



SCROLLS  
FOR  
SUCCESS

# 羊皮卷

世界上最伟大的励志书

(美) 戴尔·卡耐基 著  
Dale Carnegie

杨建峰 编译

羊皮卷

# 世界上最伟大的励志书

(美) 戴尔·卡耐基 著

杨建峰 编译

汕头大学出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

羊皮卷:世界上最伟大的励志书 / (美) 戴尔·卡耐基著; 杨建峰编译. —汕头: 汕头大学出版社, 2018.4

ISBN 978-7-5658-3463-9

I. ①羊… II. ①戴… ②杨… 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(2018)第 013582 号

## 羊皮卷:世界上最伟大的励志书

YANGPIJUAN; SHIJIESHANG ZUIWEIDADE LIZHISHU

---

作 者: (美) 戴尔·卡耐基

编 译: 杨建峰

责任编辑: 邹 峰

责任技编: 黄东生

封面设计: 门乃婷

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市大学路 243 号汕头大学校园内 邮政编码: 515063

电 话: 0754-82904613

印 刷: 河北鹏润印刷有限公司

开 本: 880mm × 1230mm 1/32

印 张: 17

字 数: 400 千字

版 次: 2018 年 4 月第 1 版

印 次: 2018 年 4 月第 1 次印刷

定 价: 42.00 元

ISBN 978-7-5658-3463-9

---

发行/广州发行中心 通讯邮购地址/广州市越秀区水荫路 56 号 3 栋 9A 室  
邮政编码/510075 电话/020-37613848 传真/020-37637050

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换

## 前 言

在古代，在纸张发明以前，西方国家的人们习惯把值得珍藏的智慧书写在羊皮卷上，借以显示这些传世经典在人们心目中无上的地位。

1925年，奥格·曼狄诺出生于美国东部一个平民家庭，完成了正常的教育后，成立了家庭。28岁后，他无法再安于长久以来的平淡生活，开始像一匹脱缰的野马一样毫无理性地瞎撞，酗酒、打架斗殴、夜不归宿……无所不至。最后在一次冲动中犯下了不可饶恕的错误，并因此失去了家庭、工作和房子。

有一次，奥格·曼狄诺到教堂向一位神父忏悔自己的经历，并表达了自己悔改的决心。神父深受感动，给了他许多安慰。临别时，神父递给他一张小纸条，并说道：“孩子，你要寻找的答案都在里面。”

回去后，奥格·曼狄诺打开纸条，只见上面罗列着15本书的名字：

《人性的弱点》（美）戴尔·卡耐基；《思考致富》（美）拿破仑·希尔；《唤起心中的巨人》（美）安东尼·罗宾；《最伟大的力量》（美）马丁·科尔；《思考的人》（英）詹姆斯·艾伦；《钻石宝地》（美）拉塞尔·康维尔；《向你挑战》

(美) 廉·丹佛;《你是第一位的》(美) 罗伯特·林格;《鼓舞人心的剪贴本》(美) 阿尔伯特·哈伯德;《不要听别人的话》(日) 堀场雅夫;《爱的能力》(美) 艾伦弗·罗姆;《人生光明面》(美) 诺曼文·森特·皮尔;《最伟大的励志书》(美) 奥里森·马登;《自己拯救自己》(英) 塞缪尔斯·迈尔斯;《投资自我》(美) 奥里森·马登

奥格·曼狄诺跑遍全市的图书馆，借来了这 15 本书，夜以继日地反复研读，在熟记了这些书的内容后，他坚信自己找到了前进的方向，并决定立即付诸行动。他写道：

今天，我开始新的生活；今天，我爬出满是失败创伤的老茧；今天，我要用全身心的爱来面对世界……

在以后的日子里，奥格·曼狄诺依照着 15 本书所介绍的原则立身处世，他百折不挠、愈挫愈勇，终于在他 44 岁的时候取得了成功。

当别人问他成功的原因时，他向人们展示了当年神父给他的纸条，并表示：这就是指引他成功的“羊皮卷”。

现在，我们从指引奥格·曼狄诺成功的 15 本书中选取了《人性的弱点》《思考致富》《唤起心中的巨人》《最伟大的力量》《钻石宝地》《爱的能力》《最伟大的励志书》《投资自我》，辑成一册，同时为便于国内读者阅读，编者对部分原书重新进行编辑加工，适当增加国内读者喜闻乐见的身边的故事，以拉近本书与国内读者的距离。相信这部浓缩了人类智慧精华的人生锦囊一定会改变你的命运，助你走向成功。

