

《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：9787807537823

10位ISBN编号：7807537825

出版时间：2009-10

出版社：哈尔滨出版社

作者：戴尔·卡耐基

页数：332

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

《人性的优点全集》

内容概要

《人性的优点全集(最新版·全译本)》汇集了卡耐基的思想精华和经典励志内容。是改变无数人命运的伟大著作。出版后立即获得了广大读者的欢迎，成为西方世界最持久的人文畅销书，至今已译成多种语种出版，在全球畅销不衰。无数读者通过阅读和实践书中介绍的各种方法，不仅走出了困境，最终还获得了成功，有的还成为世人仰慕的杰出人士。只要不断研读《人性的优点全集(最新版·全译本)》，相信你也可以发掘自己的无穷潜力。创造辉煌的人生。

《人性的优点全集(最新版·全译本)》分为如何抗拒忧虑、分析你的忧虑、消除让你忧虑的坏习惯、保持充沛的活力、培养快乐的心情、受到批评也要快乐、我如何得到快乐、给女人的忠告、给男人的忠告、享受活到100岁的乐趣十章，每一章都激励人心，催人奋进，条条建议与忠告如良师之益言，亲友之暖语，帮助人们调整自己的心态，开创新的人生！

《人性的优点全集》

作者简介

戴尔·卡耐基（1888.11.24 ~ 1955.11.1）美国著名演讲家、作家，公共演说与个性发展心理学领域先驱，成功学大师。卡耐基一生致力于人性问题的研究，运用心理学和社会学知识，对人类共同的心理特点进行探索和分析，开创并发展出一套独特的融演讲、推销、为人处世、智能开发于一体的成人教育方式。接受卡耐基教育方式的有社会各界人士，其中不乏军政要员，甚至包括几位美国总统。千千万万的人从卡耐基的教育中改变了命运。卡耐基的作品《人性的优点》与《人性的弱点》一直是全球自我教育与成人训练的范本，被译成许多语种出版，风靡全球。半个世纪以来，一直畅销不衰。

《人性的优点全集》

书籍目录

第一章 如何抗拒忧虑改变人生的一句话2战胜忧虑的万能公式11忧虑是健康的大敌18第二章 分析你的忧虑揭开忧虑之谜28让生意上的忧虑减半34你可能不够独特38你可能不喜欢自己42第三章 消除让你忧虑的坏习惯消除思想上的忧虑48不要为小事而气馁55平均概率可以战胜忧虑61接受不可避免的事实66让忧虑“到此为止”74不要去锯木屑80第四章 保持充沛的活力保持每日多清醒一个小时86你为什么感到疲劳90家庭主妇青春永驻的妙方94四种良好的工作习惯97如何防止烦闷的心理98不要为失眠而忧虑105第五章 培养快乐的心情改变你生活的九个字112报复的代价太高了121不要苛求他人127愿意以100万买尽所有吗132发现自我，保持本色137如果有个柠檬，就做柠檬水142你要快乐起来148第六章 受到批评也要快乐没有人会踢一条死狗160如何使批评不能伤害你163我所做过的傻事167决不顺从171第七章 我如何得到快乐烦恼打击着我178做一个乐观的人180我住在阿拉伯的乐园181我克服了自卑183驱逐烦恼的四个方法186度过了昨天就能熬过今天188我以为自己活不到明天190到健身房去192我曾经是个“烦恼大王”193一句经文救了我195我做过世界上最苦的工作196我曾是世界上最大的笨蛋198我的补给线永远畅通200警察来到了我的家203最难应付的就是忧虑205我祈祷不要被送入孤儿院207可笑的药丸209看我太太洗盘子212我找到答案了214时间可以解决许多问题216逃出死亡的虎口218我是一个拿得起放得下的人219我如果不停止忧虑，早就进棺材了220如何多活了45年222一本书挽救了我的婚姻227我在慢性自杀229生活的奇迹230正负烦恼相抵232我追求绿灯234我克服了胃溃疡和烦恼236连续18天无法进食237附录一 给女人的忠告学会与男人相处240帮他确定人生的目标247做他的忠实信徒251熟悉他的工作并给予帮助254丈夫调职了怎么办259当丈夫超负荷工作时262当特殊的工作情况来临时264丈夫的办公室在家里267你是职业妇女吗269跟上丈夫的脚步271增加爱情的深度276附录二 给男人的忠告学会与女人相处282为何要离家289家里需要有一个父亲294真正成熟的爱299不要让你的她患上大众病304人至善则无往不利308附录三 享受活到100岁的乐趣人生的第二高峰314享受活到100岁的乐趣317工作是有益的320活到老学到老327

