

为女性缔造成熟之美、塑造气质之美、点燃魅力之灯、撷取幸福之花，提供了切实可行的人生指导和精神启迪



卡耐基夫人 写给女人的忠告

[美] 陶乐丝·卡耐基◎著

DOROTHY CARNEGIE

《写给女人的忠告》是陶乐丝的成名之作，自出版以后，连续30多年位居欧美女性最畅销读物排行榜前列，改变了亿万年轻女性的命运和生活。

世界上所有的女人都祈祷着自己的婚姻幸福、家庭美满——而且祈望着自己的丈夫获得事业的成功。

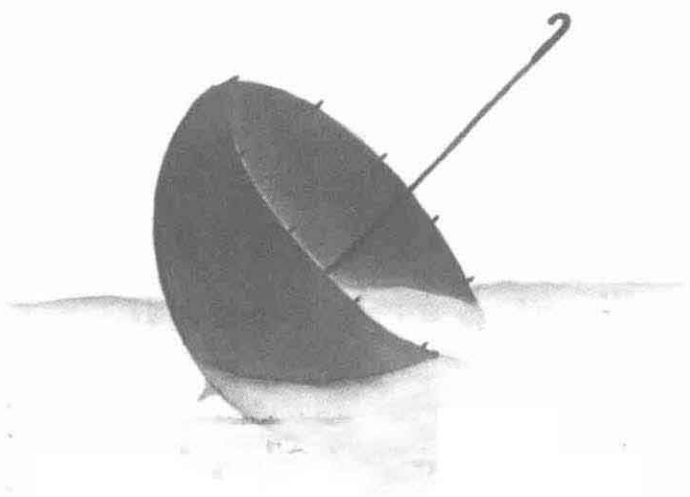
陕西师范大学出版社

卡耐基夫人 写给女人的忠告

[美] 陶乐丝·卡耐基◎著

梅子◎编译

DOROTHY CARNEGIE



陕西师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

写给女人的忠告 / (美) 卡耐基 (Carnegie, D.) 著;
梅子编译. —西安: 陕西师范大学出版社, 2010.3

ISBN 978-7-5613-5026-3

I. ①写… II. ①卡…②梅… III. ①女性-婚姻-通俗
读物②女性-修养-通俗读物
IV. ①C913.13-49②B825-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第023436号

图书代号: SK10N0039

写给女人的忠告

责任编辑: 周 宏

装帧设计: 开言神韵

出版发行: 陕西师范大学出版社

(西安市陕西师大120信箱 邮编 710062)

印 刷: 北京中达兴雅印刷有限公司

开 本: 787×1092 1/32

字 数: 220千字

印 张: 8.75

版 次: 2010年3月第1版

印 次: 2010年3月第1次印刷

ISBN 978-7-5613-5026-3

定 价: 25.80元

前 言

本书作者陶乐丝·卡耐基是世界著名励志大师戴尔·卡耐基的夫人，1944年与卡耐基结婚，并成为他的工作伴侣和事业继承人。

《写给女人的忠告》是陶乐丝·卡耐基根据她在卡耐基妇女讲习会多年工作的体会，专门写给妇女的生活教科书，是她根据卡耐基的哲学思想、教育方式和卡耐基著作的模式编写的属于她自己的专著，是卡耐基哲学思想、教育体系的有机组成部分。

她通过“做丈夫事业上的好帮手”、“给他额外的推动力”、“给丈夫一个甜蜜的家”、“你该怎么办”、“妻子最伟大的奉献”等几大部分，结合自己的人生经历和大量调查研究，以轻松、细腻的笔触为成长中的年轻女性在处理人际关系、演讲口才、交友、职场晋升以及家庭关系等方面提出了许多极具建设性的忠告，为新一代女孩提供了一种更轻松、更快捷地驾驭生活、享受生活的独特方式。

她还以大量的真实事例详细指出年轻女性在生活中容易犯的各种禁忌，这些忠告不仅能帮助年轻的女性以健康的方式安排自己的生活，而且对她们今后的事业、爱情、婚姻、社会交际，乃至一生的幸福都会有深刻影响。

世界上所有的女人都祈祷着自己的婚姻幸福、家庭美满——而且祈望着自己的丈夫获得事业的成功。

陶乐丝用自己的亲身经历告诉你，如果每一位欲为人妻、已为人妻的女人能按照她的方法去做，最终都能达到自己的愿望。这不是一种凭空的臆想，也不是一句诱惑人的广告，而是已经被无数的尝试过此法的人证明了的事实。

陶乐丝的作品告诉人们，任何女人，只要灵活、明智地运用这些方法，她就可以越过一切障碍，使自己的丈夫拥有一个美好的前程，并使自己拥有一个幸福、快乐、如意的人生。

在全球五大洲的50多个国家，陶乐丝与丈夫卡耐基一道帮助千百万人成就了更具活力、更高品质和更令人满意的生活，陶乐丝也因此而获得了大量的生动事例和独到的人生感悟，这一切都体现你手中的这一本书上。

