

<<人性的优点全集>>

图书基本信息

书名：<<人性的优点全集>>

13位ISBN编号：9787802105508

10位ISBN编号：7802105501

出版时间：2009-7

出版时间：西苑出版社一

作者：戴尔·卡耐基

页数：444

译者：曹玥

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>

<<人性的优点全集>>

前言

戴尔·卡耐基（1888～1955年），美国著名成人教育家，20世纪最伟大的人生导师之一。

他于1888年11月24日出生在美国密苏里州一个贫穷的农民家庭，1955年11月1日逝世。

卡耐基小时家里非常穷，经常吃不饱，穿不暖。

16岁时，他就不得不在自家的农场里干活。

每天早晨，他骑马进城上学。

放学后便急匆匆地骑马赶回家里，挤牛奶、修剪树木、收拾残汤剩饭喂猪……卡耐基在童年时代受到他母亲很大影响。

母亲生性乐观，百折不挠。

一次大水灾，洪水冲垮了河堤，把农场的所有农作物冲得不见踪影。

父亲用绝望的声音喊道：“上帝，你为什么老是和我过不去？”

我什么时候才能走出困境！

”而母亲却十分镇静，她哼唱着歌，将家园重新收拾好。

母亲对卡耐基寄予厚望，一直鼓励他好好读书，希望他将来做一名传教士，或做一名教员。

1904年，卡耐基高中毕业后就读于密苏里州华伦斯堡州立师范学院。

卡耐基发现，学院辩论会及演说赛非常吸引人，优胜者的名字不但广为人知，而且还被视为学院的英雄人物。

这是一个成名和成功的最好机会。

但他没有演说的天赋，参加了12次比赛，屡战屡败。

30年后，卡耐基谈及第一次演说失败时，还以半开玩笑的口吻说：“是的，虽然我没有找出旧猎枪和与之相类似的致命东西来，但当时我的确想到过自杀……我那时才认识到自己是很差劲的……”经历失败后，卡耐基发奋振作，重新挑战自我。

1906年，戴尔·卡耐基以一篇题为《童年的记忆》的演说，获得了勒伯第青年演说家奖。

这是他第一次尝试成功，这份讲稿至今还保存在华伦斯堡州立师范学院的校志里。

这次获胜，对他的一生产生了非同小可的影响。

他原先的目标是想在学校里获得学位，毕业后回到家乡的学校里去教书。

但在快毕业的那年里，他发现同班的一个同学在暑假为国际函授学校推销函授课，每周所得的钱，比他父亲的辛勤所得还高出四倍。

<<人性的优点全集>>

内容概要

早在20世纪上半叶，当经济不景气，不平等、战争等恶魔正在磨灭人类追求美好生活的心灵时，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，通过他的演讲和著作唤起无数陷入迷惘者的斗志，激励他们取得辉煌的成功。

《人生的优点全集》是卡耐基一生中最重要的、最生动的人生经验的汇集，也是一本记录成千上万人如何摆脱心理问题走向成功的实例汇集。

它包括卡耐基最有代表性的作品《人性的优点》、《美好的人生》、《伟大的人物》和《语言的突破》。

卡耐基和他的著作，就像一盏明灯，点亮我们迷惘的内心；激励我们去追求自己想要的生活。

<<人性的优点全集>>

作者简介

戴尔·卡耐基，被誉为“教育之父”。

早在20世纪上半叶，当经济不景气，不平等、战争等恶魔正在磨灭人类追求美好生活的心灵时，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，通过他的演讲和著作唤起无数陷入迷惘者的斗志，激励他们取得辉煌的成功。

