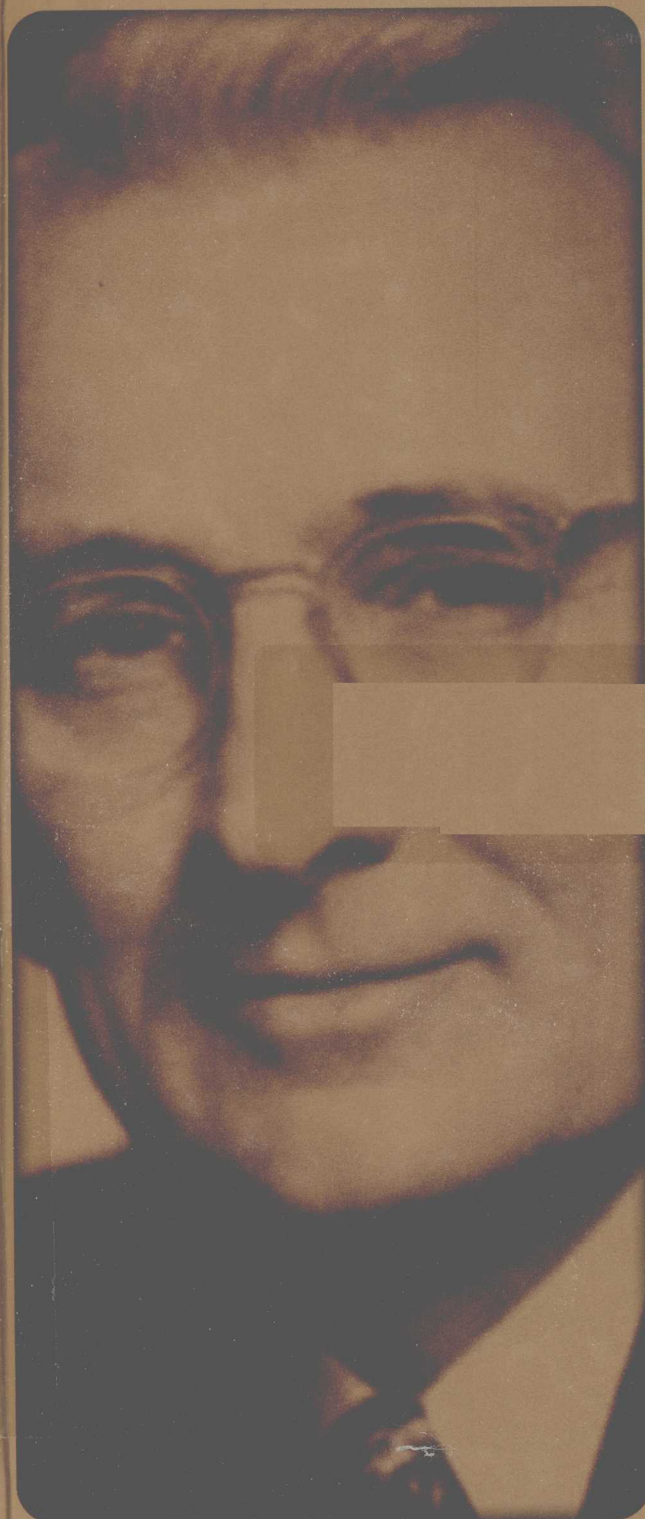




卡耐基全集

成熟的人生★写给女性的忠告★林肯传

下

(美) 戴尔·卡耐基◎著



中国城市出版社
CHINA CITY PRESS

卡耐基全集



★ 成熟的人生 ★
★ 写给女性的忠告 ★
★ 林肯传 ★

中国城市出版社
· 北 京 ·

成熟的人生

序 言 /8

第一篇 勇于承担责任

第1章	不要将责任推被别人	10
第2章	绝不寻找任何借口	12
第3章	面对困难无所畏惧	14
第4章	摆脱生活中的不幸	20

第二篇 用行动证明自己的成熟

第1章	坚定的信念是行动的基础	27
第2章	先分析再行动	31
第3章	积极行动是成功的基础	34

第三篇 如何保持精神健康

第1章	你是世界上独一无二的人	38
第2章	尝试着喜欢自己	43
第3章	永远不要做顺从主义者	47
第4章	不要做令人讨厌的人	54
第5章	学习是走向成熟的良方	60

