

20世纪最伟大的心灵导师
唤醒迷茫者的斗志 鼓舞进取者的信心

撷取卡耐基著作精萃 汇聚卡耐基思想精华

向卡耐基学习

家庭幸福的秘诀

LEARN FROM MR.DALE CARNEGIE

曾强 编著

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

大众文艺出版社

20世纪最伟大的心灵导师
唤醒迷茫者的斗志 鼓舞进取者的信心

撷取卡耐基著作精萃 汇聚卡耐基思想精华

向卡耐基学习

家庭幸福的秘诀

LEARN FROM MR DALE CARNEGIE

曾强 编著

大众文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭幸福的秘诀/曾强编著. —北京: 大众文艺出版社,
2009. 10

(向卡耐基学习)

ISBN 978-7-80094-120-7

I. 家… II. 曾… III. 家庭生活-通俗读物 IV.
C913. 11-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第191969号

书 名 向卡耐基学习: 家庭幸福的秘诀

编 著 曾强

责任编辑 陶然

出版发行 大众文艺出版社 发行部电话 84040746

地 址 北京市东城区交道口菊儿胡同7号 邮编 100009

经 销 新华书店

印 刷 北京嘉业印刷厂

开 本 787×1092毫米 1/16

印 张 15

字 数 150千

版 次 2009年11月第1版 2009年11月第1次印刷

定 价 29.80元

前言

戴尔·卡耐基 (Dale Carnegie), 生于 1888 年, 卒于 1955 年, 美国著名的心理学家和人际关系学家, 被誉为 20 世纪最伟大的心灵导师和最伟大的成功学大师。

卡耐基一生致力于人性和人生问题的探索, 他创造性地运用心理学、社会学等专业知识, 针对人类共同的心理特点和生活模式, 从心理健康和发展、追求事业成功、完善人际关系、改善口才和演说技巧等多个方面发展出一套独特的成人教育模式, 并出版了《沟通的艺术》、《人性的弱点》、《人性的优点》、《美好的人生》、《快乐的人生》、《伟大的人物》、《友谊的秘密》和《人性的光辉》、《卡耐基人际关系学》等著名著作。这些作品出版后被译成多种文字, 风靡全球。近一个世纪以来, 数以亿计的人从卡耐基的教育中获益。人类社会进入 21 世纪以后, 卡耐基的思想和方法不仅不显过时, 反而更加受到重视和推崇。

为了使广大读者更好地了解卡耐基思想和教育方式的精华, 并能更好地运用卡耐基的实战训练方法, 我们以全新的视角和手法, 选取了卡耐基著作中的核心内容加以编排整理, 按照新世纪读者现实生活中的需要编辑了这套“向卡耐基学习”丛书。丛书八册的主题分别为人生智慧锦囊、掌握成功之道、与人完美相处、人际沟通的艺术、拥有健康心灵、演讲口才的技巧、享受快乐人

生和家庭幸福的秘诀。

本丛书在编辑过程中参考了国内外大量卡耐基研究著作和翻译作品，谨在此向原作者致谢。书中错漏之处希望广大读者赐教指正，以便再版时及时修订。

编者

2009年10月8日

目 录

1. 真诚地赞美你的爱人	1
2. 切勿喋喋不休	5
3. 不要改变你的伴侣	13
4. 将批评赶出家门	17
5. 家庭内部也应有礼	23
6. 不要做婚姻的文盲	27
7. 注重生活中的小事	31
8. 善于倾听很重要	35
9. 与他相处的秘诀	43
10. 与她相处的秘诀	55
11. 懂得婚姻之道	69
12. 最笨的女人才强迫对方	75
13. 给他一顶高帽子，并让他努力达标	81
14. 在必要时付出你的关怀和帮助	89
15. 鼓励他从事合适的职业	97
16. 切忌直截了当地指出他的错误	105
17. 帮丈夫确定目标	111

18. 夫妻间的职业冲突	119
19. 妇唱夫随，共同追求新目标	127
20. 付出和接受成熟的爱	131
21. 爱是一种最好的粮食	139
22. 让丈夫静心工作	145
23. 怎样做合格的丈夫或妻子	153
24. 努力创造一个幸福舒适的港湾	155
25. 对婚姻的忠告	161
26. 爱与被爱	165
27. 说出你的甜言蜜语	169
28. 鼓励他不断学习	171
29. 对丈夫的身体健康负责	177
30. 创造一个舒适的港湾	185
31. 共同迎接挑战	191
32. 回家，把工作关在门外	201
33. 如何做一个称职的父亲	207
34. 学会家庭理财这一课	219
35. 教育子女责无旁贷	227

