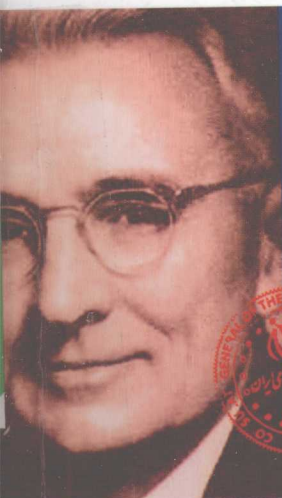


改变全球数千万人命运的经典励志奇书

卡耐基 成功之道全集

「美」戴尔·卡耐基◎著 刘屹松◎编译

KANAIJI
CHENGGONG
ZHIDAO QUANJI



戴尔·卡耐基是美国现代成人教育之父、人性教
父、20世纪最伟大的成功学大
师。立即风靡全球，先后被译
成几十种文字，被誉为“人类出版史上的奇迹”。



NLIC 2970697366



现代出版社
MODERN PRESS

卡耐基 成功之道 全集

「美」戴尔·卡耐基◎著 刘屹松◎编译



NLIC 2970697366



现代出版社
MODERN PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

卡耐基成功之道全集/ (美) 卡耐基 (Carnegie,D.) 著; 刘屹松编译—北京: 现代出版社, 2010.5

ISBN 978 - 7 - 80244 - 727 - 1

I .卡… II.①卡… ②刘… III.①成功心理学—通俗读物
IV.①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第068676号

编 著: 卡耐基著 刘屹松编译

责任编辑: 张桂玲

出版发行: 现代出版社

地 址: 北京市安定门外安华里504号

邮政编码: 100011

电 话: 010-64267325 010-64245264 (兼传真)

网 址: www.xiandaibook.com

电子信箱: xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷: 大厂聚鑫印刷有限责任公司

开 本: 787毫米×1092毫米 1/16

印 张: 23

出版日期: 2010年6月第1版 2010年6月第1次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 80244 - 727 - 1

定 价: 32.00元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

前言

戴尔·卡耐基是美国著名的心理学家和人际关系学家，20 世纪最伟大的成功学大师，美国现代成人教育之父。他一生致力于人性问题的研究，运用心理学和社会学知识，对人类共同的心理特点，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、智能开发于一体的成人教育方式。

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，给人安慰，给人鼓舞，使人从中汲取力量，从而改变生活，开创崭新的人生。卡耐基开创的“人际关系训练班”遍布世界各地，多达 1700 多所，接受培训的有社会各界人士，其中不乏学者、大学生、职员、商界巨贾、艺坛明星，军政要员，甚至包括几位美国总统。千千万万的人从卡耐基的教育中获益匪浅。

卡耐基在实践的基础上撰写而成的著作，是 20 世纪最畅销的成功励志经典。其主要代表作有：《语言的突破》《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》和《人性的光辉》等。这些书出版之后，立即风靡全球，先后被译成几十种文字，被誉为“人类出版史上的奇迹。”

自从卡耐基的著作问世以来，就改变了千千万万人的命运。发明之王爱迪生、相对论鼻祖爱因斯坦、印度圣雄甘地、《米老鼠》的父亲沃尔特·迪斯尼、建筑业奇迹的创造者里维父子、旅馆业巨子希尔顿、白手起家的台湾塑料大王王永庆、麦当劳的创始人雷·克洛克等等，都深受卡耐基思想和观点的影响。

卡耐基的思想和观点影响着美国人，甚至改变着世界。当经济不

景气、不平等、战争等恶魔正在磨灭人类追求美好生活的心灵时，卡耐基的精神和思想，就成了人们走出迷茫和困顿的最有力的支撑。当时代的列车匆匆驶过 20 世纪，进入新千年后，卡耐基的思想和见解并没有被时代所抛弃，相反，在今天这个竞争激烈的社会，他的思想和洞见，具有更强烈的激励作用，仍有很强的实用性和指导性。