第四篇 婚姻是成熟心灵的选择

第1章	如何与女性相处	68
第2章	做一个称职的父亲	77
第3章	如何与男性相处	83
第4章	享受真正成熟的爱	92

第五篇 友谊有助于促进成熟

第1章	不要跌入孤独寂寞的陷阱	98
第2章	善于发掘人性中善良的本质	103
第3章	如何赢得友谊	110

第六篇 老有所为

第1章	老年是人生的第二高峰	116
第2章	享受活到100岁的乐趣	119
第3章	工作是人生受益的源泉	123

写给女性的忠告

第一篇 帮助丈夫走向成功的第一步

第1章	帮助丈夫实现梦想	132
第2章	共同追求新的目标	136
第3章	激发丈夫的工作热忱	138
第4章	提高丈夫的“成功商数”	142

第二篇 成为丈夫的好帮手

第1章	做一个“善于倾听”的太太	147
第2章	赞美和激励你的丈夫	153

第3章 做丈夫忠实的信徒	157
--------------------	-----

第三篇 给丈夫额外的推动力

第1章 做丈夫事业的帮手	161
第2章 与丈夫的女秘书友好相处	166
第3章 鼓励丈夫勤做“学生”	171
第4章 共同迎接挑战	176

第四篇 如何面对现实问题

第1章 快快乐乐地搬家	180
第2章 让你的丈夫全身心投入工作	183
第3章 学会适应不平凡的丈夫	185
第4章 适应丈夫在家里工作	189
第5章 如何应对你和丈夫的事业冲突	191
第6章 不要落在丈夫后面	193

第五篇 防止夫妻之间的陷阱

第1章 唠叨只会让男人远离家庭	200
第2章 不要干预丈夫的工作	206
第3章 不要用你的野心改变你丈夫	209
第4章 鼓励丈夫冒险和尝试	214

第六篇 让你的丈夫幸福快乐

第1章 做一个“温柔可爱”的女人	220
第2章 共同分享丈夫的嗜好	223
第3章 让丈夫单独享有一种嗜好	227
第4章 培养你自己的嗜好	231

第七篇 做一个优秀的妻子

第1章	做个优秀的家庭主妇	234
第2章	给丈夫一个休憩的港湾	236
第3章	绝不浪费时间	240
第4章	处理家务也要技巧	244

第八篇 让大家都喜欢他

第1章	使你的丈夫受人欢迎	250
第2章	发挥丈夫的优点	254

第九篇 妻子最伟大的贡献

第1章	做一个家庭理财巧妇	259
第2章	关注丈夫的健康	265
第3章	提升爱情的深度	270

林肯传

第一篇 奋斗的历程

第1章	先辈的历史	276
第2章	童年	281
第3章	求学若渴	286
第4章	成功源于自信和勇气	291
第5章	初恋的痛苦	297
第6章	获得玛丽的芳心	305
第7章	婚礼上的风波	311
第8章	和不喜欢的女人结婚	317

第二篇 向胜利前进

第1章	宠爱孩子的慈父	321
第2章	穷苦的律师生涯	327
第3章	毫无乐趣的婚姻	330
第4章	无尽的哀愁	335
第5章	最伟大的演讲	339
第6章	美国历史上的大辩论	344
第7章	总统竞选	351
第8章	告别故乡	354
第9章	就职典礼	361

第三篇 最伟大的总统

第1章	战场上的失利	366
第2章	绝不投降	370
第3章	千钧一发	373
第4章	总统和内阁的关系	378
第5章	解放黑奴	386
第6章	嘉言懿行	392
第7章	不能临阵换帅	401
第8章	伟大的胜利	407
第9章	凶悍的总统夫人	410
第10章	总统遇刺	415

第四篇 永远的思念 /423

译后记 /426

言 录

卡耐基全集

成熟的人生

序 言

有一份报纸摘要，其内容大致是这样的：“芝加哥大学的科学家已经在尝试用‘成熟度’来衡量一个人的年龄。他们发现，许多人并不是年龄越大就越成熟。”

“成熟”一词本来不是褒义词，只是直到最近一段时期才略有改变。按照从前的理解，如果说一个女人“成熟”，就如同说她肥胖、邋遢、缺乏魅力一样，会让她感到非常的不舒服。

从美国的经济和社会角度来看，年轻一直受到人们的重视，因此，每个女人也都梦想着自己永远只有 25 岁。例如，女售货员最想听的恭维话就是“年轻”；大部分广告宣传的出发点也只有一个，即容貌、举止、感觉都要显现出年轻。

