

# 《人性的优点》

## 图书基本信息

书名：《人性的优点》

13位ISBN编号：9787515902395

10位ISBN编号：7515902396

出版时间：2012-7

出版社：中国宇航出版社

作者：戴尔·卡耐基

页数：307

译者：岳玉庆，姜雪梅，郭辉译

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)

# 《人性的优点》

## 前言

# 《人性的优点》

## 内容概要

《人性的优点:如何克服忧虑与获得成功的心灵读本(双语对照版)(畅销版)》一书的唯一目的就是帮助你解决人生中的重大问题：如何击败人类的生存之敌——忧虑以及战胜自我，创造一种幸福美好的人生。《人性的优点:如何克服忧虑与获得成功的心灵读本(双语对照版)(畅销版)》是当今世界最伟大的成功学家——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。卡耐基先生从生活中的平常小事逐渐渗透到人性的深处，教会我们用平和的心态对待人生，用宽容和爱对待我们身边的人和事，永远笑对人生。这本充满智慧和力量的书能让你了解自己，相信自己，充分开发生命的潜能，发挥人性的优点，开拓成功与幸福的之路。

海报：

# 《人性的优点》

## 作者简介

戴尔·卡耐基，20世纪美国伟大的成功学家、人际关系学家、成人教育家，美国著名公共演说家，被誉为美国“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追求美好生活的心灵受到摧残，而卡耐基独辟蹊径地开创了一套融演讲、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不断努力从而获得成功的真实故事，激励了无数深陷迷茫和困境的人，帮助他们重新找到了自己的人生，激励他们取得了辉煌的成功。接受卡耐基教育的有社会各界人士，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获益匪浅，他的理念影响了几代人的生活与命运，激发了人们对生命的无限热忱与信心，激励人们勇敢地面对与搏击现实中的困难，追求自己充实美好的人生。

## 书籍目录

### 第一部分 Fundamental Facts You Should Know About Worry

了解有关忧虑的基本事实

1 Live in “ Day-tight Compartments ” / 2

第一章 活在“只有今天的密封舱里” / 3

2 A Magic Formula for Solving Worry Situations / 16

第二章 消除忧虑的神奇法则 / 17

3 What Worry May Do to You / 26

第三章 忧虑会对你产生什么影响 / 27

### 第二部分 Basic Techniques in Analysing Worry

分析忧虑的基本方法

4 How to Analyse and Solve Worry Problems / 42

第四章 如何分析解决忧虑问题 / 43

5 How to Eliminate Fifty Per Cent of Your Business Worries / 52

第五章 如何清除你生意上50%的忧虑 / 53

### 第三部分 How to Break the Worry Habit Before It Breaks You

如何在忧虑的习惯打败你之前将它击败

6 How to Crowd Worry Out of Your Mind / 60

第六章 如何将忧虑挤出你的思绪 / 61

7 Don ' t Let the Beetles Get You Down / 72

第七章 不要因为小事而沮丧 / 73

8 A Law That Will Outlaw Many of Your Worries / 82

第八章 消除忧虑的法则 / 83

9 Co-operate with the Inevitable / 90

第九章 要适应不可避免的事情 / 91

10 Put a “ Stop-Loss ” Order on Your Worries / 102

第十章 让忧虑止于一定限度 / 103

11 Don ' t Try to Saw Sawdust / 112

第十一章 不要试图去锯木屑 / 113

### 第四部分 Seven Ways to Cultivate a Mental Attitude That Will Bring You Peace and Happiness

培养平静和幸福心态的七种方法

12 Eight Words That Can Transform Your Life / 122

第十二章 改变你一生的八个字 / 123

13 The High Cost of Getting Even / 140

第十三章 报复的巨大代价 / 141

14 If You Do This, You Will Never Worry About Ingratitude / 152

第十四章 这样做，你就永远不用担心忘恩负义 / 153

15 Would You Take a Million Dollars for What You Have / 160

第十五章 用100万美元买你所拥有的一切，你愿意吗 / 161

16 Find Yourself and Be Yourself: Remember There Is No One Else / 168

第十六章 发现自我，做你自己：记住，你在世界上是独一无二的 / 169

17 If You Have a Lemon, Make a Lemonade / 178

第十七章 如果只有一个柠檬，就做成柠檬汁吧 / 179

18 How to Cure Melancholy in Fourteen Days / 188

第十八章 如何在14天内治愈抑郁症 / 189

### 第五部分 How to Keep from Worrying About Criticism

如何避免为批评而忧虑

## 《人性的优点》

- 19 Remember That No One Ever Kicks a Dead Dog / 208  
第十九章 记住：没有人会去踢一条死狗 / 209
- 20 Do This—and Criticism Can ' t Hurt You / 212  
第二十章 如此为之——批评伤不到你 / 213
- 21 Fool Things I Have Done / 218  
第二十一章 我做过的蠢事 / 219
- 第六部分 Six Ways to Prevent Fatigue and Worry and Keep Your Energy and Spirits High  
避免疲劳和忧虑，保持精力旺盛、情绪高昂的六种方法
- 22 How to Add One Hour a Day to Your Waking Life / 228  
第二十二章 每天如何多保持1小时的清醒 / 229
- 23 What Makes You Tired—and What You Can Do About It / 234  
第二十三章 是什么让你疲劳——如何消除它 / 235
- 24 How the Housewife Can Avoid Fatigue—and Keep Looking Young / 240  
第二十四章 家庭主妇如何避免疲劳，青春常驻 / 241
- 25 Four Good Working Habits That Will Help Prevent Fatigue and Worry / 248  
第二十五章 防止疲劳和忧虑的4种好习惯 / 249
- 26 How to Banish the Boredom That Produces Fatigue, Worry, and Resentment / 254  
第二十六章 如何消除乏味，避免引起疲劳、忧愁和怨恨 / 255
- 27 How to Keep from Worrying About Insomnia / 266  
第二十七章 如何远离失眠的烦恼 / 267
- 第七部分 How to Find the Kind of Work in Which You May Be Happy and Successful  
如何找到能令你快乐和成功的工作
- 28 The Major Decision of Your Life / 276  
第二十八章 一生的重大决定 / 277
- 第八部分 How to Lessen Your Financial Worries  
如何减少你财政上的忧虑
- 29 Seventy Per Cent of All Our Worries / 290  
第二十九章 百分之七十的忧虑 / 291

# 《人性的优点》

## 章节摘录

# 《人性的优点》

媒体关注与评论



# 《人性的优点》

## 编辑推荐

《人性的优点:如何克服忧虑与获得成功的心灵读本(双语对照版)(畅销版)》编辑推荐：无论你是企业家、公务员、职场白领、推销员、家庭主妇、学生，还是处在热恋中的情侣，这是一本无论如何也不能错过的好书。我们相信它必将成为你一生中最重要的的一本书。《典藏卡耐基系列》对你的九大提升：1. 解除你心理上的束缚，赋予你全新的思想、眼光和志向。2. 使别人更容易喜欢上你。3. 使你拥有更多的朋友。4. 使你无论做什么都会更容易获得成功。5. 使你更加坚定地面对困难。6. 使你更容易获得内心真正的平静。7. 提升你的气场和你的知名度。8. 使你获得新的工作机遇。9. 增强致富能力，使你更有财缘。

# 《人性的优点》

## 精彩短评

- 1、喜欢看这种书，心情不好的时候看看挺好的，晚上睡觉前看看也不错、
- 2、希望此类型的书下次送个书签~
- 3、不错，通俗易懂。不错，通俗易懂。
- 4、排版和质量都很喜欢。
- 5、双语版的太棒了

# 《人性的优点》

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