

DALE CARNEGIE

[当今世界最伟大的成功学家
卡耐基的倾情奉献]

卡耐基成功哲学与处世技巧对当代的年轻人来说，仍然有很高的学习价值。



卡耐基 成功法则

全集

卡耐基，以其超人的智慧，严谨的思维，在道德、精神和行为准则上指导千万读者。
给你安慰、鼓舞和力量，从而改变你的生活，开创崭新的人生。
卡耐基从上世纪初就开始讲授他的成人训练课程，开创了美国的成人教育运动。

司马凌云/编



中国文史出版社

DALE CARNEGIE

[当今世界最伟大的成功学家
卡耐基的倾情奉献]

卡耐基成功哲学与处世技巧对当代的年轻人来说，仍然有很高的学习价值。

卡耐基 成功法则全集

卡耐基，以其超人的智慧，严谨的思维，在道德、
精神和行为准则上指导千万读者。
给你安慰、鼓舞和力量，从而改变你的生活，开创崭新的人生。
卡耐基从上世纪初就开始讲授他的成人训练课程，
开创了美国的成人教育运动。



司马凌云/编

中国文史出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

卡耐基成功法则全集 / 司马凌云编. — 北京: 中国
文史出版社, 2013. 5

ISBN 978-7-5034-3978-0

I. ①卡… II. ①司… III. ①成功心理 - 通俗读物
IV. ①B848. 4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2013)第 083612 号

责任编辑: 殷 旭

封面设计: 纸衣裳书装

出版发行: 中国文史出版社

网 址: www.wenshipress.com

社 址: 北京市西城区太平桥大街 23 号 邮编: 100811

电 话: 010-66173572 66168268 66192736 (发行部)

传 真: 010-66192703

印 装: 北京毅峰迅捷印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张: 29

字 数: 250 千字

版 次: 2013 年 10 月北京第 1 版

印 次: 2013 年 10 月第 1 次印刷

定 价: ~~48.00~~ 元

文史版图书, 版权所有, 侵权必究。

文史版图书, 印装错误可与发行部联系退换。

前言

卡耐基被誉为“成人教育之父”，是美国著名的教育家和演讲口才艺术家，也是著名的文化企业家，他在经济领域的成功不仅在于出色地经营了自己的企业和人生，而且在于他能将经商务完美地传授于他人，培养了一批又一批成功的企业家。在欧美的工商界，言必谈卡耐基，许多人以参加过卡耐基训练班为荣，借以表明自己所受的无可挑剔的经商智慧教育。更有一些企业、组织管理人员和员工集体参加卡耐基训练班，并以此作为上岗的合格标志。

与其他企业家不同，卡耐基不仅白手起家，从一个独闯天下的农家孩子一跃而成为百万富翁，而且他一生都致力于研究和借鉴他人的宝贵经验，包括前人和同时代的人。他的工作不仅影响了全世界成千上万人的生活，而且他的教学构想更改革了成人教育的方法。他究竟是怎样的一个人呢？卡耐基是个真实的人，一个农家子弟，即使他因事业成功而家喻户晓，仍然不忘自己的出身。他的童年与美国中西部农家的孩子并无特别之处。

卡耐基并没有解开宇宙中什么深奥的秘密，但他源于常理的哲学影响和教育实践，却实惠于千百万人。

戴尔·卡耐基一生中写作了《人性的弱点》、《美好的人生》、《人性的优点》、《快乐的人生》、《语言的突破》、《伟大的人物》等著作，这些著作是卡耐基成人教育实践的结晶，也是卡耐基哲学思想的集中体现，这些著作在全球一直畅销不衰。

KA NAI JI CHENG GONG FA ZE QUAN JI

本书便凝结了上述著作的精华,将其汇总整编呈现给大家。在本书中,卡耐基先生以他对人性的洞见,利用大量普通人不断努力取得成功的故事,通过演讲和书唤起无数陷入迷惘者的斗志,激起人类曾被经济萧条、不平等、战争等恶魔慢慢磨灭掉的追求美好生活的心灵;告诉人们怎样生活快乐的真理,而其中更有卡耐基对人生的浓缩建议,足可以称为是《智慧书》。

