

世界成功学第一书

戴尔·卡内基成功学教育全书⑧

写给女人

怎样成为世界上最有魅力的妻子

〔美〕

陶乐丝·卡内基
戴尔·卡内基 著

中国妇女出版社
China Women Publishing House

世界成功学第一书

戴尔·卡内基成功学教育全书⑧

写给女人

Writes For The Women

怎样成为世界上最有魅力的妻子

[美] 戴尔·卡内基 陶乐丝·卡内基 著

沈秋园 刘超 译

中国妇女出版社

图书在版编目(CIP)数据

写给女人:怎样成为世界上最有魅力的妻子/(美)
卡内基,(美)卡内基著;沈秋园,刘超译. —北京:
中国妇女出版社,2006.2
(戴尔·卡内基成功学教育全书)
ISBN 7-80203-252-0

I. 写... II. ①卡... ②卡... ③沈... ④刘...
III. ①婚姻-通俗读物 ②女性-修养-通俗读物
IV. ①C913.13-49 ②B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 143993 号

写给女人:怎样成为世界上最有魅力的妻子

著 者:(美)戴尔·卡内基

图书策划:施袁喜

责任编辑:施袁喜

责任印刷:王卫东

装帧设计:点睛工作室+晨光录排中心

出 版:中国妇女出版社出版发行

地 址:北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码:100010

电 话:(010)65133160(发行部) 65133161(邮购)

网 址:www.womenbooks.com.cn

经 销:各地新华书店

印 刷:北京集惠印刷有限公司

开 本:730×970 1/16

印 张:12.5

字 数:160 千字

版 次:2006 年 2 月第 1 版

印 次:2006 年 2 月第 1 次

印 数:1-6000 册

书 号:ISBN 7-80203-252-0/G·25

定 价:19.80 元

版权所有·侵权必究(如有印装错误,请与发行部联系)



亲爱的陶乐丝，如果我们珍视自己所拥有的东西——那是比阿里巴巴的宝藏更大的财富——我们每天就可以免费得到“快乐医师”的服务。

一个人，会以1000万美元的代价出售他（她）的双眼吗？一个人的双脚价值多少？他（她）的双手呢？他（她）的听力呢？他（她）的子女、家庭呢？我们不妨计算一下我们的全部财富有多少。我们会发现，即使以洛克菲勒、福特和摩根三大财阀的资产总额交换，也没有谁会卖掉自己所拥有的东西。

——戴尔·卡内基致陶乐丝·卡内基的信



卷首语

出生于美国西部贫困地区的戴尔·卡内基青少年时期自卑、怯懦，患有轻度忧郁症，饱受奚落、嘲笑，甚至想过以自杀的方式了此余生。但他最终选择自强，运用心理学知识及人类共同的心理特点进行探索和分析，从百般痛苦煎熬中浴火重生，并开创和发展了一种融合演讲术、做人处世、推销和管理等的训练方式，影响了美国成千上万的人的生活。

《写给女人》是卡内基的妻子陶乐丝根据卡内基人际关系学理念，并结合自身作为女性的聪慧、敏感、才华编写而成的一部女性日常生活教科书。全书以妻子如何持久地赢得丈夫的爱为切入点，娓娓地道出了成为“世界上最魅力的妻子”的秘诀。在陶乐丝看来，要让丈夫一下班就迫不及待地往家里赶而不留恋外面的风景，妻子的形象、气质、风度、一些可爱的小伎俩、性爱表现、甜蜜的悄悄话、自我进步、自立能力、家居布置，甚至一个烟灰缸的选择与摆设都至关重要。而所有这些女人必须的修为，卡内基夫人都在书中提供了具体、细致、有效的指导。几乎每一个能平添女性魅力、抓住丈夫之心的细节，卡内基夫人都在书中一一为你道破。在所有的女性读物中，卡内基夫人的著作堪称女性的贴心读物。

而卡内基则为读者提供了数十位世界上最伟大的女性的简约传记，读者可以从那些甚至改变了历史进程的伟大女人的成长经历中受到激励，从而改变自己的命运。

怎样成为世界上最有魅力的妻子

- 为丈夫制定一个目标/3
- 帮助丈夫靠近目标/8
- 做一个有魅力的妻子/11
- 选择两个丈夫中的一个/19
- 聆听丈夫/24
- 做丈夫忠诚的支持者/30
- 如何与丈夫的女秘书相处/34
- 处变不惊的能力/39
- 做好妻子是毕生的事业/43
- 你的丈夫是否与众不同/46
- 不要被埋没/50
- 男性的冒险天性/54
- 不要强人所难/58
- 如何摆脱丈夫/63
- 千万不要唠叨/67
- 帮丈夫塑造健康体质/73
- 做好家庭预算/79
- 做一个柔情似水的妻子/86
- 骄傲地做主妇/90
- 营造一个甜蜜的家/93
- 合理利用时间/99
- 如何让丈夫可爱起来/105
- 展现丈夫的魅力/110
- 深沉的爱情/115
- “好妻子”必修课/122

