

人性的弱点

全集

最伟大的励志书



职场修炼宝典
社会交往指南
个人奋斗圣经

(美)戴尔·卡耐基 著
景 青 编译

湖北长江出版集团
长江文艺出版社

此书之所以畅销不衰，就在于卡耐基先生对人性的深刻洞察，以及它为根除人性的弱点所开出的有效处方。它教你如何向在你的日常生活、职场、竞争中与人打交道，并有效地影响他人，获得成功。



人性的弱点

全集

(美)戴尔·卡耐基 著
景 青 编译

湖北长江出版集团

长江文艺出版社

新出图证(鄂)字 03 号

图书在版编目(CIP)数据

人性的弱点全集/(美)戴尔·卡耐基著,景青编译

武汉:长江文艺出版社,2009.2

(最伟大的励志书)

ISBN 978-7-5354-3825-6

I. 人… II. ①戴…②景… III. 人际交往—青少年读物 IV. C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 124883 号

策 划:刘学明

责任编辑:远 林

封面设计:徐慧芳

责任校对:陈 琪

责任印制:左 怡 邱 莉

湖北长江出版集团
出版:长江文艺出版社

地址:武汉市雄楚大街 268 号
邮编:430070

发行:长江文艺出版社(电话:87679362 87679361 传真:87679300)

<http://www.cjlap.com>

E-mail: cjlap2004@hotmail.com

印刷:荆州市翔羚印刷有限公司

开本:700 毫米×1000 毫米 1/16 印张:25.375 插页:1

版次:2009 年 2 月第 1 版 2009 年 2 月第 1 次印刷

字数:379 千字 印数:1—8000 册

定价:32.00 元

版权所有,盗版必究(举报电话:87679308 87679310)

(图书出现印装问题,本社负责调换)

目 录

一、人际交往小诀窍

欲采蜂蜜，勿蹴蜂房/1
给他想要的东西/8
激发他人的强烈需求/14

二、做个受欢迎的人

真诚地关心他人/22
你的微笑价值百万/27
记住他人的姓名！/31
倾听是最好的恭维/35
谈论别人感兴趣的话题/40
你是重要的/43

三、巧妙赢取他人的赞同

争论中没有赢家/49
千万别说“你错了！”/53
承认错误，在别人有机会说出来前/58
以友好的方式开始/61
让对方一开口就说“是”/65
多给他人表现的机会/68
让别人觉得那是他们自己的主意/72
从对方的角度去想/76

同情对方的意愿/79
激发一种高尚的动机/83
艺术性地表现出自己的意图/86
提出一个挑战/88

四、怎样去说服他人

替人修面时，先涂上一层肥皂/91
委婉指出他人的错误/94
先想想自己的错/97
用建议代替命令/100
保全他人的面子/102
激发出他人的潜能/105
给他一个好名，看结果如何！/108
用信任去造就他人/111
学会给他人授权/114
制造奇迹的信函/117

五、营造幸福快乐的家庭

切勿喋喋不休/121
不要试图改造对方/124
不要过分指责对方/126
真诚地欣赏对方/129
注重生活中的细节/131
家庭内部也应有礼/133
与女性相处的艺术/135
与男性相处的艺术/140
别做婚姻的文盲/143

六、走出孤独，战胜忧虑

克服现代人的孤寂感/146

忧虑是健康的敌人/150
消除忧虑的奇妙公式/157
运用亚里士多德法则/162
将忧虑减半的四个步骤/166
让自己忙着/169
生活在今天的密封舱里/174
不要为小事而烦恼/180
计算事情发生的概率/185
接受不可避免的事实/189
让忧虑有个底限/194
不要试着锯木屑/198

七、防止疲劳，永葆活力

每天多清醒一小时/202
学会放松自己/205
对工作充满乐趣/208
说出你的心事/213
不要为失眠而忧虑/216

八、我怎样得到快乐

绝大多数的烦恼不会发生/220
阿拉伯乐园生活/222
我消除了自卑/224
克服忧虑的四个办法/227
熬得过昨天，就能过得了今天/229
我以为自己没有明天/231
运动也可以消除忧虑/233
我曾是忧虑大王/234
我经历了最苦的挑战/236
世上最大的笨蛋/238
给自己留出后路/240

