

《人性优点大全集》

书籍信息

版次：1

页数：236

字数：200000

印刷时间：2014年12月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787504475237

编辑推荐

《人性的优点大全集》是戴尔·卡耐基一生中*重要、*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而走向成功的实例汇集，被誉为“克服忧虑获得成功的必读书”、“世界励志圣经”。本书能让你了解自己，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。

内容简介

《人性的优点大全集》是戴尔·卡耐基的成人教育班的三种主要教材之一，是一本关于人类如何征服“忧虑”的书，本书唯一目的就是帮助你解决你所面临的问题，例如如何在你的日常生活、商务活动与社会交往中与人打交道，并有效地影响他人；如何击败人类的生存之敌——忧虑，以创造一种幸福美好的人生等。当你通过本书解决好这些问题之后，其他问题也就迎刃而解了。

作者简介

戴尔·卡耐基（Dale Carnegie，1888 - 1955），被誉为“美国现代成人教育之父”“20世纪最伟大的心灵导师和成功学大师”，一生致力于人性问题的研究，运用心理学和社会学知识，对人类共同的心理特点进行探索和分析，开创出一种独特的融演讲、推销、为人处世、智能开发于一体的成人教育方式。接受卡耐基教育思想的有社会各界人士，其中不乏军政要员，甚至还有几位美国总统。千千万万的人获益于卡耐基的教育。

卡耐基主要代表作有：《人性的弱点》《人性的优点》《如何停止忧虑开创人生》《如何赢取友谊与影响他人》《口才的艺术与情绪掌控术》《语言的突破与沟通的艺术》《快乐的人生》等。这些图书出版之后，立即风靡全球，先后被译成几十种文字，成为“人类出版史上的奇迹”。

目录

第一章 只完整地拥有今天

第二章 如何抗拒忧虑

消除忧虑的万能公式

认清忧虑的危害

忧虑是长寿的克星

第三章 消除忧虑的方法

消除忧虑的三个步骤

摆脱工作中忧虑的秘诀

第四章 改掉忧虑的习惯

把忧虑从你的思想中赶走

不被生活的琐事困扰

概率可以战胜忧虑

接受无法避免的事实

为忧虑限定“到此为止” 第一章 只完整地拥有今天 第二章 如何抗拒忧虑

消除忧虑的万能公式 认清忧虑的危害 忧虑是长寿的克星 第三章 消除忧虑的方法

消除忧虑的三个步骤 摆脱工作中忧虑的秘诀 第四章 改掉忧虑的习惯

把忧虑从你的思想中赶走 不被生活的琐事困扰 概率可以战胜忧虑

接受无法避免的事实 为忧虑限定“到此为止” 不为已过去的事情忧虑 第五章

培养快乐心境的技巧 只想开心的事 不要对敌人心存报复 相互容忍谦让

报复者的悲哀 盘算你所得到的恩惠 不要希望别人感恩 细心盘点你拥有的幸福

不盲目仿效他人 于不利中排除万难 多带给他人快乐 第六章 善用信仰的力量

祷告的神奇力量 精神图腾的无穷吸引 给自己一个精神支柱 给予时别忘了祈祷

第七章 正确面对批评 善于原谅别人的错误 凡事尽力而为 第八章

如何使自己精力充沛 不要等到筋疲力尽时被迫休息 学会放松自己

给自己上一堂日常放松课 培养良好工作习惯的方法 让工作和生活都更为有趣

解决失眠的四种方法第九章 让工作给你快乐与成就感 聪明地选择职业

结合个人兴趣选择事业 一生中的重要决定 你不只适合做一种职业

做个智慧的敬业者第十章 不让自己为经济问题苦恼 个人理财的十大原则

财富如何让快乐永恒 知道钱是怎么花掉的 不做金钱的奴隶 建立自己的财富观

第十一章 克服忧虑的真实故事 99%的烦恼都是多余的 一小时内让自己变得乐观

忧虑是最凶猛的对手 看到自己的光明面 克服忧虑的五大措施

相信日子照样天天过 生活在安拉乐园

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

军医的这番话我现在都一直深深地印在脑海里

，从那时起我一直奉行这样的人生哲学：一次通过一

颗沙粒，一次只做好一件事情。在二战时，这个忠告

拯救了我，并一直指导我的人生，直到今天仍是如此

。工作中有无数的事情要处理，许多人总觉得时间不够，但我却从未手忙脚乱，因为我信奉“一次只通过一颗沙粒，一次只做好一件事情”这个人生理念，这样工作起来更加有效率，再也没有出现战场上那种忧虑和混乱的情形了。

罗勃·史蒂文森说：“无论压力多大，每个人都能坚持到夜幕降临；无论多么艰难，每个人都能尽力完成一天的任务。在从太阳升起到落下的一天里，我们都能够真诚、愉快地面对生活，这就是生命的真谛。”

人类最悲哀的天性就是忽略今天，总是眺望着那些遥远的“明天”。我们拖延时间，迟迟没能积极地投入生活，总是憧憬着远在天边的美丽云朵，却没有时间欣赏眼前的美丽花儿。

我们为什么要让自己如此的可悲又可怜呢？

李柯克曾写到：“我们短暂的生命历程充满着令人难以置信的诡异。孩提时我们常说：‘等我长大后……’终于长大成人，我们又说，等我结婚以后……’结婚后又能有什么改变呢？于是我们又想：‘等我退休了……’等到年老的时候回首往事，心中不禁泛起阵阵悔意。所有的美好都错过了，并且再也不会回来。人生存在于生命的每一天、每一秒，我们一定要认真对待正在进行的每时每刻，不要等到白头之后才海恨终生。”

