

世

界

励

志

典

藏

书

系

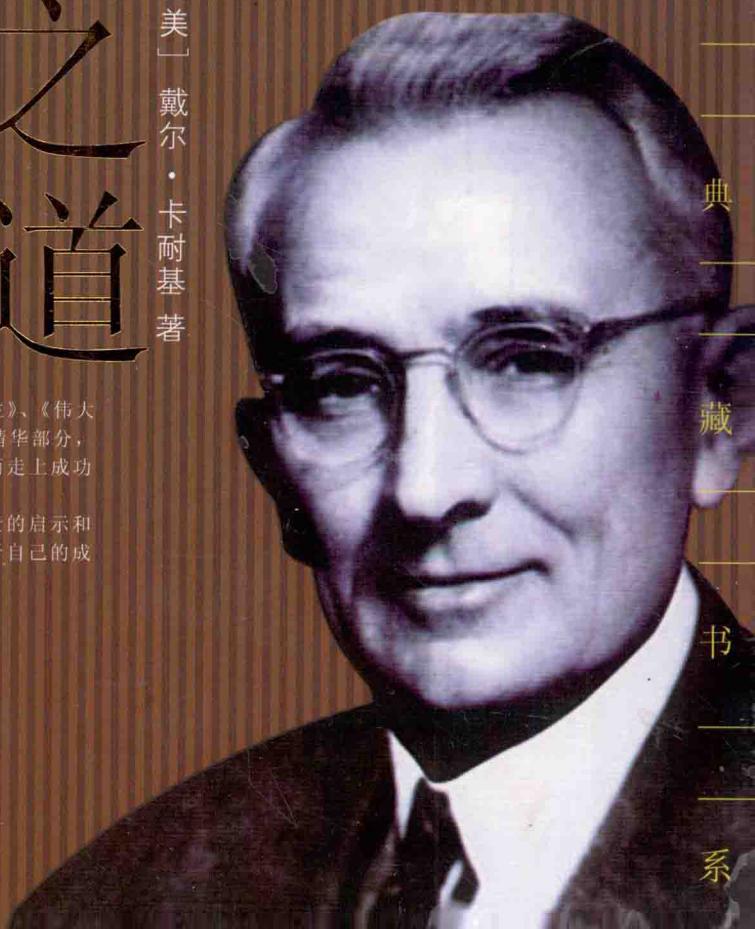
# 卡耐基 而 上 生

## 成 功 之 道

〔美〕戴尔·卡耐基著

□□本书精选了卡耐基所著的《快乐的人生》、《伟大的人物》、《语言的突破》等经典著作中的精华部分，简洁而全面地阐释了卡耐基做人处世，从而走上成功之路的方法。

□□我们相信本书能够为广大读者带来珍贵的启示和  
作用，从而帮助每个人都走上那条属于自己的成  
创造灿烂的人生。



蒙古人民出版社

| 界 | 励 | 志 | 典 | 藏 | 书 | 系

# 卡耐基

---

## 成功之道

Dale Carnegie chenggong zhidao

[美]戴尔·卡耐基著

内蒙古人民出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

卡耐基成功之道/张德玉编著.—呼和浩特：内蒙古人民出版社，  
2008.3

(世界励志典藏书系)

ISBN 978-7-204-08939-0

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

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第032499号

## 世界励志典藏书系

---

主 编 张德玉

责任编辑 谷鸣

封面设计 宗沅雅轩

出版发行 内蒙古人民出版社

地 址 呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦

印 刷 三河市华东印刷有限公司

开 本 710×1000 1/16

印 张 400

字 数 6000千

版 次 2008年5月第1版

印 次 2008年5月第1次印刷

印 数 1-10000套

书 号 ISBN 978-7-204-08939-0/Z·498

定 价 400.00元(全二十册)