警察找上门来了/243
最难应付的是忧虑/245
一剂丸药/247
看太太洗盘子的心得/249
我找到答案了/251
时间可以解决很多事情/253
我逃出了死亡之门/255
一个善于排忧解难的人/257
停止忧虑，让我活得更长/258
我延长了45年的生命/260
我在慢性自杀？/264
我生活中的奇迹发生了/265
正负烦恼相抵/267
我寻找生命中的绿灯/269

九、平安快乐的要诀

保持自我本色/271
克服四种不良习惯/275
态度决定你的命运/278
不要试着报复/283
不要期望别人感恩/286
珍惜你所拥有的/290
如果有个柠檬，就做柠檬水/294
多为他人着想/298
没有人会踢一条死狗/305
撑开伞，避开责难之雨/307
学会自我批评/310

十、拥有成熟的心灵

对自己的行为负责/313
困难不意味着不幸/316

努力与不幸抗争/319
将信念付诸行动/323
发现独特的自己/326
学会接受自己/329
不要令人乏味/333
不要盲从因袭/337
先要值得喜欢/341

十一、规划工作，善于理财

找一份适合你的工作/345
如何聪明地花钱/350
夫妻间的职业冲突/354
做好你的家庭预算/358

十二、你是沟通高手吗？

演讲，让你前途不可限量/361
只要有信心，没有学不会的/363
实践，并持之以恒/365
克服你的恐惧心理/368
不打无准备之仗/371
对自己的话题充满热情/374
要赢得听众的赞同/377
保持自己的个性/380
注意你演讲的台风/383
运用记忆中的印象法则/386

欲采蜂蜜，勿蹴蜂房

尽量去了解别人，而不要用责骂的方式。设身处地地想，他们为什么要这样做，这比批评责怪要有益得多，而且让人心生同情、忍耐和仁慈。

1931年5月7日，纽约发生了一桩前所未有、骇人听闻的围捕格斗！凶手是个烟酒不沾，叫“克劳雷”的罪犯，他是个双枪杀手。警方经过几周的搜捕，最终在西末街——他情人的公寓里将他抓获。

150名警方治安人员，把克劳雷包围在他公寓顶层的藏身处。他们在屋顶凿了个洞，试图用催泪毒气把克劳雷逼出来，并在四周的建筑物上架上枪。一个多小时后，纽约市这个原本清静的住宅区内，响起一阵阵的惊心动魄的枪声。克劳雷藏在一张堆满杂物的沙发后面，用短枪接连地向警方人员射击。无数的市民怀着紧张不安的心情，观看了这幕警匪格斗的场面。这是纽约市从未有过的场面。

当克劳雷被捕后，警察局长马洛里说：“这个暴徒是纽约有史以来最危险的一个罪犯。”并说，“克劳雷他杀人，就像切葱一样……连眼睛也不会眨一下。”

可是，“双枪杀手”克劳雷又是如何看待自己的呢？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，信中这样写着：“在我外衣下掩藏的是一颗疲惫的心——仁慈的、一颗不愿意伤害任何人的心。”信

上留着他鲜红的血迹。

事发前不久，克劳雷还在长岛的一条公路上驾着汽车跟一个情人调情。当时有个警察，突然走到他停着的汽车旁边，说：“请出示你的驾驶执照。”

克劳雷不说一句话，拔出他的手枪，就朝那警察扫射，警察倒地而死。接着他从汽车里跳了出来，捡起那警察的手枪又朝他的尸体放了一枪。这就是克劳雷所说：“在我外衣下掩藏的是一颗疲惫的心——是仁慈的、不愿意伤害任何人的心。”

克劳雷最后被判死刑，行刑前，你想他会说：“这是我杀人作恶的下场”吗？不，他说：“我是为了自卫，才这样做的。”

