

<<人性的优点与弱点>>

图书基本信息

书名：<<人性的优点与弱点>>

13位ISBN编号：9787538553086

10位ISBN编号：7538553088

出版时间：2011-1

出版时间：北方妇女儿童出版社

作者：吕珈锐

页数：390

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<人性的优点与弱点>>

### 前言

随着时代的进步，社会的发展，人们的生活节奏越来越快，竞争也日趋激烈，来自四面八方的诱惑也是纷至沓来……面对如此之趋势，人们陷入了迷茫之中，我们如何才能紧跟时代的脚步，如何才能在竞争中脱颖而出，如何才能摆脱各种诱惑走向卓越呢？

本书将告诉你：是什么决定着人生的成败！

如何才能从平凡走向卓越！

细读本书，它将帮你指出走向正确的方向，增强你应对各种人生挑战的心理承受能力，激发你成功的潜能，使你在成功路上无往而不胜！

这里的每一篇文章都充满了耐人寻味的哲理，每一次震撼都来自心灵的感动。

细细品味，你会发现书中博大精深的哲理，就像一条河流，左岸是深入人心的真理，右岸是对每个心灵的唤醒，中间流淌的是值得你紧紧握在手中的璀璨年华！

用心去感悟吧！

去享受这充满真理的精神盛宴！

本书是为每一个人写的，它以一种令人感到惊奇诧异的冷峻、客观的态度，极其深刻地描述了人生的处世经验，为读者提供了战胜生活中的迷茫与困顿的各种妙计。

通过这些具有深刻意义的人生道理，人们不仅获得了克服生活中可能出现的逆境的良方，更重要的是增强了对生活的理解和洞察力。

人人都憧憬成功，人人都渴望成就梦想，人人都希望找到梦想成真的捷径和秘诀。

然而，什么样的人才能成就梦想？

怎样才能成就梦想？

读完这本书，你会惊讶地发现，原来成功的大门都是虚掩着的，成功其实离我们并不遥远，成功也不是完美者的专利，只要你想成功，只要你能处理好每一个细节，那么，你也能成功！

成功的人生从你发现自己的那一天开始。

愿这里的每篇文章似暖暖春风，在你的心田徐徐吹拂，在你的人生道路上渗入生命的每个脚步，让你的心灵获得全新的洗礼，在品味中得到智慧启迪和愉悦感悟，认清人生真正的价值和快乐，创造出斑斓的五彩人生！

囿于编者水平，加之时间仓促，难免有挂一漏万之憾，敬请读者朋友们指正，在此我们深表谢意

！

编者

## <<人性的优点与弱点>>

### 内容概要

《人性的优点与弱点》集卡耐基一生中最重要的、最生动的人生经验，是一部世界上最畅销的人生指南。

卡耐基充分了解人性的本质，他认为，一个人事业的成功，15%归于其专业知识，其余85%则归于其“表达思想、领导他人以及唤起他人热情的能力”。

《人性的优点与弱点》这部充满力量、充满智慧的书，在生活中一定会给你启迪，使你勇敢地克服自己的弱点，成为人际交往的高手，拥有美好、快乐、成功的人生。

## &lt;&lt;人性的优点与弱点&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 相信自己拥抱明天1.只完整地拥有今天2.做独特的你3.开始喜欢自己4.解除工作上的忧虑5.孤独是现代人的通病6.精神失常的原因7.忧虑是健康的杀手8.解忧万能公式9.亚里士多德法则10.贫穷是最大的财富11.盘点你的幸福12.你的生活与忧虑无关13.做一个乐观的人14.心理润滑剂15.每天都是新生命16.不以批评他人来满足自己17.要顾及别人的尊严18.先谈论自己的错误19.让他人有个美誉20.面对攻讦无需在意21.适当地赞许他人的努力22.鼓励能让错误容易改正23.使人们乐意接受你的建议24.请这么开始批评

