

## <<人性的优点>>

### 图书基本信息

书名：<<人性的优点>>

13位ISBN编号：9787811206371

10位ISBN编号：7811206374

出版时间：2009-8

出版时间：汕头大学出版社

作者：[美] 戴尔·卡内基

页数：211

字数：114000

译者：胡志刚

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>>

### 内容概要

本书为卡内基励志经典丛书之一，人类出版史上的奇迹，20世纪以来最畅销的励志经典，永远不要奢望让世界来适应你，你对了，世界就对了。锦囊妙计教你抛开忧虑，快乐和成功不请自来。

## <<人性的优点>>

### 作者简介

戴尔·卡内基（Dale Carnegie, 1888 ~ 1955），美国现代成人教育之父，20世纪最伟大的成功学大师，所开创的“人际关系训练班”遍布世界，惠众无数，陆续出版的成功励志作品系列风靡全球，畅销不衰。

## <<人性的优点>>

### 书籍目录

第一篇 忧虑的真相 第一章 让自己生活在独立的隔舱里 第二章 消除忧虑的万能公式 第三章 过多的忧虑会危及人的生命 第二篇 剖析忧虑的方法 第一章 怎么分析忧虑并从中把自己解脱出来 第二章 怎么消除自己工作当中的烦恼 第三篇 如何消除忧虑 第一章 把忧虑从你的心理中驱逐出去 第二章 不因琐事而烦恼 第三章 战胜忧虑的几个法则 第四章 勇敢面对事实 第五章 让忧虑到此为止 第六章 不要试着去锯那些已被锯碎的木屑 第四篇 让自己平安快乐的七种方式 第一章 憧憬生活的美好 第二章 不要报复你的敌人 第三章 给予,但不求回报 第四章 细数幸福的事 第五章 保持自我的本色 第六章 把不利因素转化为有利因素 第七章 忘掉自己,关心他人 第五篇 祈祷 第一章 追寻快乐的宗教 第二章 圣歌 第三章 宗教的力量 第四章 祈祷 第六篇 如何直面批评带来的烦恼 第一章 批评他人是一种自我膨胀的表现 第二章 不要让批评之箭射中你 第三章 自省,再自省 第四章 怎样消除疲劳 第五章 是什么让你疲劳 第六章 让疲惫永远消失 第七章 四个良好的工作习惯 第八章 怎样消除烦闷心理 第九章 不再为失眠而忧虑

