



[美] 桃乐丝·卡耐基◎著
何雅琳◎编译

卡耐基夫人 如何成为 最有魅力妻子

*How to Help Your Husband Get
Ahead in his Social and Business Life*

帮助丈夫获得成功且婚姻幸福



THE BOOK OF CHARM
卡耐基夫人

卡耐基夫人
最有魅力的妻子

最有魅力的妻子

How to Win Your Husband's
Affection and Respect Through Self

卡耐基夫人教你如何成为魅力女人

卡耐基夫人教你成为魅力女人

卡耐基夫人

如何成为

最有魅力妻子

帮助丈夫获得成功且婚姻幸福



中国长安出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

卡耐基夫人如何成为最有魅力妻子/ (美) 卡耐基著; 何雅琳编译.
—北京: 中国长安出版社, 2008. 12
ISBN 978 - 7 - 80175 - 899 - 6

I. 卡… II. ①卡…②何… III. 女性 - 成功心理学 - 通俗读物
IV. B848. 4 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 202084 号

卡耐基夫人如何成为最有魅力妻子

(美) 桃乐丝·卡耐基 著 何雅琳 编译

出版: 中国长安出版社

社址: 北京市东城区北池子大街 14 号 (100006)

网址: <http://www.ccapress.com>

邮箱: ccapress@yahoo.com.cn

发行: 中国长安出版社 全国新华书店

电话: (010) 65281919 65270433

印刷: 廊坊市华北石油华星印务有限公司

开本: 880mm × 1230mm 大 32 开

印张: 9

字数: 185 千字

版本: 2009 年 1 月第 1 版 2009 年 1 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978 - 7 - 80175 - 899 - 6

定价: 24.80 元

前言



做最有魅力的妻子

世界上的每个女人，都渴望自己容颜不老、魅力永驻，就算我们不能拥有令人艳羡的天使脸孔、魔鬼身材，也要有美丽的气质和精明的头脑。只要我们愿意，就可以驾驭好身边的男人，不管这个男人是平凡还是伟大、是贫穷抑或富有，只要你掌握足够的技巧，就能将他塑造成你想要的模样，让家庭生活处于自己的节奏中。

世界著名成功学大师戴尔·卡耐基的夫人桃乐丝·卡耐基，总结女人的成功经验时，归纳了以下十点：发展勇气、自信与平衡；在家庭、社交与工作中有效地表现自己；提高修养，注重仪表；提高口才和礼仪；拓展视野，铸就自己的风格；记住他人的姓名、面孔和兴趣；调剂生活，使家庭和谐幸福；与人和谐



相处，为丈夫赢得更多的朋友；提高对爱的标准，不做丈夫背后的女人；热忱地对待身边每一个人。

每一个男人心中都有一个梦想，女人要做的就是发现男人心中的渴望和野心，帮助男人树立奋斗的意识。只有让男人具备这样高涨的热情，他的事业才会飞黄腾达，你们的小家才能衣食无忧、和谐美满。

在你的男人身边，经常会出现许多不同角色的女人，身为妻子如何面对和处理这些女人对丈夫的影响，无疑是重要的。太强硬的干涉不行，男人像沙子“你攥得越紧他就溜得越快”。这就需要我们以细心观察为前提，以掌握方法为关键，在无形中给丈夫念上紧箍咒、套上玻璃罩，让丈夫体会到家庭和婚姻生活的乐趣，避免掉入“画皮女狐”的温柔陷阱里。

本书力求从卡耐基夫人的智慧中凝炼出驾驭家庭和婚姻的实用技巧，作为献给现代女性的实用枕边书。愿读过此书的所有女性都能够家庭和睦、婚姻幸福，与男人一起到达幸福的人生彼岸。



关于桃乐丝·卡耐基

桃乐丝·卡耐基，20 世纪最伟大的成功学导师戴尔·卡耐基的第二任妻子，1944 年与卡耐基结婚，成为其忠实门徒和事业继承人。作为一名成人教育家的妻子，桃乐丝·卡耐基曾和丈夫一起巡讲全球五大洲的 50 多个国家，指导和帮助千百万人如何建立充满活力的高品质生活。

1945 年，卡耐基创立了他的私人公司，他亲自担任总经理，桃乐丝任副总经理。同时，卡耐基开始编写一系列关于如何控制忧郁和烦恼的小册子，并在他的课程中重点使用。1948 年，卡耐基把这些小册子集结成书，定名为《克服烦恼建立新生活的艺术》，销售量高达 600 多万册。同年，桃乐丝开始深入地参与丈夫的这项事业。