---

# 目 录

## 第一篇 快乐的人生

快乐并非因为心中无烦恼所致，要知道，人世间的每一个人都有自己的烦恼，但却并非人人都不快乐。

快乐也不依赖于财富，有的人经济上并不宽裕但却拥有快乐，而有的人虽然腰缠万贯，但却并不见得很快乐。

快乐是人生的一种境界，快乐是一种情绪。拥有快乐的人生是幸福的。当一个人感到幸福或满意时，他就是一个快乐的人。

第一章 如何支配你的工作和金钱 ······	2
70% 的烦恼 ······	2
你生命中的重要决定 ······	9
第二章 培养快乐的心理 ······	14
寻找自我，保持本色 ······	14
报复的代价太高了 ······	18
改变你生活的 9 个字 ······	21
如果只有柠檬，那就做柠檬水 ······	27
愿意以 100 万卖尽所有吗 ······	31
第三章 我怎样才能快乐 ······	35
我曾是世界上最大的笨蛋 ······	35
我是“烦恼大王” ······	36
我做过世界上最苦的工作 ······	37
一本书解救了我的婚姻生活 ······	38

第四章 不为别人批评而不快乐 .....	40
如何使批评不能伤害你 .....	40
从来没有人会踢一只死狗 .....	42

## 第二篇 美好的人生

“刚开始采用这些方式的时候，我总觉得这不符合自己的性格，可渐渐地就成为我的习惯了。50年来，没有人听我讲过什么太武断的话。在我提出新的或修改旧的法案条文时，这个习惯让我得到尊重。这个习惯也使我在大陆议会里更具影响力，尽管我的措辞、辩论并不迅捷有力，有时还会出错，但我的意见还是得到了广泛的支持。”

如果将我们将富兰克林的方法用在商业领域中，效果将会怎样呢？

第一章 如何纠正别人的错误 .....	46
让别人保住面子 .....	46
不当面指责别人 .....	48
“高帽子”的妙用 .....	49
如果必须挑错，这是着手的方法 .....	51
让过失看起来更容易改正 .....	53
如何激励他人迈向成功 .....	54
第二章 使家庭生活更快乐的原则 .....	57
殷勤有礼地对待婚姻 .....	57
绝对不要唠叨 .....	59
多注意小事 .....	62
不要意气用事 .....	64
第三章 赢得友谊和思考的方式 .....	66
给予他人同情与谅解 .....	66
承认自己也许会弄错 .....	69
苏格拉底的小秘密 .....	75
如何获得合作 .....	76
给他人足够的说话机会 .....	79

激发他人的高贵品质 .....	80
把想法戏剧化地表现出来 .....	82
如果你错了，就承认吧 .....	85
提出挑战 .....	89

### 第三篇 演讲的艺术

哈佛大学最杰出的心理学教授威廉·詹姆斯曾经说过：“如果你对某项结果足够关心，你就一定会完成。如果你希望做好，你就会做好。如果你期望致富，你便会致富。如果你想博学，你就会博学。只有那样，你才会真正地期盼这些事情，并一心一意地去做，而不会浪费许多心思去想其它不相干的杂事。”

阅读本篇，你将学会轻松地当众说话——就算很少有机会这样做，你依然可以从中受益。

<b>第一章 沟通之道 .....</b>	<b>92</b>
组织较长讲演 .....	92
台风与个性 .....	94
发表演说的适当态度 .....	97
善用已学到的技巧 .....	99
改善你的词藻 .....	100
<b>第二章 有益说话的基本法则 .....</b>	<b>101</b>
做简短讲演以获取行动 .....	101
培养自信心 .....	103
如何准备讲演 .....	104
让听众毫无困难地理解你 .....	107
有效说话的三个法则 .....	109
说服性讲演 .....	110
获得基本技巧的捷径 .....	112

## 第四篇 人生的思考

人总有痛苦的时候，但绝不能在痛苦中悲观失望；人也总有高兴的时候，但绝不能在高兴中忘乎所以。

人不能失去自己，把别人化为自己的影子，这样做，对别人、对自己都将是一种灾难。

人如果不会忘却应当忘却的一切，就会负重累累，难以向前迈进；人如果不会珍惜应当珍惜的一切，就会内心空空，成为精神的贫困儿。

格言是生活大海里的珍珠、玛瑙，只有长途跋涉，不畏艰难险阻的人，才能采撷得到它们。

第一章	诚实·思考·生命	116
第二章	真诚·朋友·爱心	123
第三章	工作·坚韧·成功	133
第四章	快乐·惜时·信仰	138
第五章	自信·勇气·热忱	145

