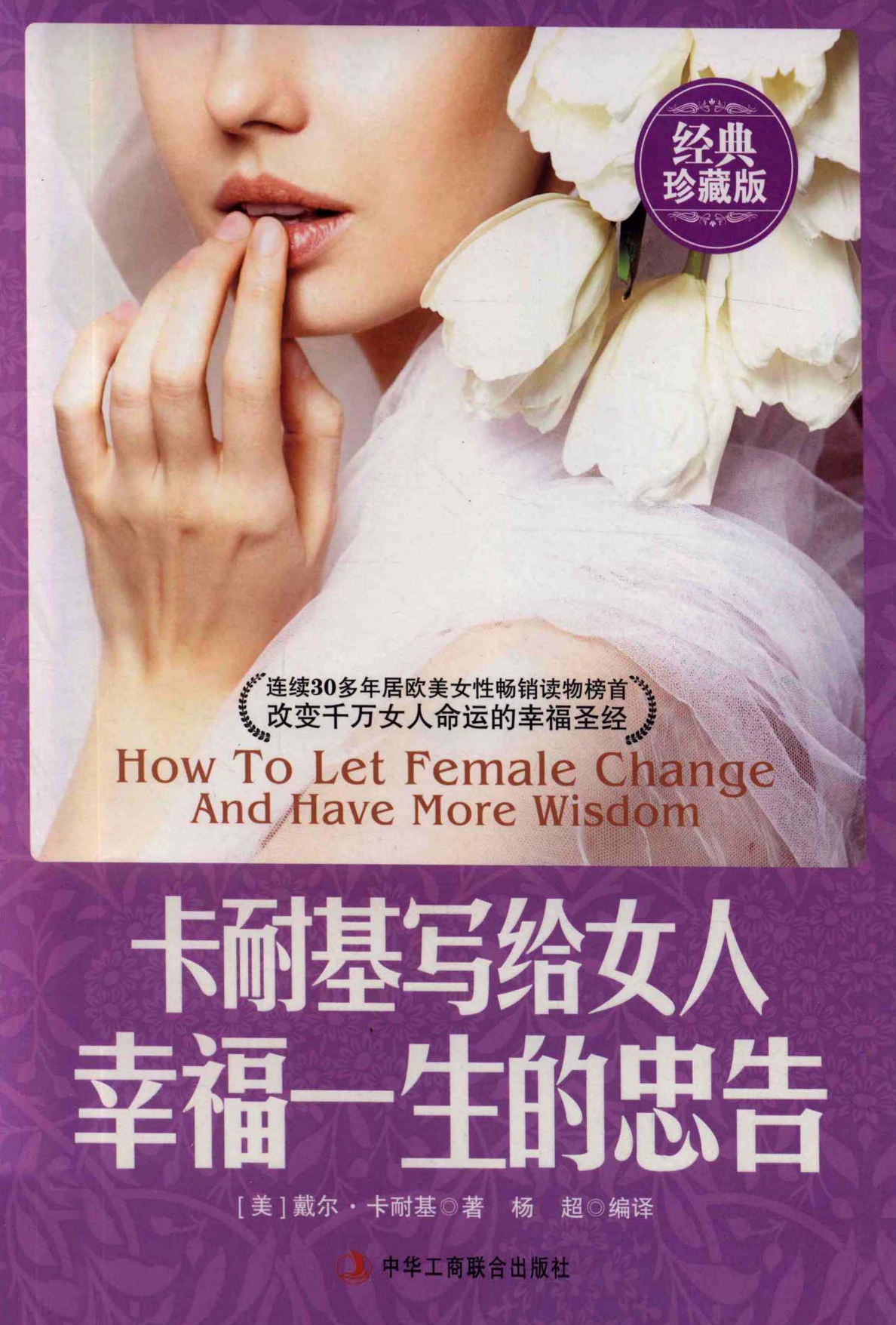


The background of the top half of the cover is a photograph of a woman's face, partially obscured by her hand and a large white flower. The woman has a contemplative expression, with her hand near her lips. The flower is a large, multi-petaled white flower, possibly a peony. The overall color palette is soft and elegant, with purples and whites.