1. 真诚地赞美你的爱人

洛杉矶家庭关系研究所所长保罗·鲍比罗曾说过这样的话：“大多数男子在寻找对象的时候，不是找一位能干的高级职员，而是想找一位既迷人，又可以满足他的虚荣心，并使他感觉超人一等的人。所以，某位公司或机构的女主管可能会有人来邀请她吃饭，但也只有一次。她很可能把她上大学所学的《现代哲学主要思潮》拿出来作为话题，甚至还要坚持付自己那份餐费。可是结果呢？从此以后，她就只能一个人吃饭了。相反，那些没有上过大学的打字员小姐却大不相同。当她被人邀请共进午餐的时候，她会用热情的眼光注视着她身边的男子，话语中带着无限深情：‘能不能把你的情况多告诉我一些？’结果这个男人会告诉别人：‘她并不是很漂亮，但我从来都没有遇到比她更会说话的人。’”

对于女性在追求美丽方面所花的时间和心思，男人应该表示赞赏。所有的男人常常会忘记，尽管他们也知道这点，女人非常在意自己的衣着打扮。例如，一个男人和一个女人在大街上遇到另一个男人和一个女人时，这女人很少会注意对面那个男人，而

是通常会注意另一个女人的衣着服饰。

几年前，我的祖母在 98 岁高龄时离开了人世。就在她去世前不久，我们把一张她在 13 世纪以前所照的照片给她看。尽管她的眼神已经不太好，看不清楚照片，但她问的唯一的的问题是：“我那时候穿的什么衣服？”

请想想！一位风烛残年的老太太，久病在床，年事已高，近一个世纪的时光将她的一切精力几乎耗尽，记忆力甚至衰退到连自己的女儿也认不出来，可是还想知道她在 30 多年前穿的是什么衣服！她问这个问题的时候，我正好在她的病榻旁边。这件事给我留下了难以磨灭的深刻印象。

本书的男性读者，不会记得在 5 年前穿的是什么衣服，而且他们也根本没有心思去记这些事。但是对于女人来说，可就不同了，男人应该注意这一点。

在我的剪报中，有一个故事。尽管我知道这件事从来都没有发生过，但它却说明了一个道理，因此我想把它再重复一次：

一个农村妇女，有一次，在干了一天辛苦的工作之后，在男人们面前放了一大堆草。当这些男人生气地问她是否发疯时，她回答说：“哼！我怎么知道你们会注意到吃的是什么？我为你们这些男人做了 20 年的饭，可我从来都没有听到你们说过一句话，好让我知道你们吃的不是草。”

从前，莫斯科和圣彼得堡那些养尊处优的上层人物，在这方

面很有教养。在沙皇俄国时代，上层社会有一种习惯，就是当他们享受了一顿美味佳肴之后，一定会请来厨师，当面褒奖他们。

为什么不这样对待你的妻子呢？下次，当鸡排脆嫩可口时，就要这样告诉她，非常欣赏你的手艺。或者，正如得克萨斯·吉恩说的：“大大地夸奖那个小女人。”

如果你想这样做的话，就不妨让她知道，她对于你的幸福和快乐是何等的重要。狄斯累利是英国最伟大的政治家，但是正如刚才我所介绍的，即使面对全世界的人，他也会毫不害羞地承认“非常感激那位小女人”。

有一天，我在看一本杂志时，看到一段采访艾迪·康德的文字：“我从我妻子那里得到了许多帮助，”艾迪·康德说，“比从世界上任何其他人那里得到的都要多。在我年轻的时候，她是我最好的朋友，帮助我向前努力进取。我们结婚之后，她省下每一个美元，拿去投资、再投资。她为我积累了一大笔资产。我们有5个可爱的孩子，她为我建造了一个温暖舒适的家。如果说我有所成就的话，全都归功于她。”

在好莱坞，婚姻就是一件冒险的事，即使伦敦的路易保险公司也不敢承接其保险。但是华纳·巴斯特的婚姻，却是少数几个特别幸福的婚姻中的一个。

巴斯特夫人婚前的名字是威尼费·布莱逊，她放弃了正大红大紫的艺术表演生涯，和巴斯特结了婚。但是，她从来不以她的

这种牺牲来破坏他们的婚姻幸福。“她失去了在舞台上成功表演的机会，”华纳·巴斯特说，“但我已经尽了自己最大的努力，使她知道我对她的赞赏，并由此得到满足。如果一个女人要从她丈夫那里得到幸福和快乐，那一定要出自他的真心赞赏和真诚热爱。如果这种赞赏和热爱都是发自内心的，那么他也会从中得到爱与幸福。”

