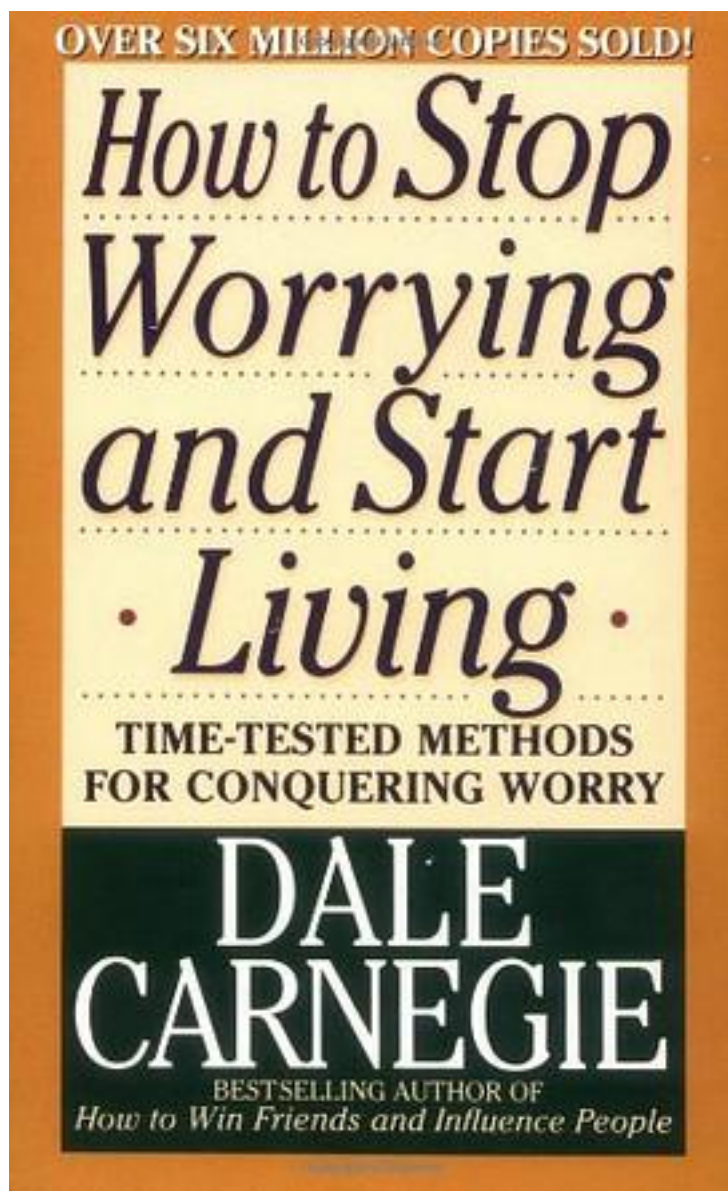


How to Stop Worrying and Start Living



[How to Stop Worrying and Start Living_ 下载链接1_](#)

著者:Dale Carnegie

出版者:Pocket Books

出版时间:1990-9-15

装帧:Mass Market Paperback

isbn:9780671733353

This book can change your life!

Through Dale Carnegie's six-million-copy bestseller recently revised, millions of people have been helped to overcome the worry habit. Dale Carnegie offers a set of practical formulas you can put to work today. In the fast-paced world of the 1990's -- formulas that will last a lifetime!

Discover how to:

Eliminate fifty percent of business worries immediately

Reduce financial worries

Avoid fatigue -- and keep looking you

Add one hour a day to your waking life

Find yourself and be yourself -- remember there is no one else on earth like you!

How to Stop Worrying and Start Living deals with fundamental emotions and ideas. It is fascinating to read and easy to apply. Let it change and improve you. There's no need to live with worry and anxiety that keep you from enjoying a full, active and happy life!

作者介绍:

目录:

[How to Stop Worrying and Start Living 下载链接1](#)

标签

励志

个人成长

情绪控制

心理学

英文原版

改变

selfdevelopment

成功学

评论

Nothing new in this book. But we really don't need anything new to know how to live.

卡内基大叔经典系列丛书，在人生扑街之时必看。

语言简单平实，方法也很实用，前提是你愿意改变自己，静下心来读书并付诸实践。

扩大阅读量读着玩，还不错

虽说是简单的道理，但需要时间和经历去体会。这本书换做5年前，我根本不会想要去看。

没认真读，应该是有用的

【摘】

我就觉得励志啊成功学啊都是坑爹的货...适合搞传销

我是会随随便便就给五星的人么？

励志书里的精品，worry的时候看一下，不是浅薄的鸡汤。

写得很早的一本书，很多当时比较新颖的观点现在已经不新了

read 1st chapter you will know everything about the whole concept he's talking about.

二战前的这本书，有股美国往事的味道

有男人就不焦虑了，虽然生活压力巨大

边学英语边学习控制情绪

中文版把书名译为《人性的弱点》，让人以为似乎相当高深，但是其实全部都是关于怎样停止忧愁并开始生活的practical的建议。心灵鸡汤？probably。但是绝对是最好的一本。

能读下来，而且上瘾了！神气吧～

终于看完了！

阿卡真是个好人。

大一下完成

[How to Stop Worrying and Start Living 下载链接1](#)

书评

提到人性这个话题，我们都不由自主的想到卡耐基先生的《人性的弱点》。他从人性的弱点出发，步步剖析，为根除人性的弱点开出了有效的处方。而他又在著作《人性的优点》中通过对人性的研究，运用心理和社会学知识，对人类共同的心理特性进行了深入的揭示，并告诉我们认识自己、...

