

# 人性的优点



[人性的优点 下载链接1](#)

著者:戴尔·卡耐基

出版者:浙江文艺

出版时间:2010-6

装帧:

isbn:9787533930202

《人性的优点》简介：35年前，我是最落魄失意的纽约青年，靠销售卡车为生，却不知道卡车怎么开——压根就不想知道。我讨厌自己的工作，讨厌自己的住所——五十六号西大街的一间小屋，装修简陋，四处爬满蟑螂。我还记得墙上挂着一排领带，早上伸手去够，竟惹得蟑螂群起而出，四下逃窜。我也讨厌在破旧肮脏的小饭馆里吃饭，总疑心那里也都是蟑螂。

每天晚上，我回到清冷的小屋，心中充斥着失望、忧虑、郁闷、不甘，这一切让我头痛欲裂。我要反抗！大学时代所有的梦想被现实无情粉碎，难道这就是生活，我曾向往、追求的人生历程？我的一生就是这样的吗？深恶痛绝的工作、如影随形的蟑螂、糟糕透顶的食物、遥遥无望的明天？……我渴望有闲暇阅读，渴望有激情重拾写作。

我意识到，放弃这份工作，有百利而无一害。我无意赚取大钱，却渴望享受人生。我意识到，自己正面临着人生的分水岭——多数年轻人都有过这样的时刻。于是。我作了决定，一个改变了一生的决定。之后的35年因此有了价值、幸福圆满，甚至超出我最恢弘的抱负和梦想。

这个决定是：放弃所痛恨的工作，改去夜校成人班教书。之前我曾在密苏里州瓦伦堡的州立师范学院进修过4年。这样一来，白天我可以读书、备课、写小说。我希望“生为

写作，写作为生”。

作者介绍:

戴尔·卡耐基(1888—1955)出身于美国密苏里州布法罗的一个贫穷农民家庭。他在十几岁时，虽然每天必须在早晨四点起床帮父母干活，仍坚持在密苏里州立师范学院接受教育。大学毕业后，他成了一名推销员。如本书中所说，他对这个工作并不满意。回顾在学院的四年，他发觉演讲训练比其他所有课程更让自己受益。无论在工作上、生活上，它帮助自己克服了羞怯、自卑，增强了勇气、与人交往的信心，并让他懂得：成功总是青睐那些敢言者。于是他在基督教青年会夜校开始了教书生涯。

苦于找不到令人满意的教科书，他着手自编教材。《人性的弱点》(直译为《如何赢得友谊与影响他人》)便是其中最为人称道的一本。该书于1937年首版，在短短数月内重印16次。直至卡耐基去世，该书以31种语言出版发行，并销售了50037。册，而从他的卡耐基学院毕业的人数已达45万。

卡耐基开创并发展出一套独特的融演讲、推销、为人处世、自我完善于一体的成人教育方式。自从1912年卡耐基的培训课程问世以来，他唤起了普通美国人拥有更多自信的愿望；他的思想和观点影响着美国人，甚至改变着世界。千千万万的人从卡耐基的教育中获益匪浅。到1914年，他的成功也为他带来了每周500美元的收入——相当于现在的10000美元。因为他的非凡成就，人们把他尊为“美国现代成人教育之父、人性教父、人际关系学鼻祖，20世纪最伟大的成功学大师”。他的其他经典著作，如《人性的优点》、《有效沟通的捷径》、《如何享受生活和工作》等也不断再版，畅销至今。

目录: 前言  
第一篇 克服忧虑的基本理念 01 生活在完全独立的今天 02  
消除忧虑的万能公式 03 忧虑是健康的大敌 第二篇 分析忧虑的方法 04  
如何分析和解决恼人问题 05 如何减少工作中的忧虑 第三篇 改掉忧虑的习惯 06  
用忙碌驱逐忧虑 07 别因琐事烦恼 08 忧虑之前先算概率 09 接纳无法避免的事实 10  
为忧虑设置底线 11 不要为打翻的牛奶哭泣 第四篇 培养平安快乐的心境 12  
态度改变人生 13 报复的代价 14 施恩勿望报 15 盘点你的幸福 16 保持自我本色 17  
酸涩柠檬榨成汁 18 忘我助人。摆脱忧郁 第五篇 远离忧虑的黄金法则 19  
我父母克服忧虑的方法——信仰和祈祷 第六篇 免受批评的困扰 20 没人会踢一条死狗 21  
不被批评所伤 22 学会自我反省 第七篇 常保充沛活力的六种方法 23 每天多清醒一小时  
24 是什么让你疲劳 25 家庭主妇永葆青春的妙方 26 防止疲劳的良好工作习惯 27  
消除厌烦情绪 28 不为失眠忧虑 第八篇 通往快乐与成功的工作 29  
人生的重要决定 第九篇 减少金钱的烦恼 30 70%的忧虑  
· · · · · (收起)

[人性的优点](#) [下载链接1](#)

标签

人生

## 评论

每个人都能把忧虑踩在脚下

[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 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營銷手段而已。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燼的狀...

正如作者说的，此书的目的并非告诉你什么新的东西，而是鼓励你去做。为了达到这个目的，作者第一收集引用了大量经过实践检验过的实例和方法，总能让你找到共鸣；第二，本书的内容和结构安排还不错，首先告诉你忧虑的危害，再从多个角度阐述消除忧虑的方法，最后是二十几篇真实...

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...

---

[人性的优点 下载链接1](#)