明白了吗？因此，如果男性想要获得幸福的婚姻家庭生活，使你的家庭保持快乐，就请记住下面的法则：真诚地赞美你的爱人。

2. 切勿喋喋不休

你不能用枪顶着一个男人，当然，你也不能用唠叨的话来套住他。那样做，只会破坏他和你的感情，毁灭你自己的婚姻幸福。

为了破坏爱情，在魔鬼发明的所有恶毒办法中，唠叨是最厉害的。它给婚姻生活带来的，除了悲剧，什么都没有。

即使贵为一国皇后，或者即使是全世界最美丽的女人，如果整天对自己的丈夫心生嫉妒和喋喋不休，那么尊贵和美丽都不能维持爱情。

男人离弃家庭的一个重要原因，就是因为他们的妻子喜欢唠叨不停。这种唠叨，正是在慢慢地挖掘她们婚姻的坟墓。

75年前，法国的拿破仑三世，也即拿破仑皇帝的侄子，爱上了全世界最美貌的女人尤琴·德伯女伯爵，并和她结了婚。他的顾问指出，她不过是一位地位并不显赫的西班牙伯爵之女，但拿破仑三世反驳说：“这又有什么关系？”她的高雅、青春及迷人的美貌完全征服了他，他甚至在一篇皇家公告中宣称，即使全国人

反对,他也绝不后悔。“我已经爱上了一位我所敬重的女士,”他说,“我从未见过她这样的女士。”

拿破仑三世和他新婚的妻子拥有健康、财富、势力、名声、美丽、爱情和敬仰,所有这一切都完全符合浪漫的情调。婚姻的圣火在人世间从来没有燃烧得如此的炽热;然而,这婚姻的“圣火”很快就摇曳不定、奄奄一息了,而且热度也有所下降,终于只剩下灰烬。尽管拿破仑三世可以让尤琴当上皇后,而且加上他全身心的爱和全法国的财富,以及他的皇帝的权威,都无法阻止这个女人的唠叨和挑剔。

由于嫉妒和猜疑,尤琴根本无视拿破仑三世的命令,甚至不许他有一点个人隐私。有时正当他在处理国务时,她会冲进他的办公室;当他正讨论重要事务时,她也会进来干扰。她担心如果让他一个人独处,他会和别的女人鬼混。

她经常去她姐姐那里,埋怨自己的丈夫如何不好。每次她总会唠唠叨叨,又哭又闹,还会说些威吓性的话。她还会强行冲进丈夫的书房,大发雷霆,不顾一切地辱骂丈夫。拿破仑三世虽然贵为法国皇帝,拥有无数财富,却没有一处安身之地。

尤琴这样做的结果是什么呢?

下面就是答案。我就引用莱哈德的巨著《拿破仑三世与尤琴:一个帝国的悲喜剧》来说吧:“从此以后,拿破仑三世经常在三更半夜,在一个亲信的陪伴之下,从一个小侧门悄悄地溜出去,头上戴着个小软帽,遮住双眼,真的去找一位正在等他的美貌女士。

或者是去游览巴黎这座古老的城市，欣赏神仙故事中的皇帝也见不到的街道美景，呼吸本来应该拥有自由的空气。”这就是尤琴经常发牢骚所得到的结果。

不错，她是坐在法国皇后的宝座上，她也是确是全世界最美丽的女人，但在她的嫉妒和喋喋不休中，美丽和尊贵都不能维持爱情。尤琴失声痛哭，说：“我最害怕的事情终于发生了。”这种事降临到她身上了吗？这是她自找的。这个可怜的女人，这一切都起源于她的嫉妒和喋喋不休。

地狱中的魔鬼破坏爱情的所有恶毒手段中，最厉害的要算唠叨了。这种方法总是会得逞，它就像眼镜蛇毒一样，总是具有毁灭性，置人于死地。

托尔斯泰伯爵的妻子也发现了这点，但可惜太晚了。她在临死前向女儿们坦承：“你们的父亲是因我而死的。”她的女儿们没有回答，全都失声痛哭，她们清楚母亲是在说实话。她们知道，正是她用那没完没了的埋怨、批评以及唠叨，才使丈夫走向死亡的。

然而，照常理来说，托尔斯泰伯爵及其夫人，本应该是幸福美满的一对。托尔斯泰是世界上最著名的小说家之一，他的两部巨著《战争与和平》、《安娜·卡列尼娜》，将在世界文学中永放光芒。

由于托尔斯泰是如此的出名，以至于他的崇拜者整天追随在他的左右，用速记将他所说的每一个字记下来。哪怕他只是说“我想我要上床睡觉了”这样的日常碎语，也都会被逐字记录下来。现在，俄国政府正计划印行他所写的每一句话，这些东西合计有

100卷之多。

除了名声之外，托尔斯泰和他的夫人还拥有财产、社会地位及孩子。可以说天底下没有比这更美好的婚姻了。起初，他们的幸福似乎完美至极，也甜蜜至极，他们相信一定会白头到老。所以他们甚至一同跪拜在地，祈祷万能的上帝永远将这种幸福赐予他们。