虽然男人们不曾公开表现他们的欲望，但他们梦想青春永驻的渴望和女性相比起来，其实一点也不差。你看，每到周末，高尔夫球场上那些 40 多岁的男人都无不渴望恢复到 20 岁的腰围——而且他们和自己的妻子一起进行饮食节制活动。

保持年轻现在已经成为一种深入人心的、固有的观念。目前，从经济上来讲，它已经越来越不可或缺，工商业界规定一个人的退休年龄是 65 岁，但是对于一般工薪阶层的人而言，他们到了 35 岁以后就开始很难找到工作了。

美国人都崇尚青春。但是，在一些传统的文明古国中，中年女性仍然被认为是美丽、迷人而充满魅力的，男人年过六十也依然充满了智慧，备受人们的尊敬。我认为我们之所以会产生这种态度，同我们国家的历史较短有关。不过，抛开所有的原因，我们

的结论是：我们每个人都在自欺欺人，近乎稚气地不肯长大、不愿意成人，而这肯定会失去成熟给我们所带来的丰厚回报。

“年轻”固然有其吸引力，但它毕竟只是成年的准备期，只是人生的一个过渡阶段。企图永远在活在年轻的阶段，而主观地拒绝成年的到来，实际上就是在逃避责任、逃避人生。

相反，希望有所成就并展现自己的能力，这都是渴望成熟的体现。成熟，就需要不断的成长，而一旦我们停止了成长，可怕的衰老就会随之而来。“变老”与“成长”是相对的。通过不断地学习、发展、奉献、创造或享受人生，我们就能不断地成熟；无论我们的具体年龄是多少，只要我们积极向上，我们就不会衰老。

这本书就是要给你的人生关键阶段提供一些必要的指导，比如为你提供一些必要的处理社会和婚姻关系的成熟方法，并探讨我个人认为的成熟的人生所必须持有的态度。

我的出发点是关注成熟的结果，同时告诉一些如何走向成熟的途径，从而激励人们明白人生需要不断地进步和成长，否则就会真正走向衰老。所以，我可以肯定地说，“成熟”是我们大家都努力探求的目标，为了达到这一目标，我们必须付出智慧，并制定相应的计划。

我将尽量用真实的例子来证明我的观点，这些例子大部分是“卡耐基人际关系演讲课程班”的学生的，在此我还要对他们表示深深的感谢。

我相信，书中所描述的观点将能够取代“让我们保住青春”的流行说法；同时我们相信，一个新的时代——精神和灵魂的本质会像青春的笑脸和健壮结实的肌肉一样令人着迷的时代——必将到来。和看起来要年轻十岁相比，成熟睿智显然更令我们快乐，而且也不会有人自己认为，或是被别人认为老得无法做他想做的事。

我相信，如果这种快乐的情况能实现，我们就不再会害怕变老。到那时，我们也将会变得成熟！

第一篇

勇于承担责任

第1章 不要将责任推给别人

我的小女儿唐娜·戴尔刚刚学会走路。有一天,因为她想爬到冰箱上去,于是她就搬了一把小椅子到厨房里去。我急忙跑过去想扶住她,但是来不及了,她已经跌倒在地。

当我把她抱起来后,她狠狠地朝那把椅子踢了一脚,骂道:“破椅子,都怪你!”

其实,这样的事情常有发生。小孩子比较任性,明明是她自己犯的错误,却要迁怒于那些没有生命的东西或是无辜的旁观者,甚至认为这种行为是很正常的。

但是,如果我们学小孩子的做法,也把这种行为带入成年,那可就麻烦大了。自古以来,一直就不乏将自己的失败和过错推到别人身上的例子,就连亚当也曾责怪夏娃说:“由于这个女人的诱惑,我才吃了禁果的。”

成熟的第一步,是要勇于承担责任。我们都已经脱离了将自己的跌倒迁怒到椅子的孩童阶段,我们应该直面人生,自己对自己负责。不过,这样做的确比较困难;而怪罪我们的家长、老板、师长、环境、丈夫、妻子、子女则容易得多,而且如果有必要的话,我们还可以怪罪祖先、政府,或者我们还可以有一个最好的借口,那就是责怪幸运之神的不公平。

不成熟的人,总能为他们的缺点和不幸找到各种理由——

没错,这些理由仍然是他们自身之外的理由——例如:

他们的童年很悲惨;

他们的父母太贫穷或太富有;

他们的父母对他们的管教过于严厉或过于放纵;

他们缺少教育;

他们身体虚弱,饱受疾病的折磨;

.....