也就是说克劳雷觉得自己没有任何的错，他丝毫不为自己的行为而忏悔。

再听听下面这些话：

“我将一生中最好的岁月给了别人，为他们获得幸福，而我所得到的只是侮辱，一个亡命之徒。”这是美国的第一号公敌“卡邦”说的，他是横行在芝加哥一带一个穷凶极恶的匪首。可是，他认为自己是一个造福于民的人，只是被人误会而已。舒茨也曾如此。他接受新闻记者采访时说，他是一位有益于人民的人。其实，他在纽约是个令人发指的罪犯，因江湖恩怨被同类杀死。

就这个问题，我曾经和华赖·刘易斯有过几次通信。他是星星监狱的狱长，他说：“在星星监狱中，很少有罪犯承认自己是坏人，他们和你我一样，都会为自己辩解。他们会这样告诉你，为什么要撬保险箱，为什么开枪伤害人，甚至辩护自己反社会的行为，他们总能找到各种理由，结论是：他们根本就不应被关起来。”

就连卡邦、克劳雷及监狱中的暴徒都不曾为自己的行为自责，那我们又如何强求一般的人呢？

已故的华纳梅格曾承认说：“三十年前我就明白，责备别人是愚蠢的行为，我并不抱怨上帝将智能分配有均，我对克服自己的缺陷已感到非常吃力了。”

华纳梅格早就知道了这一点，我们在这古老的世界里，盲目地行走了三十多年，然后才豁然领悟：一百次中有九十九次，没有人会为了任何一桩事情来批评他自己，无论错误到怎样的程度。

著名的心理学家斯金勒通过动物实验证明：因好行为而受到奖赏的动物，它学习得更快，也更持久；因坏行为而受到处罚的动物，它学习的速度和持续力都比较差。这个原则用在人的身上也一样。心理学家汉斯·

赫尔说：“更多证据显示，我们都怕受人指责。”

因批评而引起的怨愤，常常使亲人、朋友情绪低落，对改变事实却毫无益处。

俄克拉荷马州的乔治·约翰逊是一家公司的安检员，他的职责之一就是检查工人有没戴上安全帽。据他报告，每当发现工人作业时没戴安全帽，他便利用职务权威要求工人改正，但结果是受批评的工人很不高兴，等他一走开，他们又不戴上帽子。

后来他决定改变工作方式。当他再看见这类情形时，就会问工人帽子戴起来是不是不舒适，或是帽子尺寸不对，然后再和蔼可亲地提醒不戴帽子的危险性，再要求他们最好还是戴上。这取得的效果要好得多，工人也很容易愉快地接受。

从上千页的历史中，你可以找出很多很多样指责无效的例子。罗斯福和塔夫特总统那著名的争论导致了共和党的分裂，而使威尔逊进了白宫，使他在世界大战中建立功勋，改变了历史的趋势。

让我们回忆一下当时的情形：

1908年，罗斯福离开白宫的时候，共和党的塔夫特被指选为总统。然后，罗斯福去非洲狩猎狮子。当他回到美国时，情形就发生了变化。他看到塔夫特作风守旧，非常愤怒。他公然抨击塔夫特，想要自己连任第三任总统，并且计划组织“进步党”。这几乎毁灭了共和党。在接下来的选举中，塔夫特和共和党，只获得两州的选票。这是共和党有史以来最大的一次失败。

罗斯福责备了塔夫特，可塔夫特是否承认自己有错呢？当然没有。塔夫特两眼含着泪，说：“我不知道怎样做，才能和我已做的不同。”

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，那就是罗斯福所有的批评，并没有使塔夫特觉得自己不对。塔夫特只是尽力替自己辩护，眼中含着泪水，反复地说：“我不知道自己到底有什么错！”

再看一件油田舞弊案，这件事还记得吗？它使舆论沸腾，震惊全国！

舞弊案的经过是这样的：阿尔伯特·福尔，是哈丁总统在任时的内政部长，当时委派他主管政府在爱克林和茶壶盖油田保留地出租的事。那块油田，是政府预备给未来海军使用的。当时，福尔是不是公开投标了呢？不，他把这份肥差给了他的朋友杜黑尼。杜黑尼则给了这位部长十万元美金“债款”。福尔接着用他的职权命令美国海军进驻那地区，把附近其他的油商赶走了。他们迫于压力不得不离开，但是他们并不甘心，于是跑到法庭，揭发这桩舞弊案。事发后，影响之恶劣，几乎毁灭了哈丁总统的政

