

彩色悦读馆

卡耐基

写给年轻人的

成功密码

全彩珍藏版

(美) 戴尔·卡耐基 著 张卉妍 编译



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.



B848.4-49
1456

卡耐基写给年轻人的

成功 密码



(美) 戴尔·卡耐基 著
张卉妍 编译

全彩珍藏版



北京联合出版公司
Beijing United Publishing Co., Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

卡耐基写给年轻人的成功密码 : 全彩珍藏版 / (美) 卡耐基著 ; 张卉妍编译 . -- 北京 : 北京联合出版公司 , 2016.6

ISBN 978-7-5502-7419-8

I . ①卡… II . ①卡… ②张… III . ①成功心理—青年读物 IV . ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 059289 号

卡耐基写给年轻人的成功密码 : 全彩珍藏版

著 者 : (美)卡耐基

编 译 : 张卉妍

责任编辑 : 杨 青 李 征

封面设计 : 冬 凡

责任校对 : 陈凤玲

图片提供 : 东方IC 晓薇等

北京联合出版公司出版

(北京市西城区德外大街83号楼9层 100088)

北京德富泰印务有限公司印刷 新华书店经销

字数434千字 720mm × 1020mm 1/16 25印张

2016年6月第1版 2016年6月第1次印刷

ISBN 978-7-5502-7419-8

定价 : 75.00元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究

本书若有质量问题, 请与本公司图书销售中心联系调换。

电话 : (010) 64243832 82062656



前言

PREFACE

从 1912 年起，戴尔·卡耐基开始了为之奋斗一生的成人教育事业。他运用心理学和社会学知识，对人类共同的心理特点和人性进行了深刻的探索和分析，开创并发展出一套融演讲术、推销术、为人处世术、智力开发术为一体的独特的成人教育方式，并卓有成效。无论是西方国家还是东方世界，其著作的译本几乎涵盖所有语系的文字。而他开创的“人际关系训练班”，包括美国卡耐基成人教育机构、国际卡耐基成人教育机构，以及遍布世界 50 多个国家的分支机构，更是多达 2000 余所。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，给人们以安慰和鼓舞，使他们从中汲取力量，从而改变自己的生活，开创崭新的人生。卡耐基教育机构造就了千千万万的毕业生，所开创的成功学教育培训帮助无数人实现了自己的梦想，影响了整整几代人。他也由此奠定了第一代成功学大师的地位，被誉为“20 世纪最伟大的人生导师”，畅销全球的美国《时代》周刊给予他极高的评价——或许除了自由女神，他就是美国的象征。

卡耐基留给后人最丰厚的精神遗产就是他的成功学理论，他在实践基础上写出的成功学著作是 20 世纪最畅销的成功励志经典。它们共同构成了卡耐基为人处世、通向成功之路的成功学体系，与他的成人教育培训班相辅相成，改变了传统的成人教育方式，影响了

千百万人的生活。

本书收录了卡耐基最主要的作品，集结了卡耐基励志作品的精华，是卡耐基伟大思想的精髓所在。成功不是一个偶然，成功的品质早已写好，就看我们能否拥有那些成功必备的素质。卡耐基以其独到的见解分析人性，分析生活。在书中，他教会我们如何轻松地掌握一些为人处世的绝妙法则，从而使我们在事业上、生活中事事顺心，少些烦恼，少些忧愁。

这将是一部年轻人不可多得的人生指南，是能改变无数人命运的励志枕边书。书中那些真实的案例以及成功者的人生经验更能给予读者智慧的启迪。技巧谁都可以掌握，但是经历却人人不同，如果你愿意花时间阅读书中的每一个例子，相信你会得到更多宝贵的东西。本书将帮助读者在职场工作、商务活动与社会交往中学会与人打交道，并有效地影响他人、获取他人的尊重和支持，掌握击败忧虑和自卑这两大人类成功之敌的要领，以创造幸福美好的人生。