总之,她(或他)们会埋怨丈夫(或妻子)不了解她(或他)们,认为命运之神跟她(或他)们过不去,总是让她(或他)们缺少运气,仿佛整个世界都在与自己为敌。其实,她(或他)们是在为自己的过错寻找替罪羊,而不是去想方设法克服困难。

我们班上有一位女学员,有一天下课后她来找我。那天的课程是训练记忆人名。

这位小姐对我说:“我希望你不要奢望我能记住一个人的名字。这是绝对不可能的。”

我问她:“为什么?”

“遗传!”她回答说,“我们家里没有一个人的记忆力是好的,这来自我父母的遗传。所以,你要知道,我在这方面是不可能有什么进展的。”

“小姐,”我说,“这并不是什么遗传问题,而是一种懒惰。与提高你的记忆力比起来,责怪你的父母显然要容易得多。来,我现在就给你证明这一点。”

仅仅几分钟,我就帮这位小姐进行了几个简单的记忆训练,由于她非常专一,当然效果也不错。

经过一段时间的训练,她消除了以前的观念,觉得可以通过训练来提高记忆力。对此我很高兴,因为她已经学会了积极改进自己的记忆力,而不再为自己寻找任何借口。

父母如果只是因为糟糕的记忆力而遭到子女的责怪,这还算是幸运的。小到脱发,大到遭受挫折,将一切都怪罪到父母头

上,这好像已经成了儿女们最好的借口。

还有一个女孩子,她也谈到她母亲对她生活的影响:她刚出生不久,她母亲就成了寡妇,但是她母亲能力不凡,加上工作又勤恳努力,很快就成为一位女实业家。

有了这样一位了不起的母亲,她注定会备受疼爱与呵护,并接受良好的教育。但是,这并不是最主要的——她说她还要承受一种巨大的压力!

你猜这种压力来自哪里?

竟然是来自她母亲的成功!

这个女孩子说:“我从青年时期就生活在母亲的阴影里,因为我感觉到自己跟母亲之间存在一种‘竞争’。”

对此,她的母亲很困惑。这位母亲说:“我一直都不能理解她。多年来,我辛辛苦苦地工作,为她创造了比我当初好得多的条件,没料想却给她造成了心理上的阴影!”

如果换成是我,我真想打这女孩 30 大板,但可惜为时已晚。

乔治·华盛顿同样有着良好的出身、富裕的家境,可是他却成为美国第一任总统,我们曾听到他抱怨父母给他造成了什么心理压力吗?

再看一个相反的例子:

亚伯拉罕·林肯虽然出身贫寒,却能超越这种极其不利的环境。林肯从来不怪罪他人,他在 1864 年发表的声明中说:“我要对所有美国人,对基督,对历史,以至对上帝负责。”

在人类所发出的一切声明中,这是最勇敢的声明。如果不能以同样的精神为上帝和人类承担起责任,我们就永远不能说自己成熟了。

第 2 章 绝不寻找任何借口

为了逃避自己的过错和责任,我们通常都会去看心理医生,

舒适地躺在医院的长椅上，谈自己和自己之所以变成这样的原因。这样做显然比较昂贵，也比较奢侈。

如果有人这样对你说：“你所有的烦恼都是因为你幼年时期近乎病态地迷恋保姆，或者是因为你的母亲占有欲过强，或者是你的父亲对你要求过于严厉。”

假如你听了这话觉得很有道理，那你就去看心理医生吧！如果你不在乎治疗费用，你就一辈子依靠它吧！而且，这显然又是你一个很好的借口。

威廉·考夫曼博士有一篇文章《愚人的精神病医学》，它揭露了那些利用大众的愚蠢来发横财的“心理分析医生”。考夫曼博士还指出，那些去看心理医生的病人总是借口说“他们的弱点和古怪行为是因为心理有问题，需要借助心理分析。”

精神病学也乐于为那些面对成人生活显得手足无措的人提供合理的解释，人们也更是乐于接受这种解释，于是所有的困难都可以归咎于外部因素了。

以前，也就是16世纪，当人们面对迷惘或失败时，总是将怪罪的对象推到星座上，例如说：

——“我出生在一个坏星座”；

——“对发展没有帮助的星座”。

但是莎士比亚在《恺撒大帝》中借卡西阿斯之口大胆地宣称：“亲爱的布鲁特斯不是我们的星座，正是我们自己，使我们位卑人低。”