权，举国轰动。结果共和党也几乎垮台，而福尔也被判下狱。

福尔被斥责得焦头烂额，他很少被这样谴责过。但他后悔了？不，根本没有！

几年后，胡佛在一次公共演讲中透露哈丁总统的死，是由于心力不支，因为有一个朋友出卖了他。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，失声大哭，挥着拳头，说：“什么？哈丁是被福尔出卖的？不，我丈夫从未辜负过任何人。就算这间屋子堆满了黄金钞票，也不会让他动心。他是被别人出卖，才走向刑场的。”

你看，人类自然的天性就是这样。做错事只会责备别人，而绝不会责备自己，每个人都如此。所以当你我明天要批评别人的时候，就想想卡邦、克劳雷，和福尔这些人。批评就像家鸽，它们永远会飞回来的。我们知道，当我们指责他人时，他也会为自己辩护，反过来谴责我们。就像温和的塔夫特，他也说：“我不知我做的一切有什么不对！”

1865年4月15日早晨，林肯躺在一家简陋的公寓的卧室中。这家公寓就在福特别墅的对面，也就是他遭枪杀的地方。林肯瘦长的身体，躺在一张短短的床上，靠床的墙上挂着一幅名画简陋的《马市》，一盏煤气灯散发出幽暗昏黄的光。

林肯将去世的时候，陆军部长斯坦顿说：“这里躺着人类有史以来最杰出的统治者。”

林肯与人相处的秘诀是什么？我曾费了十年左右的时间，研究了他的一生，并花费了三年的时间，写了一部有关他的书，书名是《林肯的另一面》。

我相信我对林肯的人格和他的家庭生活，已知之甚详。对他待人处世的方法我更有体会。林肯喜欢指责他人吗？是的，当年他在印第安纳州时，因为年轻，他不但喜欢批评别人，而且还写信做诗讥笑别人，他把写好的东西扔到一定会有人经过并且很容易发现的路上。

林肯在伊利诺斯州的春田镇做了律师后，他仍喜欢在报纸上发表文章，公开抨击他反对的人，但是像这样的事他只做了一次。

1842年秋天，林肯讥笑一个自大好斗的爱尔兰政客，这人名叫西尔斯。他在春田的报上，发表了一封匿名的信讽刺他，使全镇的人轰然大笑。西尔斯平时非常敏感，此事让他盛怒不已。当他查出写信的人是林肯时，立刻跳上马要去找林肯决斗。

林肯虽然不愿意决斗，可是为了尊严他不得不接受挑战。他的对手西尔斯让他自己选用武器。林肯两条手臂特别长，就选用了马队用的大刀，因他向一位西点军官学校毕业生学过。到了指定的日期，他和西尔斯

在密西西比河的河滩上，准备决一生死，幸好在最后一分钟，他们的同伴阻止了这场决斗。

那次对林肯来讲，是桩最惊人、恐怖的事。可是这件事在林肯待人的艺术上，却给了他一个极宝贵的教训。他，永远不再写凌辱人的信，永远不再讥笑人家。从那时候开始，他几乎从不为任何事而批评任何人。

美国内战时期，林肯曾多次更换波多马克军队的将领，但他们总是惨败，让林肯非常失望。群情激愤，但林肯一言不发。他信奉一句名言：“不要指责别人，别人就不会指责你。”

当林肯太太和其他人一样谴责南方人时，林肯说：“不要指责他们，换作我，也会那样做的。”

1863年7月1日，盖茨堡战役打响了。7月4日，李将军率领伤兵败将撤到波多马克河边，前有暴雨倾盆，河水高涨，后有追兵。林肯觉得真是天赐良机，于是一道道下令给米迪将军，让他立即追击李将军。米迪将军不但没有行动，还故意拖延时间，寻找各种借口，贻误战机，最后李将军越过波多马克河，顺利南逃。