编者

·
卡耐基成功法则全集
·

目录

卡耐基成功法则全集

第一篇 伟大的人物

创造奇迹的人 / 2

发明之王——爱迪生 / 2

相对论鼻祖——爱因斯坦 / 5

拿破仑的第一夫人——约瑟芬 / 8

印度圣雄——甘地 / 11

音乐神童——莫扎特 / 13

《米老鼠》的父亲——华耐特·迪士尼 / 14

创造财富的人 / 17

建筑业奇迹的创造者——里维父子 / 17

旅馆业巨子——希尔顿 / 23

白手起家的台塑大王——王永庆 / 29

麦当劳的创始人——雷·克洛 / 37

第二篇 人性的优点

永葆活力的秘诀 / 48

保持每日多清醒一小时 / 48

人为什么会产生疲劳 / 52

说出你的心事 / 55

消除烦闷心理 / 60

不再为失眠而忧虑 / 63

目 录

卡耐基成功法则全集

如何抗拒忧虑 / 68

消除忧虑的万能法 / 68

忧虑是健康的大敌 / 72

将忧虑减半的四个步骤 / 81

学会自我克制 / 84

不要因小事而垂头丧气 / 86

让忙碌消除你的忧虑 / 92

计算事情发生的概率 / 99

适应不可避免的事实 / 104

让忧虑“到此为止” / 112

第三篇 快乐的人生要诀

如何才能快乐 / 120

活在今天的方格中 / 120

获得心理的平和 / 127

身体是成功的本钱 / 132

学会放松,解除疲劳 / 138

锻炼健康的体魄 / 144

快乐生活的艺术 / 149

培养快乐的思想 / 163

生活是否快乐是由思想决定的 / 163

这个世界是梦想者的乐园 / 171

忍耐力能战胜一切 / 176

目录

卡耐基成功法则全集

- 保持自我本色 / 183
- 不要对敌人心存报复 / 189
- 不要指望人家感激你 / 195
- 贫穷是最大的财富 / 199
- 伟大来自于苦难 / 202
- 将不利因素转化为成功因子 / 207
- 仔细想想你的所有 / 213
- 没有人会踢一只死狗 / 219
- 不要让批评之箭伤害你 / 221
- 满足与快乐的心态 / 224
- 不要为工作和金钱而烦恼 / 230**
 - 一生最重要的决定 / 230
 - 烦恼多因金钱故 / 236
 - 财富来自于节俭 / 245
 - 不可过度节俭 / 248
 - 避免债务缠身 / 250
 - 不要入不敷出 / 252
 - 试着买份人寿保险 / 259
- 让你的家庭生活幸福快乐 / 266**
 - 家庭是心灵停靠的港湾 / 266
 - 注意生活中的小事情 / 269
 - 家庭内部也应有礼 / 271
 - 喋喋不休最伤害婚姻 / 274
 - 不要批评对方 / 278