经典
珍藏版

连续30多年居欧美女性畅销读物榜首
改变千万女人命运的幸福圣经

How To Let Female Change
And Have More Wisdom

卡耐基写给女人 幸福一生的忠告

[美] 戴尔·卡耐基◎著 杨超◎编译



中华工商联合出版社

How To Let Female Change
And Have More Wisdom

卡耐基写给女人 幸福一生的忠告

[美] 戴尔·卡耐基◎著 杨 超◎编译



中华工商联合出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

卡耐基写给女人幸福一生的忠告/ (美) 卡耐基著;
杨超编译. —北京: 中华工商联合出版社, 2012. 2

ISBN 978 - 7 - 5158 - 0110 - 0

I. ①卡… II. ①卡…②杨… 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 (2011) 第 245162 号

卡耐基写给女人幸福一生的忠告

原 著: [美] 戴尔·卡耐基 (Dale Carnegie)

编 译: 杨 超

责任编辑: 方 伟 蔡大东

封面设计: 大象设计

责任审读: 郭敬梅

责任印制: 迈致红

出版发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印 刷: 三河市华丰印刷厂

版 次: 2012 年 4 月第 1 版

印 次: 2012 年 4 月第 1 次印刷

开 本: 710mm×1020mm 1/16

字 数: 200 千字

印 张: 14. 25

书 号: ISBN 978 - 7 - 5158 - 0110 - 0

定 价: 25.00 元

服务热线: 010 - 58301130

销售热线: 010 - 58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场 A 座
19 - 20 层, 100044

http: //www. chgslcbs. cn

E-mail: cicap1202@sina. com (营销中心)

E-mail: gslzbs@sina. com (总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题,
请与印务部联系。

联系电话: 010 - 58302915



写给女人

多年以前，我在一家商业学校负责有关人格发展的培训课程。那些学生都是二十几岁准备要到社会上服务的年轻女孩。

有一次，我准备了一份简短的问卷，要求每个学生以不记名的方式填好。其中有个问题是：“你有在 10 年内结婚的打算吗？”答案竟是毫无例外的肯定。另一个问题是：“如果你必须在事业和婚姻之间做个选择，你要选择哪一项？”又是一次完全一样的答案——每个学生都选了“婚姻”。这样的答案对于身为老师的我，意义太重大了！于是我不再向她们强调未来在事业上要如何成功，而开始鼓励她们——能够使她们在老板的眼里变得重要的条件，同样也可以使她们变成贤良的妻子。这种说法真的有效。由此可知，大部分女人都把婚姻看成她们人生的首要“目标”。

所有的女人都希望她们的婚姻是幸福的——而且她们也希望自己的丈夫事业成功。那么，是不是能够找出一套基本的原则，来引导妻子达到这些目标？我想是有的。

在主持卡耐基妇女讲习班（包括人格发展、人际关系与说话技巧等课程）的工作时，我接触到各式各样的妇女问题，使我深深地感受到一个事实，即能够成功地帮助丈夫的妇女只不过是懂得运用一些简单的原则罢了。

本书就是要把这些基本原理整理出来，以便任何一位女人都能轻易地了解和应用。



做女人不容易，做个好女人更难，而做个好妻子是难上加难！

如何成为一个好妻子？如何成为丈夫事业上的好帮手？如何让丈夫幸福快乐？如何让自己的丈夫受人欢迎……本书将教会你如何帮助丈夫走向成功的第一步、如何成为丈夫的好帮手、如何给丈夫额外的推动力、如何面对现实问题、如何防止夫妻之间的陷阱、如何做一个优秀的妻子等日常生活中必不可少的知识。

这是写给女人的一部久享盛名的经典，令无数女性获得了更具活力、更高品质和更令人满意的生活。此书教你细细体味智慧女人、优雅女人、幸福女人的细节，教你如何掌握快乐生活的艺术，帮你迅速成为女人中的极品。此书堪称好夫人、好太太必备魅力指南。