第二章 充满活力舞动生命1.什么使你感到疲劳2.休息是为了提高效率3.不再为失眠而苦恼4.如何防治烦闷的心理5.养成良好的工作习惯6.每次只走1英里7.学会自我克制8.积极向上的心态9.走出忧虑的阴影10.不要为打翻的牛奶哭泣11.不要因小事而萎靡不振12.让忧虑到此为止13.养成勤俭的好习惯14.切勿杞人忧天15.保持平静的心情16.学会赢在失败17.不要妄自菲薄18.不要葬送自己的婚姻19.不要批评你的家人20.了解婚姻问题的症结所在21.真心地给对方以赞赏22.注重生活中的小事情23.不要改变你的伴侣24.如果你要快乐,别忽略了这些

第三章 享受人生完美生活1.人生因为梦想而伟大2.享受精彩的人生3.专心致志直到成功4.善于借用别人的力量5.不要因金钱而烦恼6.管理好你的时间7.将自信注入工作8.积极行动是成功的基础9.带上你的职业地图10.充满热忱地生活11.轻快地去承受必然的事12.乐观而勇敢地面对困难13.广泛交友,别离群索居14.对自己的行为负责15.将逆境变成一种祝福16.让你的生活远离忧郁17.热爱美并传播美的种子18.如何从书中得益最多19.工作+思考=智慧20.目标明确,态度坚决21.运用简单的威力22.争取你的"脑力薪"23.正确地做事与做正确的事24.回家,把工作关在门外

第四章 宽容真诚受人欢迎1.怀着宽恕之心去了解别人2.与人相处的秘诀3.站在对方的立场上4.捕捉对方观点5.赢得他人的信任6.为别人提供帮助7.巧妙地提出自己的要求8.这么做你会受欢迎9.一个真诚的微笑10.记住别人的名字11.做一个善于静听的人12.就别人的兴趣谈论13.怎样让人很快地喜欢你14.将你自己放在他的地位15.怎样避免制造敌人16.不要把意见硬塞给别人17.你赢不了争论18.敢于承认自己的错误19.想方设法让对方说"是"20.激发人们高尚的动机21.戏剧化你的想法22.同情,是人类最渴望的东西23.给他人表现自己的机会

第五章 成功人生自我创造1.快乐是一种心态2.报复的代价太高了3.寻找自我,保持本色4.有个柠檬,就做柠檬水5.从来没有人会踢一只死狗6.如何使批评不伤害你7.不要理会你的烦恼8.适应不可避免的事实9.你生命中的重要决定10.心态决定你的人生11.宽恕你的敌人12.多想自己的得意事13.不要被批评伤害14.你生命中的重要决定15.成功没有你想的那么难16.欲望是成功的原动力17.把失败写在背面18.坚强是成功的保证19.别做让自己后悔的事20.积累资源,为成功铺垫21.别让坏习惯成为绊脚石22.挣脱坏情绪的桎梏23.人穷不怕,心穷才可怕24.竭尽全力才能把事做好25.超越自我才能飞得更高26.做成功者队伍中的一员