2018 年 3 月

## 目 录

### 第一卷

#### 人性的弱点

- 第一章 与人相处的基本技巧 / 003
  - 如欲采蜜，勿蹴蜂房 / 003
  - 真诚地赞赏他人 / 013
- 第二章 平安快乐的十大要诀 / 020
  - 保持自我本色 / 020
  - 改变不良的工作习惯 / 026
- 第三章 如何使人喜欢你 / 032
  - 学会真诚地关心他人 / 032
  - 不要忘记微笑 / 040
- 第四章 怎样赢得别人的认可 / 047
  - 不要争论不休 / 047
  - 尊重他人的意见 / 051
- 第五章 掌握说服他人的技巧 / 055
  - 称赞并欣赏他人 / 055
  - 间接委婉地指出他人的错误 / 059
- 第六章 如何使家庭生活幸福快乐 / 063
  - 切勿喋喋不休 / 063

- 066 / 不要试图改造对方
- 069 / 第七章 怎样使你更成熟
- 069 / 不要光踢椅子
- 074 / 困难并不意味着不幸
- 080 / 第八章 走出孤独忧虑的人生
- 080 / 孤独是现代人的通病
- 085 / 忧虑是健康的大敌
- 097 / 第九章 不要为工作和金钱烦恼
- 097 / 一生中最重要的决定
- 105 / 70%的烦恼与金钱有关
- 115 / 第十章 预防疲劳,永葆活力
- 115 / 保持每日多清醒一小时
- 119 / 说出你的心事

## 第二卷

### 思考致富

- 127 / 第一章 靠欲望致富
- 127 / 破釜沉舟的人
- 128 / 财富的驱策力

欲望变黄金的六个步骤 / 129
你能想象自己是百万富翁吗 / 130
第二章 靠信心致富 / 132
信心对我们的影响 / 132
没人“注定”一生倒霉 / 133
自我暗示引发信心 / 134
自我暗示的奇迹 / 135
第三章 靠自我暗示致富 / 137
使用自我暗示的方法 / 137
如何强化专注力 / 138
激励潜意识的三个步骤 / 139
心灵力量的秘诀 / 141
第四章 靠知识致富 / 143
富有的“无知”者 / 143
你能得到所需要的任何知识 / 144
如何获取知识 / 145
争相礼聘的专才 / 146
第五章 靠想象力致富 / 147
两种想象力 / 147
训练一下想象力 / 148

- 149 / 导向财富的法则
- 150 / 如何实际运用想象力
- 157 / 第六章 靠计划致富
- 157 / 第一个计划失败——再试一个
- 159 / 规划个性化服务销售计划
- 160 / 领导者的主要特质
- 162 / 领导失败的 10 大主因
- 165 / 第七章 靠决心致富
- 165 / 下决心的秘诀
- 166 / 要自由还是死亡的决心
- 169 / 组建智囊团
- 170 / 改变历史的决定
- 173 / 第八章 靠毅力致富
- 173 / 测试你的毅力
- 174 / 你有“金钱意识”还是“贫穷意识”
- 175 / 如何“快速挣脱”精神怠惰
- 175 / 超越失败
- 178 / 第九章 靠潜意识致富
- 178 / 如何激发潜意识的创造力
- 179 / 利用积极正面的情绪

第十章 靠头脑致富 / 182
有关头脑的戏剧性故事 / 182
最大的力量是不可捉摸的 / 183
“什么是‘心灵感应’” / 184
如何团结心灵协调工作 / 185
第十一章 靠第六感觉致富 / 187
第六感的奇迹 / 187
让伟人塑造你的人生 / 188
通过自我暗示塑造性格 / 188
想象的惊人力量 / 190

### 第三卷

#### 唤起心中的巨人

第一章 如何改变你的习惯 / 195
认识习惯 / 195
习惯决定命运 / 196
培养受益终生的好习惯 / 198
改变你的坏习惯 / 199
第二章 如何完善你的行为 / 202
尝试改变自己的行为 / 202

- 203 / 坚持自己的主见
- 204 / 让自己变得积极起来
- 207 / 第三章 如何开发你的潜能
- 207 / 认识你的潜能
- 209 / 重视你的潜能
- 212 / 充分开发你的潜能
- 216 / 第四章 如何解决内心矛盾
- 216 / 克服自身的心理障碍
- 218 / 忘记内疚向前看
- 220 / 接受不可避免的事实
- 222 / 第五章 如何了解他人想法
- 222 / 学会察言观色
- 223 / 通过语音洞察人心
- 225 / 如何看穿他人的心思