目 录

卡耐基成功法则全集

真诚地欣赏对方 / 279

不做婚姻的文盲 / 281

如何与女人相处 / 283

与男人相处的法则 / 286

第四篇 人际中胜出

处理人际关系的基本技巧 / 292

留下完美的第一印象 / 292

在称赞中获得友谊 / 294

良好的态度润滑生锈的社会关系 / 301

友善地对待他人 / 303

想他人之所想 / 305

每天尽力取悦他人 / 311

如何获得他人的信任 / 319

逼人认错是一件蠢事 / 323

不要轻易批评他人 / 324

让别人喜欢你的五个秘诀 / 332

笑容征服世界 / 332

谈论别人感兴趣的话题 / 337

记住他人的姓名产生的魔力 / 340

尊重他人 / 345

诚挚关切他人 / 346

目 录

卡耐基成功法则全集

赢得友谊 / 355

当一个倾听者 / 355

激发他人高尚的动机 / 358

不要争论不休 / 362

如果错了,就干脆承认 / 366

表现你蜂蜜的态度 / 370

让他人觉得自己重要 / 372

赢得真正的朋友 / 375

给予他人同情与谅解 / 379

如何更好地改变他人 / 384

赞赏的魔力 / 384

从称赞对方开始交谈 / 386

委婉地指出对方的错误 / 390

保全他人的面子 / 392

让他人觉得自己很重要 / 395

善于从他人角度考虑问题 / 397

别将自己的意见强加于人 / 399

没有人喜欢受人指使 / 401

第五篇 语言的突破

在演讲中有效说话 / 404

如何有效说话 / 404

目 录

卡耐基成功法则全集

面对听众充满自信 / 408

如何准备讲演 / 411

让演讲充满热情 / 414

与听众化为一体 / 416

沟通的艺术 / 419

用一种适当的态度 / 419

演讲要真诚自然 / 422

不断丰富你的知识 / 429

讲演一定要明确清楚 / 430

如何打动听众 / 433

说服的方式 / 437

发表一个即席演说 / 440

第六篇 智慧的锦囊

智慧的锦囊 / 444

第一篇

伟大的人物

创造奇迹的人

发明之王——爱迪生

·卡耐基成功法则全集·

世上最伟大的发明家——爱迪生，也以健忘闻名。他的记忆只容得下他的发明，因此才能成为科学史上的功臣。

有一次我在纽约温德比尔特饭店进餐时，发现了一位善于记忆的女子，她是管理衣帽的职员。当我把衣帽交给她之后，她竟没有给我对号牌，我奇怪地问她，她却笑着说：“不必多此一举了，因为我能记得的。”接着，她兴奋地告诉我，在这大饭店里，常有一两百位陌生客的衣帽挂在一起。但当他们一个个出去时，她从来不曾把衣帽递错过。当然，我不能完全相信她的话。不过，等到我和这饭店经理谈及这件事情时，经理也得意地说：“她吗？啊哟！15年来还没有弄错过一次呢！”

这使我想起了记忆力最坏的电灯发明家爱迪生。这一位伟人的幼年时期，就是以健忘闻名。在学校里他会把所学习的完全忘掉，在全年级中的成绩他要算最差的，连教师们也无可奈何，没有一个人不抱怨他又蠢又笨。有些医生检查他的脑子，发现有特殊的怪现象，竟武断地预言，他必定死于脑病呢。

据熟悉爱迪生的人说，他一生只在学校里待过3个月，以后，就完全是在家中

KA NAI JI CHENG GONG FA ZE QUAN JI

接受母亲的教育。他的母亲真是一个聪明人,谁会想得到她竟能把她那人们认为注定没出息的儿子教育成一代伟大的发明家呢!

不错,我们相信爱迪生幼年时的记忆力极坏,但我们也无法否认他对于今日科学界有着划时代的贡献。

究竟爱迪生健忘到怎样的地步呢?这里有一个小事实:有一次他到纳税机关去纳税时,正用全副脑力思索科学上的一个重大问题。纳税的人极多,像一条长蛇般排列着,依次到柜前付款,等轮到他的时候,他竟说不出自己的名字,虽竭力思索了一阵子,无奈已忘得一干二净;结果还是他的邻居告诉他,他才知道自己的名字是汤玛斯·爱迪生。这一个笑话也就立刻传扬出去,直到今天,还没有被人忘记呢。

爱迪生努力工作的程度也是很惊人的,他常常整天整夜地埋头在实验室研究。有一天早晨,仆人送早点来时,他正睡着,仆人不敢去惊动他。但这时,他的助手已吃完了早餐,趁着片刻的休闲,存心愚弄他一次。他们把空碟子放在爱迪生面前,等到他醒来,看见这些空碟子、喝干了的咖啡杯子和满桌的面包屑,竟怀疑地擦了擦眼睛,想了一下,以为自己确已用过了早餐,于是,照例在吸完一支香烟后开始工作。直到他的助手们哈哈大笑以后,他才知道是被愚弄了。

由爱迪生的健忘,使我又想起了不少伟人有关“记忆力”的传说:

美国最著名的植物学家亚斯葛雷,能够记住 2.5 万种植物的名字;古罗马的凯撒大帝也可以记住他那数万心腹士兵的姓名。但棒球名星贝比鲁斯却记不住别人的面貌和姓名!

