的职责	/ 201
》 5. 行动一次胜过思考百次	/ 202
》 6. 每天进行自我反省	/ 204
》 7. 凡事三思而后行	/ 205
》 8. 健康是行动的保证	/ 208



- 》 9. 做事不能因小失大 / 210
- 》 10. 善于与他人合作 / 212
- 》 11. 把信心与行动结合 / 214
- 》 12. 做事不可亏欠他人 / 216
- 》 13. 遵守时间是礼貌 / 217
- 》 14. 确定目标是成功的一半 / 218
- 》 15. 凡事不要急于求成 / 221
- 》 16. 先予才会有所取 / 222
- 》 17. 从小目标开始着手 / 224
- 》 18. 有想法更要有行动 / 226
- 》 19. 勤奋是最好的人格资产 / 228
- 》 20. 想好再做,边做边想 / 230
- 》 21. 学会懂得拒绝别人 / 232
- 》 22. 学习一门专业技能 / 234
- 》 23. 做自己喜欢的工作 / 236
- 》 24. 向竞争对手学习 / 238
- 》 25. 借鉴他人的成功经验 / 239

第六章 充满活力,挑战未来

工作生活中,我们都感到辛苦、忧虑,其实只要能放下包袱,摆正心态,就能够克服忧虑,走出心灵的阴影,忘掉一切烦恼,全身心投入到工作中去。以饱满的精神去创造未来,去迎接美好的明天。

- 》 1. 善于利用一切时间 / 242
- 》 2. 有压力才有活力 / 243
- 》 3. 把精力集中在工作上 / 245
- 》 4. 学会消除烦闷的心理 / 246
- 》 5. 不让消极侵蚀你 / 248
- 》 6. 认识你的创造潜力 / 251
- 》 7. 关注细节才能成就大业 / 252
- 》 8. 是什么让你感到疲劳 / 254
- 》 9. 积极创造奇迹 / 255
- 》 10. 在脚下多垫些砖头 / 258
- 》 11. 善于分清轻重缓急 / 260

》 12. 正确的准备途径	261
》 13. 机会只留给有准备的人	263
》 14. 培养正确的思维方式	265
》 15. 拥有追求尽善尽美的态度	266
》 16. 做好迎接挑战的准备	268
》 17. 大胆冒险,尝试去做	270
》 18. 坚强的成功信念	272
》 19. 自己要看得起自己	273
》 20. 充分挖掘你的潜能	274
》 21. 保持愉快的心情	276
》 22. 把一件事做透	278
》 23. 保持舒适的工作心情	279
》 24. 凡事有预备	281
》 25. 不要被眼前利益所迷惑	282
》 26. 伟大的事业需要热情	283
》 27. 走好关键的每一步	285
》 28. 尺有所短,寸有所长	286
》 29. 感恩让生活更美好	287
》 30. 不时调整你的人生航向	288
》 31. 充实你的人生	290
》 32. 忍是成功的动力	291
》 33. 将准备变成一种习惯	292

第七章 待人以诚,处世以敬

“立身处事,诚信为本”是中华民族固有的美德,和谐的人际关系是一笔宝贵的财富。在追求事业的时候,成功的人士很少单靠个人的能力去硬拼,通常都得益于良好的人际关系。而良好的人际关系必须以诚信为基础建立的,所以我们在交际中要做到以诚待人。

》 1. 朋友多了路好走	296
》 2. 做一个谦虚谨慎的人	297
》 3. 学会欣赏和赞美别人	299
》 4. 学会与别人沟通	301
》 5. 人际交往有技巧	303
》 6. 给人留下一点赞美	304

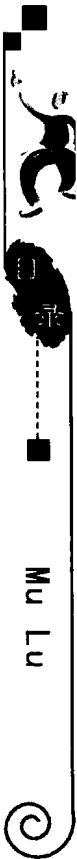
- 》 7. 正视事情的阴暗面 / 307
- 》 8. 嫉妒使人失去理智 / 308
- 》 9. 改掉嫉妒的毛病 / 309
- 》 10. 叫出别人的名字 / 312
- 》 11. 团结你身边的人 / 314
- 》 12. 团结就是力量 / 315
- 》 13. 始终保持着热情 / 316
- 》 14. 请对方帮你一个忙 / 317
- 》 15. 没有人能妨碍你的上升 / 319
- 》 16. 让你的工作高效率运转 / 320
- 》 17. 超越领导对你的期望 / 322
- 》 18. 多给别人一些鼓励 / 323
- 》 19. 站在对方的角度想问题 / 324
- 》 20. 谈论他人感兴趣的话题 / 327
- 》 21. 挑起他们的高贵动机 / 329
- 》 22. 善于合作就能双赢 / 331
- 》 23. 和谐人际关系的秘诀 / 332
- 》 24. 不要直接批评他人 / 334
- 》 25. 不要苛责朋友 / 335
- 》 26. 道不同则不相为谋 / 338
- 》 27. 为对方提供你最大的帮助 / 339