## 第五篇 社交的智慧

人和人的关系是十分重要的一种关系。可以说，没有一定的社交智慧，一个人就不可能在这个尘世中取得成功。

社交是一团火，聪明的人会相隔一定的距离来靠火；而傻瓜则把手伸进火里，结果被灼伤了，跑到老远的地方大喊：“着火了！”

与人交往，应该学会“即使与人交往，也还是单独一人；不要把你想的一切都告诉别人；努力准确地理解人们所说的话；宽容的对待别人的意见以便在任何情况下都能保持镇静；……”

第一章	打动人心的交际语言	151
	寻找话题的窍门	151

借东西的语言技巧 .....	152
“对不起”的神效 .....	153
“谢谢”并非客套话 .....	154
打电话的技巧 .....	155
请求他人帮忙的技巧 .....	156
<b>第二章 充满魅力的通用语言 .....</b>	<b>158</b>
说话时要注意前提 .....	158
说话前先调整呼吸 .....	159
扔掉无意义的话语 .....	159
掌握说话的时机 .....	160
别用质问的语气说话 .....	163
高明的插话技巧 .....	164
间接提示对方 .....	165
问话的技巧 .....	166
会说不如会听 .....	168
给谈话打一个圆满的句号 .....	169
<b>第三章 使人折服的处世语言 .....</b>	<b>171</b>
示弱——抵消嫉妒的妙方 .....	171
自责——消除隔阂的桥梁 .....	172
安慰——雪中送炭 .....	172
开玩笑的学问 .....	173
说“不”的高招 .....	175
让人下“台阶”的技巧 .....	176
真诚赞美他人 .....	177
<b>第四章 机智的应变语言 .....</b>	<b>180</b>
转换话题的艺术 .....	180
巧用暗示代替直言 .....	182
开场白——创造气氛的手段 .....	182
怎样对付“揭短” .....	182
“吊”起听者的胃口 .....	183
巧妙地拒绝他人 .....	184
<b>第五章 巧妙的控制语言 .....</b>	<b>186</b>
让上司同意你的观点 .....	186

忠言不必逆耳 .....	187
礼貌中断对方谈话的技巧 .....	189
“打断战术”的使用 .....	189
请将不如激将 .....	190
<b>第六章 言词常流露人品与心态 .....</b>	<b>192</b>
语气是一种特殊的表情 .....	192
几种表现个性的言词 .....	193
帮腔的心理 .....	193
过度的恭维话 .....	194
说话的速度和人的气质 .....	195
名人的“背光效果” .....	196
<b>第七章 话题是关键所在 .....</b>	<b>198</b>
越在意越显得若无其事 .....	198
从话题看人的本质 .....	198
吃不到葡萄说葡萄酸 .....	199
故意声东击西 .....	200
打听别人的隐私 .....	201
<b>第八章 种种高超的语言技巧 .....</b>	<b>203</b>
巧用数字 .....	203
颠倒词序的妙用 .....	205
运用形象性语言 .....	206
让你的语言具有哲理 .....	207
妙用设问 .....	208
引用典故 .....	210

## **第六篇 工作 + 感悟 = 智慧**

公司的性质就是要融合成团队，把每个员工塑造成为团队的一个成员，不管他的个性多么张扬或独立。从接打电话、举行会议、会谈客户到同事、上下级之间的沟通等等，无不能折射出公司员工的职业精神，诸如此类的技巧是员工在职场中所必须具有的，由于具有一定艺术性，我们可以称之为员工的“Soft Skills”，意为“软技巧”，

也就是有别于员工专业知识、技术等“硬”技能的员工技能因素。

<b>第一章 工作中的智慧</b> .....	213
赋予管理者合理的职权 .....	213
组织重要还是人重要 .....	214
成天忙个不停的人，工作效率未必好 .....	215
组织中的死角 .....	216
管理者的五点心得 .....	217
勿贪小利 .....	218
忌因小失大 .....	219
但是……但是 .....	220
自我保护的本能 .....	221
自动低声下气 .....	222
登高必自卑，行远必自迩 .....	223
争论必胜的诀窍 .....	224
凡事视为理所当然的后遗症 .....	225
目无法纪的计划课 .....	225
令人头痛的“订立标准时间”问题 .....	226
采用新设备反倒使士气减半 .....	227
听听他人的意见吧 .....	228
加强加工厂的管理 .....	229
讨论成功却改善未成的原因 .....	230
获利计算的重要性 .....	231
应以团体为重 .....	231
为他人着想 .....	232
也是“代沟” .....	233
混乱的人际关系 .....	234
事务工程分析表的效果 .....	235
如何提高效率 .....	237
规则束缚效率 .....	238
“竞争”的妙用 .....	238
蛮勇已成过去式 .....	240
万丈高楼平地起 .....	241