在英国历史上，都德王朝的王子有自己的“替罪男孩”。这是因为王子不能受惩罚挨打，所以不论幼年的王子多么调皮，当他因为调皮而必须接受惩罚时，就只能花钱雇一个小孩，来替王子受罚挨打。当时有许多人都渴望得到这个替身的职位，因为其薪水极高，又能获得晋升的特权和机会。尽管“王子的替罪羊”这个传统早已消亡，但是那些不成熟的人仍然具有寻找“替罪羊”的本能的冲动。如果他们找不到合适的人，便迁怒于他人，或者就

会说现代生活不稳定、不安全，或者说这个世界太混乱——总之，他们会给自己找到各种合适的借口。

前不久，我陪同一位对现代艺术很有研究的朋友去参观一个艺术展。在一幅看上去很另类的画前面，我因为无知而对朋友说：“我的女儿刚3岁，画得都比他要好。如果这也算是艺术，那人人都是可以成为艺术家了。”

我的朋友立刻回答说：“难道你不理解精神折磨这回事吗？这幅画反映的是原子时代给人造成的压力和困惑！”

不错，任何画家缺乏才气，都可以说这是因为自己生活在原子时代。但是，有一点可以确定的是，如果原子时代能给人类带来希望和成就，而不是相反的负面影响，那么一个坚强而成熟的人、一个愿意并能够对自己和自己的行为负责的人，才是这个时代所需的。

因此，一个渴望成熟的人一定要切记：对自己的行为负责，要勇于承担责任，绝不寻找任何借口！

第3章 面对困难无所畏惧

我很佩服一个人，他叫爱德华·特霍，靠开出租车为生。爱德华·特霍有多才多艺，思想活跃，而且乐于助人，懂得如何倾听别人的谈话。

一天，我们谈到了一些战胜逆境，并为世界做出了伟大贡献的人。爱德华问我：“您听说过纳撒尼尔·鲍迪奇其人吗？”我说：“我知道鲍迪奇，他是个航海家。”

“一点也没错！”爱德华说，“纳撒尼尔·鲍迪奇出生在1733年，活了65岁。他10岁就开始自学拉丁文，研究牛顿数学理论。21岁时，鲍迪奇就已经成为一位数学家。他出海研究航海知识，还教会了所有船员观察月亮，以确定航船每天的位置。他写了一

本航海书,成为经典名著。他在那些没有受过多少正式教育的人当中,是不是很伟大?”

“当然。”我表示了赞同。因为对于鲍迪奇博士来说,他根本不知道什么是困难。他并没有想到大学教育是成为科学家的首要条件,而是坚韧不拔地勇往直前,获取一切必需的知识。纳撒尼尔·鲍迪奇在大海上航行,与爱德华·特霍在城市的街道上穿行一样,“困难”这个词在他们的词典中是找不到的。

但是,一个人如果想逃避失败的责任,“困难”这个词当然可以派上用场。也许有人会说,他们没上过大学,常常会遇到各种困难;但即使上了大学,他们也可能因为自己未能在人生的战场上占有一席之地而找到诸多的借口。

而成熟的人,只会想到如何去排除困难,从不会用困难作为自己失败的借口。

有一次,著名发明家亚历山大·格拉汉姆·贝尔博士向他的朋友、华盛顿特区美国国立博物馆馆长约瑟夫·亨利抱怨说,他工作中遇到了困难,因为他不懂电学方面的知识。但是亨利却没向同情贝尔,也没有安慰他,而是说:“的确很遗憾!小伙子,你没花时间学习电学方面的知识,真是太可惜了!”

你猜一下,亨利接下来会向贝尔说些什么?他没有说贝尔需要一份奖学金,或是需要父母的帮助;相反,他只是告诉贝尔:“那就去学吧!”

结果,亚历山大·格拉汉姆·贝尔真的去学了,他掌握了这门知识,并研究出了电话,这可以称得上人类通讯史上最伟大的贡献之一。

不错,贫穷的确是一种障碍,但我们有理由因为贫穷而逃避责任、甘愿俯首认输吗?

美国前总统赫伯特·胡佛,只是依阿华州一个铁匠的儿子,他的父亲死得很早。

国际商用机器公司(IBM)的总裁托马斯·J.沃特森曾是一个