第八章 挫折是幸,逆境是福

失败是成功之母,是进步的里程碑。一个人要想有大的成就,就必须忍受失败的挫折,在失败中锻炼自己、丰富自己、完善自己,使自己变得更强大,更稳健。这样,才能最终获得成功。

- 》 1. 积极的态度来面对困境 / 342
- 》 2. 厄运往往是命运的起点 / 343
- 》 3. 毫不退缩,永不气馁 / 346
- 》 4. 逆境中生存要坚守信仰 / 347
- 》 5. 让失败来成就你的未来 / 349
- 》 6. 锤炼坚定的意志 / 350
- 》 7. 挫折,只是一个小水洼 / 352

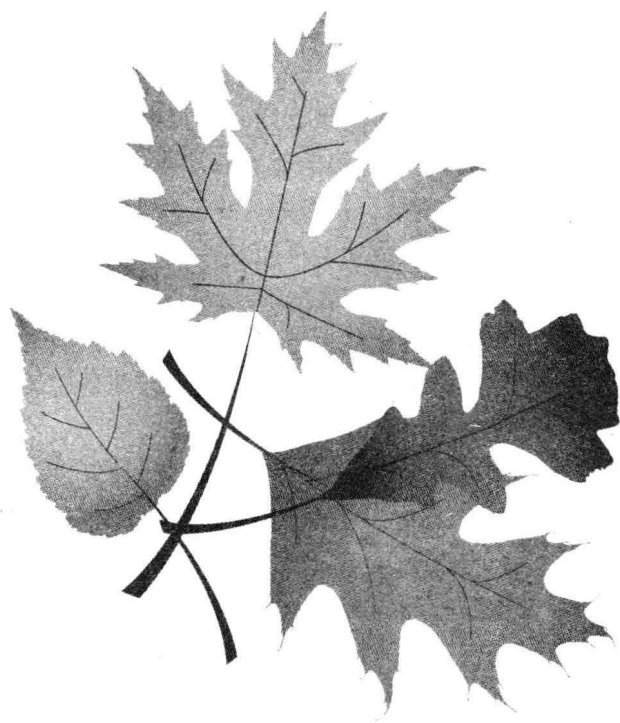
》 8. 不畏任何艰难挫折	355
》 9. 肩负起生活的责任	356
》 10. 失败也是一种幸运	357
》 11. 用心专注很重要	359
》 12. 用毅力战胜挫折	362
》 13. 不因困境而放弃目标	363
》 14. 将困难踩在脚下	365
》 15. 压力是强者的推动力	367
》 16. 成功在失败中孕育	368
》 17. 审视人生警示牌	369
》 18. 正确面对挫败	370
》 19. 珍惜眼前的幸福	372
》 20. 总结失败的原因	373
》 21. 摔倒几次,爬起几次	376
》 22. 一切皆有可能	377
》 23. 将成功进行到底	379
》 24. 意志力强者事竟成	380
》 25. 坚忍铸就成功	381
》 26. 永不放弃希望	384



第一章

保持心态，一往无前

良好的健康和充沛旺盛的精力，这是朝气蓬勃感知世界、焕发乐观精神、产生战胜一切艰难险阻的意志的一个极为重要的源泉。我们应该学会时时把自己的注意力放在美好的事情上，这样我们在困境中就能看到生活中的美，生活中的好，我们也就因此幸福起来。





1. 凡事多往好处想

●●● 成功金言

你的态度决定你的心情,影响你的健康,甚至改变你今天的际遇。凡事多往好处想,这是心理健康之道,也是幸福之道。

很多时候,一个人的苦乐与成败,并不是别人左右的结果,而是在于他的心态是否健康。如果你用悲伤的眼睛看世界,那么世界便暗无天日;如果你用慈爱的眼光看待这个世界,那么你会发现,有许多事物值得我们去感动。

