

<<内修菜根谭外炼卡耐基>>

图书基本信息

书名：<<内修菜根谭外炼卡耐基>>

13位ISBN编号：9787508059648

10位ISBN编号：7508059646

出版时间：2010-12

出版时间：华夏出版社

作者：白雪

页数：304

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>

<<内修菜根谭外炼卡耐基>>

前言

《菜根谭》是明代洪应明的著作，它汇集修身养性、为人处世的人生哲学，将儒家的自强不息、佛家的宽忍宏大、道家的超脱玄妙熔于一炉，并深刻地展示出一种博大的文化视野和人生世路的锤炼，囊括了中国几千年的处世智慧，以出世之精神，做入世之事业，给人以深刻的启迪。

北宋学者汪信民说：“人常咬得菜根，则百事可做。”

品读《菜根谭》，让人心旷神怡，好似在宁静悠远、暗香浮动的深夜里，和一位来自古代的雅士高谈阔论，享受着一种如遇知己的喜悦之情以及言无不尽的幸福之感。

正如古人所说：性定菜根香，静心沉玩，乃得其旨。

细品此书，重温人间那种已被淡忘了的真趣，也可清醒一下被金钱烧灼得迷失了方向的头脑，寻找修身养性的途径、待人处世的准则，学会高瞻远瞩，学会达观人生。

卡耐基是20世纪伟大的人生导师，被誉为“美国出版史上第二大畅销书作家”。

美国《时代周刊》曾这样评价他：“或许，除了自由女神，他，就是美国的象征！”

半个多世纪以来，卡耐基被越来越多的人所熟知。

卡耐基成长为响彻世界的名人，靠的是他人生的深晦和超然的理解，以及充满睿智和富有涵养的交际艺术。

从西方到东方，卡耐基的著作被译成几十种语言，世界上很多国家都有其译著。

<<内修菜根谭外炼卡耐基>>

内容概要

《菜根谭》是明代洪应明的著作，它汇集修身养性、为人处世的人生哲学，将儒家的自强不息、佛家的宽忍宏大、道家的超脱玄妙熔于一炉，并深刻地展示出一种博大的文化视野和人生世路的锤炼，囊括了中国几千年的处世智慧，以出世之精神，做人世之事业，给人以深刻的启迪。

卡耐基是20世纪伟大的人生导师，被誉为“美国出版史上第二大畅销书作家”。他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，开创并发展出一套独特的融演讲、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。

《菜根谭》告诫我们为人处世要谦虚谨慎、淡泊寡欲、韬光养晦，还要懂得方圆有度的处世哲学；而卡耐基则启迪我们要善于发掘自身潜能，培养自信乐观、勇于拼搏的积极心态。本书精选古今中外经典事例，将《菜根谭》的精髓与卡耐基的人生智慧相融合，让读者从中体味出人生的真谛，从而远离生活中的阴霾，让人生挥洒自如。