底特律的爱德华·诺文斯在领悟到这个道理之前，差点因抑郁而死去。

他出生在一个贫寒的家庭，经过多年的打拼，终于有了自己的成就，年收入2万美金，在当时算是高收入群体了。因为受一位破产朋友的拖累，同时他存钱的银行倒闭了，令他突然间一贫如洗，而且还欠下了不少的债务。此后，他开始精神抑郁，进而一病不起，甚至接到只有两周可活的医院通知。他只得写好遗嘱，然后躺在床上等死。得知自己快要死了，他的心态突然发生了转变，他不再忧心了，而是让身心都放松下来。经过几周的休养，他的身体反而渐渐好转起来。

身体康复后，他又能重新开始工作了，即使一周30美元的低薪工作也让他无比开心。他不再追悔过去，也不再恐惧未来，只是将全部时间、精力和热情都投入到工作中去，兢兢业业、踏踏实实从头再来。经过短短数年时间，他就重新崛起，成为诺文斯工业——纽约股票交易所上市公司的董事长。如今在格陵兰的诺文斯机场——为纪念他而命名的机场内，我们会感叹他的成功，但更要记住生活在“完全独立的今天”里应该时刻做到。

古希腊哲学家赫拉克利特曾告诉他的学生：“生活的变化源自观念的变化。你不能两次踏入同一条河流。”即使人们可以多次走进河流，但那条河每分每秒都在发生变化，生活也如流水一般，永不停息地流淌着。

军医的这番话我到现在都一直深深地印在脑海里，从那时起我一直奉行这样的人生哲学：一次通过一颗沙粒，一次只做好一件事情。在二战时，这个忠告拯救了我，并一直指导我的人生，直到今天仍是如此。工作中有无数的事情要处理，许多人总觉得时间不够，但我却从未手忙脚乱，因为我信奉“一次只通过一颗沙粒，一次只做好一件事情”这个人生理念，这样工作起来更加有效率，再也没有出现战场上那种忧虑和混乱的情形了。

罗勃·史蒂文森说：“无论压力多大，每个人都能坚持到夜幕降临；无论多么艰难，每个人都能尽力完成一天的任务。在从太阳升起到落下的一天里，我们都能够真诚、愉快地面对生活，这就是生命的真谛。”

人类最悲哀的天性就是忽略今天，总是眺望着那些遥远的“明天”。我们拖延时间，迟迟没能积极地投入生活，总是憧憬着远在天边的美丽云朵，却没有时间欣赏眼前的美丽花儿。

我们为什么要让自己如此的可悲又可怜呢？

李柯克曾写到：“我们短暂的生命历程充满着令人难以置信的诡异。孩提时我们常说：‘等我长大后……’终于长大成人，我们又说，等我结婚以后……’结婚后又能有什么改变呢？于是我们又想：‘等我退休了……’等到年老的时候回首往事，心中不禁泛起阵阵悔意。所有的美好都错过了，并且再也不会回来。人生存在于生命的每一天、每一秒，我们一定要认真对待正在进行的每时每刻，不要等到白头之后才海恨终生。”

底特律的爱德华·诺文斯在领悟到这个道理之前，差点因抑郁而死去。

他出生在一个贫寒的家庭，经过多年的打拼，终于有了自己的成就，年收入2万美金，在当时算是高收入群体了。因为受一位破产朋友的拖累，同时他存钱的银行倒闭了，令他突然间一贫如洗，而且还欠下了不少的债务。此后，他开始精神抑郁，进而一病不起，甚至接到只有两周可活的医院通知。他只得写好遗嘱，然后躺在床上等死。得知自己快要死了，他的心态突然发生了转变，他不再忧心了，而是让身心都放松下来。经过几周的休养，他的身体反而渐渐好转起来。

身体康复后，他又能重新开始工作了，即使一周30美元的低薪工作也让他无比开心。他不再追悔过去，也不再恐惧未来，只是将全部时间、精力和热情都投入到工作中去，兢兢业业、踏踏实实从头再来。经过短短数年时间，他就重新崛起，成为诺文斯工业——纽约股票交易所上市公司的董事长。如今在格陵兰的诺文斯机场——为纪念他而命名的机场内，我们会感叹他的成功，但更要记住生活在“完全独立的今天”里应该时刻做到。

古希腊哲学家赫拉克利特曾告诉他的学生：“生活的变化源自观念的变化。你不能两次踏入同一条河流。”即使人们可以多次走进河流，但那条河每分每秒都在发生变化，生活也如流水一般，永不停息地流淌着。

密歇根州的杰尔德太太在丧夫后，心情低落哀伤，而恰在此时她经济上也陷入了危机。她不得不重回曾工作过的公司，继续以推销《世界百科全书》为生。她来回奔波在各地的学校间，她希望投身工作能够从精神和经济上自我解救。可是孤身上路、孤单寂寞的流动生活让她更加感到苦不堪言，再加上销售业绩并不理想，连买旧车的分期付款都难以承受。经历了孤独沮丧甚至想过自杀的一段灰暗的日子之后，她终于又重新振作了起来，因为她看到了一篇文章。严格来说，那只是一篇文章中的一句话：“对于智者来说，每一天都是新的生命。”就是这句话，让她永远心存感激，让她一直充满了勇气和能量。杰尔德太太终于学会了忘记过去，不考虑未来，每次只过好今天。现在的她，乐观自信、事业有成。P5 - 6

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)