

/ 告别依赖与不安，成为骄傲的自己，带来由内而外的美丽 /

独立才是女人 最大的魅力

[美] 戴尔·卡耐基 著 高美 编译

有一种女人，只有魅力没有年龄

怕苦，怕累，怕当黄脸婆……

不独立你就会怕一辈子

女人们不要空想着等男人给你带来金钱、幸福和关爱

投资自己才能让你永不失魅力

戴尔·卡耐基说：

“我所有作品中，没有一本能超越她。”

12种技巧，35点提示
好读，好学，好提升

让你从
女人到女神

*How to
become an independent
woman*

中国出版集团

现代出版社



独立人 最大的魅力

〔美〕戴尔·卡耐基 著 高美 编译

图书在版编目 (C I P) 数据

独立才是女人最大的魅力 / (美) 卡耐基著 ; 高美
编译. -- 北京 : 现代出版社, 2014.11
ISBN 978-7-5143-3125-7

I. ①独… II. ①卡… ②高… III. ①女性 - 成功
心理 - 通俗读物 IV. ① B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 270965 号

独立才是女人最大的魅力

作 者 (美) 卡耐基
译 者 高 美
责任编辑 陈世忠
出版发行 现代出版社
地 址 北京市安定门外安华里 504 号
邮政编码 100011
电 话 010-64267325 010-64245264 (兼传真)
网 址 www.1980xd.com
电子信箱 xiandai@cnpitc.com.cn
印 刷 东莞市信誉印刷有限公司
开 本 787mm × 1092mm 1 / 16
印 张 15
版 次 2015 年 2 月第 1 版 2015 年 2 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5143-3125-7
定 价 29.80 元
版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载

 EVERIGHT BOOK 永正图书





什么样的女人有魅力

每一个女人都可以是一道独特的风景线，让世界变得更加精彩。

女人最怕的是什么呢？是对自己命运的投降。觉得自己的青春大好年华已随着时光流逝了，一起流逝掉的还有自己的自信，认为自己失去了青春就等于失去了一切，不可能再有什么大的作为。这类女人往往是人未老心已经衰老了，这在气势上就已经输给了男人一大半。在这个竞争激烈的时代，这种消极懈怠的情绪是不可取的。

不管你外表条件如何，不管你家境如何，都要牢牢地记住，必须有自己独立的工作和经济来源，也许你并不缺钱，但一份事业，带给你的不止是钱，更是独立的人格，爱情是把心交给别人掌握，而事业才是牢牢掌控自己的人生，不要做附属品。

举个小例子，如果你把一块烧得通红的铁块，掉进冷水里，水就会“嗞”的一声，沸腾了，一缕缕白气向空中飘去……这说明热铁遇到冷水，两者展开了较量——水想使铁冷却，铁却想使水沸腾。现实也是如此，生活好比冷水，我们就是那热铁，如果我们不

想被冷却，就得让水沸腾。

独立让女人用自己的技能养活自己，让女人用自己的技能证实自己无论对家还是对社会都不是多余的。男人喜欢贤惠的女人，但并不代表喜欢保姆型的女人。生活中有很多女人放下自己的个性和追求，封闭了自己的智慧和成长，把自己永远固定在了保姆的角色里，结果却丢失了自己。女人若是丢失了自己，还有什么魅力可言？

维吉尼亚·斯代尔的《自我宣言》中有这么一段话：“无论是事业，还是爱情上遇到多么大的挫折，都应先从自爱做起，不再迷茫，不再自卑；让自信的闸门阻挡住伤痛的泪水，在自爱的港湾里重整新的希望；从对自己的认识中，树立自尊、自信。以这种最基本的人生态度，去体验人生的价值，生命的真谛。我们有时也许会做得不好，甚至很难做到。没关系，只要我们愿意去尝试，不断地学习自爱，鼓励自己做个独一无二的自己，这样你的生命旅程会逐渐完美、充实……”

台湾名人李敖曾把女人爱美归纳了三个境界：第一个境界是化出来的美，没事常跑美容院；第二个境界是吃睡出来的美，改善饮食，保证睡眠；第三个境界是学出来的美，多读书，多积累知识，让美从内心里渗透出来。不难看出，李敖关于女人爱美的三个境界是递进关系。一个女人不能只热衷于护肤和美容，却忽略了心灵的力量。女人要保持长久不衰的魅力只有多读书，读好书，不

断完善自己，提高自己的综合素养。爱读书的女人能及时整理自己纷繁的思绪，能理智地处理人生遇到的难题，也能不断提高自己的内涵。

阅读本书，你将开始一段伟大的改变，这是一段最终实现你所期待并且该得到的幸福的改变。作为一个女人，你值得拥有好的一切！加油！

百合花



Chapter 01

独立才是女人最大的魅力

并非强势的咄咄逼人而是充满韧性	/ 02
不怕千万人阻挡，只怕自己投降	/ 07
放下任性与脾气，真正学会在现实中生存下去	/ 12
不要太低调了，有时要强悍一点	/ 17
宁可笑着累，也不要哭着享受	/ 22
真正的强者是含着眼泪依然奔跑的人	/ 27