<<内修菜根谭外炼卡耐基>>

作者简介

白雪，中文系毕业，醉心于中国古典文学，历史传记。
诗书不敢妄称饱读，但善饱蘸笔墨或伤春悲秋或天马行空。
曾有两年记者经历，惯于在世间百态、平凡琐碎中寻找真谛。

<<内修菜根谭外炼卡耐基>>

书籍目录

上篇 内修菜根谭 第一章 反己自省，认识最真实的自我 审视自我，做生命的“旁观者” 越是春风得意，越要反躬自省 放开自我，避免庸人自扰 灵活操纵身心，让人生收放自如 严于律己，正确衡量生命中的“长”和“短” 第二章 未雨绸缪，方能有备无患 把不利因素消灭在萌芽之中 盛时当为衰时想，上场当念下场时 深谋远虑，将世界揽入胸怀 时刻防患，不吃刀头之蜜 第三章 胸怀容人量，浩然自从容 气量如水，处处和谐圆满 以德报怨，宽容创造人生之美 只有生活中的智者，才能品味出忍的力量 胸怀宽广，与成功相拥 第四章 以谦为人，打开心灵之门 盖世的功劳，当不得一个“矜”字 放低姿态，戒骄戒躁 持盈若亏，别把“自己的杯子”倒得过满 第五章 磊落公正，塑造精神的“脊梁” 公而不私，帮助别人也成就自己 正气长存，提升人格魅力 怀拥诚信，启悟心灵的妙谛 秉持信誉，方能立足于天下 第六章 少贪欲，不为外物所役使 祸莫大于不知足 贪欲像海水，越喝越口渴 用理性的缰绳约束欲望的野马 克一己私欲，人生方能进能退 第七章 淡泊明志，自在平常心 富贵眼中过，“瑚璉”心中留 淡泊名利，让生命逍遥自由 凡事要心平气和，牢骚太盛防肠断 纵有千军万马，按住心兵不动 第八章 坚韧专注得大成 心意开了差，事情不能成 历千万劫，风雨过后见彩虹 锲而不舍，不达目标誓不休 耐得万般苦，方为人上人 第九章 勤学好问，不断提高自己 不学无以知，不知无以用 精益求精，每天进步一点点 持之以恒，水到渠成 求知不求真，不如不求 第十章 低调处世，明哲保身 高处不胜寒，处晦方能向阳 学韬光养晦之法，明狡兔三窟之术 水满则溢，过犹不及 功成身退，方是保全之道 第十一章 交友当慎，挚友当惜 益友和损友，与谁同行 交友的豪猪哲学：找到最佳距离 雪中送炭与锦上添花，孰轻孰重 真心与否，患难可见 第十二章 识人有术，察人有方 识人当观其心术而非相貌 相人三术：视其所以，观其所由，察其所安 察人有方，拥有伯乐的睿智 知己知彼，找准对方的“软肋” 第十三章 说话办事，自有分寸在 把“三分话”说好 谨言慎行，走好人生的“薄冰” 人行于世，不要把事情做绝 善于把握说话的“吉时” 第十四章 洞察方圆，游刃有余存于世 人生似大海，圆通可为舟 画好人生的“方圆” 认清形势，顺势而为 刚柔并济，圆融通达下篇 外炼卡耐基 第一章 只有读懂自我，方能读懂一切 一切从认识自己开始 读懂表现欲，用好进取心 认清自己的性格，把握自己的命运 每个人都是唯一的存在 第二章 一切始于梦想 梦想，是生命历程的预言 目标，是人生设计的第一乐章 以目标为靶子，向成功发箭 简化选择，让心做主 第三章 把忧虑撵出思想 用达观消除忧虑的病菌 想拥有健康，就要把忧虑从心中赶出去 向内心“索要” 治疗忧虑的药方 99%的烦恼其实不会发生 第四章 掌控自己的心态 车毁了，但车险收回来了 面对阳光，悲伤就被抛在背后 只要我相信，我就会看见 心理暗示的魔力：机会和希望常在 假装快乐，你就会真的快乐 第五章 有效管理时间 跟上时间的步伐，你将不会默默无闻 走好每一个时间刻度 养成有效利用时间的习惯 行动之前先思考 第六章 勇于拼搏，超越自我 跌倒了，再爬起来 最美的不是结果，而是在逆境中奋斗的过程 敢于向“不可能”挑战 生命不息，不断进取 第七章 让别人轻松地喜欢上你 聆听比美言更能打动人 让赞美他人成为一种习惯 微笑是一种无声的力量 轻易叫出别人的名字，是最巧妙的赞美 第八章 学会享受工作 选对了路，才会走得远 正确的思考，让你获得意想不到的财富 克服不良工作习惯 工作需要“按部就班” 第九章 运用好创富智慧 创富：理念先行 将知识资本化，你才能最快富起来 找对自己的创富之路 创富，要从“心”开始 提高本领，培养创富素质 第十章 向成功者学习 从伟人身上汲取成功的动力 将自信植入内心 抓住当前的机遇 第十一章 时刻准备着和“大人物”交谈 做得漂亮，还要说得精彩 开玩笑要把握分寸 适时幽默，从容应对 说服他人时要顾及对方的自尊心 第十二章 发掘生命中的冰山 发掘潜能，提高自身价值 开发潜能四步走 勤奋是那把最能挖掘潜能的铲子 运用好第六感 第十三章 做一个成功的领导者 与下属同舟共济是最好的选择 对下属要“恩威并施” 学会激励下属 掌握人际关系原则，扩大人脉网 第十四章 掌握与各种人相处的艺术 巧妙应对性格冷淡、清高傲慢者 掌握好和争强好胜、尖酸刻薄者的相处技巧 谨防挑拨离间者，远离愤世嫉俗者 避免与喜怒无常者接触，正视性隋暴躁者

