

《世界著名成功学家文库》精华本

解读 卡耐基夫人

WORDS
TO WOMAN

写给女人

远方出版社

《世界著名成功学家文库》精华本

解读 卡耐基夫人

WORDS
TO WOMAN

写给女人

远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

解读卡耐基夫人 写给女人 / 张弘主编. —2 版.

呼和浩特: 远方出版社, 2007.9

(世界著名成功学家文库)

ISBN 978-7-80595-890-3

I. 写… II. 张… III. 女性—修养—通俗读物 IV.B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 147465 号

世界著名成功学家文库(精华本)

解读卡耐基夫人 写给女人

-
- | | |
|-------|---|
| 编 者 | 张 弘 |
| 责任编辑 | 王月霞 |
| 装帧设计 | 王 博 |
| 出版发行 | 远方出版社 |
| 社 址 | 呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
(0471—4919981 邮编:010010) |
| 经 销 | 新华书店 |
| 印 刷 | 北京集惠印刷有限公司 |
| 开 本 | 720 毫米×980 毫米 1/16 |
| 字 数 | 800 千 |
| 总 印 张 | 79.5 |
| 版 次 | 2003 年 7 月 第 1 版
2007 年 8 月 第 2 版 |
| 印 次 | 2007 年 8 月 第 2 次印刷 |
| 印 数 | 1001—4 000 |
| 标准书号 | ISBN 978-7-80595-890-3 |
| 总 定 价 | 112.00 元 |
| 单册定价 | 28.00 元 |
-

远方版图书, 印装错误请与印刷厂退换

前言

戴尔·卡耐基(Dale Carnegie 1888—1955 年)是美国著名的成功学家。从 1931 年他的第一部著作《语言的突破》开始,他的著作发行及于全球,几乎所有的语言都有译本。卡耐基成功教育机构造就了千千万万成功人士,从各界名流到普通百姓,几乎遍布各行各业。美国《时代周刊》曾评论说:“或许除了自由女神,卡耐基就是美国的象征。”他的著作及其读众构建了卡耐基成功帝国的神话,《人性的弱点》《人性的优点》《语言的突破》等几部著作,成为《圣经》之后人类出版史上最畅销的书。世界传媒大王默多克说:“戴尔·卡耐基的这些原则如魔术般令人震惊,它改变了 3 亿人的生活。”

《纽约时报》发表议论说:“在出版史上,没有任何一本书能像卡耐基的著作那样持久深入人心,也唯有卡耐基的书,才能在他辞世半个世纪后,还能占据我们的排行榜。”

1888 年 11 月 24 日,戴尔·卡耐基出生于美国密苏里州一个贫穷的农家里,这个出生贫苦的孩子,早年受到了母亲的影响,长大之后





做过教师、工人、推销员、演员等工作。

但他的理想不是这些工作。他为没有实现大学时代写小说的梦想，并不能成就一番伟业而苦恼。他认为他应该过有意义的生活，这比赚钱更重要。他决心白天写书，晚间去夜校教书，以赚取生活费。他想为夜校教公开演讲课，因为他认为，大学时代他在公开演说方面受过训练，并积累有经验。这些训练和经验，扫除了他的怯懦和自卑，让他有勇气和信心跟人打交道，增长了做人处世的才能。于是他说服了纽约一个基督教青年会的会长，同意他晚间为商业界人士开设一个公开演讲班。从此，他开始了为之奋斗一生的成功教育事业。

后来，卡耐基又发现，这些人不仅需要“有效的说话”，还需要一种在日常事务和社交场合中与人相处的处世艺术，于是他又相继开设了人际关系班、推销人员班、管理讲习班、顾客关系班、人事发展班等，开创和发展了一种融合演讲术、推销术、做人处世术和实用心理学的训练方式。

卡耐基很赞成这样的一种观点：即一个人事业上的成功，只有15%是由于他的专业技术，另外的85%要靠人际关系、处世技巧。因此，他的基本哲学思想，就是着眼于人的自信心的培养，促进人与人之间的沟通、交往、宽容，并汲取了行为科学和心理学的最新成果，使受教者成为事业成功、家庭幸福、个人快乐的人。

实践表明，卡耐基的教育是迅速成功的、有效的。很多著名人物都是卡耐基课程的学员，他们大都认为自己的成功应归功于卡耐基课程的教育。不少参议员、州长，以及其他官员，商业界高级人士，也把他们的成功归于他们在群众面前演说的能力。接受卡耐基训练的许

