

# 《快乐的人生》

## 图书基本信息

书名：《快乐的人生》

13位ISBN编号：9787802033177

10位ISBN编号：7802033179

出版时间：2006-7

出版社：中国妇女出版社

作者：戴尔·卡内基

页数：204

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《快乐的人生》

## 内容概要

世界成功学第一书，戴尔·卡内基成功学教育全书七！全球畅销书《人性的弱点》续集，告诉你培养快乐的心情、得到快乐的方法，使你能够正视别人的批评，指导你如何支配你的工作和金钱，引导你走向快乐的人生！本书是卡耐基最具影响力的书籍之一，千千万万的人从中获益匪浅，是20世纪最畅销的成功励志经典。

戴尔·卡耐基，美国“成人教育之父”。20世纪早期，美国经济陷入萧条，战争和贫困导致人们失去了对美好生活的愿望，而卡耐基独辟蹊径地开始了一套融演讲、推销、为人处世、智能开发于一体的教育方式，他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。他讲述的许多普通人通过奋斗获得成功的真实故事，激励了无数陷入迷茫和困境的人，帮助他们重新找到了自己的人生。本书为“戴尔·卡内基成功学教育全书”的其中一册。

# 《快乐的人生》

## 作者简介

作者：(美)戴尔·卡内基戴尔·卡内基（Dale Carnegie），20世纪最伟大的成功学大师，毕生致力于大众心理学和人际关系学的实践研究，被誉为“美国现代成人教育之父”。在实践的基础上，开创并发展出一套独特的融演讲、推销、为人处事、潜能开发为一体的成人教育方式。他所开创的“人际关系培训班”遍布世界各地。接受培训的社会各界人士不乏军政要员，甚至包括几位美国总统。从1931年出版第一部著作《语言的突破》开始，《人性的光辉》、《人性的弱点》、《人性的优点》、《美好的人生》、《快乐的人性》和《伟大的人物》等系列著作陆续出版，他的著作先后并译成几十种文字，风靡全球，被誉为“人类出版史上的奇迹”。

# 《快乐的人生》

## 书籍目录

上卷·放下沉重的包袱生活在独立的隔舱里 / 2 每一天都是一个新的生命 / 5 欣赏窗前的玫瑰 / 8 消除忧虑的万灵公式 / 12 带着棺材旅行 / 16 世界上最便宜的药 / 19 千尺深水下的顿悟 / 24 世界上半数的伤心事 / 26 保险公司的赌博 / 30 伟大的平均率 / 32 像水一样接受一切容器 / 36 只有常青树不会被压垮 / 40 挫折是人生必要的课堂 / 44 难以置信的思想魔力 / 46 快乐住在大门边 / 50 西贝儿的快乐计划 / 54 恨意使生活有如地狱 / 56 做超出我们能力的大事 / 60 活着是多么富有 / 63 算算自己有多少得意的事情 / 6 只有最聪明的人才会享受 / 68 你是世界上的新东西 / 70 从铁栏杆里看到星星 / 75 缺陷对我们有意外的帮助 / 78 从来没有人会踢一只死狗 / 82 下卷·享受快乐的生活想想耶稣碰到的事情 / 86 林肯抽屉里的信函 / 90 像伟人一样宽容 / 94 被经久传诵的文章 / 96 撩起对方的急切欲望 / 99 安德生太太的信件 / 103 为自己买一张床 / 108 一封制造奇迹的信 / 111 富兰克林的谦恭 / 114 把热忱装满口袋 / 117 征服一切友善的心肠 / 120 谁会不喜欢我的做法 / 123 这个感恩节永不会消失 / 126 中国人的格言 / 128 邮政局长的诀窍 / 134 没有谁不是重要人物 / 137 永远不要与人争论 / 143 畅销书中的建议 / 147 苏格拉底的告诫 / 149 富兰克林的规矩 / 153 4000年前的忠告 / 155 像李将军那样认错 / 159 太阳和风的寓言 / 165 豪斯上校的技巧 / 167 狂暴感情与化学反应 / 172 挑起他高尚的动机 / 178 保住别人的面子 / 181 激励能催开一朵鲜花 / 183 “高帽子”的妙用 / 187 拿破仑的头衔策略 / 191 幸福婚姻答卷 / 193 工作是一生的筹码 / 198 最甜蜜的一句话 / 203