性爱贴身手册/134

离婚后怎么办/140

世界上最伟大的女人

科学女杰居里夫人/147

海伦·凯勒/151

埃及艳后克丽奥巴特拉/154

俄国女皇凯瑟琳/158

俄国女公爵玛丽/161

电影明星嘉宝/163

“小妇人” 爱尔考特/167

神怪小说家蕾妮哈特/169

最早的电影明星碧克芙/173

好莱坞巨星辛迪·克劳馥/176

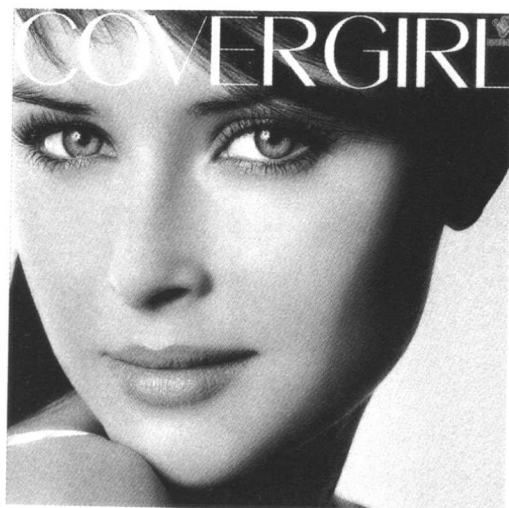
个性影星凯瑟琳·赫本/179

女作曲家邦德夫人/182

传奇女教士安蜜瑟/185

“灰姑娘” 海伦·吉普森/189

拿破仑的妻子约瑟芬/192



Writes for the Women

上 卷

怎样成为世界上最有魅力的妻子



Writes for the Women

为丈夫制定一个目标

很多年以前，有两个年轻人租住在纽约市的一幢廉价公寓里，他们中的一个来自密苏里州玉米种植区年少无知的梦想家戴尔·卡内基，另一个是乡下小伙子惠特尼，他出生在马萨诸塞州。

和很多乡下孩子一样，惠特尼家境贫困，但他的与众不同之处是：他决心成为一名大企业家，并对此深信不疑。

惠特尼供职于一家大型食品连锁商店，是那儿的零售店员，这是他在这座城市找到的第一份工作。为了在最短的时间内熟悉店内的业务情况，他自愿利用吃午餐的时间到批发部门去帮忙。虽然没有人因此而感谢他，他也没有因此得到额外的报酬，但在一个较好的职位空缺时，老板首先想到了惠特尼，很放心地让他去负责那项工作。

时光流逝，惠特尼也不断得到提升，从起初的零售店员升为业务员，接着升为部门主管，后来成为区域经理。当然，在前进的过程中，失望和挫折总是难免。工作多年后，他察觉到自己的发展进入了停滞状态，因为在这家公司里总裁的亲戚太多，他基本上已经





没有了升迁的可能。他很快换到另一家公司工作，但这里的提升条件是要有足够深的资历，继续发展的空间非常狭小。他清楚地认识到，自己不可能成为这家公司里拥有决策权的高层职员。然而，在任何处境之下，他始终咬定自己的目标不放，通过不断努力，他先后成为橘子包装公司和蓝月乳酪公司的总裁，实现了自己的目标。

“将来一定要成为一名大企业家。”这位乡下小伙子在纽约市让人生厌的廉价公寓里对室友说。不要把这看作是白日梦，人生一定要有梦想，只要信念坚定，方向明确，不断调整生活中的一切行为朝着这个梦想努力，要实现它们只是时间的问题。

是什么帮助惠特尼实现了自己的梦想，而许多人在激烈的竞争中却无奈地远离了自己的目标呢？

不错，惠特尼很努力地工作，但别人也同样勤奋，甚至比他付出得更多。是因为学历问题吗？但他学习的时间仅仅是工作之外的业余时间，所以说问题也不在这里。根本的原因在于，他对自己的奋斗目标非常明确。他义务干额外的工作，变换职位，不断地掌握新的技能，他所做的一切，都是为了实现自己的目标。