多男男女女都写信来说，他们在公众和私人生活方面，都比以前做得更为成功。

卡耐基的课程不仅使千千万万人个人的事业成功，家庭幸福，也能培养团体精神、合作精神，使一个部门、一个企业度过难关，走向成功和胜利。

由于卡耐基成人教育的成功，卡耐基的原则和方式，迅速传遍美国。当卡耐基训练渐为人知，并且被承认为实用和迅速成功的法宝时，无论是在经济萧条时期渴望生活小康的普通民众，还是在经济发达的现代社会里期望获利更多的百万富翁，无论是梦想飞黄腾达、事业成功的军政要人、各界名流，还是企冀健康快乐、家庭幸福的家庭主妇，都感到接受卡耐基训练获得做人处世能力，是他们的一种需营，他们乐于从事并积极参加。正像洛克菲勒所说：卡耐基课程原则和精神，他愿意付出比太阳之下任何东西更高的代价购买。

卡耐基一生写了不少文章，登载在报刊杂志上，并开播了自己的无线电广播节目，谈了很多著名人物鲜为人知的一面。他的著作，都不单纯地为了出版才撰写的，而是由凝结了卡耐基成功教育成果的讲义、教材逐步丰富、发展成书的，它们不仅以教材的形式丰富和发展了卡耐基成功教育的内容，而且全部成为了畅销书。

《卡耐基夫人 写给女人》原是卡耐基的夫人、事业的继承人陶乐斯·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。她根据卡耐基的哲学思想、教育方式和卡耐基著作的模式所编著，是卡耐基哲学思想、教育体系的有机组成部分。此书对卡耐基夫人著作原义进行了深入阐述，它对于开阔我们的视野，特别





是对于克服封闭式的人性弱点，将有宝贵的启示和借鉴作用。

在卡耐基逝世大会上，美国总统肯尼迪发表演讲说：“卡耐基留给我们的不仅仅是几本书和一所学校，其真正的价值是：他把个人成功的技巧传授给了每一个想出人头地的年轻人。”

卡耐基并没有解决宇宙中深奥的问题。但他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如何处世，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，或许他比这一时代其他哲人所做的都多。

编者谨识

2003年4月

目 录

前 言	(1)
-----------	-----

第一章 女人，为自己的命运掌舵	(1)
-----------------------	-----

一 自己的命运要自己来规划	(3)
---------------------	-----

自己的命运要自己来开创，当你真正梦想要一件东西时，就一定能弄到手。

二 看重你自己	(7)
---------------	-----

一个女人将成为怎样的女人，固然与环境有关；但是，环境不能造就你，你之所以成为自己是你选择的结果。

三 让自立的精神主宰你	(11)
-------------------	------

女人靠付出美丽去征服男人、拯救自己是种冒险。这是美人儿们的命运给予女人最真实的忠告。

四 寻找自我，保持本色	(14)
-------------------	------

要想培养能带给你平安、消除忧虑的心理，记住下面的规则：
让我们找到自己，保持本色。





五 女人不能缺少信心 (20)

在每一个成功者的背后，都有一股巨大的力量——信心在支持和推动着他们不断向自己的目标奋进。

六 确定生活的目标 (25)

很多女人自己没有明确的生活目标而把命运寄托在别人——例如某一个男人的身上，这是错误的。

七 一个小女孩的坚忍震惊人心 (28)

“心想事成”，此话一点也不假，思考中若带有坚定的目标和不屈不挠的决心，其力量之大真如排山倒海。

八 女人，不要在成功面前恐惧 (32)

阻碍女性在社会上成功的，就是存在于女性心理上的障碍。

第二章 女人，用积极的心态装扮自己 (37)

一 塞尔玛的改变 (39)

亚伯拉罕·林肯说过：“人下决心想要愉快到什么程度，他大体上也就愉快到什么程度。”

二 女人最喜欢得到赞美 (44)

女人都有一点虚荣心，都想得到来自四面八方的赞美。

三 积极心态的奇效 (50)

积极思考只有在你相信它的情况下才会发生作用，而且你必须将信心与思想过程结合起来。

四 你是对的，则世界就是对的 (60)