目录

前言.....	1
第一章 为丈夫的梦想扬帆.....	1
1. 帮助丈夫实现梦想 /2	
2. 共同追求新的目标 /6	
3. 使丈夫成为有热忱的人 /11	
4. 提高工作热情的六个规则 /16	
第二章 女人要做好贤内助	21
1. 熟悉他的工作并给予帮助 /22	
2. 让他全身心地投入工作 /28	
3. 适应丈夫在家里工作 /31	
4. 让丈夫坚持做“学生” /34	
5. 和他的女秘书愉快相处 /40	
6. 不要落在丈夫后面 /45	
7. 做他的忠实的信徒 /51	
第三章 做丈夫事业的推动器	55
1. 倾听，充分利用你的耳朵 /56	



2. 不断鼓励他，让他成为理想中的他 /62
3. 学会适应不平凡的丈夫 /69
4. 丈夫的身体由你负责 /73
5. 为了丈夫，宁愿放弃自己的职业 /79
6. 女性也要成就自己的事业 /83

第四章 让你的丈夫感到快乐、幸福 91

1. 做一个温柔可爱的女人 /92
2. 给他留一部分自己的空间 /97
3. 培养属于自己的兴趣 /102
4. 使你的丈夫受人欢迎 /105
5. 改善性格，做个让丈夫感到幸福、快乐的女人 /110
6. 夫妻之间学会共同分享 /115

第五章 好女人必知的爱情魔方 123

1. 做个优秀的家庭主妇 /124
2. 给丈夫一个休憩的港湾 /130
3. 绝不浪费时间 /135
4. 处理家务也要技巧 /140
5. 夫妻要学会共同合作 /145

第六章 给予丈夫最伟大的贡献 151

1. 爱他，并让他自由地生活 /152
2. 帮助丈夫走出失业困境 /156
3. 为你的丈夫喝彩 /160
4. 发扬丈夫的优点 /163



第七章 女人必须防范的生活禁忌..... 167

1. 不要干预丈夫的工作 /168
2. 不要用你的野心改变丈夫 /172
3. 切勿牢骚满腹 /177
4. 不要做无谓的批评 /188

第八章 做一个会理财的好女人..... 195

1. 制订适合家庭的收支计划 /196
2. 你不理财，财不理你 /201

第九章 呵护你的婚姻家庭生活..... 203

1. 婚姻为什么会出问题 /204
2. 共建甜蜜的家园 /206



第一章

为丈夫的梦想扬帆



1. 帮助丈夫实现梦想

每一位妻子所能帮助丈夫的，首先便是帮助他找出对生命的渴求和希望，然后她才能与丈夫精心合作，实现这些梦想。

相爱并不是双目对视——而应该是朝同一个方向注视。只有这样，爱才会延续下去。

· 成功的男人都有清晰的目标

1910年，有两个年轻人合租了纽约市一所廉价寄宿公寓中的一间房子。其中一人名叫戴尔·卡耐基，他是一个来自于密苏里州玉米种植区的幻想家，他没有见过什么世面，现在就读于美国戏剧艺术学院；另外一个年轻人来自麻州乡下，名叫惠特尼。

戴尔告诉我，惠特尼出身农村，和其他穷困的乡下孩子唯一的不同之处是：他决心将来要成为一家大公司的老板。

惠特尼在城里找到的第一份工作，是在一家大食品连锁商店当零售店员。他工作十分努力。为了更好地了解业务状况，他利用午餐时间到批发部门去工作。他这样做虽然不会得到别人的感谢和额外的薪水，但却给老板留下了良好的印象。当一个更好的工作空缺时，老板就想到了惠特尼。



就这样，惠特尼从零售店员升为业务员，然后是部门主管、区域经理，后来升职为高级主管。人们认为他已经很成功了，但他自己却不免会有失望和挫折感——在为这家公司服务多年之后，他感到自己到了尽头，因为公司里有太多的总裁亲戚，这些人职位显赫，能力却根本不如他，他知道自己到死都无法成为公司决策层的高级职员。

但他一直没有忘记自己的目标。当他成为“橘子包装公司”的总裁后，终于实现了梦想。后来，他又创立了“蓝月奶酪公司”。

当年惠特尼初进城时，曾对室友戴尔说：“有一天我要成为一家大公司的总裁。”这句话并不是痴人说梦，他是在坚定自己的内在信念，为自己定下一个目标，以此来鼓舞他人生当中的每一个行动。