## 卡耐基成功之道

用失败的教训取代说教 .....	242
怀疑乃改善之母 .....	243
提案需有好气氛配合 .....	244
如何预防提案的拖延 .....	245
提案亦需靠天时地利 .....	245
应有的绕道 .....	246
诚意是万灵丹 .....	247
谄媚与诚实 .....	248
女职员的烦恼 .....	249
消除职工的请假习惯 .....	250
如何巧用开会 .....	252
起死回生的妙方 .....	253
纯粹办事员与真正的商人 .....	254
如何做好“自我介绍” .....	255
不应偷看他人文件 .....	256
温馨的工厂 .....	257
组织“工厂剧团” .....	257
使劳资协调的排球赛 .....	259
第一印象 .....	259
<b>第二章 人生感悟 .....</b>	<b>261</b>
义侠交友，纯心做人 .....	261
忘恩报怨，人之常情 .....	262
家和万事兴 .....	263
静心观察自我 .....	264
懂得自我克制 .....	265
不为打翻了的牛奶而哭泣 .....	265
要懂得暇时吃紧，忙里偷闲 .....	266
协调人际关系的绝招 .....	267
第一印象是关键 .....	275
尽量迎合别人的兴趣（一） .....	277
尽量迎合别人的兴趣（二） .....	279
不要逼别人认错 .....	281
不为形象所囿 .....	282

## 附 录

第一章 卓越的科学怪杰 .....	284
发明之王爱迪生 .....	284
相对论鼻祖爱因斯坦 .....	287
印度救星甘地 .....	289
第二章 不朽的艺坛骄儿 .....	291
音乐家莫扎特 .....	291
《米老鼠》华德狄斯耐 .....	292
旅馆业巨子——希尔顿 .....	294
台湾塑胶大王——王永庆 .....	300

## 第一篇 快乐的人生

快乐并非因为心中无烦恼所致，要知道，人世间的每一个人都有自己的烦恼，但却并非人人都不快乐。

快乐也不依赖于财富，有的人经济上并不宽裕但却拥有快乐，而有的人虽然腰缠万贯，但却并不见得很快乐。

快乐是人生的一种境界，快乐是一种情绪。拥有快乐的人生是幸福的。当一个人感到幸福或满意时，他就是一个快乐的人。

# 第一章 如何支配你的工作和金钱

## 70% 的烦恼

人类 70% 的烦恼都跟金钱有关，而人们在处理金钱时，却往往意外地盲目。

如果我懂得如何解决每个人的财务烦恼，我就不会写这本书，而将安坐在白宫内——坐在总统身旁。但我可以在此提供一些小贡献：我可以引述各方面专家权威的看法，并提出一些十分可行的建议，指出你可以从何处获得书籍和小册子，使你得到额外的指导。

根据《妇女家庭月刊》所做的一项调查，我们 70% 的烦恼都跟金钱有关。盖洛普民意测验协会主席盖洛普·乔治说，从他所作的研究中显示，大部分人都相信，只要他们的收入增加 10%，就不会再有任何财政的困难。在很多例子中确实如此但并不尽然。我在撰写本章时，曾向预算专家爱尔茜·史塔普里顿夫人请教。她曾担任纽约及全培尔两地华纳梅克百货公司的财政顾问多年。她曾以个人指导员身份，帮助那些被金钱烦恼拖累的人。她帮助过各种收入的人，从一年赚不到 1000 美元的行李员，至年薪 10 万美元的公司经理。她如此对我说：“对大多数人来说，赚一点钱并不能解决他们的财政烦恼。”事实上，我经常看到，收入增加之后，并没有什么帮助，只是徒然增加开支——增加头痛。“使多数人感觉烦恼的，”她说，“并不是他们没有足够的钱，而是不知道如何支配手中已有的钱！”……你对最后那句话表示不屑一听，是吗？好吧，在你再度表示轻蔑之前，请记住，史塔普里顿并没有说“所有的人”。她说：“大多数人。”她并不是指你而言。她指的是你姊妹和表兄弟，他们的人数可多了。