# 《快乐的人生》

## 章节摘录

书摘你是否想得到一个快捷有效的消除忧虑的办法？如果是，那么让我告诉你威利斯·卡瑞尔的万灵公式。卡瑞尔是一个性格开朗的工程师，他开创了空气调节器的事业，现在是纽约州卡瑞尔公司的负责人。我所知道的解决忧虑的最好办法，是我和卡瑞尔先生在纽约的工程师俱乐部吃午饭的时候从他那里学到的。“年轻的时候，”卡瑞尔先生说，“我在纽约州水牛城的水牛钢铁公司工作。一次，我必须到密苏里州水晶城的匹兹堡玻璃公司去安装一架瓦斯清洁机，目的是清除瓦斯里的杂质，使瓦斯燃烧时不至于伤到引擎。这种清洁瓦斯的方法是新的，以前只试过一次，而且当时的情况不同。我到密苏里州水晶城工作的时候，很多以前没有想到的困难都发生了。经过一番调整之后，机器可以使用了，可是效果却不像我们所保证的那样好。”“我对自己的失败感到沮丧，像是有人在我的头上重重地打了一拳。我的胃和整个腹部都开始痛起来。有好一阵子，我担忧得简直无法睡觉。按照常识，我想起忧虑并不能够解决问题，于是想出了一个不需要忧虑就可以解决问题的办法，结果非常有效。这个反忧虑的办法，我已经使用了20多年。这个办法非常简单，任何人都可以使用，共有三个步骤：第一步，我毫不害怕而诚恳地分析了整个情况，然后找出万一失败可能发生的最坏的情况是什么。没有人会把我关起来，或者把我枪毙，这一点说得很准确。不错，很可能我会丢掉差事，也可能我的老板会把整个机器拆掉，使投进去的2万美元泡汤。”“第二步，找出可能发生的最坏情况之后，我就让自己在必要的时候能够接受它。我对自己说，这次失败，在我的档案上会是一个很大的污点，可能我会因此而丢掉工作。但即使如此，我还可以另外找到一份差事。至于我的那些老板，他们也知道我们现在是在试验一种清除瓦斯杂质的新方法，如果这种实验要花2万美元，他们还付得起。他们可以把这个账算在研究费用上，因为这只是一种实验。”“发现可能发生的最坏情况，并让自己能够接受之后，有一件非常重要的事情发生了——我马上轻松下来，感受到几天以来所没有经历过的一种平静。”“第三步，从这以后，我就平静地把我的时间和精力用来试着改善我在心理上已经接受的那种最坏的情况。”“我努力找出一些办法，尽力减少我们目前面临的2万美元损失。我做了几次实验，最后发现，如果我们再花5000美元，加装一些设备，问题就可以解决。照这个办法去做之后，公司不但没有损失2万美元，反而赚了15000美元。 P12-13

# 《快乐的人生》

## 媒体关注与评论

书评在出版史上，没有任何一本书能像卡内基的著作那样深入人心。也惟有卡内基的书，才能在他辞世后，还能占据我们的排行榜。——《纽约时报》 你真想将自己的生活变得更好吗?如果是，那么本书可能是你碰到的最好的书之一。阅读它，再阅读它。然后开始行动。——奥格·曼狄诺(《世界上最伟大的推销员》作者) 由卡内基开创并倡导的个人成功学已成为这个时代有志青年迈向成功的阶梯，通过他的传播和教导，使无数人明白了积极生活的意义，并由此改变了他们的命运。卡内基留给我们的不仅仅是几本书或一所学校，其真正的价值是：他把个人成功的技巧传授给了每一个想出人头地的青年。——肯尼迪(美国总统) 与我们应取得的成就相比，我们只不过是半醒着，我们只利用了身心资源的一部分，卡内基因为帮助职业男女开发他们蕴藏着的潜能，在成人教育中开创了一种风靡全球的运动。——威廉·詹姆士(哈佛大学心理学教授)

# 《快乐的人生》

## 编辑推荐

世界成功学第一书，戴尔·卡内基成功学教育全书七！全球畅销书《人性的弱点》续集，告诉你培养快乐的心情、得到快乐的方法，使你能够正视别人的批评，指导你如何支配你的工作和金钱，引导你走向快乐的人生！本书是卡耐基最具影响力的书籍之一，千千万万的人从中获益匪浅，是20世纪最畅销的成功励志经典。

# 《快乐的人生》

## 精彩短评

- 1、因为书是送朋友的，朋友说还行，那就还行吧
- 2、本人 一向快乐 比书上还快乐 但是还是看了看 看了 蛮舒服支持
- 3、嗯 卡内基的书就是不一般，写得很好，看完很有感觉，我很喜欢。。。而且还行动了一些。嘿嘿
- 4、我看了,我的很多朋友也借去看了.非常不错.
- 5、克服忧虑快乐生活的技巧



# 《快乐的人生》

## 精彩书评

1、很庆幸读到卡耐基的书，当时我是在参加工作不久，有一段时间很不能适应那种转变，，在我最郁闷、无助的时候，我读了它使我受益菲浅。找了了自己的定位，明白了一种有效的沟通方式。成年人最关心的是身体健康；其次是人际交往——他们要学习的正是为人处事的方法和技巧。想要在工作中获得成功，人际沟通和自我表达能力比大学文凭和书本知识更加重要。争吵是一种两个人玩的游戏。然而它是一种奇怪的游戏，没有任何一方会获胜。只要你出类拔萃，你就一定会遭到批评，所以还是早点习惯为好。

# 《快乐的人生》

## 章节试读

### 1、《快乐的人生》的笔记-第10页

这一天永远不会再来了。——但丁

### 2、《快乐的人生》的笔记-消除忧虑的万能公式

### 3、《快乐的人生》的笔记-第9页

# 《快乐的人生》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)