为什么惠特尼轰轰烈烈地成功了，而那么多的人却失败了呢？虽然他工作努力——可是别人也和他一样努力。他只是在工作之余自修，但学历应该也不是问题的答案。问题的关键是，惠特尼知道他的目标。当他加班、换工作、学习业务上的新知识时——他所做的一切都是为了这个目标。而其他的人呢？他们却缺乏这种清晰的目标。

漫无目的是这些不能成功者的咒语。他们茫然地找个工作，茫然地结婚生孩子，他们蹉跎岁月，一直在彷徨地期望事情会有所改变，心里却缺乏清楚的欲望和理想。

· 找出丈夫对生命的渴求和希望

纽约市新温斯登饭店成立了一个“跳槽诊断处”，创办人及指导员是安·海沃德，她专门为那些对自己的工作不满意的人士提供参考意见。我花了好几个下午和安小姐讨论失业的问题，她告诉我，大部分上门来求教的人的主要问题，就是不明白自己想要追求什么。因此，她所做的第一件事，就是帮助他们认清自己内心的希望和野心。

每一位妻子所能帮助丈夫的，首先便是帮助他找出对生命的渴求和希望，然后她才能与丈夫精心合作，实现这些梦想。



合著《婚姻指南》的塞默和伊瑟克林夫妇相信，快乐的婚姻需要夫妻具有共同的梦想。至于梦想是什么并不重要——例如一幢新房子，一趟欧洲旅行，或是一个大家庭——共同拥有一个梦想才是最重要的。

“关键在于，”他们说，“对眼前的生活有所希望，然后尽其所能去实现它。快乐、情趣、参与感都会从构思、梦想和希望中获得，从共享胜利与失望、成功与失败中获得。”

堪萨斯州的威廉·葛理翰夫妇的成功便是基于他们有一个共同的梦想。在威基塔，威廉·葛理翰油料公司是一个逐渐受人重视的公司，负责人威廉·葛理翰是主要功臣。在还不到五十岁之前，他就已经从油料经营和投资中赚得可观的利润。同时，葛理翰和他的夫人玛瑞丽还拥有着令人羡慕的婚姻成果——六个健康的孩子，富有、漂亮的家庭，成功的事业——这一切使他们对未来的岁月充满了希望。

我认识威廉·葛理翰已有多多年，当我请教他成功的最大因素时，他回答说：“是我们夫妻长期计划和协调工作。”

他们刚结婚没多久，玛瑞丽就知道了丈夫的梦想和计划，于是他们共同工作，开始做房地产生意，为客户提供房屋买卖信息，从中抽取佣金。除了成功的信念和埋头工作之外，他们没有其他后援。他们将办公室设在一幢办公大楼废弃的通道末端，玛瑞丽在这里负责联络，威廉外出四处拉生意。

开始的时候，业务进展很慢，这对年轻的夫妇必须精打细算，否则全家便要饿肚子。

当业务出现转机之后，他们便自己出钱买房子，再倒卖出去，从中赚上一笔，然后开始自己盖房子。

由于经营状况很好，威廉觉得应该加入一些新行业，以便获得更大的发展机会。

经过几次协商，夫妻俩觉得做石油生意最适合威廉，因为他渴望业务成长以及更多的机会和挑战。于是“威廉·葛理翰石油公司”诞生了，这个公司一直是非常成功的实例。目前，威廉正在制订新的计划，考虑在国



外投资的可行性。只要他有了决定，便会将它付诸实践。当葛理翰夫妇为自己制订计划和选择目标时，总会考虑到威廉所受过的训练、倾向和性格。玛瑞丽说，一旦威廉实现了一个目标，一定会立刻再寻找另一个富有挑战性的难题，以免失去生活的乐趣。在这种共同面对挑战的过程中，他们建立了深厚的感情。

葛理翰夫妇的成功是两个人共同制订计划、实行计划、达到目标的极好证明。没有人能够不瞄准靶心便能击中的，即使会有一点偏失，但至少比闭上眼睛盲目射击更接近靶心。

· 和丈夫朝一个方向努力

“混淆不清，”哥伦比亚大学已故著名教授狄恩·海伯特霍基思说，“正是忧虑的主要原因。”