林肯勃然大怒，对着儿子吼道：“老天，这究竟是怎么了？”极端失望之际，他坐下来给米迪写了一封信，以表达他的不满。

亲爱的将军：

我不信你对李将军逃走会感到遗憾。他就在触手可及之处，只要他一被俘，就意味着战争的结束——加上我们最近的胜利。上星期一你不能擒住李将军，现在他逃到波多马克河南边去了，战争势必会延续下去，你又如何保证成功呢？盼望你成功是不明智的，而且我也并不期望你现在做得更好。时机一去不复返，我真的是非常遗憾！

只是，米迪将军从来没有看到过这封信，因为林肯并没把这封信邮出去！也许当时林肯在想，无论如何，事情已经发生了，如果把这封信寄出去，除了能暂时缓解他的感情外，没有其他用处，米迪也许会竭力为自己辩解，会反过来攻讦他，使大家都不痛快。或许还有可能危及他的前途，迫使他离开军队。

于是，林肯没有把信发出，就放在一边了。惨痛的经验告诉他，尖锐的批评、斥责永远不会有效果。

罗斯福总统曾经说过，当他担任总统，遇到难以解决的问题时，他会把座椅往后面一靠，仰起头，看着挂在墙上的林肯像自问：“如果林肯处在我眼前这种困难下，他将如何去解决这个问题？”

以后我们如果想要批评人家时，就从口袋里拿出一张五元的钞票来，看看钞票上林肯的像，自问：“如果林肯遭遇到这类的事，他将会如何去处置呢？”

我年轻时，总想让别人对我印象深刻。我曾给美国一位极负盛名的作家戴维斯写过一封信，想请他告诉我，有关他写作的方法。

几个星期后，我收到一封信，信上附注着这一句：“信系口述，未经过目。”这句话，引起了我的注意，这表明了他一定是位事务繁忙的大人物，而我却一点也不忙。为了引起这位大作家的注意，我写了一封简短的回信，后面也加上这句：“信系口述，未经过目。”

戴维斯不屑再给我回信，而是把那封信退了回来，下面潦草地写着：“你风格恶劣，无以复加。”

是的，我做错了，或许我应该得到这样的斥责。可是，人性使然，这使我对他怀着极度的愤恨。甚至十年后，我知道戴维斯去世的消息时，我心里还深深地恨他。而我却羞于承认他给我的伤痕。

如果你明天要激起一股愤恨，使人痛恨你十年，一直到死，你只要发表一通刻薄的批评就可以了。

当我们要批评一个人的时候，应该记住，与我们相处的对象并不是绝对理性的动物，而是充满了情绪、偏见和虚荣的东西。

英国的小说家哈代曾因他们苛刻的批评而放弃写作。批评让另一位英国诗人托马斯·查特登走向自杀。本杰明·富兰克林年轻时并不圆滑，但后来他却非常有外交手腕，善于与各种人周旋，当了美国的驻法大使。他的成功诀窍是：“我从不说别人的不好，只说人家的好。”

只有不够聪明的人才批评、指责、抱怨别人，而很多愚蠢的人正是这样做的。但是要做到包容和宽恕，需要有自制力和修养。

托马斯·卡莱尔说：“一个伟大的人正是在对待小人物的方式中体现他的伟大。”

鲍勃·胡佛是个有名的飞行驾驶员，时常表演空中特技。一次，结束圣地亚哥的表演后准备回到洛杉矶，但在高空300米处，飞机两侧的引擎突然熄火了。他凭着高超的技巧化险为夷，无人受伤，但飞机受损严重。

迫降后，他立即检查了燃料舱，果然这架飞机里装的不是汽油，而是喷气机燃料。

他要求见飞机保养工作人员。那位年轻人为自己的错误悔恨至极，一见到胡佛，他的眼泪立刻夺眶而出，因为他不但毁了一架飞机，还差点毁了三个人性命。

你能够想像胡佛当时的愤怒，他一定会对这个人痛加指责的，但这

位责任心极强、做事认真的人并没有指责批评他，而是用手拍拍他的肩膀说：“为了表明你值得我信任，明天再为我保养F51飞机。”

