

ДЕЙЛ КАРНЕГИ

ПРАВИЛА ЖИЗНИ УСПЕШНЫХ ЛЮДЕЙ



ВДОХНОВЛЯЮЩАЯ ИСТОРИЯ
О ПОБЕДЕ НАД СОБОЙ



БОМБОРА
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва

УДК 159.923.2
ББК 88.52
К24

Dale Carnegie
How to Succeed in the World Today
Copyright © 2013 JMW Group Inc.

© JMW Group, Inc. Larchmont, New York
Rights licensed exclusively by JMW Group Inc., Larchmont, New York.

Карнеги, Дейл.
К24 Правила Жизни успешных людей. 21 вдохновляющая история о победе над собой / Дейл Карнеги ; [перевод с английского Е. Деревянко]. — Москва : Эксмо, 2025. — 256 с.

ISBN 978-5-04-121664-1

Мало кто знает, что Дейл Карнеги был ведущим радиопередачи. К нему на шоу приходили самые успешные и влиятельные люди Америки, которые рассказывали о своих карьерных взлетах и падениях, успехах и неудачах. Эти беседы легли в основу знаменитых Правил Жизни Дейла Карнеги. Они подскажут вам оптимальные бизнес-решения, вдохновят на достижение самых амбициозных целей, вселят уверенность и помогут справиться со страхом неудачи.

УДК 159.923.2
ББК 88.52

ISBN 978-5-04-121664-1

© Деревянко Е., перевод на русский язык, 2018
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025



Дейл Карнеги обладал уникальным даром пробуждать скрытые способности в людях. И по сей день он вдохновляет своих последователей на саморазвитие и сверхдостижения. Эта книга — сборник историй жизни успешных мужчин и женщин, рассказанных Дейлу Карнеги от первого лица. Со стороны может показаться, будто этим счастливицам живется легче, чем большинству из нас, но их истории не так просты. Вы увидите, как этим людям пришлось бороться с трудностями, преодолевать преграды, идти на жертвы и рисковать. Некоторые из героев книги ступили на дорогу, ведущую к поставленной цели, еще в юности, другие же смогли обрести себя лишь в зрелом возрасте.

Вы будете поражены, какие мощные изменения может вызвать эта книга в вашем мировоззрении. Одно слово способно полностью преобразить жизнь, стать тем волшебным ключиком к счастью и процветанию, который Дейл Карнеги подарил тысячам людей.

ОГЛАВЛЕНИЕ



Вступление	9
------------------	---

Часть 1 **ДУМАЙТЕ О СЕБЕ ХОРОШО**

Глава 1. Будьте позитивны в мыслях и на деле	16
Глава 2. Дорога к счастью	22
Глава 3. Цените, что имеете	32
Глава 4. Представьте себя таким, каким вы хотели бы стать	41

Часть 2 **РАЗВИВАЙТЕ КАЧЕСТВА УСПЕШНОГО ЧЕЛОВЕКА**

Глава 5. Учитесь понимать себя	50
Глава 6. Будьте готовы работать над собой	58
Глава 7. Поддерживайте здоровый дух в здоровом теле	64
Глава 8. Будьте уверены в себе	72
Глава 9. Развивайте настойчивость	79
Глава 10. Ищите возможности	92
Глава 11. Разумно используйте свое время	101

Часть 3
ПРАВИЛЬНО ВЗАИМОДЕЙСТВУЙТЕ

- Глава 12. Создавайте устойчивое впечатление о себе . . . 126
- Глава 13. Улыбайтесь: пятое правило успеха 139
- Глава 14. Развивайте победный настрой 143
- Глава 15. Демонстрируйте внимательность к людям . . . 167
- Глава 16. Думайте о других и давайте им то,
что они хотят 175
- Глава 17. Делитесь идеями 184
- Глава 18. Единственный способ победить в споре —
избежать его 192
- Глава 19. Установите хорошие отношения
с окружающими 204
- Глава 20. Прислушивайтесь: старайтесь видеть вещи
с точки зрения других 217
- Глава 21. Вселяйте уверенность в окружающих 227

ВСТУПЛЕНИЕ



История успеха Дейла Карнеги как нельзя лучше определяется одним из его Золотых Правил Успеха: «Внушайте людям огромное желание». Благодаря лишь этому умению пробуждать у каждого встречного искреннее стремление следовать его советам имя Дейла Карнеги стало синонимом понятия самосовершенствования для американцев. Особенно в трудное время Великой депрессии. С тех пор труды Карнеги изменили к лучшему жизнь бесчисленного количества людей во всем мире, и сегодня его уроки остаются основой множества успешных программ личного совершенствования.