本书以女性特有的视角，强调了女性魅力之源——人格发展与完善的要素。并从性格修炼、心态调适、职业魅力、风度品质及成熟之爱等方面铺陈展开。文章尽量用真人真事来印证所述观点，从细微处入手，展示偶然中的必然，使每一个人——无论是豪门千金，还是寒门之女都能感受到生活

的曙光。

陶乐丝和她的丈夫卡耐基一样，并没有解决宇宙中深奥的问题。但她源于常理的哲理思考和教育实践，却施惠于千百万人。这些哲理帮助人们学习处世的道理，帮助人们获得自尊、自信和勇气，帮助人们克服人性的弱点，发挥人性的优点，开发自身潜在智能，从而获得事业的成功和人生的快乐。

《写给女人的忠告》是陶乐丝的成名之作，自出版以后，连续30多年位居欧美女性最畅销读物排行榜前列，改变了亿万年轻女性的命运和生活。相信你的生活，也会因为捧读此书而变得绚丽多彩。



目 录

前 言	1
-----	---

第一章 做丈夫事业上的好帮手

做个“听话”的好太太	2
不要挑剔你的丈夫	8
当丈夫忠实的信徒	12
与他合作立下新的目标	17
使丈夫对工作产生热忱	20
提高“热心商数”的六种方法	26

第二章 给他额外的推动力

在必要时付出你的关怀和帮助	32
学会与他的女秘书亲密相处	39
鼓励丈夫做学生	43
帮助丈夫对付意外的事情	51

目 录

第三章 给丈夫一个甜蜜的家

只是一个家庭主妇	56
真高兴回到家里	59
绝不浪费时间	66
掺了智慧的家庭烹调	73
她是多么温柔可爱	78
好妻子的十条原则	83
亲昵爱人枕边书	96
分享他的嗜好	110
让他单独享受一种嗜好	114
培养属于自己的嗜好	119

第四章 你该怎么办

快快乐乐地搬家	124
不要被丈夫遗落在背后	129
做个好妻子是一生的职业	137
丈夫工作过量时要怎么办	140
如何适应不平凡的丈夫	144
丈夫在家里工作的时候	148
为什么男人会离家	152
无效的干预	160
自杀和野心有关	164
当机会来到你面前	170




第五章 妻子最伟大的奉献

在丈夫的收入范围内生活	178
丈夫的生命掌握在你的手中	184
使丈夫广受欢迎的三个方法	190
发扬丈夫的优点	196
提升爱情的质量	201

目 录



第一章 做丈夫事业上的好帮手



每个男人都是一样的，当他们在艰苦的环境中挣扎的时候，在遇到危机和烦恼的时候，在他处于失败边缘的时候都需要一个忠实的信徒来护卫，男性需要一个能够帮他建立信心和抵抗力的妻子。无论他身处何种境地，无论有多少人对他产生怀疑，妻子都不会动摇对丈夫的信任。

动。他赶忙回家把整个事情说给他太太听。他太太似乎慌乱了一会儿——那是因为他从前没有把他的麻烦告诉她。她开始坐下来替他想办法解决困难。在妻子的影响下，比尔·琼斯第一次放松心情开始做一些正确而有用的思考。

没过多久，比尔·琼斯不仅偿还了所有的欠款，而且事业再次发展起来。更重要的是，他已经学会如何和他的太太一起分享困难，就像一起分享胜利那样。很显然，比尔·琼斯差一点就因为不知道自己的太太也能和他一起渡过难关而丧失了自己的生命。

比尔·琼斯的故事告诉我们，如果丈夫不信任自己的太太，不能完全算是太太的错误。有些男人，譬如以前的比尔·琼斯认为，不应该用事业上的麻烦来打扰自己的妻子，这是错误的看法。他们想带给太太所有美好的东西，想成为把成功的事业和上等的毛皮大衣带回家的大男人。当事情不顺利的时候，他们想办法瞒住自己的太太，以免她们的小脑袋里装满害怕与不安，他们耻于承认自己是会被征服的。他们从来没有想到，要和太太一起来解决一些难题。

当然，我们有时会遇到另外一种情况：一些男人很想把他们的困扰说给太太听，但是太太们却不想听或是不知道如何去开导他。

《福星》杂志刊出了一篇对公司员工的妻子所做的调查报告。他们引述一位心理学家的话说：“一位妻子所能做的最重要的一件事情，就是做一个善于倾听的女人。她这



样做，不仅能够给自己的丈夫最大的安慰和宽心，也同时拥有了无法估计的社会资产。一个文静、不矫饰的女人对别人的谈话着了迷，她所显示的神情表示，她已经把谈话中的每个字都消化掉了。这种女孩子最容易在社会上成功——不只是在她先生的男友群里成功，而且也在她自己的女友群里成功。”