让我们尽量去了解别人吧，了解就是宽容！这比批评更有力，也更具同情、仁慈和包容。

那么，从现在开始，让我们从自己做起，扫净自家门前雪，再管他人瓦上霜吧！

不要批评、责怪或抱怨他人！

给他想要的东西

促使人将自身潜力发展到极限的最好办法是赞赏和鼓励。

你想过没有？天底下只有一种方法可以使人做任何事，只有一种，那就是给他想要的东西。你可以威逼他，可以解雇他，可以恐吓他，这些粗劣的方法都只会带来不良的后果。

那么一个人想要什么呢？

著名的心理学家弗洛伊德说一个人做事的动机起源于两方面：性冲动和渴望伟大。美国哲学家杜威曾说过人类本质里最深远的驱动力是希望具有重要性，渴望被人肯定。

那么，一个人需要的到底是什么？也许并不多，但有少数几种是你极其渴望拥有的。大多数人都需要的是：

- 一、健康的身体和生命的延续；
- 二、食物；
- 三、睡眠；
- 四、金钱及它所购买的东西；
- 五、未来生活保障；

- 六、性满足；
- 七、子女的幸福；
- 八、被人重视的感觉。

以上几点，除了第一项之外，几乎都不难满足，但有一种像食物和睡眠一样为人迫切需要，却很难像它们一样得到满足的，这就是弗洛伊德所说的“渴求伟大”，也就是杜威所说“被人重视的感觉”。

林肯曾在信中说：“人人都喜欢被人称赞。”詹姆斯也说：“人类天性中，最深切的渴望是渴望被人肯定。”他不用“希望”、“愿望”而是说“渴望”，可见其迫切意义。

这种渴望不断刺激着人们，但只有少数人才能做到，也正是这种人才能掌握别人。这种“渴望具有重要性”也正是人与野兽最大的区别。

小时候，我家住在密苏里州的一个农场，父亲饲养着一种品种优良的猪和一种血统优良的白牛。那时我们常在牲口展览会中展览它们，并几十次地获得头奖。我父亲把蓝缎带的奖章别在一条白布上，一有亲友们来我们家，父亲就拿出这条白布来，让亲友们来观赏。

猪、牛并不在乎它们赢得的蓝缎带，可是父亲却十分重视，因为这些奖品，替他带来了一种“重要感”。假如我们的祖先，没有这种“重要感”的炽烈渴望，就不会有现代文明，我们也就跟其他动物没有差别了。

就是这种渴望，激起一个没有受过良好教育，在一家杂货店工作的贫困店员，翻遍了整个堆满杂货的大木桶，找出他用五角钱所买的几本法律书籍，痛下决心去研究。这个杂货店员的名字叫林肯。

这种渴望，激发了狄更斯写出他不朽的名著。这种渴望，使克利斯多弗尔完成了他的设计。也就是这个渴望，使你城市里的巨富，建造一座他所需要的大房子。这个渴望，能使你穿上最新潮的服饰，驾驶最漂亮的轿车，谈你自己聪明伶俐的孩子。也就是这种渴望，使许多青少年成为盗匪。前任警察总监莫洛尼曾说：“现在很多年轻的罪犯，充满着对虚名的盲目追求，被捕后他们的第一个要求就是在报纸上出风头。只要能看到自己的相片和著名的运动员、明星以及政客一起登在报纸上，进刑室坐电椅那是另外一回事了。”

洛克菲勒为了满足这种“具有重要性”的渴望，捐钱在中国建造最现代化的医院，照顾了许多他没有见过面，同时也永远不会见面的贫民。相反，狄林格做土匪、抢银行、杀人，也是在满足自重感。当警方人员搜捕他时，狄林格奔进别人家农舍里……他以他是第一号公敌为荣，所以他大声地说：“我是狄林格……我不会杀害你，但我要你知道我是狄林格！”