章节摘录

1871年春天，一个年轻人看到一本书，读到了一句对他前途有莫大影响的话。他是梦特瑞综合医院的医科学生，生活中正充满了忧虑，不知道会以什么样的方式通过期末考试，不知道该做什么事情、该到什么地方去、怎样才能开业、怎样才能过活等等。这位年轻的医科学生，在1871年看到那句话，他成为后来最有名的医学家，他创建了全世界知名的约翰斯·霍普金斯医学院，成为牛津大学医学院的钦定讲座教授——这是在英帝国学医的人所能得到的最高荣誉，他还被英国国王册封为爵士。他度过了无忧无虑的一生，他死后，需要达1466页的两大卷书才能记述他的一生。他的名字叫威廉·奥斯勒。下面就是他在1871年春天所看到的那句话——是由汤玛士·卡莱里所写的一句话：“对我们来说，最重要的就是不要去看远方模糊的事，而要做手边清楚的事。”

时隔42年，在一个温和的春夜，郁金香开满校园的时候，威廉·奥斯勒爵士给耶鲁大学的学生作了一次演讲。他对那些耶鲁大学的学生们说。像他这样一个曾经在四所大学当过教授，写过一本非常受欢迎的书的人，似乎应该有“特殊的头脑”。但事实并非如此，他说他的一些朋友都知道，他的脑筋其实是“最普通不过了”。那么他成功的秘诀何在呢？他认为这完全是因为他活在所谓“完全独立的今天”里。这句话的意思是什么呢？在奥斯勒爵士到耶鲁大学演讲的几个月前，他乘着一艘巨轮横渡大西洋，看见船长站在舵房里，按下一个按钮，立即听到一阵机械运转的声音，船的几个部分就立即彼此隔绝开来——隔成几个完全防水的隔舱。“你们每一个人，”奥斯勒爵士对那些耶鲁大学的学生说，“组织都要比那艘巨轮精美得多，所要走的航程也更远，我要劝告各位的是，你们也要学习那位船长，知道怎样控制一切，而活在一个‘完全独立的今天’里面，才是在航程中确保绝对无误的方法。到舵房去，你会发现那些大的隔舱至少都可以使用，按下按钮，注意听你生活的每一个层面，用铁门把未来也隔断——隔断已经死去的明天。然后你就保险了——你有的是今天……切断过去，让已死的过去埋葬掉，切断那些会把傻子引上死亡之路的昨天……明日的重担，加上昨日的重担，会成为今日的最大障碍，要把未来像过去一样紧紧地关在门外……未来就在于今天……没有明天这个东西，人类得到救赎的日子就是现在，精力的浪费、精神的苦闷，都会紧随着一个对未来担忧的人……那么把船前船后的大隔舱都关上吧，准备养成一个良好的习惯，生活在完全独立的今天里。”

奥斯勒爵士是不是说我们不应该为明天而下工夫准备呢？不是的。绝对不是这样。在那次讲演里，他还说：“为明日准备的最好方法，就是要集中你所有的智慧与热情，把今天的工作做得尽善尽美，这就是你能应付未来的唯一方法。”一定要为明天着想，不错，要小心地考虑、计划和准备，可是不要担忧。在战时，军事领袖必须为将来计划，然而他们绝对不能有任何焦虑。“我把我们最好的装备供应给最好的人手。”指挥美国海军的上将厄耐斯特·金恩说，“再交给他们似乎是最聪明的任务，我能做的事就是这些。”