查理·卓别林有一位 7 年不离其左右的私人书记,但奇怪的是,据这位书记说:卓别林并不知道他姓什么。

埃及的默罕默德大学有一个惯例:每年新生入学考试,必须背诵整部《古兰经》。说起这部《古兰经》,几乎与基督教的《新约全书》一样长,是回教的圣经。背诵一次,至少要费 3 天的时间。但是每年都有两万多人能够毫无遗漏的背诵完毕,这种记忆力是多么惊人啊!

英国名诗人拜伦曾自夸他能背诵他所写的全部诗句。但华尔特·史考特的记忆力可真坏透了,他竟会忘记他自己所写的诗篇,有一次,他就把自己的作品错认为拜伦写的,并热烈地赞美呢。至于英国的散文家、哲学家培根也可以默写他自己一部最著名的作品,而且一字不错。但美国的舞台明星约瑟夫·贾弗森虽然连续演了

KA NAI JI CHENG GONG FA ZE QUAN JI

13年的《帕伯传》，可是还是时常忘记台词。就拜伦和华氏比较，培根和约氏相比，记性的好坏真有天壤之别。

林肯曾说过一个“记忆秘诀”：当你要牢记什么的时候，不妨高声朗读，使视觉和听觉同时发生效力。

英国历史学权威麦考雷的记忆力，真有点像中国俗语所说的“一目十行，过目不忘”。任何一本书，他只要读过一遍就可背诵，他写过许多历史巨著，但从来没有用过什么“参考书”之类的书。

美国老罗斯福总统的记忆力也是值得我们夸赞的，他在接见宾客时，最喜欢注意他们的小节、面貌或举止，他只要见过你一次就永远不会忘记你了。当他第二次再见到你时，他马上可以叫出你的名字，往往使你欢喜得说不出话来。无疑的，这对于他的政治活动有极大的帮助，常会收到“意想不到的效力”。有一次，他和一位阔别已15年的日本银行家见面，最使这位日本银行家惊奇的是，他们一见面，他便大谈15年前初次会见时所曾谈过的一件事情。

距今90多年前，英国有位富翁乔治·彼得，当他10岁时，有人请他计算这么一个难题：“现在有4440镑的存款，依年息4.5分，问4440天后，应得多少利息？”他不慌不忙地只费了两分零一秒的时间，便把答案算出来了。

好几年前，“铁路贾克”的死讯传出，全世界的报章刊物，都刊载这个消息，并且痛惜哀悼。因为，他是一位美国罕有的人才，是一个极聪明又极有趣的人物。他的记忆力异常惊人，曾有将近20年之久，他经常到设有大学的各乡村去旅行。他往往十分得意地跑进学生们的餐厅喊道：“认得我是铁路贾克吗？请你们随便问我一些历史上的琐碎事项吧，我都会很乐意答复你们。”自然，好胜的学生们是不肯放过他的，更有想乘机表示自己“见多识广”的，于是，莫不争先恐后地向他发问。而他们所提出的问题，免不了有许多是荒谬可笑的。比如：“苏格拉底的太太是多大结婚的？”但他却毫不迟疑地立刻回答：“40岁以前的苏格拉底，还没结婚，40岁后，他才娶了一个黄花闺女，才19岁呢！”或者会有人问他：“枪刺是什么时候什么地方发明的？”他会很快地答复说：“1689年7月27日苏格兰发生战争时，第一次利用枪刺作为杀人的工具。”他的报酬不是由学生们请他一同聚餐，而是凑钱来赠他一袭新衣或补助他的旅费。甚至连汽车大王亨利·福特也钦佩他的博学，主动送他一辆汽车，便于他继续往各地旅行。不过，铁路贾克有个怪脾气，他不愿开这么华贵的新车出游。

也有人猜想,或许他认为不该平白地受人赏赐,所以,还是坐他那辆旧式的两轮车。这车子旁边写着显著的字:“历史学界的高才——铁路贾克”。

他死在一所古老的房子里,享年 79 岁。遗嘱上写着,愿意把遗体捐赠给密西根大学检验,以便明白他的脑部构造,为什么能够有那么强的记忆力。我曾写信问该大学心理系主任比尔斯友雷教授,请教他有关铁路贾克记忆力强的原因。据他答复,他相信现代人类大都有这种惊异的脑力,虽然有少数人的记忆力十分差。铁路贾克的成就,也无非是把所有精力都消磨在记忆一切史实而已,他的秘诀是一部分一部分的累记起来的,所以说破以后,也就没有什么惊异和神秘的了。

