

# 人性的优点



[人性的优点](#) [下载链接1](#)

著者:卡耐基

出版者:

出版时间:2009-1

装帧:

isbn:9787542630025

《人性的优点(套装全2册)》是卡耐基“人性的优点”英文原版图书，在提高英文阅读能力的时候亦能让你对人性的优点有所了解，发挥自己的优势，使自己立于不败之处！美国《时代周刊》说他：“除了自由女神，卡耐基或许就是美国的象征。”肯尼迪总统评价他：“卡耐基留给我们的不仅仅是几《人性的优点(套装全2册)》和一所学校，其真正的价值是：他把个人成功的技巧传授给了每一个想成功的年轻人。”如果我们想使自己的生活变得更美好，那么《人性的优点(套装全2册)》可能就是我们所能遇到的最有帮助的书！

作者介绍:

目录: 你可以从本书得到的16点帮助

我写这本书的原因和经过

译者序

第一部分 克服忧虑——你该知道的法则

第一章 生活在“完全独立的今天”

第二章 排解忧虑的“万能公式”

### 第三章 忧虑能危及生命

#### 小结

第二部分 分析忧虑的基本方法

第四章 如何分析并从忧虑中解脱

第五章 如何消除工作上的烦恼

#### 小结

第三部分 消除习惯性忧虑

第六章 用忙碌驱逐忧虑

第七章 别因琐事烦恼

第八章 战胜忧虑的定律

第九章 直面无法避免的事实

第十章 给忧虑设定“止损点”

第十一章 不要再去锯已被锯碎的木屑

#### 小结

第四部分 培养宁静欢愉的心境

第十二章 在心中憧憬美好的生活

第十三章 不要对敌人心存报复

第十四章 施恩不图报

第十五章 盘点你的幸福

第十六章 做回你自己

第十七章 化不利为有利

第十八章 忘我助人，带去欢乐

#### 小结

第五部分 以信仰的力量

第十九章 在祈祷中获得心灵的平静

第六部分 面对批评带来的烦恼

第二十章 刻薄的斥责也表明尊敬

第二十一章 不被批判所伤害

第二十二章 学会自我反省

#### 小结

第七部分 保持充沛的精力

第二十三章 如何消除疲倦

第二十四章 是什么让你疲倦

第二十五章 消除疲倦，永葆青春

第二十六章 预防疲劳的四种良好工作习惯

第二十七章 消除厌烦情绪

第二十八章 不再为失眠而忧虑

#### 小结

第八部分 在工作中获得快乐和成就感

第二十九章 人生旅途中的重要决定

第九部分 解除经济上的苦恼

第三十章 “我们所忧虑的702

第十部分 战胜忧虑的32则真实故事

故事一：突袭我的六大烦恼

故事二：一小时内把自己变得乐观向上

故事三：如何摆脱自卑的阴影

故事四：在安拉的乐园生活

故事五：我用以消除忧虑的五种方法

故事六：经历过昨天，我就能过得了今天

故事七：我从不曾奢望人生的曙光

故事八：用运动排解忧愁

故事九：我曾被忧虑击倒

故事十：这句话改变我的一生

故事十一：从生活的谷底重生

故事十二：我曾是世上蠢的人  
故事十三：给自己留条退路  
故事十四：我听到一个声音  
故事十五：警察找到我的家  
故事十六：忧虑是难应付的对手  
故事十七：请保佑我不被送进孤儿院  
故事十八：消除忧虑，治愈胃痛  
故事十九：妻子洗碗的启示  
故事二十：我找到了答案  
故事二十一：时间是好的解药  
故事二十二：从死神之手逃出  
故事二十三：排忧解烦的高手  
故事二十四：如果不停止忧虑，我早就死了  
故事二十五：一次一个人  
故事二十六：找寻生命中的绿灯  
故事二十七：洛克菲勒如何多活了45年  
故事二十八：读一本书解救了我的婚姻  
故事二十九：因为不会放松，我曾慢性自杀  
故事三十：一个真实的奇迹  
故事三十一：挫折  
故事三十二：十八天无法进食，我非常担忧  
· · · · · (收起)

[人性的优点](#) [下载链接1](#)

标签

卡耐基

心理

励志

人性的优点

灵修|哲学|心理|精神分析

心理学

思维

英国

## 评论

督促你行动起来，不要忧虑！！！

-----  
翻译得还不错，内容也很受用

-----  
焦虑了太久，要为焦虑找到一些出口。 谢谢uu的推荐。

-----  
Our main business is not to see what lies dimly at a distance, but to do what lies clearly at hand.

-----  
略微翻了一下我需要的部份 只是在我bec higher 最艱難時用以調節的藥劑

-----  
高中的时候可以说是沉迷励志书了，买了这本读来觉得不错，还专门送给爸爸告诉他这本书对你很重要，一定要好好的读啊。因为觉得我在华师一特别焦虑，而我的这个焦虑状态其实和爸爸很像，于是有一些懂她的情绪，然后想把自己的解决之道分享给他，尽管自己有遇到更好的一本书叫象与骑象人，但觉得有阅读门槛，所以说就分享了这一份给他。

-----  
非常实用的一本介绍情绪影响健康的书

-----  
2017-12-31: 日 在读书籍《人性的优点》; 2018-01-14: 读完这本书;

少时读物，里面一些例子为了增加可信度都列出了当事人的地址。记得有个人得了特殊的病，不能再入睡，每天工作时间是别人的两倍，羡慕

卡耐基是个好作家。看完很励志 教会我很多东西。

可以看看。

用忙碌驱逐忧虑。别被琐事困扰。不要为过去的事情忧虑。盘点幸福的事情。经常休息，保持精力充沛。

毫无疑问这是一本所谓的成功学的书，直接看每章节的结论即可，而且这些观点往往正确的，但重要的不是我们应该知道什么，而是怎么做到。

我很喜欢这本书的封面，内容很不错，可惜，时间问题，没能细看。。。

我看的版本只有前四部分，花了不到一个小时读完，有的故事案例没看跳过的。有以下几条觉得看了之后引起我认同，印象深刻的。

我看的版本只有前四部分，花了不到一个小时读完，有的故事案例没看跳过的。有以下几条觉得看了之后引起我认同，印象深刻的。

治病的书，可惜我忘了...

第一次看完一整本原文书，鼓掌。别焦虑啦，动起来，就没工夫想七想八了。

我觉得每个人都该看一看这本书，认真地履行书中的提议，真的有帮助我更好更快乐地生活。

#生活是自己的，好好过

#分析了有关忧虑的问题，也给出了怎样面对忧虑的问题。但是例子过于陈旧且意义相同，多个例子起到同样的作用。

这个版本 翻译的是真不行

[人性的优点](#) [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 hymn...

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。那是失業者和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燭的狀...

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 children 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 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...

[人性的优点](#) [下载链接1](#)