## &lt;&lt;人性的优点&gt;&gt;

## 章节摘录

第四篇 让自己平安快乐的七种方式第二章 不要报复你的敌人几年前的一个晚上，我旅行经过黄石公园。

一个公园管理人员骑马过来，跟我们这群兴奋的游客谈论有关灰熊的事。

他告诉我们：有一种大灰熊大概能够击倒除了水牛和另一种黑熊以外西方所有的动物。

但那天晚上，我却观察到一只小动物，那只大灰熊不但让它自由的从森林里出来，并且在灯光下和它一起共食。

那是一只臭鼬！

大灰熊知道，它可用一掌之力把这只臭鼬打昏，可它为什么不那样做？

因为它已有的经验告诉它，这样做十分划不来。

我也认同这一点。

当我还很小的时候，曾经在密苏里州的农庄抓过臭鼬，长大后，我在纽约的街上，也碰到过几个像臭鼬一样的人。

我从这些不幸的经验教训里发现：无论招惹哪一种臭鼬，都是划不来的。

当我们仇视我们的敌人时，就等于赋予了他们取胜的力量。

那力量能影响我们的睡眠、胃口、血压、健康以及快乐。

如果我们的敌人知道他们如何令我们担心、苦恼，让我们一心想报复的话，他们一定会手舞足蹈。

我们心中的恨意完全不能伤害到他们，却使我们的生活变得像地狱一般糟糕。

“要是自私的人想占你的便宜，就不要去理睬他们，更不要想去报复。

当你想跟他扯平的时候，你伤害自己比伤到那家伙更多一点。

”这段话出自一份由密尔沃基警察局所发出的通告上。

报复怎么会伤害你自己呢？

伤害的地方远远超出你的想象。

根据《生活》杂志的报道，报复甚至会损伤你的健康。

“高血压患者主要的特征就是容易愤慨，”《生活》杂志说，“愤怒如果不能控制好，长期性的高血压和心脏病就会随之而来。

”现在你该体悟耶稣所谓“爱你的敌人”，不只是一种道德上的教化，而且还是宣扬一种20世纪的医学，他是在教我们怎样避免心脏病、高血压、胃溃疡和许多其他的疾病。

最近，我的一个朋友患上了严重的心脏病，医生叫他每天在床上躺着，不管遇到什么事情，都不能发脾气，医生们都清楚，心脏有问题的人，一旦发脾气就可能会丢了性命。

几年前，华盛顿州史泼坎城的一个饭店老板就是死于发脾气。

现在，我手里还有来自华盛顿州史泼坎城警察局局长杰瑞史瓦脱的信。

信上写道：“几年前，68岁的威廉·传坎伯在史泼坎城开了一家小饭店。

他雇佣的厨师非要用盛菜的碟子喝咖啡，威廉火冒三丈，结果心脏病突然发作，倒地而死。

他的验尸报告上写着：‘他的心脏病是由愤怒引起的。

’”如果我们的敌人得知我们对他的怨恨让我们精疲力竭、焦躁不宁、紧张不安，害得我们容颜憔悴并且患上心脏病，甚至可能使我们短命的话，他们是不是会称心如意了呢？

我们做不到去爱我们的敌人，但至少要学会爱自己。

让敌人难以控制我们的快乐、健康和外表。

如莎士比亚所说：“不要因为你的敌人而燃起一把怒火，烧伤你自己。

”耶稣基督曾说过，我应该原谅我们的仇人“七十个七次”的时候，要知道他也在教我们怎样做生意。

例如，我的面前有一封乔治·罗纳寄来的信，他居住在瑞典的艾普苏那。

乔治·罗纳在维也纳做律师已经有许多年了，在第二次世界大战期间，他逃到了瑞典，当时他非常需要找份工作。

由于他能说会写好几国的语言，所以希望能做一家进出口公司的秘书工作。

## <<人性的优点>>

他收到多家公司的回信，但都告诉他因为正在打仗，暂时不需要这一类的人，他们把他的名字存在档案里。

其中有一封写给乔治·罗纳的信上说：“你完全错误地理解我的生意了。

你不仅傻而且又笨，我不用秘书替我写信。

即使我需要，也不会请你，因为你连瑞典文都写不好，你的来信中错别字连篇。

”看完这封信，乔治·罗纳气得发疯。

那个瑞典人还说他写不通瑞典文，他自己的信就错误百出。

于是，乔治·罗纳也打算写一封回信，目的想要激怒那个人，让他也大发脾气。

过一会冷静地思考后，自言自语道：“等会儿。

他的这个说法是错的吗？

我虽然学过瑞典文，但毕竟它不是我的母语，或许我确实犯了很多我并不知道的错误。

假如是那样的话，我要得到一份工作，就必须再继续努力学习。

虽然他的本意并非如此，但是他确实有可能帮我一个大忙。

他用这么无礼的话表达他的观点，但是我依然可以从中受惠，所以应该写封感谢信给他。

”乔治·罗纳开始想写一封骂人的信，后来变成写一封感谢信。

在信中他写道：“你不怕麻烦能给我写信，我十分感谢，特别是在你根本不需要秘书时。

关于我把贵公司的业务弄错的事，我感到十分抱歉。

我通过别人的介绍才给你写信的，他们告诉我你是这一行业的领头人物，另外我还不知道我的信上有很多文法上的错误，我觉得很惭愧和难过。

我会更加努力地去学习瑞典文，尽快改正我的错误，谢谢你能使我踏上改进的道路。

”没几天，乔治·罗纳又收到那个人的回信，邀请罗纳去看他。

罗纳去拜访了那个人，并且在他的公司谋得了一份差事。

乔治·罗纳由此得出，“消除怒气莫过于温和的回答”。

## <<人性的优点>>

### 媒体关注与评论

卡内基所创立并倡导的个人成功学已成为当代有志青年实现抱负、迈向成功的阶梯，通过他的传播和教导，无数人明白了积极生活的意义，并由此改变了自身的命运。

卡内基留给我们的绝不仅仅是几本书或几所培训学校，其真正的价值在于：他把个人成功的技巧传授给了每一个不甘人后的青年。

——约翰·肯尼迪（美国总统）

在人类出版史上，没有哪一本书能与卡内基著作的

深入人心相比肩。

也唯有卡内基的书，才能在作者辞世后，长期占据我们的排行榜。

——《纽约时报》

## <<人性的优点>>

### 编辑推荐

《人性的优点》：卡内基经典



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