在卡耐基的生活中，桃乐丝扮演的角色，首先是一个妻子。桃乐丝之于卡耐基，既有普通妻子的温柔与体贴，也有她独特的生活方式。作为名人的妻子，桃乐丝无法摆脱丈夫事业的影响，当然她本人对丈夫的事业持积极的态度，愿意为此与



丈夫站在一起，继续扩展辉煌的事业。

为了让桃乐丝有事可做，以避免因无所事事而产生的烦闷，卡耐基建议她为妇女编写课程。这一建议无意间促成桃乐丝的人生转折，她开始设立以女人自我发展为内容的桃乐丝·卡耐基课程。桃乐丝认为，这个课程不仅是教女人如何产生魅力，也能拓展女人们的心智水平。

桃乐丝为开创这一事业付出了 20 年的努力，但由于非盈利的性质，在 20 世纪 60 年代末期，这一课程不得不被迫取消。尽管课程最终以失败告终，但却促使她写出了自己的第一部著作——1953 年，灰石出版社发行了她的《如何成为最有魅力妻子——帮助丈夫获得成功且婚姻幸福》。在书里，桃乐丝结合课程教学参与者中的典型故事，借用了一些卡耐基用于著作和演说中的案例，旨在告诉女性读者如何构建和谐幸福的家庭生活。

经典的东西，无论何时听起来都是令人折服，卡耐基夫人的作品正是如此。今天我们再次重温经典，就是要以自主的心态去展现女性的个人魅力，让每个女人都能主宰自己的生活，守护自己应得的幸福。