目录 CONTENTS

第一章 目标至上，人生比盖楼更需要规划

先有梦想，后有成功.....	3
目标为成功提供精神动力.....	6
成功人生需要成功规划.....	10
制定目标的六个步骤.....	14
目标的精彩预示生命的精彩.....	16

第二章 孕育野心，只有想赢才能赢

心中想赢才一定能赢.....	19
你的财富始于你的梦想.....	22
孕育可敬的野心.....	24
生命因为有梦而丰满.....	26
远见为你打开财富之门.....	29
发掘你生命中的冰山.....	32

第三章 立即行动，一千个想法不如一个行动

成功始于心动，成于行动.....	35
不要拖延，现在就去做.....	39
行动，而不是犹豫.....	42
行动造就真正的巨人.....	46

第四章 谁都能成为伟大的人物

命运不完全由出身决定	49
过去不等于未来	53
改变自己，改变世界	56
相信自己，我就是奇迹	58
你的伟大超乎想象	60
坚持不懈就一定成功	64

第五章 思想成就人的伟大

精神成长影响个性及成功	67
在思想上要敢于冒险	70
以发散性思维拓展梦想宽度	72
走出思维囚禁的栅栏	75

第六章 是否真有“机会平等”这件事

机会眷顾有准备的人	79
留心小事，把握机遇	82
智者创造机遇	84
兴趣在哪里，成功就在哪里	88
培养坚忍果断的性格	92
把握机遇需要亮出你自己	94

第七章 做你自己

主宰自己的命运	97
找到属于你的音符	100
你的坐标在哪里	102
找到自己成功的坐标	105
读懂生命，编织生命的精彩	108

第八章 拥有宇宙般强大的内心能量

学会心理调控	111
--------------	-----

如何培养积极的心态.....	114
调整心态，改变未来.....	116
拥有乐观心态的 9 种方法	118
适应一切无法改变的.....	121
99% 的烦恼其实不会发生.....	124
如何培养你的抗挫折心态.....	126

第九章 幸运之神常眷顾勇者

用勇气刺穿恐惧的黑暗	129
成功的原则是掌握主动	132
勇气在，就没有失败.....	134
害怕风险会错失机遇.....	137
做机遇面前的强者	140
在困难面前要能重新站起.....	142

第十章 储存知识就是储存黄金

将知识转化成财富	145
成为一个领域的专家.....	148
从信息中寻找赚钱机遇	151
提高本领，向财富靠近	154
在与人交流中碰撞出智慧.....	156
不懂的时候“查一查”	158

第十一章 时间是最昂贵的稀有商品

做一个珍惜时间的人.....	161
善用零碎时间	164
追求时间的最大成果.....	167
管理时间，就像这样.....	170
绝不浪费时间	173
让你的时间增值	177

第十二章 良好的外在素养让你脱颖而出

散发你的迷人魅力.....	179
造就令人愉悦的个性.....	183
掌握语言艺术.....	186
用关心赢得尊重.....	190
投之以桃，报之以李.....	194
宽容是一种力量.....	198
交往中的风度.....	201
培养高雅的气质.....	203
第一印象很重要.....	206

第十三章 从做好一件事中领悟做好所有事的秘密

做正确的事比正确地做事更重要.....	209
时间里的二八法则.....	213
不要把问题复杂化.....	216
要事永远排在第一.....	218
高效地搜集消化信息.....	222
专心致志才能有成就.....	226
第一次就把事情做对.....	228

第十四章 勤奋专注，猎手的季节里没有冬天

勤奋最能挖掘潜能.....	231
比别人做得更多更彻底.....	233
再多付出一点点.....	236
一次做好一件事.....	238
天才，首先是注意力.....	240

第十五章 细节之中有“魔鬼”

万事皆因小事起.....	243
绝不忽视任何细节.....	246

追求每个细节的精益求精.....	248
成功自小处着手开始.....	252
任何工作都需要一颗认真的心.....	254
多一份专注就多一份成就.....	256

