

## <<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：9787801459985

10位ISBN编号：7801459989

出版时间：2005-11

出版时间：光明日报出版社

作者：卡耐基

页数：397

译者：翟文明

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：<http://www.tushu007.com>

## <<人性的优点全集>>

### 前言

生活的经验和事实表明，那些在事业上获得重大成功的人除了知识以外，总是还具备一种别人所不及的特质，如：善于讲话，善于转移和改变他人的思想，善于推销自己和出售自己的意见等。

同时还必须指出的是，他们还具有令人羡慕不已的高级心态。

相对于沉陷在忧伤中不能自拔的人来讲，毫无疑问，他们完成了一场对忧虑的快乐革命。

其中所谓的生活真谛来自于若干困苦与折磨，在经历一切和感知一切风雨、俗事之后，他们终于能站着思想，能更加清楚、有效地表达自己的思想，最终能在生活中重新应用和感知这些全新的尖峰思想。

当事业如日中天地发展、生活如大道般平坦的时候，这些思想更能激发出耀眼的光芒。

这一切可能会与一个叫做卡耐基的人有关系。

半个世纪以来，成千上万的男女犹如关注华尔街股市的行情一般，不辞辛劳地从美国城市的一头到另一头，仅仅是为了聆听一次讲座，题目是《人际交流与技巧》，主讲方便是卡耐基及其人际关系研究会。

戴尔·卡耐基，美国著名成人教育家。

他运用心理学知识，对人类共有的心理特点进行探索和分析，开创和发展了一种融演讲、推销、为人处世、智力开发为一体的独特的成人教育方式。

美国卡耐基成人教育机构、国际卡耐基成人教育机构和它遍布世界各地的分支机构多达1700余个。

接受这种教育的不仅有普通民众，还有名星、巨商、军政要人等，甚至还有几位总统，人数多达几千万，影响了20世纪的几代人，而且还将继续影响着世界各国人民。

卡耐基并没有发现宇宙的所有深奥的秘密，但他源于常理的教育理念和教育实践，却施惠于千百万人。

这些哲理如人类文明一样古老，如“十诫”一般简明，在帮助人们学习如何处世上，在帮助人们获得自尊、自重、勇敢和自信上，在帮助人们克服人性的弱点、发挥人性的优点、开发人类潜能，从而获得事业成功和人生快乐上，他应该比这一时代其他所有哲人做得都多。

卡耐基一生中写了不少文章，登载于报章和杂志上，他还开播了自己的无线电广播节目。

在节目中，他讲述了很多著名人物鲜为人知的一面。

更为重要的是，他还写了《人性的弱点》、《人性的优点》等7部书。

## <<人性的优点全集>>

### 内容概要

本书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。

本书一经出版，便在全球畅销不衰，改变了千百万人的生活 and 命运，被誉为“克服忧虑获得成功的必读书”“世界励志圣经”。

这本充满智慧和力量的书能让你了解自己，相信自己，充分开发蕴藏在身心里而尚未利用的财富，发挥人性的优点，去开拓成功幸福的新生活之路。

当今世界最伟大的成功学家卡耐基在这本书里与你娓娓而谈，成功会因为你打开本书而成为现实!你若不能做条大路，那就做条小径；你若不能做太阳，就做颗星星；不要以火小来决定你的输赢，但要做，就要做最好的你!卡耐基带给我们最重要的价值是：他把个人成功的技巧传授给了每一个想出人头地的普通人。

<<人性的优点全集>>

作者简介

作者：（美国）卡耐基 译者：翟文明

## <<人性的优点全集>>

### 书籍目录

#### 第一章忧虑，幸福人生的破坏者

忧虑是健康的大敌

精神失常的原因

忧虑是容貌最大的克星

你的生活与忧虑无关

#### 第二章擦拭心灵，来一场忧虑的革命

科学对待：平均率帮你战胜忧虑

平衡心理：平静让忧虑止步

正视现实：不要试图改变不可避免的事

忠于自我：这才是快乐的人生

活在今天：今天比昨天和明天更宝贵

杞人无忧：别让小事妨碍了你的大事

恕人为乐：宽容让忧虑无处藏身

乐于感恩：感恩的人很少为事情犯愁

#### 第三章停止忧虑，盛装出发

让自己忙起来

让烦恼迅速“过期”

准备迎接最坏的情况

说出你的忧虑

冲破孤独，别让自己成为孤岛

每一天都是新的生命

建立“愚人档案”

关心别人等于关心自己

把烦恼交给时间解决

#### 第四章做自己情绪的主人

愤怒意味着无知

学会控制你的愤怒

别让悲伤挡住了你的阳光

学会喜欢自己

用行为控制情感

在失败时为自己打气

保持积极心态

焕发热忱的能量

运动可以驱除忧闷

#### 第五章将快乐随身携带

快乐是一种能力

忧虑是自我的“杰作”

心理暗示的魔力

寻找快乐的“发源地”