亨利写过这样的诗句：“我是命运的主人，我主宰自己的心灵。”

五 乐观地面对生活 (68)

保持活力，才可能让你更加乐观地面对生活，才可能使你成功。女人，你有充沛的活力吗？请自己检查一下自己。

六 生活是由思想创造的 (74)

我们想培养平安和快乐的心境，因为，有了快乐的思想 and 行为，你就能感到快乐。

七 敢于去尝试 (81)

生活中好多事情都是这样，你若有勇气，你就可以获得，你若胆怯，你便只能望洋兴叹。从古至今，人们反反复复在强调勇气的重要。

八 舞动个性之美 (89)

一个女人必须有独特的个性气质，才能赢得大家的青睐，才能发现自己美在何处。

第三章 女人，做个处事的好手 (97)

一 善于处事是女人的天然优势 (99)

男人关注的是自己内心的调整，而女人关注的则是与别人之间的相互关系。

二 专心倾听胜于赞美 (102)

我们要学会做一个好的听众。专心地听别人讲话，是我们所能给予别人的最大的赞美。

三 换位思考的奇效 (107)

当你准备让别人乐意依照你的意思去做，你必须在开口以前自问：“我该如何做，才能使对方产生这种意愿？”





四 调整你的处事方式 (111)

一个女人的处世能力是事业成功的润滑剂，能为女人营造一种圆润融洽的人际关系。

五 保持优雅的举止 (118)

在社交活动中，如能拥有端庄的举止、优美的仪态、高雅的气质，将有助于你在事业上的成功。

六 应邀出席晚会 (121)

参加晚餐会、午后茶会、舞会等各种各样形式的聚会，最好能事先做点准备。

七 把你的美好形象留在别人记忆中 (125)

在社会交际中，人和人的交流微妙而复杂，要想取得成功的交际，必须有自己独特的方法。

八 与男人交际的艺术 (131)

男女之间交往应该大方得体。这里所要探讨的是夫妻关系以外的男女之间应该如何相处的问题。

九 以幽默来抗拒性骚扰 (136)

尽管爱美之心每个男人都有，可是对美女的垂涎太过分了，就变成了“性骚扰”。

十 借助名人效应 (138)

只要你有大人生成功的大决心，并且方法得当，总能获得结交名人的机会，并得到他们的支持与帮助。

十一 感情输入的重要性 (143)

你或许已经了解，在人际关系中，你的人格对于你是否可以

成功地影响别人，具有很大的影响力。

十二 用语言笼络人心的 11 个要点 (153)

一个女人说话是要讲技巧和分寸的。她所说的话是否有魅力，直接影响到她是否对对方具有吸引力。

第四章 女人，天生就是理财家.....(157)

一 强化金钱意识(159)

所有的女性都需要懂得理财与投资，即使你是个快乐的已婚妇女，乐于做个家庭主妇，你爱你的孩子们。

二 你有家庭预算吗 (163)

预算开销将会告诉你，你可以删减那些比较不重要的项目，去填补你想要做的大花费。

三 教你理财规则 (168)

理财的目的在于善用钱财，使你的财务状况处于最佳状态。为了达到这样的目的，就必须有计划、有步骤地进行。

四 选择投资热点 (172)

女人很怕决定投资或财务上的事务。由于男人在商业上的行为，使女人误以为投资是很复杂的事。

五 女性理财的误区 (175)

大多数女人不了解自己的财务需求，常常跟随亲朋好友进行相同的投资或理财活动，往往只要答案，不问理由。

六 女人的财商优势 (178)

在赚钱方面，如果不是由于女人承担着过多的家务劳动的话，女人比男人有着更多的优势。





七 女人的金钱观 (180)

一个有趣的事实，金钱和权力在成功女性的生活中极少会成为问题。

八 财商综合测试 (185)

通过财商测试，女人们可以了解自己目前的状态及今后的发展方向。

第五章 女人，当爱情悄然而至 (189)

一 爱神降临了吗 (191)

你要知道你的心事吗？正文中有若干问题，多数心理学家认为它是一种最有效的“爱情探测器”。

二 度过情感体验的五个阶段 (194)

恋爱就像过山车——有高峰自然就有低谷。

三 认识男人的世界 (198)

在爱河中的女性，认清你面前的男人很重要。

四 对热恋程度心理自测 (200)