本书汇集了卡耐基的思想精华和最激动人心的内容。

自1937年问世以来，本书销量达1500万册，被译成各种语言文字，成为西方最持久的畅销书之一，稳居成功励志类图书榜首。

此书之所以永不过时，就在于卡耐基先生对人性的深刻认识，以及他为根除人性的弱点所开出的有效处方。

正如卡耐基所言：“一个人的成功，只有15%归结于他的专业知识，还有85%归于他表达思想、领导他人及唤起他人热情的能力。

”只要你不断反复研读，它必将助你获取成功所必备的那85%的能力。

<<人性的优点全集>>

书籍目录

第一卷 人性的优点 第1章 如何抗拒忧虑 现代人的通病是孤独 改变一生的一句话 解决忧虑的万灵公式 运用亚里士多德方法 忧虑会伤害身心健康 贫穷是最大的财富 将忧虑减半的四个步骤 良好的态度是心理润滑剂 第2章 改掉忧虑的习惯 懂得自我克制 不要去锯细小的木屑 使忧虑不要再发展 不要因小事而萎靡不振 财富与自我克制 让忙碌打消你的忧虑 学会计算事情发生的概率 适应难以避免的事 第3章 防止劳累永葆活力 保持每日多清醒一小时 是什么使你感到疲劳 把心事倾诉出来 四种良好的工作习惯 去掉烦闷的心理 不要为失眠而痛苦 第4章 克服忧虑的真实故事 99%的烦恼都是多余的 忧虑是最难缠的对手 看到自己的光明面 克服忧虑的五大措施 相信日子照样天天过 我几乎没有明天 我曾经是忧虑的受害者 我是世上第一傻瓜 永远给自己留条退路 我听到一个声音 警长找上家来 保佑我不进孤儿院 胃病真折磨人 洗碗的感想 时间可以解决许多问题 我逃出了地狱 停止忧虑就能长寿 运动是烦恼最佳“解毒剂” 把自己沉浸在工作中 第二卷 美好的人生 第5章 怎样赢得他人的赞同 不要总是争论不断 避免指责别人的错误 对待他人要友善 让他人认为是对的 尽量让对方多说话 别把自己意见强加他人 激发人类潜在的高贵品质 戏剧化地表达你的意见 多从他人角度考虑问题 让他人不断提出挑战 第6章 如何更好地说服他人 赞扬并欣赏他人 不要总是责怪他人 没有人愿意被人指使 让他人保住面子 鼓励他人争取胜利 学会给他人戴“高帽子” 用鼓励让他人增加自信 善于给他人授权 第7章 让你家庭生活幸福快乐 不要总是唠唠叨叨 不要希望改造对方 真诚地欣赏对方 注意生活的细节 在家也应彬彬有礼 怎样与女性相处 怎样与男性相处 创造一个舒适的港湾 节约时间处理繁杂的事情 对身体健康负起责任 努力创造家庭幸福 注意婚姻的精神因素 为丈夫在社交中增光添彩 不要做婚姻的文盲 附录：如何推销你自己 第三卷 伟大的人物 第8章 成就卓越的科学泰斗 相对论鼻祖阿尔伯特·爱因斯坦 从汤玛斯·爱迪生想到记忆力名人 科学女杰居里夫人 无线电发明者伽利尔摩·马可尼 飞机发明者莱特兄弟 名医格林菲尔 第9章 巨擘操觚的文学巨匠 戏剧大师威廉·莎士比亚 伟大作家列夫·尼古拉耶维奇·托尔斯泰 法国文豪大仲马 大文学家赫伯特·乔治·韦尔斯 天才诗人埃德加·爱伦·坡 短篇小说家欧·亨利 大戏剧家萧伯纳 英国文豪威廉·萨默赛特·毛姆 文坛怪杰西奥多·德莱塞 著名小说家南根里 《爱丽丝漫游仙境》作者查理·都格森 第10章 传扬不朽的艺坛怪杰 卡通大师华德·迪斯尼 “说谎大王”罗伯·利波里 幽默影星罗伊·罗吉尔 音乐家沃尔夫冈·阿玛迪乌斯·莫扎特 权威作曲家乔治·杰斯文 歌唱家恩瑞科·卡鲁索 “魔术之王”霍华德·瑟斯顿 第11章 堪称楷模的名人大师 第12章 举世闻名的实业大师 第13章 坚韧顽强的探险勇士 第四卷 语言的突破 第14章 有益说话的基本法则 第15章 当众说话的要领 第16章 沟通的艺术 第17章 有效说话的技巧