最后,我要说,假使你自以为你的记忆力不堪造就,那也不必悲观,像李奥纳多·达芬奇这位世界著名人物,要不是把重要事物都记载在便条上的话,也常是一会儿工夫就忘得一干二净;有时候,虽然记忆在便条上了,他又会把这便条遗失,并且“不复记忆”在什么地方遗失了。所以我认为,记忆力差并不影响事业,也并不减损伟大,像爱迪生便是一个很好的例证。

相对论鼻祖——爱因斯坦

人人都听说过“相对论”,都知道爱因斯坦先生在人类物理学上的伟大贡献,但是,你们知道吗,其实爱因斯坦最了不起的是他的“快乐论”。因他看轻名利和赞美,只是单纯地享受工作和生活。

几年前,我和一位朋友旅行到德国南部一个小城。当我们经过一家杂货店的时候,我的朋友忽然停住脚步,指着楼上一间房子说:“你知道吗?这间简陋的小楼,就是大数学家爱因斯坦诞生的地方。”

那天下午,我去访问了爱因斯坦的叔父,但结果很令我失望,他并没有告诉我爱因斯坦有任何不同于常人的才能。相反的,他极兴奋地对我讲述爱因斯坦小时候

KA NAI JI CHENG GONG FA ZE QUAN JI

·卡耐基成功法则全集·

的愚蠢,举止迟钝又怕羞,连说话也支支吾吾,他的父母忧虑他的智能不及平常人,学校里的教师也对他表示绝望,叫他是“笨蛋”,认为没法子教育。可是谁又想得到这么一个奇笨无比的孩子,竟被全世界公认为当代杰出的聪明伟人、古今最伟大的思想家之一呢?

翻遍了人类史册,像爱因斯坦这样“平地一声雷”般著名于世界的,确实是一件不可思议的事情。最值得惊异的是,以一个“数学教授”的地位,竟能如此“走红”,成为全球报章刊物的重要人物;以“科学家”身份,竟能像拳王乔路易般闻名遐迩。说出来谁会相信?但事实上又不得不信啊!可是,更稀奇的事还有呢。爱因斯坦的名字虽早已“红得发紫”,可是他自己竟然“还不知道”,直到后来他才突然“发觉”了,在答复新闻记者的询问时,还是说“成名”得连他自己都“莫名其妙”。

当我们研究爱因斯坦的“相对论”学说时,至少可以领悟到这位大数学家“古怪”思想的一部分。可是对爱因斯坦来说,没有一事物可使他过分“喜爱”,而且他也不过分“憎恶”哪一事物。大多数人所急切追求的名声,富贵或奢华,他都看得非常轻淡。据说有一次,某艘轮船的船长为了优待爱因斯坦,特地让出全船最精美的房间等候他,谁想到竟被他严辞拒绝了。他不愿意接受这种特别优待,而情愿睡在最下等的舱里。

德国当局为了表示对爱因斯坦的厚爱和钦敬,在他过 50 诞辰时,特地为他在普斯丹城建造了一座半身铜像,还赠送他一所精致的住宅和一艘小游艇。

不过,爱因斯坦的遭遇真是不幸极了,亡命在国外,有一段时间住在比利时。他的财产全被充公,他的家门上了锁,还有一位警探每夜睡在他的床边,只因为他是犹太人。

当他接受美国纽约普林斯顿大学聘请前往讲学时,为了避免新闻记者访问的麻烦,预先嘱咐他的朋友在船尚未到岸以前,先行半途秘密地以驳船接去换汽车开到学校。虽然解释爱因斯坦“相对论”学说的书籍至少出版了 900 册以上,但据爱因斯坦自己说,能够真正了解他的“相对论”的,却只有 12 人。

爱因斯坦曾用这么简明的例子解释“相对论”:一个美丽的姑娘伴你对坐一小时,可是你会觉得好像只有一分钟的短暂;要是你在火炉上坐上一分钟呢?你会觉得像有一小时那么久了。初听起来,好像是很对了,那就是相对性。其实,让我们实验一次就明白了,谁都愿意和美人对坐,而不愿意坐在火炉上。