



做个 有本事 任性的 女人

〔美〕卡耐基◎著
陶乐斯◎编译

有本事任性的女人，离开谁都能精彩过一生



不管生得漂不漂亮，都要活得漂亮
这就是女人的任性宣言

去梦想
去追求
去拥有
淡定地爱，优雅地活

心灵励志大师

卡耐基

全新纪念版

做个
有本事
任性的
女人

[美]卡耐基◎著 陶乐斯◎编译

图书在版编目 (C I P) 数据

做个有本事任性的女人 / (美) 卡耐基著; 陶乐斯编译. —
北京: 团结出版社, 2015. 3

ISBN 978-7-5126-3411-4

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 008610 号

出 版: 团结出版社

(北京市东城区东皇城根南街 84 号 邮编: 100006)

电 话: (010) 65228880 65244790

网 址: www.tjpress.com

E-mail: 65244790@163.com

经 销: 全国新华书店

印 刷: 三河市兴达印务有限公司

开 本: 640×960 1/16

印 张: 15.5

字 数: 150 千字

版 次: 2015 年 3 月 第 1 版

印 次: 2015 年 3 月 第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5126-3411-4

定 价: 32.80 元

(版权所有, 盗版必究)



用一颗任性的心
把生活过成自己想要的样子

把生活过成自己想要的样子

想旅行了，说走就走；不想工作了，马上就炒老板的鱿鱼；周末，一个人坐飞机去布拉格，只是喂一下广场的鸽子；电影院包个场，就为安静地看一部电影……是不是这样才叫生活？

任何一个女人都有这样一颗任性的心，希望把生活过成自己想要的样子。

任性并不是恣意妄为，而是有本事按照自己的意愿生活；是有能力推着生活走，而不是被生活推着走。即使命运只赠给她们两扇简单的磨盘，她们也会用信心、智慧和执着，磨出美丽精彩的人生。

有本事任性的女人最淡定，遇到烦恼，嘴角上翘，微微一笑。

有本事任性的女人，敢于追求美好，还能有本事将美好变成永恒。

有本事任性的女人，永远都能进退自如。

……

如何做一个有本事任性的女人？那就是，学会生活，拥有情感，做好事业，做一个内心强大，不会被生活打败的女人。

天才哲学家尼采说：“那些打不败我的，只会让我变得更强大。”让人打不败只有两种途径：一种是精神上永远不败给别人，而另一种，则是在自我的不断超越中变得更幸福，更强大。

20世纪伟大的励志大师卡耐基主要针对后一种情况做出了以下解释，也因此改变了成千上万人的生活，让许多平凡的人拥有了自信、勇气和强大的内心。

关于自我，卡耐基说：你的心，可以创造一个天堂般的地狱，也可以创造一个地狱般的天堂。

关于爱情，卡耐基说：没有对爱深刻的体验和刻骨铭心的经历，不可能理解爱。

关于生活，卡耐基说：我们向往着天边有座奇妙的玫瑰园，却从不注意欣赏今天就开放在窗口的玫瑰。

关于梦想与未来，卡耐基说：最重要的是，不要去看远处模糊的影子，而要去做手边清楚的事。

关于成功，卡耐基说：给别人带来阳光的人，不可能把自己排拒在光明之外。

即使你的人生现在一帆风顺，谁也不敢保证下一步不会风云突变，而我们要明白，生活是个吝啬的老太婆，总是不喜欢给任何人全部的欢乐。作为这个时代的女人，我们必须将自己变得强大，拥有正向的思维以及过好日子的能力。能够在不安的日子里有本事淡定地活，在安静的日子里有本事成功地活，才是真正活出了你的了不起。

要让你的奢望配上你的本事，与其羡慕别人的成功，不如把自己修炼成一个有本事的女神！

本书精选卡耐基的思想，结合现实的人生，针对女性的心理和特点，提供了一套非常独特的，融经营、为人处世和实用心理学于一体的系统课程，让你找回信心和勇敢，开发出成功的思维方式，让你离开任何人都可以精彩过一生。



第 1 章

好好爱自己：你如何选择，命运就如何发生

选择做一个简单的人，当困难来临时，用微笑去面对，用智慧去解决。
然后，坦然接受生活所给予的馈赠，不管是好的，还是坏的。

- 003/ 做自己喜欢的事
- 007/ 坚定追求幸福的人，才能拥有所希望的美好
- 012/ 你怎样，世界就怎样
- 016/ 快乐，也是要学习的
- 021/ 你已经拥有最好的一切
- 025/ 一直往前走，才能把影子甩在身后
- 029/ 走自己的路，让别人去说吧