## &lt;&lt;人性的优点与弱点&gt;&gt;

## 章节摘录

2.做独特的你 一位太太讲述道： 我丈夫热衷园艺，他经营的玫瑰花园给大家增添了很多乐趣。

有一天，我们共同欣赏玫瑰花，他说：“乍一看，仿佛这些玫瑰花都是一样的，不是吗？其实不然！

如果你仔细分辨，就会发现颜色和品种都一样的花之间仍有细微差别——成长速度、花瓣的卷曲程度、颜色铺展的密度，每一朵都存在细微的不同。

” 自然界到处充满多样性，而人类自身更是千差万别。

前英国科学促进协会主席、古人类专家亚瑟·凯斯爵士说：“没有任何人曾经或即将与另一个人度过完全相同的人生旅程……每一个人的生命体验都是独一无二的。

” 不错，每一个人的生命体验都是独一无二的，即使我们的本质都由相同的材料组成。

要获得成熟的智慧就必须认识并理解这个事实。

这是一座跟我们的同胞沟通的桥梁。

在我们尊重对方是个“个人”，一如我们知道自己是“个人”之前，我们无法跟他沟通或建立任何有意义的关系。

这话听起来似乎很容易，事实上是一天比一天难。

虽然我们喜欢自认为是一个已经废除了阶级意识的国家，但事实上却仍然受到阶级意识的支配。

我们发展出一套特殊的用语，反映出我们不喜欢把一个人当个人看待，而将他纳入我们认为他所归属的阶层里——在统计栏或调查问卷中，“普通人”“中下阶层”“消费大众”“低收入人群”“白领阶层”“蓝领阶层”“咖啡座人士”等等——这一切“标签”显示我们不愿意或缺乏将他人当做是“个人”而不是一个群体当中无名无姓、没有面孔的一分子的能力。

我们已经被分类，然后被归纳于某一个群体中。

在生活中，我们的方方面面都在受调查；社会调查员对我们再熟悉不过：我们喝几杯咖啡，多少人拥有汽车及什么牌子的车，听什么广播或看什么电视，甚至我们每一年过多少一次性生活，过得怎么样等等。

大家都在强调“调整适应”“群体整合”和“社会机动性”。

削弱自己的个性以顺应所属群体可敬的行为，绝对的个人主义已经不复存在了。

难怪我们总觉得自己已经失去独立性，如果思想和行为与他人出现差异时，心里就会感到很不舒服。

事实上，每个人还是希望自己能独一无二地生活。

分类的压力、认同的压力并不能阻止人们在内心深处渴望与他人不同。

而这种渴望一旦通过外在表现挣脱出来，我们也就有机会躺进精神病医生办公室里的长椅、住进精神病院、沉迷于酒色和毒品。

但是这样就永远也无法找回迷失的自我了。

怎么解决这个问题？

我们怎样做个与众不同的个体呢？

我们怎样得到一种相对成熟的自觉呢？

我们提出三个建议：（1）在孤独和退隐中认识自己 过度紧张的生活使我们失去了自我反省的机会，我们必须为孤独创造机会。

不同的人对孤独有不同的理解。

一个朋友说：“如果我需要沉思，就上街去进行长距离的散步，任自己在人群中消失，在这种方式下思考问题，我就能避免分心。

“在纽约时，我丈夫常去附近一家教堂，因为那里安静。

这样能使他内心平静，使自己保持活力，使精神更振奋。

“我最难得的孤独时刻是自己沉浸于自然那一刻。

我很少做长距离散步或户外活动，但是我经常在花园里散步或至少还能不时抬头望一眼窗外那棵树或天空。

## &lt;&lt;人性的优点与弱点&gt;&gt;

四季的更迭真是个永恒的奇迹。

方寸间的土地和广袤的田野都可以体验欣赏的乐趣。

我此时就会感觉到自己已经与大自然亲密交融。

”也许有的人喜欢独处安静的房间或只是令肉体孤独地存在。

不管怎样，每天创造一段孤独的时光，把电话和所有干扰的事物抛开，是我们探索自己的生活、信念和行动必须要做的。

许多哲学家和思想家都强调过孤独的价值：耶稣、佛陀、施洗者约翰、笛卡儿、蒙田、班扬等人也正是在孤独中才获得了启示。

(2) 摆脱习惯这把枷锁 我们已经被活埋在习惯和无聊的事物里面，只有通过超凡的努力，这猛烈的炸药才能将我们解救出来。

有多少人自甘套上习惯和惰性的枷锁，沉闷、无望地苟且度日？

我有一个年轻女学生，跟我讲过她和她丈夫破除习惯枷锁的故事：“我丈夫和我都喜欢看电视，”她说，“我们每天下班后第一件事就是打开电视，看着电视节目吃晚饭，直看到困得必须睡觉。