目 录

1 给男人一个梦想 / 1

每一个男人心中都有一个梦想，
好妻子总是能够发现男人心中的希望和野心，
并帮助男人树立奋斗的目标。

2 激励男人迈上事业的新台阶 / 9

好妻子应该让男人登上一个台阶后看到一个新台阶，
实现一个目标后又有新的目标。

3 唤起男人的工作热忱 / 15

热忱的态度是取得事业成功所必需的条件，
好妻子一定会激发男人的工作热情。

4 把丈夫打造成优秀的男人 / 23

请你的丈夫试试看：
这些规则保证可以使他进入优秀男人的行列。



5 做个会“听话”的太太 / 29

一对敏感而善解人意的耳朵比
一双会说话的眼睛使一个女人更讨人喜欢。

6 赞美是男人前进的动力 / 39

向丈夫说“你无论如何也不会成功”的妻子，
只会使这句话更快实现而已。

7 成功的男人都需要一个信徒 / 47

每一个男人都需要一个信徒，
如果连他的妻子都不信任他，
还有谁会信任他呢？

8 做男人事业的好帮手 / 53

任何成功男人的背后都有一个伟大的女人，
要学会对丈夫的工作和前途有兴趣。

9 正确对待丈夫周围的女人 / 63

女秘书和妻子两个人有一个共同的目的：
都是要使这个男人的事业更加远大。

10 鼓励丈夫经常“充电” / 71

你的丈夫已经做好升级的准备了吗？
如果还没有，他目前正在为升级做些什么努力？
而作为妻子的你，又做过多少努力呢？



11 共同面对生活的挑战 / 79

许多女人都认为，丈夫应该肩负所有的责任，她们忘了，有时候为了拖出陷在泥塘里的车子，做妻子的也需要下车来帮助。

12 嫁鸡随鸡，嫁狗要随狗 / 87

许多女人由于不愿意离开熟悉的环境，便要把她们的丈夫束缚在一个固定的地方和工作上。这种女人自私自利，是男人成功的最大障碍。

13 让男人安心工作 / 95

成功的嘉奖给男人们以鼓舞，使得他们对手边工作以外的任何事情都变得又聋、又哑、又瞎，这证明男人已经安心工作了。

14 男人是很难改变的 / 99

必须在不寻常的时间工作的男人，更加需要一个必须能够适应丈夫的职业的妻子，这样才能维持婚姻的美满。

15 对丈夫要有足够的爱心 / 105

如果你对你的丈夫拥有足够的爱心，时常保持良好的心情，并且下定决心去适应他，你就一定可以获得丈夫更多的爱。



16 以丈夫的事业为重 / 111

帮助丈夫获得成功，

这本身就是一个需要敬业精神的工作。

全力支持男人是女人最能体现其价值的“终生职业”。

17 跟上丈夫的成功步伐 / 115

被丈夫遗落在身后的妻子，这种妻子通常是太懒了，

或是不肯用心地利用围绕在自己身边的、

无数的机会来改进自己。

18 好女人不唠叨 / 123

她可能拥有全天下最美丽的容貌，

但是如果她脾气暴躁、唠叨、

挑剔和个性孤僻，那么她最美丽的容貌便约等于零了。

19 别对丈夫的工作指手划脚 / 129

许多女人都

希望帮助自己的丈夫爬上经理的宝座。但通常，

她们的计策却使得自己的丈夫丢掉现有工作，而不是升职。

20 发挥丈夫的长处 / 135

要确定一个男人的能力限度，

不可以硬要他去做超出能力的事，

这其间的差距就要靠女人来把握了。



21 与男人一起冒险 / 141

一个男人从事他最喜爱的工作，
或许冒险，但他们会得到更大的成功和快乐。

22 女人一定要有“女人味” / 147

做个“温柔可爱”的女人以及有个事业有成的丈夫，这两件事似乎是很有关联的。女人如果能够使男人快乐幸福，
男人就有更多更好的机会得到事业的成功。

23 分享丈夫的嗜好 / 153

分享所爱的人的特殊嗜好，
在婚姻生活中，就会得到更多的幸福。

24 对男人一定要殷勤有礼 / 159

不讲理是吞食爱情的癌细胞。
虽然我们都知道这一点，但
我们对待自己的家人居然不如对待陌生人那样有礼。

25 适当地“放男人一马” / 163

妻子如果能够鼓励丈夫培养一种良好的兴趣爱好，
就不必担心他们去追求别的女人了。

26 女人要学会照顾自己 / 169

如果你觉得你的婚姻已经单调得需要加点调味品了，
你就想想看你有什么嗜好吧。
想想看你是不是已经成为你先生的最好伴侣了。



27 做居家好女人 / 175

作为家庭主妇，要能够使家庭永远保持平衡和安定，
这才是最奇妙、最有价值、最繁忙而最快乐的生活。

28 给丈夫一个舒适的家 / 181

我们不要忘了家事的真正目的：
为我们心里最爱的丈夫创造出
一个充满爱情的、安全的和舒适的小岛。

29 有效利用时间 / 189

任何人想成功，都必须重视时间的价值，
当然女人也不例外。

30 打理家务要找到诀窍 / 197

既要做自己喜欢的事，
也要把家务打理得井井有条。

31 提高丈夫的社交能力 / 201

作为女人，你可能在业务上帮助丈夫的机会不大，
但是你能使丈夫在社交上受到重视。

32 女人是男人最好的推销员 / 207

专业人员和商业经理人都知道妻子对他们的重要。
他们的妻子都会巧妙地向全世界宣称，
她们嫁给了一个多么伟大的人物。



33 做个家庭理财能手 / 213

脑筋糊涂、奢侈浪费的女人不会动人、迷人
——她们是附在丈夫身上的一个重担。

34 呵护丈夫的健康 / 221

如果需要的话，你应该早一点起床，
保证丈夫吃一顿不慌不忙的营养早餐。

35 每天都要增加爱情的深度 / 229

许多女人碰到危机的时候，
都能够应付自如，但遗憾的是，
她们却不知道每天带给丈夫最渴望的爱情面包。

36 “性”福带来幸福 / 237

“性”无疑是生命中最重要的事情之一。
无可否认，
促使绝大多数男女婚姻生活触礁的也就是这件事。

37 举案齐眉，相敬如宾 / 241

无礼、粗暴，都会摧毁爱情的果实。
可是我们对待一位客人，
总是比对待自己家客人有礼貌得多，这也是当然的。



38 用忙碌排解生活忧虑 / 247

从事研究工作的人，很少因忧虑而精神崩溃，
因为他们没有时间去享受这种“奢侈”。

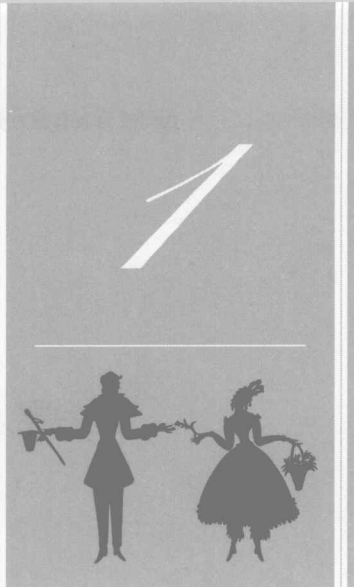
39 对丈夫说出你的心里话 / 257

把心底里的话说出来，
就等于给你的心脏打了一针强心剂。

40 好女人要会寻找工作中的乐趣 / 265

当女人做一些有乐趣、
令人兴奋的工作时，就会很少有疲倦的感觉。





给男人一个梦想

每一个男人心中都有一个梦想，好妻子总是能够发现男人心中的希望和野心，并帮助男人树立奋斗的目标。