

<<卡耐基生活的艺术>>

图书基本信息

书名：<<卡耐基生活的艺术>>

13位ISBN编号：9787507417166

10位ISBN编号：7507417166

出版时间：2006-1

出版时间：中国城市出版社

作者：(美)戴尔·卡耐基

页数：304

译者：刘祜

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>

<<卡耐基生活的艺术>>

内容概要

卡耐基，美国“成人教育之父”。

20世纪早期，美国经济陷入萧条，战争和贫困导致人们失去了对美好生活的愿望，而卡耐基独辟蹊径地开创了一套融演讲、推销、为人处世、智能开发于一体的教育方式，他运用社会学和心理学知识，对人性进行了深刻的探讨和分析。

他讲述的许多普通人通过奋斗获得成功的真实故事，激励了无数陷入迷茫和困境的人，帮助他们重新找到了自己的人生。

接受卡耐基教育的有社会各界人士，其中不乏军政要员，甚至包括几位美国总统。

千千万万的人从卡耐基的教育中获益匪浅。

本书与《处世的艺术》同样是卡耐基最成功的励志经典，出版后立即受到广大读者的欢迎，并被翻译成几十种文字，几十年来一直在全球持续畅销，许多读者通过阅读并实践书中的各种方法而改写了自己的人生。

时至今日，在教导人们追求自我进步和获得成功的书，本书仍是必读的经典著作。

法国哲学华莱理说：“科学，就是把许多成功的秘诀收集在一起。

”本书就是把许多成功的、经过时间考验的、真正解除我们的烦恼、忧愁的秘诀收集在一起的作品。

<<卡耐基生活的艺术>>

作者简介

卡耐基，1880年11月24日出生于密苏里州玛丽维尔附近的一个小市镇。父亲经营一个小小的农场。家里非常穷，吃不饱，穿不暖。由于营养不良，小卡耐基非常瘦小，却长着一对与头部不很相称的大耳朵。

卡耐基上的小学校名很浪漫，叫玫瑰园，却非常简陋，只有一间教室。他在学校可不是一个听话的家伙。因为调皮捣蛋，搞恶作剧，他几次差一点被学校开除。

他那双又宽又大的耳朵是同学们嘲弄的对象。有一次，班上一名叫山姆·怀特的大男孩与卡耐基发生了争吵，卡耐基说了几句很刻薄的话，怀特被激怒了，便恐吓道：“总有一天，我要剪断你那双讨厌的大耳朵。”他吓坏了，几个晚上都不敢睡觉，害怕在自己进入梦乡以后被怀特剪掉了耳朵。

当卡耐基成名以后，仍然没有忘记山姆·怀特。他归纳出了一番人生哲理：“要想别人对你友善，要想与同事和睦地相处，处理好上下级关系，那就绝不能去触动别人心灵的伤疤。”卡耐基还发现，他具有与生俱来的忧郁性格。他曾向朋友倾诉：烦恼伴随着我的一生。我一直想弄明白自己的忧虑来自何处。有一天，我帮母亲摘取樱花的种子时，突然哭泣起来。母亲问：“你为什么哭？”我边哭边答：“我担心自己会不会像这种子一样，被活活埋在泥土里。”儿时的我，担惊受怕的事情真的不少：下雷雨时，担心会不会被雷打死；年景不好时担心以后有没有食物充饥；还担心死后会不会下地狱。

<<卡耐基生活的艺术>>

书籍目录

如何从本书获得最大收益 序言 克服忧虑快乐生活的秘诀 第一篇 如何消除你的忧虑 第一章 生活在完全独立的今天 第二章 消除忧虑的万能公式 第三章 为什么会忧虑 第四章 如何远离忧虑的危害 第五章 如何减少工作中的一半的忧虑 第二篇 如何改变忧虑的习惯 第一章 消除思想上的忧虑 第二章 不要为小事而烦恼 第三章 摒弃愚蠢的担忧 第四章 接受不可避免的事实 第五章 确定忧虑的底限 第六章 不要为打翻的牛奶哭泣 第三篇 如何培养快乐的心情 第一章 保持积极向上的心态 第二章 不要想着报复别人 第三章 乐于施舍, 勿图回报 第四章 满足你已经拥有的东西 第五章 不要模仿别人 第六章 看到事物积极的一面 第七章 多替别人着想 第四篇 如何获得快乐的生活 第一章 不要害怕别人的恶意批评 第二章 做自己认为正确的事情 第三章 从自己的错误中吸取教训 第四章 做自己喜欢的工作 第五章 妥善管理你的财务 第五篇 如何减少疲劳保持活力 第一章 感到疲劳之前先休息 第二章 学会自我放松 第三章 如何让你青春永驻 第四章 养成良好的工作习惯 第五章 使自己的工作变得有意思 第六章 不要为失眠而忧虑 后记