以机智而闻名的杜狄·莫尼认为，一个懂礼貌的男人应该是这样的：“当他在自己最了解的事情上被一个完全不懂行的门外汉说得乱七八糟时，他仍旧很有兴趣地听着。”大部分的女人在丈夫面前也应该这样。

怎样才能成为一个真正的“好听众”呢？我认为，起码要具备下列三个条件：

第一 精神必须全面集中

精神的集中就是指每一种官能的全部集中，也就是说，我们在倾听别人讲话时，不仅要使用耳朵，还要使用眼睛、脸孔和整个身体。如果我们真正热心地听别人说话，我们就会在他说话时看着他，我们会稍微向前倾着身子，我们脸部的表情会有所反应。

玛丽·威尔森是这方面的权威，她说：“如果听众没有什么反应，很少有人能够把话讲得好。所以当一句话打动你的心的时候，你就应该动一下身体。当一个主意真切地感动你的时候，你就该稍微改变一下坐姿，就像你心里的一根弦



被震动了那样。”

如果我们想要成为好听众，就必须表现得对一切都感兴趣——我们必须训练我们的身体机敏地表达。

第二 学习询问诱导性的问题

所谓诱导性问题，就是在发问中巧妙地暗示发问人内心已有的那个答案。直截了当的问题有时候显得粗鲁无礼，但是诱导性的问题可以刺激谈话，并且继续推动话题。例如，直截了当的问法：“你如何处理劳工和主管的问题？”而诱导性的问法：“史密斯先生，你难道不觉得，让劳工和主管在某些范围里获得相互的妥协是很有可能吗？”

提出诱导性的问题，是任何一个想要成为好听众的人都应具备的技巧。如果你在聆听丈夫的谈话时，想间接地提出他不想听的劝告，那么，诱导性的问话就是一个不会失败的技巧。我们只要像这样发问：“你认为，亲爱的，扩大广告投入是能增加你的销路，还是一种无益的冒险呢？”这个问题的表面并没有劝告的意思，但是这种问法常常会得到预期的结果。

和陌生人交谈时，免不了会有些害羞。此时，打破沉闷的最佳方法就是正确地提问。当人们开始谈到自己的想法，而不谈天气、棒球，或某某人的疾病时，他们就会说得忘我了。一个想法往往可以引导出另一个想法，这样，沉闷的场面就打破了。



第三，永远不可泄露秘密

有些男人从来不和他们的妻子讨论事业问题的一个原因是，这些男人无法相信他们的太太不把这些事情泄露给她的朋友或美发师。他们讲给自己太太听的每一件事情，都从她们的耳朵进去而又从她们的嘴巴出来，进了另外一些人的耳朵。

“约翰希望在维吉先生退休以后马上得到公司经理的职位。”这是在桥牌桌上随便说出的话，但是第二天就有人打电话给约翰对手的太太了——于是约翰在完全不知情的情况下，就被暗中排挤掉了。

我访问过的一个总经理告诉我，他在家里谈论过的某个公司的问题，最后竟会流传开来，致使他的职员丧失了对公司的信心。“我最讨厌在超级市场或鸡尾酒会上谈论公司的业务，因为有些女人太爱多嘴了！”他对此类女人表现出了极度的轻蔑。

还有一些女人会利用丈夫的信任，在以后的争论中拿丈夫曾经说过的话作为攻击对方的武器。“你自己亲口告诉过我，你不应只因为一纸契约就买下那些过量而不必要的剩余物品。而现在你说我浪费太多钱去买衣服。难道只有我奢侈？”

像这样的场面发生几次，这位小妇人的丈夫就会发现自己竟然提供了妻子攻击自己的话柄，于是，他以后再也不会



拿公司的问题“骚扰”妻子了。

成为一个好听众的最佳条件是：妻子不必以为只有了解先生工作的小细节，才能使他得到满足。如果她的先生是个绘图员，他不会希望他太太了解他如何画图。当他工作的时候，她对于发生在他身上的事情要有同情心、要抱有浓厚的兴趣，以及注意力要十分集中。

我所认识的一个会计师的妻子，对于会计一窍不通，但是我的朋友却说：“甚至是我公司里发生的最技巧性的问题，我都可以向她说个痛快，而她似乎都很直觉地领悟了。回到家里，知道有一个人将会灵巧且有耐性地听我讲话，这是一件多么奇妙的事啊！”

的确如此，拥有一对敏感的耳朵的女性是十分可爱的，她会给丈夫带来许多好处，她的美丽甚至超过特洛伊城的海伦。