Еще в юном возрасте Карнеги открыл в себе дар мастера публичных выступлений и использовал его для построения своей успешной карьеры в качестве мотивирующего и вдохновляющего оратора¹.

¹ Информация о жизни Дейла Карнеги почерпнута из статьи о нем на веб-сайте The Biography Channel (<http://www.biography.com/people/dale-carnegie-9238769>) и из заметки «Умер писатель Дейл Карнеги» на сайте газеты The New York Times (www.nytimes.com/learning/general/onthisday/bday/html)

Родившийся в 1881 году в обедневшей фермерской семье из Мэривилла (штат Миссури), Карнеги мог рассчитывать только на себя. Чувствуя в себе способность удерживать внимание аудитории, он обратился к ораторскому искусству. Молодого Дейла вдохновили выступления популярных лекторов и эстрадных артистов, проезжавших через его городок, и он вступил в школьный дискуссионный кружок, чтобы оттачивать навыки убеждения.

После школы Карнеги поступил в педагогический колледж. В то время будущий мэтр саморазвития был очень беден. Рассказывают, что он упражнялся в ораторском искусстве верхом на лошади по пути на занятия и обратно. Окончив колледж в 1908 году, он в течение нескольких лет занимался торговлей, а затем, скопив немного денег, отправился в Нью-Йорк, чтобы стать актером. Однако придя к выводу, что сцена не для него, Карнеги пошел в армию и во время Первой мировой войны служил в форте на Лонг-Айленде.

Карьера Карнеги в качестве наставника началась спустя примерно четыре года после окончания колледжа. Опираясь на свои ораторские навыки, он организовал вечерние курсы публичных выступлений при YMCA («Христианская ассоциация молодых людей»). Курсы имели большой успех: их слушатели обучались не только ораторскому мастерству, но и умению производить благоприятное впечатление на окружающих, а также приобретению уверенности, необходимой деловому человеку. «Путь к успеху» стал поистине таковым и для самого Карнеги, который спустя всего два года после начала своей

преподавательской деятельности смог основать Институт Дейла Карнеги.

Первая книга Карнеги «Публичные выступления и способ убеждать деловых людей» увидела свет в 1913 году. По мере расширения круга общения он все больше и больше убеждался, что профессиональный успех определяется не образованием, опытом или техническими навыками, а умением эффективно общаться. В своих лекциях и уроках он решил сфокусироваться на развитии навыков коммуникации, особенно в работе. Он задумал написать учебник для своих студентов и посвятил несколько лет исследованиям, глубоко вникая в особенности жизни и работы бизнес-лидеров. Итогом стала его книга «Как приобретать друзей и оказывать влияние на людей», опубликованная им в 1936 году и мгновенно получившая статус бестселлера. На сегодня в мире продано примерно пятнадцать миллионов экземпляров на двадцати девяти языках.

Нет ничего удивительного в том, что после публикации книги идеи Карнеги получили широкое распространение. Вскоре после ее выхода из печати Карнеги начал вести очень популярную радиопередачу. Он был большим любителем историй успеха и часто спрашивал своих гостей в прямом эфире о том, как его рекомендации помогают процветанию их бизнеса.

Институт Дейла Карнеги успешно развивался: при жизни самого Карнеги занятия по его программе велись в 75 городах Соединенных Штатов и в 15 зарубежных странах. Спустя примерно десять лет после публикации

книги «Как приобретать друзей и оказывать влияние на людей» Карнеги выпустил свою следующую книгу, «Как перестать беспокоиться и начать жить», ставшую не менее популярной.

Хотя произведения Карнеги никогда не исчезали с полок книжных магазинов, содержание этой книги составляют в основном фрагменты его еженедельных радиопередач, которые можно считать вновь обретенным источником знаний об учении Карнеги. Благодаря общению с реальными людьми появляется понимание, как на практике применять принципы и правила великого мастера деловых коммуникаций.