<<卡耐基生活的艺术>>

章节摘录

书摘不要为打翻的牛奶哭泣 就在我写这句话的时候，我可以通过窗户看见窗外院子里一些留在大石板和石头上的恐龙足迹。

这些恐龙足迹，是我掏钱从耶鲁大学皮氏博物馆买来的。

我还保留了一封皮氏博物馆馆长写给我的信，说这些足迹早在一亿八千万年前就有了。

我想即使是一个白痴，也不会想返回一亿八千万年前去改变这些足迹。

而一个人的忧虑却会愚蠢得有如这种想法，因为就算是180秒钟以前所发生的事情，我们也不可能再回去纠正它，可是我们却有很多人正在做类似的事情。

说得更确切一点，我们可以想办法来改变发生在180秒钟以前的事情所产生的影响，但我们对当时所发生的事情却无能为力。

使过去的错误产生价值的唯一方法，就是平静地分析我们过去的错误，并从错误中吸取教训，然后再忘记错误。

我知道这句话是很有道理，但我不是一直有勇气、有思想去这样实践呢？

为了回答这个问题，先让我告诉你我在几年前的一次奇妙经历吧，当时我竟白白失去了30多美元，没有得到一分钱的利润。

事情的经过是这样的：我开办了一个规模很大的成人教育辅导班，在很多城市里都有分部，我花了许多钱用来做宣传广告。

当时我忙于教课，所以既没有时间、也没有心情去管理财务问题，而且我当时过于简单，不知道应该找一个很好的业务经理来支配各项支出。

最后，过了将近一年，我发现了一个很清楚、而且很惊人的事实：虽然我们的收入不错，却没有赚到一点利润。

在发现这点之后，我本应该立即着手去做两件事情：第一件事，我应该向黑人科学家乔治·华盛顿·卡佛尔学习。

当他完全破产，银行没收了他毕生的50000美元积蓄时，别人问他是否知道他已经破产了，他回答说：“是的，我听说了。

”然后继续教书。

他把这笔损失从脑子里抹涂干净，以后再也没有提过。

我应该做的第二件事是，我应该分析自己的错误，然后从中吸取教训。

可是坦白地说，我这两件事一件也没有做。

相反，我却开始发起愁来。

一连好几个月，我都精神恍惚，睡得不好，不仅体重减轻了很多，而且也没有从这次大错误中吸取教训，而是接着又犯了一个相比要小一些的同样的错误。

对我来说，要承认以前这种愚蠢的行为，实在是非常难堪的事。

可是我很早就发现一个道理：“教二十个人怎么做，比自己一个人去做，要容易得多。

”我真希望我也能够到纽约的乔治·华盛顿高级中学去当保罗·布兰德温的学生——这位老师曾教过住在纽约市布朗士区的亚伦·桑德斯。

桑德斯先生告诉我，教他生理卫生课的老师保罗·布兰德温博士，给他上了人生当中最有价值的一课。

“当时我只有十几岁，”亚伦·桑德斯告诉我说，“可是我那时候经常为很多事情发愁。

我常常为自己犯过的各种错误而自责，交完考试卷以后，我常常会在半夜里睡不着，咬着指甲，担心不能及格。

我总是在想我所做过的那些事情，希望当初没有那样做；我总是在想我所说过的那些话，希望我当时能把那些话说得更完美些。

“然后，有一天早上，我们全班走进实验室上实验课。

我们的老师保罗·布兰德温博士将一瓶牛奶放在桌子边上。

我们都坐下来，望着那瓶牛奶，心想这和他所教的生理卫生课有什么关系。

<<卡耐基生活的艺术>>

这时，保罗·布兰德温博士突然站了起来，一掌打碎牛奶瓶，牛奶泼在水槽里。

然后，他大声叫道：‘不要为已经打翻的牛奶哭泣。

’ “随后他叫我们所有的人来到水槽边，仔细看看那瓶被打碎的牛奶。

‘好好看着，’他对我们说，‘因为我要你们这一辈子都记住这一课，这瓶牛奶已经没有了！

你们看到它都泼光了，无论你多么着急，多么抱怨，都无法挽回了。

但是，如果我们先用一点大脑，提前加以预防的话，这瓶牛奶就可以保住。

可是现在太迟了——我们现在所能做的，就是把它忘掉，抛开这件事，一心关注下一件事。

” “这次小小的表演，”亚伦·桑德斯说，“即使是在我忘了几何和拉丁文知识以后很久，我都还记得。

事实上，这件事教给我的实际生活经验，比我在高中阶段所学到任何事情都好。

它教会我一个道理：只要可能的话，就不要打翻牛奶；万一弄翻了牛奶，就要彻底忘记这件事。

” 有些读者大概会觉得，费这么大精力讲那么一句老话，“不要为打翻了的牛奶哭泣”，未免有点小题大做。

我知道这句话很普通，也可以说是老生常谈。

可是这样的老生常谈却包含了人类多少年来所积聚的经验智慧，这也正是人类智慧的结晶，是通过世世代代才得以传下来的。

假设你能读完各个时代伟大学者所写的有关忧虑的图书，你也不会看到比“船到桥头自然直”和“不要为打翻的牛奶哭泣”这类更基本、也更有用的老生常谈了。

只要我们能应用这两句老话，不去轻视它，我们根本就用不着读这本书了。

然而，如果不能加以利用，知识就不能成为力量。

本书的目的并不是想告诉你什么新的知识，而是要提醒你那些你已经知道的事，并且鼓励你把已经学到的知识应用到实践当中。

P121-P124

<<卡耐基生活的艺术>>

媒体关注与评论

书评通过本书，你可以获得以下成功技巧：如何消除你的忧虑，如何改变忧虑的习惯，如何培养快乐的心情，如何获得快乐的生活，如何减少疲劳保持活力。
最伟大的成功励志经典。

<<卡耐基生活的艺术>>

编辑推荐

法国哲学华莱理说："科学，就是把许多成功的秘诀收集在一起。
"《卡耐基生活的艺术》就是把许多成功的、经过时间考验的、真正解除我们的烦恼、忧愁的秘诀收集在一起的作品。

<<卡耐基生活的艺术>>

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>