第十六章 打破常规，别人的故事里不会有你的成功

张开想象的翅膀.....	259
打破思维的定势.....	263
打破常规，学会变通.....	266
没有冒险就没有成功.....	270

第十七章 聪明工作，培养高效能的工作习惯

在行动前设定目标.....	273
注重准备工作.....	277
制定切实可行的计划.....	280
重在执行.....	284
学会自我管理.....	289
做最符合你天性的工作.....	291
善于休息.....	294

第十八章 追求完美，每件事都要做到精彩绝伦

永葆追求卓越的心.....	299
每天进步一点点.....	302
在平凡中追求卓越.....	304
给自己制定更高的标准.....	306
全力以赴，务必 100% 尽心.....	308
多做一点令你更出色.....	311

第十九章 保持激情，点燃成功的火炬

充满热忱去行动.....	315
--------------	-----

如何培养热忱.....	318
失败时为自己打气.....	322
看到舞台，而不是薪水.....	326
不让坏情绪影响自信心.....	330
重视自我激励的力量.....	332

第二十章 不惧挫折，跌倒后站不起来才失败

永存希望在心中.....	335
坚韧战胜一切.....	339
永不放弃，就能反败为胜.....	342
用微笑迎接挫折.....	346
保持超常的勇气.....	348
做一个坚强刚毅的人.....	351
信心不死，梦想不灭.....	354

第二十一章 勇担责任，尝试为世界添点色彩

绝不逃避，勇敢担责.....	357
负起责任是成功的保障.....	360
做问题的终结者.....	363
行动需要带上责任.....	366
成功来自责任感的驱使.....	370

第二十二章 完善自己，成功就是每天进步一点点

锻造一生的资本.....	373
书籍是人类的精神食粮.....	377
改变就在今天.....	380
虚心用知识打造自己.....	382
心灵上的自我完善.....	384

卡耐基写给年轻人的
成功密码







目标至上，人生比盖楼更需要规划

先有梦想，后有成功

在很多课堂上，有不同的学员问我梦想和成功的关系，根据我对很多成功人士的观察，得出一个重要的结论：一般而言，是先有梦想，后有成功。

设定明确的目标，是所有伟大成功的出发点。有 98% 的人之所以失败，就是因为他们都没有明确的目标，即使花费了九牛二虎之力，最后还是哪里都到不了。

要攀到人生山峰的更高点，当然必须要有实际行动，但是首要的是找到自己的方向和目的地。如果没有明确的目标，更高处只是空中楼阁，望不见更不可及。如果我们想要使生活有突破，到达很新且很有价值的目的地，首先一定要确定这些目的地是什么。

1952 年的《生活》杂志曾登载了约翰·戈德的故事。

戈德 15 岁时，偶然地听到年迈的祖母非常感慨地说：“如果我年轻时能多尝试一些事情就好了。”

