

《如何贏得朋友和影響他人》讀後

● 李 璋

休斯頓「時代」中文電台發言稿

聽眾朋友們，大家好！今天我要和各位分享的是美國作家戴爾·卡耐基的暢銷書《如何贏得朋友和影響他人》。讀書是一件各取所需的事，我特別喜歡這本書是因為我覺得它裡面有非常實用的智慧。我想從兩個方面介紹這本書：（1）書的作者以及這本書的有關背景和影響，（2）這本書的一個非常中心、非常基本的理念：為什麼卡耐基說我們不能批評別人、千萬不要批評別人；還有，當我們覺得有必要批評別人的時候，應該怎麼做。

首先，我想告訴聽眾朋友們，《如何贏得朋友和影響他人》是西方最持久的一本暢銷書，已經被翻譯成三十五種語言，自從一九三六年出版以來，七十多年當中在全世界共發行了一千五百多萬冊。這本書的英文版本在網上可以免費下載，中文版本在大的中文書店和網上也可以買到。我在北京王府井書店看到有卡耐基作品專櫃，就在這個專櫃附近的暢銷書專櫃，也同時有另一本叫做《厚黑學》的書。顧名思義，《厚黑學》講的是有人靠厚臉皮、黑心腸在職場生存，這是人類的悲哀。

這本書為什麼這麼受讀者的歡迎和喜愛呢？首先，這本書的作者戴爾·卡耐基不僅寫了一本書，他更在世界很多地方為企業主管、政界和商界領袖開辦了大大小小的培訓班和專門課程。也就是說，他既寫書又辦班、辦學，讓企業主管們學到在商學院裡學不到的東西。那麼，他教給這些企業老闆、老總的是什麼呢？企業競爭取勝的兩個訣竅：員工的主觀能動性



和創造性！如何真正調動起員工的主觀能動性和創造性，就是企業主管們渴望學習的一門學問。卡耐基滿足了企業主管們在商學院裡得不到的一個重要的需求！其實，無論對教師來說，對夫妻來說，對家長來說，要想在教學、婚姻關係、親子關係，乃至任何人際關係方面做得好，也都是要遵循同樣的原則和方法。我有時候想，我要是早十年看了這本書，大概可以避免我至今後悔的某些錯誤。

下面我來簡單介紹一下戴爾·卡耐基這位廣受讀者和聽眾歡迎的作家和演說家。我想提醒各位的是，和他同姓的有一位安德魯·卡耐基。後者是美國著名的工業家、企業家和慈善家。不過，這兩位卡耐基只是同姓而已，他們之間其實沒有任何血緣或者家族關係。

戴爾·卡耐基出生在美國密蘇里州一個農場，他的家離鐵路只有十英哩，可是他在十二歲之前連火車都沒見過。他摘過草莓、砍過柴、餵過豬、擠過牛奶，他的家窮得幾乎被銀行收回貸款。「窮則思變」，為了讓卡耐基能上大學，他的家人決定賣掉在農村的家，搬到離州立師範學院三英哩的另外一個地方。儘管如此，他還是交不起在城市裡寄宿的房租，每天騎馬三英哩從家去學校。年輕的卡耐基穿的衣服不合身，交不起房租，天天騎馬走讀，從學校回到家還要擠牛奶，他覺得很沒面子，非常希望能夠找到擺脫窘境的捷徑。他看到，學校裡受人尊敬的有兩種人：足球隊員和辯論隊的獲勝學生。卡耐基與體育沒有什麼緣分，所以決定苦練演講。給牛擠奶的時候練，從家到學校往返的路上在馬背上也練，可是在演講會上他經歷的卻是一次接著一次的失敗，他絕望得想自殺！可是有一天他終於突然成功了，而且不是一次，而是在學校的每一次演講他都贏！他的同學們爭相求他幫助提高演講技巧。我們在美國生活時間長了，都知道美國這個社會和文化多麼注重一個人的口才和演講的才能。卡耐基的演講才能不是天生的，而是苦練出來的。這對於他後來到世界各地演講、辦班，