然而，不幸的怪事发生了。托尔斯泰慢慢地变了个人，几乎完全不同与以前的他了。他对自己所写的鸿篇巨著感到羞耻，并从那时开始专心写作宣传和小册子，来宣传废除战争与贫穷的思想。

曾经承认在年轻时犯过各种罪恶，甚至包括谋杀的人，想要真正遵奉耶稣的教导。他把自己所有的财产都送给了别人，自己则过着清贫的生活。他在田里耕作，砍柴堆草。他自己动手做鞋子，打扫房间，用木制的碗吃饭，并尽量去爱他的敌人。

托尔斯泰的一生是个悲剧，其根源正在于他的婚姻。

托尔斯泰的夫人喜欢奢华，而他对此却不屑一顾。她渴望名声和社会的赞誉，但对他而言这些虚浮之物毫无意义。她渴求金钱与财富，而他认为财富及私卢是罪恶的东西。多年以来，由于他坚持放弃作品的出版权，不收任何版税地送给别人，因此她一直责骂他，吵闹不休。她希望得到这些著作所能赚到的钱。当他对此加以反对时，她就歇斯底里地在地上打滚，拿着一瓶鸦片，发誓要自杀，并威胁他要跳井。

在他们的生活中，有一幕我认为是历史上最凄惨的场面：我

已经说过，他们结婚之初非常幸福；但 48 年过后，他一看到她就不舒服：有一天晚上，这位年老色衰的女人渴望得到丈夫的爱情，就跪在他的面前，请求他为她大声朗读 50 年前他写给她的日记，这份日记饱含了深情厚意。当他读完那早已一去不复返的美丽而愉快的往事时，两个人都哭了；生活的现实和他们许久以前所拥有的浪漫梦想简直天差地别！

最后，当托尔斯泰 82 岁时，他再也忍受不了家庭的悲惨和不快，就在 1910 年 10 月的大雪之夜中，逃离了他的夫人，闯进了寒冷的黑夜，不知去向。11 天之后，托尔斯泰因肺炎而在一个火车站死去。他临死的要求，竟然是不让她来到他的身边！

这就是托尔斯泰伯爵夫人喋喋不休、抱怨及疯狂所得到的结果。你也许会认为她的唠叨是应该的，但这并不是我所讨论的要点。问题在于，她的唠叨对自己有什么好处？是不是把事情弄得更糟了呢？

“我想我真的是神经错乱了。”这是托尔斯泰伯爵夫人对那段经历的看法，但可惜已经太晚了。

林肯一生中最大的悲剧，也是他的婚姻。请注意，不是他的被刺，而是他的婚姻。杀手布司朝他开枪之后，林肯就昏迷过去，不省人事，而且也不知道自己遇刺了。在婚后 23 年来的每一个白天和黑夜，林肯是什么处境呢，正像律师事务所同事赫恩所说的，是“婚姻不幸的苦果”。其实：说“婚姻不幸”还是过于轻描淡写了，因为林肯的夫人这 20 多年来一直在对他喋喋不休，让他难得安宁。

林肯夫人总是抱怨一切，总是批评自己的丈夫，认为他的一切都是不对的：他佝背缩肩、走路难看，抬脚放步简直呆板得像个印第安人。她数落他走路没有弹性，姿势不优雅。她会模仿他走路的样子来讥笑他，并纠正他走路时应先将脚尖着地，就像她从克莱星顿市孟德尔夫人的寄宿学校学到的那样。她还不喜欢他那两只大耳朵和他的头长成直角的模样；甚至告诉他，说他的鼻子不直，嘴唇前突，而且外表看上去像个痨病鬼，手和脚太大，而头却又太小，等等。

林肯和他的夫人几乎在每个方面都完全相反，教育、背景、出身、性格、爱好以及思想观念上，全都是相反的。他们常常会厌恨对方。

“林肯夫人那高而尖锐的声音，”当代最著名的林肯研究权威专家、已故参议员阿尔伯特·贝弗里奇写道，“在街的对面对面都能听得见。她怒气最盛时的不断责骂声，所有邻居家都能听到。而且她的暴怒常常不只是通过言语来表达，她发泄暴怒的方式真是太多了，难以一一道清。”

举例来说吧。林肯夫妇结婚不久，和欧莉夫人住在一起，欧莉夫人是斯普林菲尔德地区一个医生的遗孀，由于生活所迫而不得不出租房屋为生。

一天早上，林肯夫妇正在吃早餐时，由于林肯可能做错了某件事，立即使他夫人暴跳如雷。究竟这是为什么，现在已经没人记得了。只见林肯夫人在盛怒之下，将一杯热咖啡泼到了丈夫脸上，