然而，在充满竞争的快节奏生活中，恐怕没有太多的人有时间去细致地读完卡耐基的八九部重要作品。为了给当代“忙人”提供便利，我们重新编辑了《卡耐基成功之道全集》一书。

本书浓缩了卡耐基成功哲学中的思想精华，帮助读者解决生活中面临的最大问题：如何学会为人处世，在日常生活、商务活动与社会交往中与人打交道，并有效地影响他人；如何击败人类的生存之敌——忧虑，以创造一种幸福美好的人生；如何获得自信自尊，在演讲场合表现突出，准确地表达自己的观点和思想，从而赢得听众的尊重……这些问题的解决必将帮助新世纪的人们克服人性弱点，开发人类潜能，乐观而勇敢地面对生活，获得事业的成功和人生的快乐，帮助人们到达成功的巅峰。

本书蕴藏着卡耐基的超人智慧，传达人生启示。

目 录

第一篇

人性的弱点

——做人处世的基本技巧和如何使人喜欢你

毫不夸张地说,《人性的弱点》是世界上最经典也最有实用价值的为人处世参考书。凡是读过此书的人都会由衷地钦佩其中简明易懂的处世道理,并将在实际生活中尽力按照其中的原则去实践,从而走向成功。

这是一本行动的书。

第一章 待人处世的基本技巧.....2

1. 如欲采蜜,勿蹴蜂房.....2
2. 献出你的赞赏,给人以自重感.....9
3. 诚恳友善地对待他人.....17
4. 尊重他人不同的意见.....20

第二章 使你更受人喜欢的六条规则23

1. 如果这样做,你将到处受欢迎23
2. 学会微笑,给人好印象30

3. 学会记住他人的姓名·····	35
4. 倾听比好的谈吐更重要·····	40
5. 引发别人的真正兴趣·····	47
6. 使别人感觉到他的重要·····	49
第三章 如何更好地完善自己 ·····	58
1. 了解并喜欢自己·····	58
2. 别让自己看起来乏味·····	62
3. 勇于承担责任·····	65
4. 突破自我设限·····	68
5. 树立敬业精神·····	70
第四章 行动是成功的关键 ·····	74
1. 确立目标是有所成就的出发点·····	74
2. 培养恒心和毅力·····	79
3. 如何下定决心·····	85
4. 不当一个埋没才华的傻蛋·····	86

第二篇

人性的优点

——如何征服忧虑，走出人生的误区

《人性的优点》告诉你：如何走出人生的误区；如何充分了解自己、相信自己，养成良好习惯；怎样从忧虑中解脱出来，创造幸福美好的人生。其中，既有卡耐基自己的亲身经历，又有他为各种人士开出的“妙方”，是非常宝贵而有效的生活经验，对每一个寻找快乐和幸福的人都大有裨益。

第一章 对付忧虑的法则	90
1. 忧虑是长寿的克星	90
2. 告诉你改变人一生的 24 个字	97
3. 清除忧虑的“万能公式”	104
4. 解决忧虑问题的步骤	109
第二章 分析忧虑的方法	114
1. 工作上的忧虑是什么	114
2. 听听别人对自己的看法	116
3. 不为失眠而忧虑	119
4. 什么使你疲劳	122
第三章 如何改掉忧虑的习惯	126
1. 把忧虑从你的思想中赶走	126
2. 不让烦恼小事使你垂头丧气	131
3. 平均率可以战胜忧虑	134
4. 对必然之事轻快地接受	138
5. 为忧虑限定“到此为止”	143
6. 不试图锯木屑	147
第四章 保持充沛的生命活力	150
1. 如何多清醒一小时	150
2. 培养对工作的兴趣	153
3. 四种良好的工作习惯	158
4. 把握住今天	160

第三篇

美好的人生

——研讨赢得友谊之法,探索家庭幸福之道

《美好的人生》由“为人处世的 12 条原则”、“改变他,而不是伤害他”和“家庭幸福之道”三个章节组成,从各个方面分析了为人处世和家庭生活的原则和技巧,为您的美好人生路导航指路。

第一章 人际交往的 12 条原则166

1. 争论中没有赢家166
2. 避免在生活中树敌169
3. 如果你错了就承认176
4. 使你走上理智的大路180
5. 苏格拉底的秘密183
6. 处理抱怨,得给别人多说话的机会187
7. 把你的意见变成对方的意愿191
8. 一个创造奇迹的公式194
9. 发挥“同情”的威力196
10. 激发他人高尚的动机200
11. 戏剧化地表达你的意见204
12. 当你无计可施时,不妨试试这个206