#### 第四卷

#### 最伟大的力量

- 231 / 第一章 选择需要发现
- 231 / 发现你最伟大的力量

从容面对人生的选择 / 233
第二章 选择握在你手 / 236
选择的权利就握在你手中 / 236
学会选择，不要被他人所左右 / 237
别选择烦恼 / 238
第三章 选择的重要性 / 240
选择具有神奇的力量 / 240
选择决定人生 / 243
选择比什么都重要 / 246
第四章 选择你的财富 / 249
财富源于选择 / 249
要使自己拥有财富的思维 / 250
对于财富也要懂得放弃 / 252
第五章 选择你的环境 / 254
选择你的人生环境 / 254
选择你的工作环境 / 256
我们不可以控制环境，但可以控制想法 / 257
第六章 选择你的幸福 / 260
选择成就人生的幸福 / 260
幸福可以长存 / 262

265 / 选择自己的幸福

## 第五卷

### 钻石宝地

269 / 第一章 财富就在脚下

269 / 寻找你的财富

270 / 金子就在自家门口

274 / 第二章 财富就是力量

274 / 金钱可以给人带来幸福

276 / 感受金钱的存在

278 / 从爱钱开始

281 / 第三章 财富依附机遇

281 / 抓住机遇就能抓住财富

284 / 机遇 + 胆识 = 巨额财富

287 / 要有效地把握机遇

290 / 第四章 致富需要技巧

290 / 掌握获得财富的学问

292 / 将鸡蛋分装在不同的篮子里

293 / 借别人的钱来获得更多的财富

## 第六卷

### 爱的能力

#### 第一章 爱的本质 / 297

爱是一种能力 / 297

爱是不朽的 / 299

#### 第二章 自我的爱 / 302

爱自己的理由 / 302

爱自己才能爱别人 / 305

#### 第三章 朋友的爱 / 308

友爱的定义 / 308

友爱超越生命 / 309

#### 第四章 父母的爱 / 312

大爱父母心 / 312

父爱永恒 / 315

母爱之门永远不会关闭 / 317

#### 第五章 浪漫的爱 / 319

简单的爱才是最浪漫的 / 319

对“浪漫的爱”的几种不同理解 / 320

#### 第六章 爱的自由 / 322

不要为爱所累 / 322

324 / 爱需要自由的空间

## 第七卷

### 最伟大的励志书

329 / 第一章 高贵品质是最大的财富

329 / 个人教养是巨大的财富

331 / 使人进入天堂的品质

332 / 品格就是力量

335 / 第二章 获取财富的重要法则

335 / 贫穷是最宝贵的财富

337 / 积累你的商业知识

338 / 点滴积累便是财富

342 / 第三章 正确思维引导美好人生

342 / 悲观失望时千万别下决断

344 / 选择你自己的生活

346 / 学会展现你自己

350 / 第四章 积极进取就是力量

350 / 从精神上爱自己

352 / 学会管理你的情绪

希望就是一切 / 354
第五章 强迫自己迈向成功 / 358
抱定宗旨，坚定向前 / 358
把自己从黑暗中拯救出来 / 360
挫折能激励你奋力向前 / 362
第六章 习惯改变你的一生 / 365
珍惜时间是伟人成功的秘诀 / 365
办事准时，从不拖延 / 368
学会控制时间的艺术 / 369
第七章 永远不要抱怨工作 / 373
职业使你造就自己 / 373
精通工作的所有细节 / 374
集中精力 / 375
第八章 人人都能成功 / 378
创造成功的机会 / 378
出身贫困的总统 / 381
没有背景的年轻人 / 382
第九章 积累一生的资本 / 387
机智的作用 / 387
常识和机智 / 389

- 390 / 纯正品格的力量
- 393 / 第十章 正确地看待自己
- 393 / 伟大人物们的心灵
- 395 / 积极的哲理就是力量
- 397 / 自我发现的出路
- 403 / 第十一章 积极地看待自己
- 403 / 用积极驱走烦恼和忧愁
- 408 / 语言与修辞的艺术魅力
- 412 / 天才出自勤奋

## 第八卷

### 投资自我

- 421 / 第一章 投资说话
- 421 / 说话是一门无与伦比的艺术
- 423 / 谈吐体现人的修养
- 426 / 学习演讲是推销自己的最好方式
- 431 / 第二章 获得美的力量
- 431 / 美是最好的教育