都有極大的助益！

下面我們來看看《如何贏得朋友和影響他人》這本書到底談了些什麼。這本書一共分為六大部分。第一部分：與人相處的基本技巧；第二部分：六個讓其他人喜歡你的方法；第三部分：十二個能使別人跟你思路一致的方法；第四部分：九個既能改變別人，又不令人反感的方法；第五部分：如何寫能夠產生奇蹟般的效果的信；第六部分：使你的家庭生活美滿的七種方法。因為時間關係，我們今天只能單獨談談為什麼卡耐基說絕對不要批評他人，還有，當我們覺得有必要批評別人的時候，應該怎麼做。

批評別人至少有兩大害處：第一批評別人極少能達到批評者想要達到的目的；第二，批評別人經常給批評者帶來不利甚至危險。

為什麼說批評別人極少能達到批評者想要達到的目的呢？如果說批評的目的是希望別人改變自己，那麼我們可以誠實地問問自己，有多少人真能做到「聞過則喜」、「從善如流」呢？我們自己是不是歡迎批評呢？有多少人願意和能夠改變自己呢？我們再看看生活實際。國與國之間的批評結果是什麼？通常是惹惱或者激怒對方，引來抗議，引來反彈。父母批評子女的結果，老闆批評員工的結果是什麼？通常是不服氣，或者口服心不服，即便心服，還有一個不舒服的感覺！所以，批評很難收到什麼積極的效果。

卡耐基告訴我們，人類不是理智和講邏輯的動物，事實上，人類從根本上講是感情用事、情緒化、充滿個人偏見、特別在乎面子的動物。因此，人們聽到批評之後的第一個自然反應，就是替自己辯護、找理由，證明自己沒有錯。批評的結果往往不是被批評者持久的改進，而是引來被批評者的不滿和反感。我自己的人生經驗也反覆印證了卡耐基的觀點。我們常說的「忠言逆耳」啦，「我是為你好」啦，用在我們自己修身還行，若要用在別人身上，而且期望別人理解我



們，好像不太切合實際。佛教禪宗講的呵責、棒喝，依我看只對有一定根基和覺悟的人起作用，而且呵責、棒喝的目的，是在於用這種特殊的教育方法，幫助對方突破迷惑而頓然開悟，不是平常意義上的批評。

批評別人有時候甚至會給自己引來災禍。卡耐基在書裡舉例說，林肯總統年輕當律師的時候，經常寫匿名信或者匿名詩取笑、挖苦他不喜歡的人，故意丟在路邊讓人看得到的地方。有一次他在報紙上發表了一篇匿名文章，極為辛辣地諷刺一名對手，結果對手發現匿名文章是林肯寫的，提出要與林肯決鬥。林肯是要面子的人，所以不能不同意決鬥。幸虧在決鬥前兩個人都決定放棄決鬥。這件事給了林肯終生難忘的教訓，痛改自己的毛病，後來成為被世人讚揚最能寬容的總統。在南北戰爭期間，林肯曾給一位違抗他命令的將軍寫過一封信，按照林肯的命令，本來這位將軍能夠生擒敵方的李將軍，可是林肯手下的這位將軍沒有「追窮寇」，而是放了李將軍一馬，令林肯非常失望和憤怒！然而，林肯手下的這位將軍從來沒收到過林肯的那封盛怒中寫的信，直到林肯去世後人們才在他的遺物中看到那封信，林肯克制了自己，始終就沒把信發出去！

美國著名作家馬克·吐溫也是一位口頭、筆頭都不憨厚的人，經常愛寫一些諷刺、挖苦別人的信，有一次甚至寫信告訴他稱之為「愚蠢」的出版社編輯，告訴那位編輯不要自以為是，不要修改他這個大作家作品的任何一個字！幸虧馬克·吐溫的太太性情溫厚，把馬克·吐溫那些火藥味十足的信全部扣留下來，沒有寄出去。

很多聽眾朋友可能會問，當我們必須批評別人的時候該怎麼辦呢？我想引用書裡的兩個例子回答這個問題。第一個例子是一個公司監督工人安全的負責人。這位負責人發現，很多工人不按公司規定戴安全帽。剛開始，這位負責人看到工人不戴安全帽就嚴厲批評，但