“若是一只船沉了，”金恩上将继续说，“我不能把它捞上来，要是船再往下沉，我也挡不住。我把时间花在解决明天的问题上，要比为昨天的问题后悔好多了，何况我若是为这些事情烦心的话，我是无法坚持很久的。”

不论是在战时还是在平时。好想法和坏想法之间的分别都是：好想法考虑到原因和结果，而产生很合逻辑的、很有建设性的计划；而坏想法通常会导致一个人的紧张和精神崩溃。

我最近很荣幸能去访问亚瑟·苏兹伯格，他是世界上最有名的《纽约时报》的发行人。苏兹伯格先生告诉我，当第二次世界大战的火烧过欧洲的时候，他感到非常吃惊，对未来非常担忧，使得他寝食难安。他常常在半夜爬下床来，拿着颜料和画布，望着镜子，想画一张自画像。虽然他对绘画一无所知，可是他还是画着，好让自己不再担忧。苏兹伯格先生告诉我，最后，他用一首赞美诗里的一句话作为他的座右铭，终于消除了他的忧虑，得到了平安。这句话是：“只要一步就好。”

指引我仁慈的灯光……请你常在我脚旁。我并不想看到远方的风景。只要一步就好。

大概就在这个时候，有个当兵的年轻人也同样学到了这一课，他的名字叫做泰德·班哲明诺。住在马里兰的巴铁摩尔城——他曾经忧虑得几乎完全丧失了斗志。泰德·班哲明诺写道：“在1945年的4月，我忧愁得患了一种医生称之为‘结肠痉挛’的病，这种病使人极为痛苦，若是战争不在那时候结束的话，我想我整个人都会垮了。”

我当时整个人筋疲力尽。我在第94步兵师，担任士官，工作是建立和维持一份在作战中死伤和失踪者的人名记录，还要帮助发掘那些在战争激烈的时候被打死的、被草草掩埋在坟墓里的士兵，我得收集那些人的私人物品，要确切地把那些东西送回重视这些私人物品的家人或是近亲手中。我担心我是否能撑得过去。我担心是否还能活着回去把我的独生子抱在怀里——我从来没有见过的16个月的孩子。我既担心又疲劳，足足瘦了34磅，而且担忧得几乎发疯。我眼看自己的两只手变得皮包骨。我一想到自己瘦弱不堪地回家，就非常害怕，我崩

《人性的优点全集》

溃了，哭得像个孩子，浑身发抖……有一段时间，也就是德军最后大反攻开始不久，我常常哭泣，使得我几乎放弃还能再成为正常人的希望。“最后我住进了医院，一位军医给我一些忠告，令我的生活彻底改变了，在为我作完一次彻底的全身检查之后，他告诉我，我的问题纯粹是精神上的。‘泰德，’他说，‘我希望你把你的生活想象成一个沙漏，你知道在沙漏的上一半，有成千上万粒的沙子，它们都慢慢地且均匀地流过中间那条窄缝。除了弄坏沙漏，你跟我都没办法让两粒以上的沙子同时通过那条窄缝。你和我和每一个人，都像这个沙漏。每天早上开始的时候，有很多的工作，让我们觉得我们一定得在那一天里完成。可是我们只能每次做一件事，让他们慢慢而平均地通过这一天，像沙粒通过窄缝一样。

《人性的优点全集》

编辑推荐

风靡全球的心理训练范本，改变无数人命运的成功学经典。

《人性的优点全集》

精彩短评

- 1、值得收藏。。
- 2、因为这背后有一段故事，便注定了铭记，也便深深影响着自己！大步迈向成功

《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:www.tushu000.com