为了不错过好节目，我们不去拜访朋友，不看书，也不一同外出享受美好的时光。别人来拜访我们，我们就盼望他快快离开，也好继续看被打断的电视节目。

有一天我和我的朋友们一起吃午饭，我发觉我已经无法跟她们交谈，我根本插不上嘴。我哪儿都没去过，什么书也没看过，什么事也没做过——我的生命的黄金年代都被一间黑屋子里的电视机耗费了。

“回家后，我劝我丈夫，有的人连戒毒都能成功，我们应该也能从电视节目中解脱出来。他很赞同我，我们开始努力于其他事务，以便转移精神。

我们报名学习成人教育课程，经常打保龄球和出门访友，又从图书馆借来书，然后互相读给对方听。我很满意能戒除电视瘾，我们的工作和婚姻也因此而改善。

我们感到生活中有很多乐趣，而且无论对自己还是对别人，生活的价值都提高了。

”两个曾被活埋在习惯里的人，终于获得解放，他们曾被自己紧紧包裹。

(3) 发掘生活中我们最满意的东西 1878年，心理学家威廉·詹姆斯在给妻子的信中有一段最精彩的描述：“……我坚持认为要正确评价一个人的人格，最好的时机是观察他最活跃、最满意时的精神或道德态度，这时他内心传达的声音是：‘这就是真正的我！’”

简单地讲就是：兴奋时真我便自然浮现，因为一个人“最活跃、最满意”时也最兴奋，不管这个人是对一个想法、对一个人或一种情况的哪一种形式的兴奋，都会使我们摆脱无聊的事情、习惯和压力，形成对真我的刺激。

兴奋是使工作转向成功的最基本要素，也能激发我们的热情发挥最大潜力。

伟大的物理学家、诺贝尔奖获得者爱德华·维克多·艾波顿爵士有这样一句话听来让人吃惊：“谈到科学成功的秘诀，我甚至愿将热情排在专业技术的前面。”

当然，爱德华爵士不是说专业技术在科学研究中不重要。他想说的是热情——兴奋——会对一个人掌握专业技术形成刺激。

个人的性格很难改变，只能使它显现。要找出我们身上区别于他人的宝贵的优点，就必须从心底里剔除那些恐惧、畏缩、多疑、迷惘、恶习等等。

兴奋，就是烧毁这些东西，使真性情、真性格袒露的大火。

兴奋的形式多种多样，爱就是一种使我们敞开自我的形式。

看过电影《玛蒂》的人都能体会爱是如何使原本无聊孤单的人得到改造，进而去开创他们崭新的世界的。

兴奋是人们不断刺激自己工作、活动的动力。

耶鲁大学的威廉·里昂·菲尔普斯教授有一本书名叫《工作的兴奋》，书中到处都洋溢着他对工作的兴趣。

生活危机能刺激一些人，使他们鲜活起来。

## <<人性的优点与弱点>>

规模比较大的如战争、洪水或地震等灾难的降临，会对人产生强烈的刺激——唯真英雄能见本色；就较小的规模来说，比如当家庭发生危机时，那些和子女同住、看上去已经老朽的人，却往往能成为一种力量，发挥重要作用。

所以，以下便是使我们与他人区别开来、培养自己的独特个性的三种方法：（1）每天给自己一刻独处的时光；（2）努力挣脱恶习的桎梏；（3）发自内心的兴奋和狂热。

心灵的成熟要靠不断地自我发掘，这是一个持续不断的过程。

不能了解我们自己，我们就无法了解别人。

“了解自己”是智慧之始，正像苏格拉底所言：“你是世界上唯一的你。

”

.....

## <<人性的优点与弱点>>

### 编辑推荐

卡耐基运用社会学和心理学知识，对人性进行了深刻的探讨和分析，激励了无数陷入迷茫和困境的人，帮助他们重新找到了自我，改变了千百万人的命运。

卡耐基的思想具有极强的实用性和指导性，以及对社会各类人群和各个时代的适应性。

时光流转，卡耐基的思想和见解非但没有因时间而沉寂，相反，在今天这个竞争激烈的社会，他的思想和洞见却更加深刻和实用，对于人们更具有指导意义。

<<人性的优点与弱点>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>