Дейл Карнеги разговаривал со многими людьми о достижении успеха в социальном и профессиональном плане. Большая часть предлагаемого вашему вниманию материала представляет собой прямые цитаты из его высказываний и бесед с гостями радиопередач. Мы не стали адаптировать их к сегодняшним реалиям. Читатель обратит внимание на старомодные обороты речи и на то, что некоторые из описываемых ситуаций сегодня были бы попросту невозможны. Но, хотя мы больше не упоминаем «Большую Берту»¹, желая подчеркнуть огромные размеры чего-либо, не покупаем содовую в ларьках и не перевозим уголь на лошадях в шахтах под землей, мы по-прежнему желаем жить счастливой, насыщенной и успешной жизнью. Ключи к счастью и успеху остались такими же, ка-

¹ Огромная немецкая пушка времен Первой мировой войны.
(Прим. ред.)

кими они были еще семьдесят пять лет назад, когда Дейл Карнеги начинал приобретать всеамериканскую известность.

Чтобы придать советам г-на Карнеги логическую последовательность, книга разделена на три части. В первой части читатель получает рекомендации по развитию позитивного взгляда на себя и свою жизнь. Выстроив фундамент в виде позитивного мировоззрения, во второй части книги читатель получит советы по укреплению таких положительных качеств, как объективное самовосприятие и уверенность в собственных силах. В третьей части представлены рекомендации, как плодотворно и эффективно взаимодействовать с другими людьми, благодаря которым Дейл Карнеги и стал знаменит.

Пусть же этот сборник будет вам настолько же полезен, как и слова, произносимые г-ном Карнеги его слушателям много лет назад!

Часть

Думайте о себе хорошо

Жить счастливо и успешно может любой человек, вне зависимости от обстоятельств. Просыпаясь утром, каждый может радоваться, что его ждет прекрасный и воодушевляющий день. Возможно, это звучит глупо, однако это действительно так.

Как знаток психологии, Дейл Карнеги понимал, что наши отношения с окружающими людьми определяются в первую очередь тем, как мы относимся к самим себе. Как бы просто это ни звучало, но позитивный настрой является первым шагом к достижению счастья, и одновременно определяет, какими мы представляемся другим людям и выглядим в их глазах. В первой части книги Дейл Карнеги делится своими взглядами на **позитивное самовосприятие**. Карнеги знал: если мы принимаем себя такими, какие мы есть, и знаем, кем мы можем стать, то мы сможем прожить ту жизнь, которую пожелаем.

ГЛАВА 1



БУДЬТЕ ПОЗИТИВНЫ В МЫСЛЯХ И НА ДЕЛЕ

Способность к позитивному мышлению оказывает огромное воздействие на жизнь человека. Эта идея не нова. Ее выдвигали очень многие: от Шекспира до Нормана Винсента Пила и Ронды Берн. Это также одно из фундаментальных представлений буддизма. Контроль над процессом мышления лежит в основе буддийских религиозных практик. «Сознание — все. Ты становишься тем, что ты думаешь».

Мы склонны сомневаться в том, что сила разума способна определять нашу жизнь. Нам хотелось бы относить свои успехи или счастье на счет обстоятельств: «У меня были плохие учителя, и я так и не начал хорошо читать», «Мой отец бил меня, и я не знал ничего, кроме страха и злобы». Трудные ситуации случаются, но наш повседневный опыт определяется реакциями на них. Если подумать: «Я очень восприимчив к знаниям и смогу освоить экономику» или «Я уверенный в себе, обаятельный человек», то можно действительно достичь невероятных успехов или обрести уверенность.

Дейл Карнеги понимал способность людей изменять отношение к себе, как следует из такого отрывка его радиопередачи:

Карнеги: Пожалуй, именно страх служит для многих людей самым непреодолимым из жизненных препятствий. Мы продолжаем получать множество писем с просьбами рассказать, как можно победить страх, стать уверенным в себе и обрести смелость, что так нужно в решении любых других проблем.

Например, я получил душераздирающее письмо от двух девушек, которых постоянно терзает и угнетает страх. Сегодня вечером я пригласил этих девушек к нам в студию, чтобы поговорить, как они, вы, или кто угодно еще можете стать смелыми.

Их зовут Милдред и Рут Дифенбах, они двойняшки. Они одинаково выглядят, одинаково одеты и одинаково мыслят. По профессии они модельеры и вот уже восемь лет как еле-еле сводят концы с концами из-за постоянно сопутствующих им несчастий.

Скажите мне, пожалуйста, вас всегда мучил страх? Не стоит нервничать — можно просто прочитать подготовленный заранее ответ.

Милдред: Меня так замучил страх, что несколько лет назад я испытала нервное расстройство. Еще детьми мы боялись других людей.

Рут: Я думаю, что это врожденное, мистер Карнеги.

Карнеги: Многие люди думают, будто их страх — врожденное чувство. Но психологические эксперименты