Chapter 02

必须狠一次，否则你永远也活不出自己

世间的一切我们只有使用权而非永久拥有权	/ 32
如果你只是等待，发生的事情只会是你变老了	/ 37
如果不开心了，就找一个角落或者在被子里哭一下	/ 42
现在不玩命，将来命玩你	/ 47
一味走别人的路，必将堵死自己的路	/ 51
每个女孩都有自己的了不起	/ 56

Chapter 03

忍不了痛苦，就见不到幸福

- 生活不再允许我们有太多的小情绪流露出来 / 62
- 越坚强的女人越有一股让人尊敬与心疼的魅力 / 68
- 生命中越珍贵的东西越爱迟到 / 73
- 放轻松，生活有进有退 / 78

Chapter 04

有人感激过你的善良吗，貌似他们只会得寸进尺

- 不公平的事，往往在我们最在乎的事物面前 / 84
- 不要奢望别人在你需要的时候，第一时间站出来 / 91
- 只有回不去的，没有过不去的 / 96
- 小人之见，让他们去好了，怜悯会使你高贵 / 101
- 你只需要讨好你自己 / 106

Chapter 05

要有强大的内心才能处事不惊，临危不乱

- 人生中的伤害和挫折并不可怕，重要的是化解痛苦 / 114
- 只要有希望在，就不要抱怨上天的吝啬 / 119
- 有时候限制我们的不是他人的言行，而是我们的内心 / 126
- 每一个你不满意的现在，都有一个不够努力的曾经 / 131
- 永远不要跟别人比幸运 / 136

Chapter 06

每个人都会改变的，每时每刻都会改变

- 为了批评世界及指正他人，才会筋疲力尽 / 144
- 就算没有人欣赏你，也要做最真实的自己 / 150
- 摔破的膝盖总要比破碎的心容易修补 / 155
- 仰望天空的同时，记得要好好看看你的脚下 / 159
- 不要着急，最好的总会在不经意间出现 / 163
- 有故事而不是世故的女人 / 168

Chapter 07

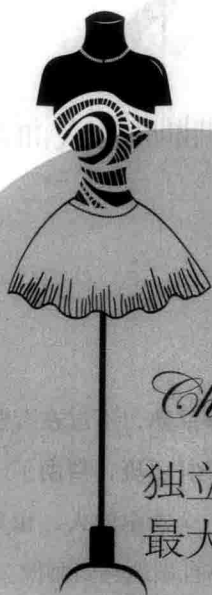
离开任何一个男人，都会活得很好

好的婚姻应提升自我而非消耗	/ 176
不要为难自己，比如不吃饭、哭泣、自闭、抑郁	/ 180
除了爱情，你要找到使你站立在大地上的东西	/ 185
有目标的人在奔跑，没目标的人在睡觉	/ 190
爱情的字典里没有扶贫	/ 194
相信自己，也为对方祝福	/ 198

Chapter 08

即使会很累，但出色就够了

人生两大快乐：一为拥有后细细品味，二为追求之中倍感充实	/ 204
人生的意义，不在于拿一手好牌，而是打一手好牌	/ 209
自信加自恋，告诉自己，你值得拥有最好的一切	/ 214
适当地秀一下自己，让平淡的日子亮起来	/ 219
从现在开始，为自己骄傲地活着	/ 223



Chapter 01

独立才是女人
最大的魅力



。并非是强势的咄咄逼人而是充满韧性 。

在我年轻的时候还不够成熟，不过在有些人眼中也算是小有成就，出版了几本书，开设了补习班，帮助了一些有需要的人。也有那么一阵子，我觉得我是一个能耐的人，也算是一个具有社会地位的人了，这么想着，总情不自禁地感到骄傲。

有一次，我受邀参加一场设在伦敦的晚宴。出席这场宴会的都是各地上流阶层的人，他们有将军，有学者，有政要，大多功成名就。

宴席中，我的右边坐了一位衣着考究的先生，虽然我不认识他是谁，但从他的话语间，我猜想他大概是一位很有名气的商人。这是一位健谈的先生，滔滔不绝地谈论着他对社会的看法，还有他所交往的那些人，接着这位先生讲了一个幽默的故事，引用了一句名言作为结尾，然后强调说，这句名言出自《圣经》。

这位先生的健谈令我生出了些敬佩，可最后这句话却让我忍不

住想要纠正：“哦，先生，我想这句话应该是出自莎士比亚，而不是《圣经》。”说这句话的时候，我几乎是脱口而出，根本没有考虑任何环境或结果。

没想到，我竟然激怒了这位先生，他提高了音调，嘲讽地回答道：“莎士比亚？我怎么不知道那个老头子什么时候说过这句话？绝对不可能，这就是出自《圣经》！”

这位先生的态度很倨傲，一瞬间激起了我的某种战斗欲，正好我的老朋友法兰克坐在我的左手边，他可是一位研究莎士比亚的专家，我毫不犹豫地把他拉下了水问道：“法兰克，你最有发言权，你来说说，这位先生引用的这句话到底是不是出自莎士比亚？”

这时候，我感觉法兰克在桌下狠狠地踢了我一脚，然后他微笑着说道：“戴尔，我想你记错了，这句话的确是出自《圣经》。”