读这本书是自己上一年最焦虑的时候，当时，现实把之前自己不切实际的外贸发财梦破灭，在一间外贸工厂工作了一个月，果断辞职，待业在家，每天不是在找工作，就是在找工作的路上，身心疲倦，每天都生活在焦虑，彷徨，迷茫和对未来的恐惧当中，特别是爸妈无言的压力，和周围...

有种力量，不拘于形式却能直击人类灵魂深处并发起对话，这就是语言的艺术之美。语言不论动静巨细，如演说家在台上慷慨陈词，如执墨者于书中窥探人生，总有一些片段会秒杀大众。有所读必有所思，以下是我读卡耐基《人性的优点》一书所感悟到的林林总总。 人的一生多少会与烦恼...

其实从本科开始，我就看了很多很多本励志书（当然你也可以称这些书为“成功学书籍”），有一些质量还不错的，比如《谁动了我的奶酪》、《致加西亚的信》等等，也有一些质量比较低劣的，但是总的来说，看到最后，我就发现，这些所谓的“励志书籍”

很多都是同一个套路，鲜有新意...

昨天公司人力资源部小姐说要给我生日礼物，其实生日都过了一个月了，心想公司这个小福利还不赖。礼物盒里面是一堆书，我拣了本最厚的拿回宿舍。原来是《人性的优点》，还是中英对照的，有意思。正好可以打发无聊的时间了。顺便也熟悉下久违的英语。呵呵，慢慢看。

這應當是一本相當不錯的書，用講故事的方式和平易近人的口吻講述著生命的哲學。對於暢銷書沒什麼好感，還是把它歸于經典更妥，：）
以下是片斷摘及少許聯想，最引起我共鳴之處。-----
對我們來說最重要的，就是不要去看遠方模糊的事，而要做手...

This book, written half a century ago, brought together a series of stories where practical strategies were used for overcoming worry problems. Appropriate use of these strategies may help build up confidence and lead to a happy life free of worry. One of ...

1. Our main business is not to see what lies dimly at a distance, but to do what lies clearly at hand. Thomas Carlyle 2. Lead, kindly Light... Keep thou my feet: I do not ask to see The distant scene; one step enough for me. from a church humn...

我原本對於勵志書籍採取一掃而過的態度，無非是出版社排些醒目大標題，腰封上印刷著聳人聽聞的推薦語錄和成功案例吸引眼球以獲得最大利潤的营销手段而已。那是失業者 and 空想者才會著迷的東西。
有一天，我偶然在Pageone翻看了兩頁《人性的優點》，當時我正處與非常焦爐的狀...

在当代高节奏的社会中，越来越多的人开始焦虑，不安。他们埋怨着过去的种种，又对明天一次次失望，然后让浑浑噩噩的今天又一次成为失败的昨天。

所以就需要我们把握今天，将今天的每件事做好，享受今天的每分每秒。关上通往过去和未来的铁门，走出禁锢自己的牢笼，勇敢的享受今...

But she refused to be pitied, refused to be considered “different”, As a child, she wanted to play hopscotch with other children, but she couldn't see the markings. So after the other cluldren had gone home, she got down on the ground and cr...

本书以轻松，给人信心的基调来诠释观点，并配以实例说明。让人不易感到枯燥并让人警醒。很可贵的是读起来很有意思，没有说教色彩。推荐情绪低落、忧郁、烦躁、缺乏信心的人可以读一读。可以使人心情舒缓、放松、愉悦，对自己不再过分苦恼与严苛。但任何形式的情绪问题都需要自...

知晓一切就是为了去理解一切 忘恩负义是人类的天性
不要因为他人忘恩负义而不快乐，要认识到，这不过是一件很自然的事情。
认真想一想我们所拥有的一切 大多数时候 我们所担心的事情都是微不足道的
甚至毫无意义 世上最好的三个医生是良好的饮食习惯 平和的心境和愉快的心情 ...

About 3 months ago, I had a a casual meeting with this book, At that time , my colleague was reading it. he told me this book could help us take worry away and in the meantime we could go over the words. So i picked it up and read it. From that time , i...

“接受最坏的境遇，能让人获得真正的内心的平和。我想，从心理学角度看。这是一种能量的释放”林语堂先生如是说。直面困境，就会感到一种前所未有的平静，就会有一颗清醒的内心去独立思考。但是，一些人在愤怒的喧嚣中毁掉了自己的生活，他们拒绝尝试，拒绝挽回，纠缠于痛苦的...

在这个信息爆炸的年代，充斥着各种各样的信息，在这样一个年代里，忧虑的人越来越多，怎么不忧虑，如何获得内心的平静变得尤为重要。本书没有什么新理论，而是要提醒你已经知道的理论、学到的知识在实际生活中加以实践。同时，为了证明理论，作者真是煞费苦心，里面的例子特别...

[How to Stop Worrying and Start Living_ 下载链接1](#)