混淆不清不只是忧虑的主要原因，还是成功的最大绊脚石之一。因此，帮助丈夫出人头地的第一步，便是鼓励他找到生命的重心，制定下一个目标。

作为妻子，你首先应该明白，成功对你丈夫及你的意义是什么。它意味着财富？名望？安全感？权力？为大众服务？满意的工作？

这正是你和你丈夫应该共同回答的一些问题。成功对不同的人有着不同的意义，只有找出成功对你们的意义，才能决定你们共同生活的目标。

做妻子的应该清楚地了解丈夫的目标——如果你想要帮助他实现那些目标的话。不幸的是，有许多例子证明，当双方都有所准备打算着手实施时，却发现两人的方向相左。

假如你丈夫已经明确了自己的志向，不要认为这就足够了，你也应该加入他的长期计划。

“相爱并不是双目对视——而应该是朝同一个方向注视。只有这样，爱才会延续下去。”我不记得这句话是谁说的，但是它的确是对有抱负的夫妇最好的忠告。

记住，成功的第一步是：帮助你的丈夫实现他的梦想。



2. 共同追求新的目标

当一个目标实现之后，马上定下另一个新目标，这才是成功的人生模式。因此，我们要跟自己的丈夫合作，共同追求新的目标。在携手实现这些目标的过程中，你们会像再次度蜜月一样甜蜜无比。

· 婚姻生活的最大乐趣

婚姻生活的最大乐趣，就是夫妇俩共同实现一个又一个目标。在携手实现这些目标的过程中，你们会像再次度蜜月一样甜蜜无比。

尼克·亚历山大最渴望实现的目标是上大学。因为他从小在孤儿院长大。那是一座老式的孤儿院，孤儿们从早上5点工作到日落，伙食极差，分量又不够，尼克根本没有条件上大学。

尼克是一个聪明的孩子——他太聪明了，14岁就从中学毕业。但是为了生存，他开始步入社会谋生。他在一家裁缝店里操作缝纫机，14年来，他一直在这家裁缝店工作，却始终没有攒足上大学的钱。

虽然如此，尼克·亚历山大还是幸运地娶了一个女孩，她愿意帮助他实现上大学的梦想。但事情可并不如他们想象的那么容易。在他们结婚之后没多久，裁缝店开始裁员，尼克丢掉了工作。于是，这对年轻的夫妇决



定自己闯天下。他们把存款聚集在一起，开了一家“亚历山大房地产公司”，尼克的太太特丽莎甚至把订婚戒指也卖掉了，以便增加他们那笔小小的资本。

在两年之内，他们的生意十分兴隆，于是特丽莎坚持让尼克去上大学。在36岁的时候，尼克终于获得了学位——这是他在人生道路上所抵达的第一个里程碑。

毕业后，尼克又回到了房地产事业，成为夫人的生意合作伙伴。不久，他们又有了一个新目标——买一幢海边的房子。终于，他们也实现了这个梦想。

他们就这样坐下来享受轻松了吗？呵，才不会呢。他们还有一个小女孩需要教育。如果他们能把商业大楼的分期付款缴清，并把大楼变成公寓出租，那么所得到的租金就能付孩子上大学的费用了。他们一心一意要达到这个目标，后来也终于做到了。

亚历山大夫人告诉我，他们目前正在为退休保险金努力，尼克单独主持事业，特丽莎则照顾家庭。

亚历山大夫妇过着一种忙碌、幸福、成功的生活，因为他们前面总是有一个共同目标，使他们有一个共同努力的方向。他们已经发现了萧伯纳这句话的真理：“我厌弃成功。成功就是完成所做的事，正如雄蜘蛛一旦授精完毕，立即会被雌蜘蛛刺死一样。我喜欢不断地进步，目标永远在前面，而不是在后面。”

· 为丈夫制定奋斗目标

许多男人一辈子迷迷糊糊，因为他们没有真正的目标，总是得过且过。而那些从人生中收获最多的人，都是警觉性高、积极等待机会，机会一到马上就能看出来并抓住它的人。他们都有一个确定的目标。

为了帮助丈夫制订长期计划，妻子最好是把每五年划分为一个阶段。你可以这么计划：“在五年之内，他拿到大学文凭，准备升迁；在十年内，



他就可以升为业务主管了。”