那天宴席散场的时候，我和法兰克一起走回去，我愤愤不平地向他抱怨道：“法兰克，你说句实话，那句话分明就是……”

“没错，戴尔，那句话的确出自莎士比亚，《哈姆雷特》第二幕第三场。”

我甚至开始愤怒了，语气也变得有些咄咄逼人：“可你却去维护了一个陌生人，让我出丑？”

“亲爱的戴尔”，法兰克脸上充满了笑意，一点没有生气的意思，“你别忘了，我们只是晚宴上的客人，我们平平静静地用完晚餐，高兴地与主人道别就好了。为什么一定要因为某句话而把气氛

搞得很尴尬呢？你就算很强势，非要证明自己是对的，那证明了之后呢？你会得到什么，你也看到了，难道你认为那位先生会感激你吗？”

我突然有些明白了。法兰克接着说道：“他既没有问你的意见，也不需要你去回答，这原本就是佐餐的闲聊，你又何必咄咄逼人地当着这么多人的面指出他的错误呢？你知道真相，在这句话上，至少你永远不会出错，这样就够了啊。”

这件事情，让我受益匪浅，也让我今后的人生岁月记住了一个道理，我们无须强势地咄咄逼人，只需充满韧性即可。因为在很多时候，咄咄逼人的态势并不能为自己赢得主动，反而会陷入一种僵局，把事情搞得更糟糕。

而韧性则代表了另一种情况，即所谓的“外柔内刚”，内心坚韧，但表现出来的却是温和，用这样的方式与人相处或者谈论事情，更容易创造利好的局面。

我之所以要把我的亲身经历告诉女士们，并不是想让你们对那些明明错了的事情保持“充耳不闻”的中立态度，使自己变得麻木和淡漠，只关心与自己切身利益相关的事情，而忽略其他。我讲这个故事，真正想说明的，只是一种做人的态度，暴戾并不能代表内心是强悍的，而温婉也不能说明心灵是柔弱的，真正强大的内心，无须用外表的力量来表现。

我记得很多年前，我认识了一对姐妹，黛西和萝拉。她们生活

在一个并不幸福的家庭。她们的母亲早亡，父亲虽然没有再娶，但自己也无法完全投入地照顾这姐妹俩。坦白说吧，她们的父亲就是个酒鬼，把自己微薄的收入大部分都花在酒上，每每喝醉了，避免不了地会暴打孩子，要么是黛西，要么是萝拉，总不能幸免。

姐妹俩就在这样惊恐的环境中长大，却形成了截然不同的性格。姐姐黛西的脾气非常坏，简直和父亲一模一样，她从来都忍受不了任何人与她有不同意见，也从来不会在做决定之前“问问别人的意思”，黛西活在自己很自我的世界里，只要听见一点自己不喜欢的声音，就要暴躁地反驳，甚至恶语相向。

而妹妹萝拉则不一样，她看上去总是那么温和，那么友好，说话从不高声，而且面带微笑。

邻居们总会亲切地和萝拉打招呼、聊天、邀请萝拉参加一些家庭聚会什么的，但见到黛西的时候，没有谁愿意主动去触这个“定时炸弹”。

姐妹俩长大了，她们的父亲也老了，因为长期酗酒，父亲患上了肝癌，躺在医院里等待命运的最后宣判。

黛西几乎从来不去照顾父亲，她对于自己的童年经历一直耿耿于怀，她始终憎恶着父亲，不肯原谅。而萝拉呢，她衣不解带地待在父亲床前，照顾着这位病人膏肓的老人，直到他走完生命的最后一刻。

后来，萝拉通过自己的努力，成为了一名合格的护士，而姐姐

黛西，因为脾气太过暴躁，对什么事情都没有耐心，也不愿意正视自己的错误并且去改正，一直没有找到一份足以养活自己的工作，更可悲的是，她走上了她最讨厌的酗酒之路，像她的父亲一样，试图从酒精的麻痹中找到另一种宣泄。

我想，讲出黛西和萝拉的故事也许会让女士们感到不愉快，的确，这个世界上就是有那么一些人，他们明明可以走更好的路，却最终选择了一条糟糕无比的路，而他们则会将这种糟糕归结为“命运的安排”或者是“生活环境使然”。

然而，真的是这样吗？

上帝对每个人都是公平的，他即便不会为所有人安排好一模一样的路线，但他绝对会给出很多不同的选择。是的，不管是谁，都有得选择，即便生活在非常糟糕的环境中，也有走出这种环境的选择，关键看一个人对待生活的态度。

凡事咄咄逼人的黛西，一直用强势的态度来掩盖内心所受到的伤害，而她每一次的暴怒，每一次的不通情理，实际上都是在自己脆弱的心上又捅了一刀，她不愿意别人用善意帮助自己，也不会用善意来对待自己。

而充满韧性的萝拉最终过上的生活虽然不是荣华富贵的，但她很平静，也很幸福，她用自己的爱，包容了并不称职的父亲。她用自己的坚忍，战胜了生活的难题，这一切，都是她对自己人生交出的答卷。