第二章 改变他,而不是伤害他的九种方法209

1. 如果你必须批评,试试这个方法209
2. 间接提醒对方的错误212
3. 先谈你自己的错误214

4. 没有人喜欢接受命令	216
5. 使对方保住面子	216
6. 称赞最微小的进步	218
7. 给狗取个好名字	221
8. 使错误看起来容易改正	223
9. 使人乐意做你所建议的事	224
第三章 让你的婚姻家庭更幸福	227
1. 不要挖掘婚姻的坟墓	227
2. 爱他,就让他自在的生活	231
3. 批评对方要谨慎	233
4. 给予真诚的欣赏	236
5. 对琐事多加注意	238
6. 如果你要快乐,别忽略了殷勤礼貌	239
7. 不要做一个“婚姻的文盲”	242

第四篇

快乐的人生

——一本引导人们踏上快乐人生的书

《快乐的人生》阐明了这样一个观点:消除错误思想和行为,在心灵中注入快乐,比割除身上的肿瘤和脓疮还重要。该书重点阐述了要想得到快乐就必须“培养快乐的心理”、“不因为别人批评而不快乐”、“学会支配你的工作和金钱”等,并由几十位名人现身说法,讲述自己如何得到快乐的经历。

这是一本引导人们踏上快乐的人生的书。

第一章 培养快乐心情的规则	246
1. 保持你的本色	246
2. 不要试图报复仇人	250
3. 改变你生活的九个字	254
4. 如果有个柠檬,就做柠檬水	257
5. 施恩于人不图回报	260
6. 算算你得意之事	265
7. 我曾经是个大笨蛋	269
8. 快乐心态能产生反败为胜的力量	270
第二章 不因为别人批评而不快乐	273
1. 如何使别人的批评不伤害你	273
2. 没有人会踢一条死狗	276
第三章 学会支配你的工作和金钱	278
1. 你一生中的两项重大决定	278
2. 工作是生命之律	283
3. 管理金钱的 11 条规则	288
4. 不要入不敷出	295

第五篇

语言的突破

——教会人们克服恐惧,建立自信,更有效地说话和演讲

《语言的突破》详细地介绍了克服恐惧、建立自信的方法,阐述了演讲口才方面的方法和技巧,给那些渴望具有良好口才的人

们提供一个成功的快捷方式。

第一章 有效说话的基本法则	302
1. 获得演说技巧的基本途径	302
2. 培养演讲的自信心	304
3. 当众说话的三个法则	305
第二章 演讲准备与控场技术	307
1. 演讲前必须要有充分准备	307
2. 即刻进入角色	312
3. 保持良好的态度	318
4. 使你的演讲具体化	321
5. 把专业术语变得简单而深动	325
6. 迫使他人信服	327
7. 给人回味的结尾	330
第三章 提升自我语言的魅力	335
1. 恰当运用措词	335
2. 善用幽默	342
3. 巧用事例	346
4. 直接提出请求	350
5. 使用“借用语”	351
6. 苏格拉底妙法	352

第一篇 人性的弱点

——做人处世的基本技巧 and 如何使人喜欢你

《人性的弱点》是由卡耐基授课时所用的教材演变而成的，在 1936 年出版。这本书令卡耐基享誉世界。卡耐基应用大量心理学知识，对人类共同的心理特点进行细致入微的探索和分析，揭示人们待人接物的处世之道，提出了一套令我们面红耳赤、怦然心跳的人际关系学。

毫不夸张地说，《人性的弱点》是世界上最经典也最有实用价值的为人处世参考书。凡是读过此书的人都会由衷地钦佩其中简明易懂的处世道理，并将在实际生活中尽力按照其中的原则去实践，从而走向成功。

所以说，这是一本行动的书。

第一章 待人处世的基本技巧

一个人事业上的成功，只有 15%是由于他的专业技术，另外的 85%要依靠人际关系、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。

1. 如欲采蜜，勿蹴蜂房

在 1931 年的 5 月 7 日，纽约市民看到一桩从未见到过、骇人听闻的围捕格斗！凶手是个烟酒不沾，有“双枪”之称，叫“克劳雷”的罪犯。他被包围，陷落在西末街——他情人的公寓里。