<<内修菜根谭外炼卡耐基>>

章节摘录

现实生活中，很多人过得并不如意，这时，人们最需要的就是省察自身，想想自己的境况是怎么造成的。

很多时候，省察的结果往往会使人大吃一惊，进而恍然大悟。

正像《菜根谭》中所说：“听静夜之钟声，唤醒梦中之梦；观澄潭之月影，窥见身外之身。

”夜深人静，听到远远传来嘹亮的钟声，可以惊醒人们虚妄中的梦幻；从清澈的潭水中观看明亮的倒影，可以发现我们肉身以外的品德、灵性。

人生的种种烦恼和痛苦，往往都是人自己造成的。

人需要时常警醒自己，找出不足之处，有则改之，无则加勉。

一天，庄子在一个菜园里游玩，忽然看见一只不同寻常的鸟飞了过来。

那只鸟的翅膀张开有七尺，眼睛长达一寸。

它停落在树上，尾巴几乎快触及庄子的额头。

庄子觉得很奇怪：“这是一只什么鸟呢？

它长着大翅膀却不飞走；眼睛很大，却连我都看不见。

”于是，庄子轻步向前，拿起弹弓准备射它。

这时，一只蝉正在为得到一段悠闲的时光而得意忘形。

蝉的背后有一只螳螂在悄悄靠近，正举起双臂准备捕蝉，眼看就要得手，螳螂也得意忘形，根本不知道危险也在向它靠近。

那只奇怪的鸟正注视着螳螂，它也忘记了自身的安全。

庄子看见了这一切，忽然醒悟：“哎呀！

世间万物本来就互相牵连，任意两个事物之间也会互相吸引。

”

<<内修菜根谭外炼卡耐基>>

后记

一本著作的完成需要许多人的默默奉献，闪耀的是集体的智慧。

其中铭刻着许多艰辛的付出，凝结着许多辛勤的劳动和汗水。

本书在策划和写作过程中，得到了许多同行的关怀与帮助，及许多老师的大力支持，在此向他们致以诚挚的谢意：于海英、张保文、齐艳杰、张艳芬、赵广娜、王艳明、梁素娟、曹博、王杰、王鹏、何瑞欣、周珊、慈艳丽、李文静、刘健、程仕才、李彦岐、李静、宋洁心、黄亚男、李猛、黄克琼、魏清素、李良婷、武敬敏、黄梦溪、张晓静、李娜、李佳、李倩、杨英、徐娜、赵一、王艳、聂小晴、蔡亚兰、谈佳庆、黄薇、黄晓林、李伟军、齐红霞、李惠、欧俊、姜波、史慧莉、闫晗、焦亮、秦凤超、常娟、闫瑞娟、曹徐学、廖春红、杨云鹏等。

阅读是一种享受，写作这样一本书的过程更是一种享受。

在享受之余，我们心中也充满了感恩。

因为在写作过程中，我们不仅得到同行的帮助，还借鉴了其他人智慧的精华。

相信你们劳动的价值不会磨灭，因为它给读者朋友们带来了宝贵的精神财富。

<<内修菜根谭外炼卡耐基>>

媒体关注与评论

人常咬得菜根，则百事可做。

——汪信民谭以“菜根”名，固自清苦历练中来，亦自栽培灌溉里得，其颠顿风波、备尝险阻可想矣。

——于孔兼由卡耐基开创并倡导的个人成功学，已经成为这个时代有志青年迈向成功的阶梯，通过他的传播和教导，无数人明白了积极生活的意义，并由此改变了他们的命运。

卡耐基留给我们的不仅仅是几本书和一所学校，其真正价值是他把个人成功的技巧传授给了每一个向往成功的年轻人。

——约翰·肯尼迪戴尔·卡耐基的这些原则如魔术般令人震惊，他改变了3亿人的生活。

——默多克

<<内修菜根谭外炼卡耐基>>

编辑推荐

《内修菜根谭外炼卡耐基》内容特色：把东方古代人生智慧和西方现代处世技巧熔于一炉。

将宏观的理念阐释与具体的方法指导进行了完美的结合。

涵盖修身、处世、职场、财经等多个方面的话题与流行元素。

认清自我——正确定位。

扬长避短。

积极乐观——不断开拓进取。

从容应对各种挑战。

心态平和——看淡成败得失，坦然接受人生的考验。

志存高远——胸襟开阔。

不汲汲于俗事小事。

圆融处世——守原则而不失灵活，处处畅行无阻。

尽享人生——突破内外局限，游刃有余存于世。

“仙圣外王”的最佳修炼宝典一本让你得到全方位提升、成就强大自我的人生能量书中有内外兼修的人，才能永远立于不败之地中西方顶级修身艺术和处世智慧的完美结合与精彩演绎学《菜根谭》，修得世事洞明，纵横人生 行卡耐基，终成人情练达，笑傲天下

<<内修菜根谭外炼卡耐基>>

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>