漫无目标绝不是成功者的习惯。许多人，哪怕是成家立业者，也稀里糊涂地混日子，正因如此，他们离成功也就更远了。如果自己对于人生没有明确的目标，就算有改变现状的决心也无济于事。安·海奥德在纽约市的新温斯顿饭店开办了一个职业咨询所，专门为对工作不满意的人提供建议。好几个下午，我都与安小姐讨论关于失业的问题。她说，从我们的经验来看，大多数人的问题在于“根本不知道自己想要什么”。对这样的人来说，她们要做的第一件事就是明确自己的目标。

如果说丈夫的理想就是妻子的理想的话，那么，妻子帮助丈夫寻求那个理想是理所应当的事。在这之前，你们一定要明白让你们能为之努力一生的渴望到底是什么。

拥有共同的理想是幸福的夫妻生活不可缺少的，至于那个理想



是买一幢新房子，还是能够去环球旅行并不重要。最关键的是，那一定是你们两人共同的理想。接下来要做的，也是最重要的事情，就是坚定信心，为你们的目标全力以赴。你已经体会过两个人共同描绘将来的美好生活所带来的美妙情趣了吧，你也将在实现它的过程中，品尝成功或者失败的滋味。正因为这样，威廉·戈里翰夫妇才会取得成功。威廉·戈里翰油料公司在他们的精心指导下，逐渐成为引人注目的大公司。当然，这些成绩主要归功于威廉·戈里翰，他的公司所取得的超高利润是经营油料行业所罕见的，而他取得这些令人羡慕的成绩时还不到50岁。威廉·戈里翰夫妇所取得的成绩还不止于此，他们还拥有6个健康可爱的孩子、一个富有而温馨的家，以及他们那蒸蒸日上的事业。

威廉·戈里翰和我是很多年的朋友，当我向他请教决定成功与否的关键因素究竟是什么时，他这样回答我：用坚持不懈的努力配合长远的计划。

在威廉·戈里翰夫妇进入房地产行业的时候，他们还没有度过新婚期，工作主要是以介绍房屋给客户来提取劳务费。他们告诉我，当时他们只知道一心一意朝着成功的方向去努力，对工作一丝不苟。虽然在条件很不好的办公室里完成他们所有的生意，但是他们很珍惜这间在办公大楼的一段废弃通道末端的工作场地。万事开头难，那时妻子玛瑞莉主要负责联络，而威廉则在外面到处招揽生意。尽管这样，业务还是进展缓慢，只能得到很少的收入，勉强维持着生计。他们为了不饿肚子，不得不精打细算地过每一天。

后来，他们的生意逐渐多了起来，这使他们有了一点点的积蓄，并用这笔钱买了一套房子，再卖给别人赚了一大笔钱，他们再用这笔钱来盖自己的新房子。他们公司的经营在这时已经走向成熟，一切情况都很好。刚有了一些多余的精力，威廉就开始计划着下一步再涉足另一些新的行业。

威廉希望把自己的事业扩展到更宽的领域，在大家的一致同意





下，威廉决定进入石油行业，因为这个行业富有的挑战性和商机，对于年轻的威廉来说，再适合不过了。威廉·戈里翰石油公司就这样诞生了，后来这个公司的经营经验被公认为是成功的典范。

接下来，威廉和玛瑞莉又把眼光投向了国际市场，用投资的方式开拓更多的经营项目。无疑，只要是他们认定的计划，就会马上付诸行动去实现它。

这对夫妇在制定事业计划的时候，一般会从威廉的性格、教育程度和兴趣爱好等角度来考虑。玛瑞莉告诉我，一旦威廉实现了一个目标，那么我们马上就制定好了另一个更加有趣而富有挑战性的计划，不然的话，不知道我们的生活将会多么乏味。因为他们在这个问题上达成了共识，所以才能够建立一种特别的生活方式，并且获得成功。

成功的过程必须具备制定计划、实践操作、实现目标等步骤。威廉·戈里翰夫妇的成功正好验证了这个过程。与此相同的是射击，就算会存在丝毫的偏差，难道瞄准靶心射击不比盲目射击会取得更理想的效果吗？

已故的哥伦比亚大学的著名教授狄恩海波特·郝基斯说过一句名言：“思绪不清是造成烦恼的原因。”事实上，思绪不清不光是造成烦恼的原因，它还是成功的最大威胁。所以，假如你们有成为成功人士的愿望，首先应该做的，就是与你的丈夫一起，明确你们生命中的真正主题，并围绕它建立奋斗的目标和长远的计划。