150 名警方治安人员，把克劳雷包围在公寓顶层的藏身处。他们在屋顶凿了个洞，试图用催泪瓦斯把凶手克劳雷熏出来。警方人员已把机枪安置在附近四周的建筑物上，经过一个多小时的时间，这个纽约市里原来清静的住宅区，一阵阵地响着惊心动魄的机枪、手枪声。克劳雷藏在一把堆满杂物的椅子后面，手上的短枪，接连地向警方人员射击。上万的人，怀着激动而兴奋的心情，观看这幕警匪格斗的场面。久住纽约的人都知道，从来没有发生过这样的变故。

当克劳雷被捕后，警察总监马罗南指出：“这个暴徒是纽约治安史上最危险的一个罪犯。”这位警察总监又说：“克劳雷杀人就像切葱一样……他会判处死刑！”

可是，“双枪”克劳雷认为自己又是何等的一个人呢？当警方人员围击他藏身的公寓时，克劳雷写了一封公开的信，写的时候因伤口流血，使那张纸上留下了他的血迹！克劳雷的信这样写着：“在我衣服里面，是一颗疲惫的心——那是仁慈的，一颗不愿意伤害任何人的心。”

在这件事不久之前，克劳雷驾着汽车在长岛一条公路上，跟一个女

伴调情。那时突然走来一个警察，来到他停着的汽车旁边，说：“让我看看你的驾驶执照。”

克劳雷不说一句话，拔出他的手枪，就朝那警察连开数枪，那警察倒地而死。接着克劳雷从汽车里跳了出来，捡起那警察手枪时，又朝地上的尸体放了一枪。这就是克劳雷所说的“在我衣服里面，是一颗疲惫的心——是仁慈的，一颗不愿意伤害任何人的心”。

克劳雷被判死刑坐电椅，当他走进受刑室时，你想他会说：“这是我杀人作恶的下场？”不，他说的是：“我是因为要保卫我自己，才这样做的。”

这段故事所指的含意，是“双枪”克劳雷对自己没有一丝的自责。

那是罪犯中一种常见的态度？如果你是这样想，再听听下面这些话：

“我将一生中最好的岁月给了人们，使他们获得幸福愉快，过着舒服的日子，而我所得到的只是侮辱，一个遭人搜捕的人。”

那是卡邦所说的话，他是美国的第一号公敌，横行在芝加哥一带，是一个最凶恶的匪首。可是，他认为自己是一个有益于群众的人——一个没有受到赞许，而且是个被人误会的人。

休士在纽约被枪弹击倒前，也有这样表示。他接受新闻记者采访时说，他是一位有益于群众的人。其实，他在纽约是个令人发指的罪犯。

我曾经和“星星监狱”负责人华赖·劳斯有过一次有趣的通信。他说：“在‘星星监狱’中，很少有罪犯承认自己是坏人，他们的人性就跟你、我一样，他们有这样的见解、解释。他们会这样告诉你，为什么要撬开保险箱，或是接连地放枪伤害人，甚至为他们自己辩护反现实的行为，因此坚持不应该把他们囚禁起来。”

如果卡邦、“双枪”克劳雷、休士和在监狱中的暴徒，完全不自责，不归咎在自己身上，那你我所接触的人又如何呢？

已故的华纳梅格，有一次这样承认说：“30年前我就明白，责备人是愚蠢的事，我即使不抱怨上帝没有将智能均匀地分配，可是我对克制自己的缺陷已感到非常吃力了。”

华纳梅格很早就学到这一课，可是我自己在这古老的世界里，盲目地行走了三十多年，然后才豁然感悟：100次中有99次，没有人会为了任何一桩事情来批评他自己，无论错误到什么程度。

批评是没有用的，因为它使人增加一层防御，而且竭力地替自己辩护。

批评也是危险的，它会伤害了一个人的自尊和自重的感觉，并激起他的反抗。

德国军队里的士兵们，在发生某一件事后，不准许立即申诉、批评。他需要怀着满肚的怨气睡去，直到他这股怨气消失。如果他当即申诉，会受到处罚。在我们日常生活中，似乎也有遵循这样一个规律的必要——就像嘀咕埋怨的父母，喋喋不休的妻子，斥责怒骂的老板……那些吹毛求疵、令人讨厌的人。

从上千页的历史中，你可以找出很多很多对“批评”毫无效果的例子。罗斯福和塔夫特总统那著名的争论，这争论分裂了共和党，而使威尔逊进了白宫，使他在世界大战中，留下了勇敢、光荣的事迹，而且还改变了历史的趋势。