<<人性的优点全集>>

章节摘录

第一卷 人性的优点第1章 如何抗拒忧虑现代人的通病是孤独我有一位朋友，5年前失去了丈夫，从失去丈夫的那一刻，她陷入了孤独与痛苦中。

“我到底该做什么事呢？”

“在她丈夫离开一个月之后的一天晚上，她来问我，“我住到哪里好呢？”

我往日幸福的生活还能再来吗？”

“我知道在她这个年龄(50岁)失去相伴多年的伴侣，痛苦和孤独是在所难免的，也是人之常情。但时间一久，此伤痛和忧虑便会慢慢减缓消失，取而代之的是建立在痛苦灰烬上的充满阳光的新的幸福生活。

“不！”

“她绝望地说道，“我不会再有幸福的生活了，我已经老了，我的孩子们都已经独立生活，我还能干什么呢？”

“可怜的妇人是得了严重的自怜症，而且不知道该如何治疗这种疾病。

很多年过去了，我的朋友依然自怨自怜。

有一次，我建议她重新建立自己的新生活，结交新的朋友，培养新的兴趣，不要一味沉溺在往事的回忆里。

她没有把我的话听进去，因为她还在为自己的命运悲叹。

后来，她觉得孩子们应该为她的幸福负责，因此便搬去与一个女儿同住。

但情形并不像她想象中般美好，她和女儿的关系急剧恶化，最后到了互相指责、埋怨，反目成仇的地步。

这个妇人后来又搬去与儿子同住，结果也是不欢而散。

后来，孩子们共同出钱买了一间公寓让她独住，这无疑更加剧了她的孤独感。

有一天她跑到我这里向我哭诉：“所有的家人都弃我而去，没有人要我这个老妈妈了。”