戈德受到很大震动，决心自己绝不能到老了

还有像老祖母一样无法挽回的遗憾。于是，他立刻坐下来，详细地列出了自己这一生要做的事情，并称之为“约翰·戈德梦想清单”。

他总共写下了127项详细明确的目标。里面包括10条想要探险的河、17座要征服的高山。他甚至要走遍世界上每一个国家，还想要学开飞机、学骑马。

他要读完《圣经》，读完柏拉图、亚里士多德、狄更斯、莎士比亚等十多位大学问家的经典著作。

他的梦想还包括要乘坐潜艇、弹钢琴、读完《大英百科全书》等。当然，有重要的一项，他还要结婚生子。

戈德每天都要看几次这份“梦想清单”，他把整份单子牢牢记在心里，并且倒背如流。

戈德的这些目标，即使从半个多世纪的今天来看，仍然是壮丽且不可企及的。但他究竟完成得怎么样呢？

在戈德去世的时候，他已实现了127个目标中的103项。他以一生设定并且完成的目标，述说他人生的精彩和成就，并且照亮了这个世界。

梦想是对于所期望成就的事业完成的真正决心。梦想比幻想好得多，因为它可以实现。人一旦有梦想有目标，自然就会为了实现它而发挥更大的心力，人生的光辉由此粲然可见。

我不断在课堂上讲述惠特尼的故事，因为他的传奇显示了梦想的伟大：

在1910年那一年，来自马萨诸塞州乡下的惠特尼和朋友合租在纽约的一家廉价寄宿公寓。惠特尼和其他穷困的乡下孩子唯一的不同点是：他决心成为一家大公司的老板。

惠特尼在纽约找到的第一份工作，是为一家大食品

连锁店当零售店员。他为了更了解业务状况，便利用午餐时间到批发部门去工作。他这样做虽然不能得到别人的感谢和额外的薪水，可是当一个更好的工作出缺时，老板就想到惠特尼而把工作留给他。

从零售店员升为业务员，然后是部门主管、地区经理。随着岁月的消逝，惠特尼渐渐成为公司的核心骨干。后来他终于成为一家包装公司的总裁，实现了自己的梦想。

这个乡下孩子曾对室友说：“有一天我要成为一家大公司的总裁。”这句话并不是痴人说梦，他是在肯定自己的内在信念，为自己定下一个方向，借以鼓舞一生中的每一个行动。

为什么惠特尼能够获得成功？他努力工作——可是别人也一样努力。关键是，他知道他的方向。当他加班，当他换工作，当他学习业务上的新技能时——目标都朝向同一个方向。

漫无目的是不能成功者的咒语。他们茫然地找个工作，茫然地结婚……他们蹉跎岁月，彷徨地期待事情发生改变，心里却缺乏清楚的目标和理想。

正如成功学家拿破仑·希尔所言：“你过去或现在的情况并不重要，重要的是你将来想获得什么。成就才最重要。除非你对未来有理想，否则做不出什么事来。有了目标，内心的力量才会找到方向。”所以说，一个人之所以伟大，首先在于他有一个伟大的梦想，一个伟大的目标。



目标为成功提供精神动力

目标是一个人成功的起点，是一个人奋斗的阶梯。虽不能说一个人只要有目标就能成功，但可以肯定地说，一个没有目标的人肯定不能成功。目标的力量是惊人的，它能给积极准备的实践者指明前进的方向和不竭的精神动力。具体说来应该有下面几点：

第一，产生动力，增强积极性

你给自己定下目标之后，目标就在两个方面起作用：它是努力的依据，也是对你的鞭策。目标给了你一个看得着的射击靶。随着你努力实现这些目标，你就会有成就感。

你的目标必须是具体的，可以实现的，这很重要。如果计划不具体会降低你的积极性。为什么？因为目标是你向前迈进的动力，如果你无法知道自己前进了多少，你就会泄气，甩手不干了。下面这个真实的例子说明，一个人若看不到自己的进步，会有怎样的结果。

1952年7月4日清晨，加利福尼亚海岸笼罩在浓雾中。在海岸以西21英里的卡塔西纳岛上，一个34岁的女人涉水太平洋，向加州海岸游去。

要是成功了，她就是第一个游过卡塔林纳海峡的女性，这名妇女叫费罗伦丝·查德威克。在此之前，她是从英法两边海岸游过英吉利海岸的第一位女性。

那天早晨，海水冻得她身体发麻。雾很大，她连护送她的船都几乎看不到。时间一个钟头一个钟头过去，有几次，鲨鱼靠近了她，被人开枪吓跑。她仍然在游。在以往这类渡海游泳中她的最大问题不是疲劳，而是刺骨的水温。

15个钟头之后，她又累，又冻得发麻。她知道自己不能再游了，就叫人拉她上船。她的母亲和教练在另一条船上。他们都告诉她海岸很近了，叫她不要放弃。但她朝加州海岸望去，除了浓雾什么也看不到。

几十分钟之后——从她出发算起15个钟头零55分钟之后，人们把她拉上船。又过了几个钟头，她渐渐觉得暖和了，就开始感到失败的打击，她不假思索