让我们快速地追叙出当时的情形：

1908年，罗斯福离开白宫的时候，他使塔夫特做了总统，然后自己去非洲狩猎狮子。当他回来的时候，情形就发生了，他指责塔夫特守旧，想要自己连任第三任总统，并且组织了“勃尔摩斯党”。这几乎毁灭了共和党。就在那次选举的时候，塔夫特和共和党，只获得两个州的赞助——那是“夫蒙”和“雨脱”，这是共和党一次最大的失败。

罗斯福责备了塔夫特，可是塔夫特有没有责备他自己？当然没有。塔夫特两眼含着泪水，说：“我不知道怎么样做才能和我所已做的不同。”

究竟是谁做错了？这情形我不知道，也不需要去关心。不过我所要指出的一点，那是罗斯福所有的批评，并没有使塔夫特自己觉得不对。那只是使塔夫特尽力替自己辩护，眼中含着泪水，反复地说：“我不知道怎么样做才能和我所已做的不同。”

铁泡脱·顿姆的煤油舞弊案，这件事还记得吗？它使舆论愤怒了好几年，震荡了整个国家！在任何人的记忆里，美国公务生活中，从没有发生过这类的情形。

这里是这桩舞弊案的事实经过：哈尔信脱·福尔是哈定总统任上的内政部长，当时委派他主事政府在爱尔克山和铁泡脱油田保留地出租的事。那块油田，是政府预备未来海军用油的保留地。

福尔是不是公开投标？不，不是那回事，福尔把这份丰厚的合约，干脆给了他的朋友图海尼。图海尼又如何呢？他把自己愿意称为“债款”

的美金 10 万元，给了这位福尔部长。福尔接着用他高压的手段，命令美国海军进驻那地区，把那些竞争者赶走，因为他们的邻近油井，吮吸爱尔克山的财富。保留地上的那些竞争者，在枪杆、刀光下给赶走了，可是他们不甘心，跑进法庭，揭发了铁泡脱美金一亿元的舞弊案。这件事发生后，影响之恶劣，几乎毁灭了哈丁总统整个的政治生涯，全国哗然，一致痛恨；共和党也几乎垮台，而福尔也被判下狱。

福尔被斥责得焦头烂额——在公务生活中，很少有人被这样的谴责过！他后悔了？不，根本没有！

那是几年后，胡佛在一次公共演讲中暗示，哈定总统的死，是由于神经的刺激和心里的忧虑，因为有一个朋友曾经出卖了他。当时福尔的妻子也在座，听到这话后立刻从座椅上跳了起来。她失声大哭，紧紧握着拳头，大声说：“什么……哈丁是给福尔所出卖的？不，我丈夫从未辜负过任何人。即使这间屋子堆满了黄金，也不会诱惑我丈夫做坏事。他是被别人所负，才走向刑场，被钉十字架的。”

这情形你可以明白，人类自然的天性，是做错事只会责备别人，而绝不会责备自己，我们每个人都是如此的。所以你我当明天要批评别人的时候，就想想卡邦、克劳雷和福尔这些人。

批评就像饲养的鸽子，他们永远会飞回家的。我们需要了解，我们要矫正或谴责的人他也会为自己辩护，而反过来谴责我们的。就像温和的塔夫特，他要这样说：“我不知道怎么样做才能和我所已做的不同。”

1865 年 4 月 15 日，星期六的早晨，林肯躺在一家简陋的公寓的卧室中。这家公寓就在他遭到狙击的福特戏院对面。林肯瘦长的身体，躺在一张短短而往下沉的床上，靠床的沿壁，挂着一幅朋汉“马群展览会”的复制画，一盏煤气灯散发出幽黯、淡淡的光亮。

林肯躺着即将去世的时候，陆军部长斯坦顿说：“躺在那里的，是世界上最完美的元首。”

林肯待人成功的秘诀是什么？我曾费了十年左右的时间，研究林肯的一生，同时我整整费了三年的时间，撰写了一部有关他的书，我替这部书题名叫“人们对林肯尚未清楚的一面”。

我相信我详尽的研究有关林肯的人格和他的家庭生活，已到任何人所能做到的极限。我又找出有关林肯待人的方法，作特殊的研究。林肯是否放任批评过人？是的，当他年轻的时候，在印第安纳州的鸽溪谷，