从生活中捡拾情趣

假装快乐，你真的就会快乐

迎着阳光，把影子留到身后

#### 第六章有了梦想，你才伟大

人生因为梦想而伟大

人生的精彩来自于目标的精彩

<<人性的优点全集>>

每次只走一英里  
专心致志，直到成功  
带上你的职业地图  
第七章合理规划生活，跳出盲目的陷阱  
生命中的重要决定  
不要为工作和金钱烦恼  
男佐女佑：如何处理家庭职业冲突  
不要入不敷出  
克制自己，驾驭金钱  
第八章笑对讥评，从别人的镜子中打量自己  
这是我的错  
争论之中没有赢家  
没有人会踢一只死狗  
给对方一个台阶下  
让批评随风而去  
用幽默化解危机  
第九章逆风飞扬，舞出生命精彩  
有悲伤的?方才会有圣地  
学会赢在失败  
握住困难的“刀柄”  
化劣势为优势  
不要认为自己一无所有  
当太阳升起时再度充满精神  
第十章迈向活力的颠峰  
你为什么会疲劳  
每日多清醒一小时  
一张抗疲劳的良方  
四个工作的好习惯  
远离亚健康  
掌握生活平衡  
再见，郁闷  
自然轻松入眠  
第十一章用智慧“撬起”工作的重量  
工作+思考=智慧  
目标明确，态度坚决  
运用简单的威力  
将自信注入工作  
争取你的“脑力薪”  
正确地做事与做正确的事  
做好时间管理  
多付出一点点  
自设奖项，激发干劲  
回家，把工作关在门外  
第十二章拥有美好的家庭生活  
为什么婚姻会出现问题  
婚姻是幸福的温床  
认识爱情，结识幸福

<<人性的优点全集>>

每天增进爱情的深度  
做丈夫忠实的“信徒”  
如要幸福，请注意礼貌  
真正的幸福源自细节  
真诚地欣赏对方  
爱的语言不需要唠叨  
不要试图改造对方  
不要批评对方  
为婚姻“补课”  
做个家庭宝贝：让丈夫快乐回家  
第十三章完美交际的10项法则  
结识良友  
微笑沟通  
常用赞美  
勿忘倾听  
学会“纠错”  
掌握话题  
尊重对方  
牢记名字  
换位思考  
优化自我

## &lt;&lt;人性的优点全集&gt;&gt;

## 章节摘录

我朋友最近得了严重的心脏病，医生命她卧床休养，交代她不论发生任何情况都不得动怒。医生都了解，如果心脏衰弱，任何一点愤怒都会要人的命。

真的要人命吗？

几年前华盛顿一位餐厅老板就因一次愤怒而亡。

一份警方报告说：“威廉·法卡伯曾是咖啡店老板，因厨子坚持用碟子饮用咖啡，竟一怒而亡，因为他急怒之下抓起左轮枪追杀厨子，心脏衰竭，倒地不起。

验尸报告宣告心脏衰竭的起因是愤怒。

”当耶稣说“爱你的仇人”的时候，他也是在告诉我们：怎么样改进我们的外表。

我想你也和我一样，认得一些女人，她们的脸因为怨恨而有皱纹，因为悔恨而变了形，表情僵硬。

不管怎样美容，对她们容貌的改进，也及不上让她心里充满了宽容、温柔和爱所能改进的一半。

怨恨的心理，甚至会毁了我们对食物的享受。

圣人说：“怀着爱心吃菜，也会比怀着怨恨吃牛肉好得多。

”要是我们的仇人知道我们对他的怨恨使我们精疲力竭，使我们疲倦而紧张不安，使我们的外表受到伤害，使我们得心脏病，甚至可能使我们短命的时候，他们不是会额手称庆吗？

即使我们不能爱我们的仇人，至少我们要爱我们自己。

我们要使仇人不能控制我们的快乐、我们的健康和我们的外表。

就如莎士比亚所说的：“不要因为你的敌人而燃起一把怒火，热得烧伤你自己。

”当耶稣基督说，我们应该原谅我们的仇人“七十个七次”的时候，他也是在教我们怎样做生意。

我举个例子吧。

当我写这一段的时候，我面前有一封乔治·罗纳寄来的信，他住在瑞典的艾昔苏那，乔治·罗纳在维也纳当了很多年律师，但是在第二次世界大战期间，他逃到瑞典，一文不名，很需要找份工作。

因为他能说并能写好几国的语言，所以希望能够在一家进出口公司里，找到一份秘书工作。

绝大多数的公司都回信告诉他，因为正在打仗，他们不需要这一类的人，不过他们会把他的名字存在档案里，等等。

不过有一封写给乔治·罗纳的信上说：“你对我生意的了解完全错误。

你既错又笨，我根本不需要任何替我写信的秘书。

即使我需要，也不会请你，因为你甚至连瑞典文也写不好，信里全是错字。

”



## <<人性的优点全集>>

### 编辑推荐

《人性的优点全集(套装上下册)》：成功的秘诀就是充分发挥人性的优点。

卡耐基是世界公认的20世纪最伟大的成功学导师，他开设了许多关于人际关系和处世技巧的训练班，还写了《人性的弱点》（《人性的优点》《语言的突破》等七《人性的优点全集(套装上下册)》，这些作品的销量仅次于《圣经》。

他的课程与作品使世界上千千万万的人从中受益。

《人性的优点全集(套装上下册)》是卡耐基成人教育班上的主要教材之一，作者运用心理学的知识，对人类共有的心理特点进行探索和分析，指出所有的成功者都是最大化地发挥了自己人性的优点，从而让你充分了解自己，相信自己，去开发蕴藏在身心里而尚未利用的财富，开拓更成功、幸福的新生活之路。

全球最畅销的励志经典，改变千万人生的一《人性的优点全集(套装上下册)》。

唤醒你心中的巨人，发挥你所有的优点。

如果和我们应有的成就进行比较，我们只是蒙眬半醒着，我们只是利用了身心一小部分的能源。

我们在极限之内，尚有更多的能源，可是我们习惯不加以利用。

现在好了，本书可以教你如何从半醒中彻底醒来，可以让你更加成功。

这是一本实用的书，这是一本行动的书！

<<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:<http://www.tushu007.com>