有许多读者可能会说：“我希望作者自己来试试看：拿我的月薪，付我的账款，维持我应有的开支。只要他来试一试，我保险他会知道我的困难，不再

说大话。”说得不错，我也有过我的财政困难：我曾在密苏里的玉米田和谷仓做过，每天 10 小时的劳力工作。我辛勤地工作，直至腰酸背痛。我当时所做的那些苦工，并不是一小时一块美金的工资，也不是 5 毛钱，也不是 10 分钱。我那时所拿的是每小时 5 分钱，每天工作 10 小时。

我知道一连 20 年住在一间没有浴室、没有自来水的房子里是什么滋味。我知道睡在一间零下 15℃ 的卧室中，是什么滋味。我知道徒步数里远，以节省一毛钱，以及鞋底穿洞、裤底打补丁的滋味。我也知道常在餐厅里尽点最便宜的菜，以及把裤子压在床垫下的滋味——因为我没钱将它们交给洗衣店。

然而，在那段时间里，我仍设法从收入中省下几个铜板，因为如果不那么做，心里就不安。由于这段经验，我们就必须和一些公司一样：我们必须拟定一个花钱的计划，然后根据那项计划来花钱。可惜，我们大多数人都不这样做。例如我的好朋友黎翁·西蒙金，他指出人们在处理金钱事务时，会表现得意外盲目。他告诉我，有一位他所认识的会计员，在公司工作时，对数字精明得很，但等到他处理个人财务时，就毫不犹豫地将它买下来——从不考虑房租、电费，以及所有各项“杂”费，迟早都要由这个薪水袋里抽出来付掉。然而这个人却又知道，如果他所服务的那个公司以这种贪图目前享受的方式来经营，则公司势必破产。

有件事你需要考虑：当牵涉到你的金钱时，你就等于是在为自己经营事业。而你如何处理你的金钱，实际上也确实是“自家”的事，别人无法帮忙。

不过，什么是管理我们金钱的原则呢？我们如何展开预算和计划？以下有 11 条规则。

### 1. 把事实记在纸上

亚诺·班尼特 50 年前到伦敦，立志做一名小说家，当时他很穷，生活压力大。所以他把每一便士的用途记录下来。他难道想知道他的钱怎么花掉了？不是的，他心里有数。他十分欣赏这个方法，不停地保持这一类记录，甚至在他成为世界闻名的作家、富翁，拥有一艘私人游艇之后，也还保持这个习惯。

约翰·洛克菲勒也保有这种总账。他每天晚上祷告之前，总要把每便士的钱花到哪儿去了弄个一清二楚，然后才上床睡觉。

你我也一样，必须去弄个本子来，开始记录。记录一辈子？不，不需要。预算专家建议我们，至少在最初一个月要把我们所花的每一分钱做准确的记录——如果可能的话，可做 3 个月的记录。这只是提供我们一个正确的记录，使

我们知道钱花到哪儿去了，然后可依此做一预算。

哦，你知道你的钱花到哪儿去了？嗯，也许如此；但就算你真知道，1000人当中，也许只能找到一个像你这样的人。史塔普里顿夫人告诉我，通常，当人们花费几小时的时间把事实和数字忠实地记录在纸上后，他们会大叫：“我的钱就是这样花掉了？”他们真是不敢相信。你是否也这样？可能。

### 2. 拟定一个真正适合你的预算

史塔普里顿夫人告诉我，假设有两个家庭比邻而居，住同样的房子，同样的郊区，家里孩子的人数一样，收入也一样——然而，他们的预算需要却会截然不同。为什么？因为人们之间的性格是各不相同的。她说，预算必须按照各人需要来拟定。

预算的意义，并不是要把所有的乐趣从生活中抹杀。真正的意义在于给我们物质安全和免于忧虑。“依据预算来生活的人，”史塔普里顿夫人告诉我，“比较快乐。”