你有没有和你的丈夫相互沟通过你们心目中的成功是什么？是家财万贯，还是位高权重？是能够帮助别人，还是有个适合的工作？

这个问题是你和你的丈夫不能回避的。成功的标准在不同人的心目中千差万别，每个渴望成功的人，必须清楚自己对成功的定义，确立人生的目标。

作为妻子，做什么才能帮助丈夫呢？第一步就是要明白丈夫的愿望。有很多夫妻在开始为创业做准备的时候，悲哀地发现自己根

本不知道对方的想法。

即使你的丈夫已经明白自己的目标，那也不能表明你可以高枕无忧地等待成功的到来。绝不要忽视你在创业过程中的重要作用，因为你们的长期计划绝对不能少了你的帮助。

曾经有人说过这样一句话：“相爱的意义不是双目凝视，而是两个人注视着同一个方向。”说这句话的人不一定是个出名的人，但它的确是个真理，对于有获得成功梦想的夫妻，这句话无疑更有意义。



写给女人——怎样成为世界上最有力量的妻子
Writes for the Women



Writes for the Women

帮助丈夫靠近目标

在一所老式的孤儿院里孤儿们过着非常不好的生活，不但他们的饭食很糟糕，还经常吃不饱。即便是这样，孩子们也得干活，从清晨五点开始，直到太阳落山为止。尼科·亚历山大就在这家孤儿院长大，能够上大学是他从小的愿望。

尼科聪明过人，完成中学学业的时候他才 14 岁。然后他找到了工作，在一家裁缝店里当缝纫机的操作员，开始自食其力。他一直在这个裁缝店里工作，整整 14 年。后来，这个裁缝店加入了工会，不但缩短了工人们的工作时间，还提高了薪水。

在这 14 年里，尼科·亚历山大结了婚，更幸运的是，他的妻子非常愿意帮助他实现梦想。但生活并不总是那么顺利，在他们刚结婚不久，裁缝店为了节省开支裁员，尼科也在被裁之列。对于这对年轻的夫妻来说，这也成为一个契机，使他们下定决心自己创业。他们拿出了全部的积蓄，为了尽可能地增加这笔小小的创业基金，妻子特莉莎将自己的订婚戒指都变卖了。然后，他俩的亚历山大房地产公司开业了。



他们的业绩显著，公司虽然不大但发展得很快，两年之后，特莉莎鼓励尼科去上大学。在他获得学位实现人生第一个愿望的时候，他36岁。然后，尼科又与妻子一起，共同经营他们的房地产公司。这时，夫妻俩将拥有一套海滨别墅定为新的奋斗目标，而且他们在不久之后就实现了这个目标。

现在，他们是不是停下工作，开始享受生活了？不，因为他们有一个正在读书的女儿。于是他们计划用分期付款的方式收购商业大楼，接着将大楼改造成对外出租的公寓，然后用出租公寓获得的租金供孩子上大学。他们很努力，花了很长的时间，但最终实现了他们的梦想。

特莉莎告诉我说，他们现在正为自己的退休保险金而努力，夫妻俩也有了分工，尼科全权负责工作，她则将全部精力用于照顾家庭。你们看，亚历山大一家的生活总是很忙碌，而且也过得非常幸福和成功。因为前面总有一个目标在激励着他们，使他们始终为此奋斗，他们需要做的是尽自己最大努力朝着这个明确的方向迈进。萧伯纳说过一句名言，“我不希望成功”，他们将它作为座右铭。

成功是独自完成生活中全部的事，好比雌蜘蛛会毫不犹豫地刺死完成授精的雄蜘蛛一样。我希望一直往前走，因为永远都有新的目标在前方等着我到达，而不是留恋身后的成就。

不知道自己需要什么的人，也不会确立生活的目标，就那样漫无目的地走完自己的一生。拥有非常清楚的目标并坚定地为之努力，保持敏锐的感觉，耐心地等待机遇，当机遇出现时牢牢将其抓住，这样的人往往能够从生活中受益匪浅。

制定长期的计划最适宜时限是五年。例如可以这样计划：马克在五年之内获得大学文凭，然后就开始工作，那么再过五年，他就有可能晋升经理了。

一位非常明智的女士这样说：“我和丈夫在结婚后的五年里，每年都制定一个新目标：首先他得获得学位，接着再去进修，后来的



一年里他成为一名自由撰稿人，现在他正为了自己创业而忙碌着。我知道，当他告诉我他已经获得了足够的学历，足够的资历，并拥有了足够的财富的时候，也就是我们的蜜月结束的时候，我们要准备迎接新的生活。我希望，我的丈夫对现状永不满足，永远不要停滞不前。”

“不论你现在怎么样，如果你害怕感受失落，那就永远记住你的梦想。”这是一条真理。因此，要拥有真正的成功生活，现在就与自己的丈夫一起，不断树立新的目标，并一个一个将它们实现。重要的是，永远不要让自己感到满足。