困难是任何人都遇到的,但是能够以积极的心态去面对困难的人就不多了。面对困难,我们没有理由退缩。只有积极地进取才能够让我们从绝境之中闯出一条生路,怀着积极的心态去面对困难,永远是我们战胜它的法宝。“狭路相逢勇者胜”,只要我们抱着必胜的信念,成功终将是属于我们的。

人是一种有理想、有目标、有追求的高级动物。日常繁杂的生活,会这样或那样地给人以重压,使之消极,在这种情况下,培养积极的心态是非常必要的。生活的态度是人格的温度控制器,其好坏足以影响人生的成败。积极的人生态度,是迈向美满成功的跳板,也是善待自己的第一步。积极的人生态度是成功的催化剂,它使人格变得温暖活泼,富有弹性;使人充满进取精神,充满冲劲和抱负;即使遭遇困难,也可以获得帮助,使人事事顺心。

相反,消极的、冷漠的人生态度则会使人格变得萎靡、阴郁、懒惰,使人觉得周围处处都是障碍,都是不友好的眼光,最终使自己遭遇失败。人生态度是后天的,消极的人生态度并非先天遗传,并非不治之症,完全有可能设法加以纠正。

一家铁路公司有一位调车人员尼克,他工作相当认真,做事也很负责尽职,不过他有一个缺点就是:他对人生很悲观,常以否定的眼光去看这个世界。一天,铁路公司的职员都赶着去给老板过生日,大家都提早急急忙忙地走了。不巧的是,尼克不小心被关在一个待修的冰柜车里。尼克在冰柜拼命地敲打着、喊着,全公司的人都走了,根本没有人听得到。尼克的手掌敲得红肿,喉咙叫得沙哑,也没人理睬,最后只得颓然地坐在地上喘息。他愈想愈害怕,心想:冰柜的温度只有华氏零度,如果自己再不出去,一定会被冻死。他只好用发抖的手,找了笔和纸来,写下遗书。

第二天早上,公司的职员陆续来上班,他们打开冰柜,赫然发现尼克倒在地上。他们将尼克送去急救,已没有了生命迹象。但是大家都很惊讶,因为冰柜的冷冻开关并没有启动,这巨大的冰柜也有足够的氧气;更令人纳闷的是,柜子的温度一直是 16℃,但尼克竟然给

“冻”死了！其实尼克并非死于冰柜的温度，他是死于心中的冰点。他已给自己判了死刑，又怎么能够活得下去呢？

我们要学会正确地对待生活中的事情；相信人生充满乐趣；常微笑，避免愁眉苦脸，会令你充满希望，从内心产生信心，使你一夜之间判若两人。

下面是卡耐基总结的培养积极心态的一点小建议：早晨起床后，就要决心过愉快的一天；下决心不要为琐事烦心，必须提醒自己记住情绪的力量非常大。如果在愉快、积极的气氛中醒来，加上潜意识的作用，一天的心情都会感到舒畅。若因无谓的事而烦恼、不愉快时，应赶紧注意纠正。

成功箴言

只要调整好了心态，相信你的人生一定会出现一种全新的境界，你的生活充满友好、鲜花和阳光，会令你赏心悦目，使自己活得更潇洒，走上成功之路。



2. 太多的附属品会隔断视线

成功金言

同样一碗面，很饱时吃与饥寒交迫时吃感觉是不一样的。

先来看一个故事：

一天晚上，我读书到深夜，突然觉得饥饿难忍，便去厨房找东西吃。找了一圈，什么也没找到。我不甘心，觉得偌大的厨房总该有点儿能够吃的东西吧，于是又开始了第二次寻找。这时，饥饿感越来越强烈地统治了我。我想，只要能找到一点儿可以充饥的食品，我都会毫不犹豫地把它吞下去。

这次，我终于在最顶端的柜子里找到了一包快到保质期的方便面。闻一闻，似乎真的有些异味。不过我还是舍不得扔掉，因为这可能是我今夜唯一能填饱肚子的东西了。

我打开火，开始煮面。我觉得只有调料包太单调了，就又放进了一些老抽、香醋、香油和胡椒粉，厨房里的空气顿时变得诱人起来。我还嫌不够，又切进了一些葱花和姜末儿。

这下子，锅里面黄的黄，绿的绿，白的白，色泽宜人。当初，我只是想要填饱肚子，可当这个愿望满足了之后，我的要求就开始水涨船高——这包方便面要符合健康标准，要有更可口的滋味，要有更丰富的内容，甚至还要拥有一种悦目的视觉效果。于是，简单的一包方便面



第一章

保持心态，一往无前