但你怎么进行呢？首先，如同我所说的，你必须把所有的开支列出一张表来，然后要求指导。你可以写信到华盛顿的美国农业部，索取这一类的小册子。在某些大城市——主要的银行都有专家顾问，他们将乐于和你讨论你的财务问题，并帮你拟定一项预算。

讨论此一题目的小册子中，我见过的最好的一本名叫《家庭金錢管理》，由“家庭财务公司”发行。顺便提一下，这家公司出版了一整套的小册子，讨论到许多预算上的基本问题，例如房租、食物、衣服、健康、家庭装饰，以及其他各项问题。你可以向该公司索取。我已细看过这些小册子，很棒。

### 3. 学习如何聪明地花钱

我的意思是，学习如何使你的金钱得到最高价值。所有大公司都设有专门的采购人员，他们啥事也不做，只要设法替公司买到最合理的东西。身为你个人产业的男、女主人，你何不也这样做？

### 4. 不要因你的收入而增加头痛

史塔普里顿夫人告诉我，她最怕的就是被请去为年薪 5000 美元的家庭拟定预算。我问她为什么。“因为，”她说，“每年收入 5000 美元，似乎是大多数美国家庭的目标。他们可能经过多年艰苦奋斗才达到这一标准——然后，当他们的收入达到每年 5000 美元时，他们认为已经‘成功’了。他们开始大

肆扩张。在郊区买栋房子——‘只不过和租房子花一样多的钱而已。’买部车子，许多新家具，以及许多新衣服——等你发觉时，他们已进入赤字阶段了。他们实际上比以前更不快乐——因为他们把增加的收入花得太凶了。”

这是很自然的。我们都希望获得更高的生活享受。但从长远方面来看，到底哪一种方式会带给我们更多的幸福——强迫自己在预算之内生活，或是让催账单塞满你的信箱，以及债主猛敲你的大门？

### 5. 投保医药、火灾，以及紧急开销的保险

对于各种意外、不幸，及可意料的紧急事件，都有小额的保险可供投保。我并不是建议你从澡盆里滑倒至染上德国麻疹的每件事皆投上保险，但我郑重建议，你不妨为自己投保一些主要的意外险。否则，万一出事，不但花钱，也很令人烦恼，而这些保险的费用都很便宜。

举个例子，我知道有位妇人去年在医院里待了 10 天，出院之后，收到账单——只有 8 美金。怎么回事？她有医疗保险。

### 6. 不要保险公司以现金将你的人寿保险付给你的受益人

如果你投保人寿是为了在你死后能照顾家人，那么我请求你，绝不可让保险公司一次将大批现钞付给你的受益人。

“具有许多新钞票的新寡妇”将会如何？我让马利翁·艾伯利夫人来解答这一问题。她是纽约市人寿保险研究所妇女组主任。她在全美国各地的妇女俱乐部演讲，指出不让寡妇领取人寿保险金，而改为领取终生收入的好处。她提及一位收到 2 万人寿保险现金的寡妇，她将钱错给儿子开创汽车零件事业。事业失败了，她现在穷困潦倒，三餐不继。她提到另外一位寡妇，被一位油腔滑调的房地产经纪人所诱，把她的大部分人寿保险金拿来购买一些“保证在一年之内增值一倍”的空地。3 年之后，她把土地卖掉，却只拿回最初投资的 1/10。她又提到另外一位寡妇，在领取了 15000 美元人寿保险金的 12 月以后，就必须向儿童福利协会申请补助款抚养她的儿子。像这样的悲剧，数以千计，不胜枚举。

“25000 美元在妇女手中，平均不到 7 年就全部花光”，这是《纽约时报》经济编辑施维业·波特在《妇女家庭月刊》上所发表的文章中提出来的。

多年以前，《星期六晚邮》在其社论中说：“众人皆知，由于妇女多半未受过商业训练，又无银行替她拿主意，因此她很可能在第一个狡猾的掮客向她进行游说之后，就贸然把她丈夫的人寿保险金拿去购买不稳定的股票。任何一位律师或银行家都可以举出许多这类例子：节俭的丈夫多年省吃俭用存的终生