DALE CARNEGIE

L o v e l y R i t a

第 2 章

明白要趁早：生活就是高高兴兴地活

当我偶尔对人生失望，对自己过分关心的时候，我也会沮丧，也会暗自埋怨，可是一想起自己已经拥有的一切，便马上纠正自己的心情，不再埋怨叹息，而是高高兴兴地生活下去。

037/ 活在当下，不惧过去，不畏将来

041/ 让安全感帮我们睡个好觉

045/ 想得太多，只会让自己更加难过

050/ 让生活保持一点小新鲜

054/ 放过自己，就是得到安宁

058/ 那些过得去的过不去的，终将过去

062/ 把花费控制在预算内，生活将会更美好

第3章

女神气场：让爱情和婚姻变成你所希望的样子

我们可以忘记这世间的一切，却不能忘了爱情。爱情很美好，请相信爱情。如果连爱情都不相信，那人生岂不太苦了？

069/ 在不安的世界里安静地活

074/ 爱，因为懂得所以发生

078/ 你若温柔，必有力量

082/ 沉默不能给你带来太多

086/ 让对方变成你期望的样子

090/ 你若不勇敢，谁替你坚强

095/ 幸福还是不幸，只取决于你自己

DALE CARNEGIE

L o v e l y R i t a

第4章

内心强大：你的本事要配得上你的奢望

如果我们想要更多的玫瑰花，就必须种植更多的玫瑰树。不要小看自己所做的每一件事，即便是最普通的事，也应该全力以赴、尽职尽责地去完成。

- 103/ 只有冷静的人，才能成就未来
- 107/ 做一个勤快的懒女人
- 112/ 放松自己，一切都会变好
- 117/ 假装快乐，你就会变得很快乐
- 122/ 女人不能输在不会说话上
- 127/ 禁得起多大的诋毁，就受得住多大的赞美

第5章

练习好命：你要相信，最好的正在来的路上

今天太宝贵，不应该为忧虑和悔恨所消蚀。抬高下巴，使精神焕发出光彩，像春天阳光下水花四溅的山泉那样活泼。我们欢欣，因为我们相信，最好的正在来的路上。

- 135/ 这点小事不值得你垂头丧气
- 140/ 在最深的绝望里，看到最美的风景
- 145/ 为最纯的梦想，尽最大的努力
- 150/ 把心放低一点，脚步会更从容
- 156/ 总有一天，你会成为最好的女孩
- 160/ 守稳初心，光明就在转角处
- 164/ 活好每一天，就是活好一辈子

DALE CARNEGIE

L o v e l y R i t a

第6章

优雅的魅力：请尽情挥霍你的温暖

我们都是孤独的刺猬，只有懂得的人，才能看见彼此内心深处不为人知的优雅，在偌大的世界中，我们会因为这份珍贵的懂得而不再孤独，请永远记住这照耀过心灵的温暖阳光。

- 173/ 爱笑的女人，运气不会太差
- 177/ 习惯给别人占个赞
- 182/ 给别人送去一缕阳光
- 187/ 一千个犀利的指责比不上一个温暖的肯定
- 191/ 改变态度，便能改变一切
- 195/ 把安全感当做最好的礼物

第7章

向前一步：人生永远没有太晚的开始

人生永远没有太晚的开始，如果你有梦想，那就从现在开始做吧！
成功不是等来的，你的路上，永远需要继续向前再迈一步。

- 203/ 成功的人找方法，失败的人找借口
- 208/ 那些不幸带来的幸运的事
- 213/ 办法总会有的，你要做的就是找到它
- 217/ 舍弃，是为了更好的拥有
- 222/ 成功就是不断完成所有的事
- 226/ 没空休息的时候，就该休息了



DALE CARNEGIE

L o v e l y R i t a

第 1 章

好好爱自己：你如何选择，
命运就如何发生

选择做一个简单的人，
当困难来临时，
用微笑去面对，
用智慧去解决。
然后，
坦然接受生活所给予的馈赠，
不管是好的，还是坏的。



做自己喜欢的事

以自己喜欢的方式，去做自己想做的事情，对未来充满信心，然后竭尽全力实现目标，才是能给你的人生真正带来快乐的事情。



摩西奶奶在纽约州格林尼治村中一个普通农场里长大，她的生活跟同时期所有的女孩子都差不多：27岁时，她嫁给了一名憨厚朴实的年轻人，生了一群叽叽喳喳的孩子，每天做的事情就是照料家庭和农场，业余做点刺绣活儿，这样的日子一直过到她77岁。这一年摩西奶奶得了关节炎，不能继续拿针刺绣了，于是，闲不住的她找来颜料和画板，开始自学画画。

几年后，80岁的摩西奶奶竟然在纽约办了自己的个人画展，这个消息轰动了全美国。人们纷纷赶来参观，并为画中表现的广阔农场、农民的日常生活和孩子们的嬉闹所感动。二十年中，摩西奶奶画了一千多幅作品，她一直画到将近一百岁，并且成为那个时代中最著名的女性艺术家。

有一年，摩西奶奶收到一封来自日本的信。写信的人已经30岁了，他很喜欢写作，但是现在的工作却是一名医生，他不是很喜欢自己的工作，觉得非常苦恼，所以对摩西奶奶说，自己不知道该不该放弃那份很令人羡慕的工作，去从事自己喜欢的写作。