是他發現工人們給他的臉色很不好看，而且背地裡還是把安全帽摘下來，後來，這位負責人改變了做法。他看見不戴安全帽的工人，首先詢問是不是安全帽戴起來不舒服，然後耐心解釋安全帽是為了保護他們的生命安全的。他發現這樣做的結果是戴安全帽的人多了。

另外一個例子是一位名叫鮑勃·胡佛的飛行員，鮑勃的工作是試飛戰鬥機。有一次他駕駛的飛機在天上出了重大故障，他冒險採取緊急降落措施，雖然機上三人勉強安全著陸，但是那架昂貴的戰機完全報廢。鮑勃是一位經驗豐富的試飛員，所以他分析飛機故障的最大可能，是機械師使用的燃料不對。下了飛機他做的第一件事就是檢查燃料，果然，機械師使用的燃料是錯誤的。年輕的機械師知道戰鬥機已經報廢，而且幾乎使三位飛行員喪生，為此生了病，見到鮑勃的時候淚流滿面。依我們的經歷，我們會猜想鮑勃一定是大發雷霆。結果，鮑勃不僅沒有批評機械師，而且一邊擁抱年輕的機械師，一邊告訴他說：「我堅信你永遠不會再犯同樣錯誤。為了證明我對你的信心，明天我要請你為我準備F-51型戰機。」我們完全可以想像年輕的機械師當時的心情和以後的工作質量。

有頭腦、有眼光的企業家知人善用。我們前面提到的與戴爾·卡耐基同姓的美國著名工業家、企業家、慈善家安德魯·卡耐基，在一九二一年為自己的美國鋼鐵公司雇用的高管，是現在赫赫有名的金融界巨頭查爾斯·施瓦布，年薪超過一百萬。在那個年代，每周收入五十美元就算是富人了。安德魯·卡耐基為什麼以那麼高的薪水僱用施瓦布呢？用施瓦布自己的話說，他自己對鋼鐵工業其實一無所知。他唯一的特長是懂得如何與人相處，懂得如何能使所有員工都感到自己是公司重要的一員，從而調動所有員工的主觀能動性和創造性。施瓦布說，他在世界很多地方結識了形形色色的各種人，他發現對所有人來說，表揚比批評更能使他們更加努力地工



作。他說，老闆們最常犯的錯誤，就是當員工做的事情令他們喜歡的時候，他們不發一詞，而當他們看到員工做的事情不如他們的意的時候，就大聲斥責。這種老闆不會是成功的老闆。即便是夫妻之間，也需要相互間的認可和讚嘆。

很多研究發現，妻子離開丈夫或者丈夫離開妻子，很普通的一個原因是得不到對方的認可和讚嘆。有一位參加卡耐基的培訓班的男學員講了這樣一個真實的故事。這位男學員的妻子參加了一個教會為女會友舉辦的有關如何提升自我的學習項目。根據這個學習項目布置的作業，這位妻子請他的丈夫提出六點建議，幫助她成為更理想的妻子。她的丈夫說：「讓我考慮一下，第二天早上我會答覆你。」這位丈夫在卡耐基的班上向同學們報告說，他本來可以給妻子列出不只六條建議，但是他想，人哪有十全十美的？所以第二天早上這位男士早早起床，為妻子訂購了六枝紅玫瑰，請店家送到家裡，並且附上一張字條說：「我想不出你需要改變的六個方面。我愛的就是現在的這個你。」當天這位男士下班回家時，看到妻子含淚在大門口等著他！

我覺得卡耐基講的不批評別人，不是出於明哲保身的考慮，而是基於對人性、社會經驗的深刻觀察，指出怎樣才是贏得朋友、影響他人的有效方法。我想用他的話為我們今天的讀書節目做結尾。卡耐基是這樣說的：「任何一個傻瓜都會批評、譴責、抱怨別人，但是只有擁有健全的人格，和懂得自我克制的人才能做到善解人意和原諒別人。」我希望自己能夠牢記卡耐基的這句話，學會由衷地欣賞他人，讚揚他人，鼓勵他人，成就他人，提升自己。🕒

二〇一一年四月四日於北京

本文轉載自《佛光法苑》第一七八期