你与他合适吗？你们相爱有多深？你们的爱情是理智的还是充满幻想的？本书为你提供了一个心理测验。

五 柔情女人会结网 (203)

如果你刻骨铭心地爱他，不要只是辗转反侧，整夜无眠，聪明的女人总是会退而结网。那么，怎样才能编就一张无穷无尽的情网呢？

六 智慧女人的“爱情保鲜方” (208)

聪明的女人，应该是爱情的厨师，懂得掌握喜怒哀乐的情绪

发挥，知道适时地在生活中加入酸甜苦辣的调味料。

七 擦亮你的双眸 (212)

擦亮双眸去看清楚一个男人的优缺点，挑选一个懂得疼爱、尊重自己的好男人，是美好姻缘的重要基石。

八 击退情敌 (217)

在恋爱的道路上，除了当事人双方的磨合之外，来自外界最大的威胁就是情敌。

九 聪明女人不做的事 (221)

恋人之间的亲密无间，并不意味着什么事情都可以做。

十 让美丽在情人节绽放 (224)

情人节是个充满激情和浪漫的日子，同时也是情侣之间增进感情的绝佳时机。

十一 “眼神效应” (227)

欣赏式的目光与爱慕的眼光有些不好分辨，你可一定要分清，不然可是自作多情。

十二 男人的吻是甜蜜的“陷阱” (230)

情人之间的吻，总该是充满爱意和甜蜜的，又为什么会成为陷阱呢？

十三 快活地谈一场绝望爱情 (233)

一段不能规划将来，也不算真正拥有的爱情，自己也知道是无望的，却怎么也割舍不下，怎么办？

十四 失恋的自救 (236)

为自己配上一条水晶项链，据说透明水晶及黄晶的能量最





高，而蓝晶可开阔心灵视野及控制失恋抑郁症。

十五 恋爱能力测试 (238)

恋爱成功是每个女人的愿望。可是，你可能不知道，决定或阻挠一个人恋爱成功的最大障碍往往是自己。

第六章 女人，营造一个甜蜜的家 (245)

一 成家立业后 (247)

经过长时间的恋爱，一对恋人走进婚姻的殿堂，终成眷属。但以为结了婚就“大功告成”，那是大错特错的。

二 认识婚后的男人心理 (250)

对结婚后的男人心理的认识有助于家庭的幸福。

三 安排好家庭的布局 (253)

植物和花卉是一种生动的房间装饰品。它们具有特定的风格。没有植物花卉，居室会显得呆板。

四 帮助你的丈夫 (257)

如果你是一位善解人意的妻子，你应该了解关心丈夫的事业和生活。

五 掐灭战争导火索 (264)

夫妻总有脾气不好的时候，此刻双方最易互不节制地发泄，往往因小事酿成大战……

六 做丈夫的“亲善大使” (267)

当一个女人将她丈夫的事业与她自己看做是一个整体时，她无形中就担任了丈夫的“亲善大使”。

七 丈夫“外遇”有征兆 (271)

婚姻虽然有道德、伦理和法规的维护，却不是坚不可摧“堡垒”，由情感变化和性诱惑导致的婚外情比比皆是。

八 战胜婚姻危机 (273)

了解婚姻危机，在危机出现苗头时就消灭掉，如此才能相爱到永远。

九 妻子的宽容 (277)

男人期待来自女人的宽容，这种宽容有点娇纵，有点放任，有点调侃，有点把玩。

十 真高兴回到家里 (279)

为了使丈夫能够以最高的效率工作，家庭必须提供给他一些基本要素。

十一 夫妻感情沟通的六大技巧 (283)

和丈夫之间保持着亲密的感情，是打造家庭大厦的擎天柱。

夫妻感情的沟通是一门艺术，同样是也是一种技巧。

十二 学会管理你的孩子 (287)

母亲对孩子的爱是天生的，没有母亲不爱自己孩子的。事实上，爱是一回事，爱的方式又是一回事。

十三 尊重孩子自己的选择 (291)

作为母亲，关心孩子是对的，但过多地干涉就等于给孩子成长的翅膀上挂了一个重锤。

十四 让我们提升爱情的深度 (295)

爱是一种最适当的食粮，我们的精神靠着它生存和成长。



【 第一章 】

CHENGGONG XUEJIA WENKU

女人，
为自己的命运掌舵