上一节我们提到的安·海沃德引用了她的一位顾客所说的话：“我希望我丈夫永远不会感到自我满足而停滞下来。我们结婚五年了，每年都有一个目标——首先，是他的学位；接着是进修课程；然后是一年的自由投稿工作；现在是他自己的事业。他对自己充满了自信，我也相信他能成功。而一旦他告诉我他的钱够了，教育够了，经验够了，我就知道蜜月已经结束了。”

有一句古语说：“不论现在你抓在手里的是什么，别忘了最终的结果，那你就不会失去什么了。”

当一个目标实现之后，马上定下另一个新目标，这才是成功的人生模式。因此，我们要跟自己的丈夫合作，共同追求新的目标。

· 自己也要做个坚强的女人

在几十年前的一个严冬之夜，在北部密歇根茂密的丛林附近，发生了一幕惨剧：弗兰克·邦德医生摔倒在冰天雪地里，不久就死了。

自从这位仁慈的名医弗兰克·邦德携家属居住在这丛林地带以后，这里一些贫苦的患者犹如找到了一位“慈父”。他们从此不再畏惧病魔，即使生病也不再害怕了，因为这里已经有了“救星”。过去这里的人们不知道“医生”，也不知道“病”是可以医治的，他们只能等其自然痊愈，一旦不幸病重死了，他们也认为这是“天意”。而一般医生也不愿到这种地方去。

这天晚上，邦德医生又被病人家里请去拯救一个危急的病人。当他准备妥当，吻了吻他的妻子，又说了几句夫妻之间的私话之后，就匆匆忙忙地出门了。

谁想到这几句话，竟是他最后的遗言。5分钟后，这位仁慈的名医，就摔死在冰冷而坚实的地上。原来，有一个淘气的孩子想和邦德医生开一个玩笑，就在他背后偷偷地用雪球打他。谁知道，邦德医生因此摔倒在地上死了。



4000 美元保险费，一个独生子，以及巨额的负债——这就是邦德医生遗留给他可怜的遗孀卡丽杰考白·邦德的全部财产。

向来体弱多病的她，突然间遭此惨变，怎么会不悲恸欲绝呢？但她现在必须开始独自肩负起家庭的重担。可是，除了一点儿管理家庭和抚养孩子的经验以外，她还能做什么呢？如果让她去经商，不更是没有经验吗？

许多人可怜她，也愿意帮助她，但都被她婉言谢绝了。她带着唯一的爱子，来到芝加哥，终止了和各亲友之间的往来，准备和命运抗争。

她起先做了些买卖，结果完全失败了。后来，她开始写些歌曲，但出版商们不愿出版。

15 年后，邦德夫人完成了一首新曲《一日终了》，想不到她从此一鸣惊人。此曲在很短时间内便卖出了 600 万份，她也因此而一次获得 25 万美元报酬。

你们羡慕她吗？但是要知道，这可是她经过 15 年的艰苦而长期的奋斗才得到的啊。她刚开始作曲时，即使 5 美元一曲也没有人要。那时，她付不起房租，到了冬天，因为天冷而整天不敢离床，因为她连买木柴的钱都没有。从此以后，她更穷了，每天只能吃一餐饭，而讨债的人却接连不断，搬走了她屋中的全部家具，只给她留下一点点的生活费。

她坚忍地在艰苦的环境下奋斗，依然不间断地作曲。在此期间，她完成了许多名曲，《我真的爱你》便是其中之一。

她穷得买不起稿纸时，就用包东西的纸作曲子；她没钱买油点油灯时，就在微弱的烛光下写作。

有一次，她想在一个音乐杂志上刊登一小则广告，为自己的作品宣传，可是她没有那么多钱，于是她忽然异想天开，主动替该杂志的女主笔缝制衣服，以此来折付广告费用。

当她第一次参加演出时，唱了自己写的歌曲，但整整一个晚上的报酬只有 5 美元。后来，她的声誉逐渐提高，被英国知名人士佛兰克·麦凯夫人聘请前往伦敦，她只演唱 12 分钟，就得到了 100 美元，而且路费还没算