“这位妇人的确再也没有快乐过，因为她认为全世界都亏欠她。

她实在是既可怜又自私，虽然年龄已有61岁了，但情绪却还像几岁孩童一样没有成熟。

不了解爱和友谊并非是从天而降的礼物，是许多孤独寂寞的人之所以孤独寂寞的原因所在。

一个人要想得到他人的欢迎，或被人接纳，一定要尽点心力。

情爱、友谊或快乐的时光，都不是一纸契约所能规定的。

我们应该勇于面对现实，无论丈夫、妻子或哪一位亲人离世，活着的人都有权利快乐地活下去。

只是他们一定要知道：幸福并不是靠别人来布施，而是要靠自己去赢取的。

再看一个生活实例：在一艘豪华游轮上，一位明朗、和悦的单身女性，大约60来岁，正随着舞曲怡然自乐。

这位单身老妇人，也和我那位朋友一样，曾遭丧夫之痛，但她能把自己的哀伤化去，毅然开始自己的新生活，这是她深思熟虑之后所做的决定。

她曾和丈夫相依相偎，曾把生活的重心和支柱都放在了丈夫身上，丈夫的离世使她一度陷入了对生活的极大绝望中，所幸的是她很快从绝望中摆脱出来。

她十分喜欢水彩画，现在成了她精神的寄托。

她忙着作画，哀伤的情绪逐渐平息。

而且由于努力作画的结果，她开创了自己的事业，其收入不仅可以开销自己的生活，还能存蓄一些。

有一段时间，她很难和人们和谐共处，或把自己的想法和感觉说出来。

因为长久以来，丈夫一直是她生活的重心，是她的伴侣和力量。

她知道自己有很多不足——长相一般、经济拮据，因此在那段近乎绝望的日子里，她一再自问：如何才能使别人接纳她，需要她。

她后来找到了答案——她必须采取主动，把自己奉献给别人，而不是坐等别人的施与。

想清了这一点，她擦干眼泪，换上笑容，开始忙着画画。

她也抽时间拜访亲朋好友，尽量制造欢乐的气氛。

<<人性的优点全集>>

没过多久，她的生活开始变得丰富多彩起来，大家渐渐地都愿意与她相处，经常有人邀请她去参加宴会、舞会，她还在社区的会所里举办了个人画展，处处给人留下美好印象。

后来，她参加了这次游轮的“地中海之旅”。

在整个旅程当中，她一直是最受大家欢迎的人。

她对每一个人都十分友善，但绝不喋喋不休。

在旅程结束的前一个晚上，她的舱旁是全船最热闹的地方。

她那自然大方得体的风格，给每个人留下了深刻印象，很多人都愿与她互换地址，以便日后经常联络。

“地中海之旅”结束后，她又参加了许多类似这样的旅游。

她知道自己必须勇敢地走进生命之流，并把自己奉献给需要她的人。

她所到之处都留下友善的气氛，大家都愿意与她交朋友。

时代在进步，医学在飞速发展，但我们的社会却有一种疾病愈来愈普遍，那就是处于拥挤人群中的孤独感。

加利福尼亚州奥克兰的密尔斯大学校长林·怀特博士在一次晚餐聚会上，发表了一段有关这种现代人的孤寂感的演讲。

“20世纪最流行的疾病是孤独。”

他如此说道，“用大卫·里斯曼的话来说，我们都是‘寂寞的一群’。”

随着人口数量的迅猛增长，人性已不再突显，根本分不清谁是谁了……居住在这样一个‘不拘一格’的世界里，再加上政府和各种企业经营的模式，人们必须经常变换工作地点——于是，人们的友谊无法持久，时代就像进入了另一个冰河时期一样，使人的内心觉得冰冷不已。

“那些走出孤独寂寞的人，一定是成功地营造出来了怀特博士所说的“勇气的氛围”。

无论我们走到哪里，都应带着欢笑和爱心。

就好像燃烧的煤油灯一样，火焰虽小，却能产生出光亮和温暖来。

要想不被孤独寂寞所缠绕，陷入难以自拔的境地，就必须与自怜道别，走出狭小的自我空间，去与人接触，结交朋友，把心窗打开，让友谊的阳光驱尽内心的阴暗。

根据统计显示，大部分已婚妇女，都比先生活得长寿。

但是，一旦先生过世之后，这些妇女都很难再创新生活。

而男性则相对好得多，因为他们必须继续工作，而且基于工作本身的要求，他们不得不驱使自己不断进步。

通常，夫妇当中，先生要比太太强壮且富进取性。

妻子则大都以家庭为中心，以家人为主要相处对象。

所以，她对必须独自生活或追求个人的幸福，并没有什么心理准备。

但是，只要她愿意迈向成熟的话，她一定会做得很好的。

<<人性的优点全集>>

媒体关注与评论

简洁而全面地阐释了卡耐基做人处世，走上成功之路的方法。
带领普通人寻找生活的新途径，过更有活力、更令人满意、更丰富的-生。
除了自由女神，卡耐基就是美国的象征。

——美国《时代周刊》在世界出版史上，没有任何一本书能像卡耐基的著作那样持久深入人心，也唯有卡耐基的书，才能在他辞世半个世纪以后，还能占据我们的排行榜。

——美国《纽约时报》卡耐基留给我们的不仅仅是几本书和一所学校，其真正的价值是：他把个人的成功传授给了每一个想出人头地的年轻人。

——美国前总统 肯尼迪

<<人性的优点全集>>

编辑推荐

全国最畅销的成功经典，改变世界与个人的一本书。

编写《人性的优点全集》时，我翻阅了大量的古今哲学家们有关烦恼的论述著作。

还阅读了包括上自孔子、下至丘吉尔的几百本人物传记。

此外，我还拜访了各行各业中卓越人物，如亨利·福特、艾莲娜·罗斯福、克拉克将军、杰克·邓甫希·布莱德雷将军等。

摆在你眼前的这本书，并不是我突发奇想闭门造车之作，也不是专门研究烦恼的学术专著；而是一本由成千上万的人所作的充满现实意义的精辟报告。

我敢说，如果你能够按照你眼前的这本书中的建议去做的话，任何人都有能力解除烦恼，将其摒除在生活之外，从而过上无忧无虑的生活，有鉴于此，我为这本书冠名为《人性的优点全集》。

——戴尔·卡耐基

<<人性的优点全集>>

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>