

世界上

最有魅力的女人

[美] 卡耐基 ● 著 张家林 ● 编译

吉林大学出版社



【成功学经典书系】

世界上

最有魅力的女人

【美】卡耐基●著 张家林●编译

吉林大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

世界上最有魅力的女人/ (美) 卡耐基 (Carnegie, A.) 著;
张家林编译. — 长春: 吉林大学出版社, 2009. 2

(成功学经典书系)

ISBN 978-7-5601-4110-7

I. 世… II. ①卡… ②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 (2009) 第 011862 号

书 名: 成功学经典书系

世界上最有魅力的女人

作 者: (美) 卡耐基 著 张家林 编译

责任编辑、责任校对: 陈颂琴

吉林大学出版社出版、发行

开 本: 787×960 毫米 1/16

总印张: 192 总字数: 2128 千字

ISBN 978-7-5601-4110-7

封面设计: 清水设计工作室

三河市鑫利来印装有限公司印刷

2009 年 3 月 第 1 版

2009 年 3 月 第 1 次印刷

总定价: 288.00 元 (全八册)

版权所有 翻印必究

社 址: 长春市明德路 421 号 邮 编: 130021

发行部电话: 0431-88499826

网 址: <http://www.jlup.com.cn>

E-mail: jlup@mail.jlu.edu.cn

前 言

在人生舞台上，无论扮演哪种角色，人人都希望自身能像一块磁石一样，把周围的人牢牢吸住，而作为女人更是如此。让人欣赏、让人喜欢、让人赞叹，魅力像一个美好的梦蛊惑着每一个女人。

有位作家曾经这样比喻女人的魅力：“魅力仿佛是盛开在女人身上的花朵。有了它，别的都可以不要；没有了它，别的都管不了事。”可见，魅力在于女人是何等重要。

为了让自己变得魅力四射，你也许穿过漂亮的衣服、化过亮丽的彩妆、戴过昂贵的手饰，但当你换下它们站在镜前仔细审视自己的时候，你可能会发现自己依然是原来的自己，并没有因此而变得魅力无比。那么，如何才能成就一个有魅力的女人呢？

《世界上最魅力的女人》将给予你最满意的答复。这是一本品位女人的处世圣经，它会让每一位女性都意识到：魅力并不专属于某一位女人，它也不是名气与金钱的附属品；它不是简单地拥有美丽的容颜，也不仅仅是得体的打扮，它是一种内在与外在的完美结合，是一种独特的品味。没有谁能容颜不老，然而，魅力是女人一生用之不尽的财富，有魅力的女人总是让人心动，令人惊叹。

本书以魅力、气质、情调、幸福、成功为主题，汇集了女人生活中的种种问题，并配以许多鲜活生动的事例，详细分析了女性认识自我、完善自我、提升自我魅力需具备的诸多因素，并以睿智的笔触，为每一位女性朋友点燃魅力之灯、缔造成熟之美、塑造气质之美、撷取幸福之花、踏上成功之路，提供了切实可行的人生指导和精神启迪。

打开本书，在袅袅清茶或幽幽咖啡的清香里捧读，你会领略到作为女人的每一缕阳光。在这里，有你想知道而还不知道的事情；在这里，有许多秘密的公开，也有许多公开的秘密；在这里，你会找到激励丈夫成功的方法；在这里，你会寻找到赢得丈夫真心的技巧……。这是一部魅力女人的百科全书，关于女人魅力的事，应有尽有。

目 录

第一章 做一个有魅力的女人

- 1. 女人渴望美丽 (1)
- 2. 魅力如同女人的生命 (2)
- 3. 怎样才是魅力的女性 (4)
- 4. 智慧的美 (5)
- 5. 女人美的标准 (6)
- 6. 气质美能改变一个人 (9)
- 7. 什么样的女人最美 (10)
- 8. 魅力随想 (12)

第二章 让自己的风姿卓越

- 1. 露出亲切的笑容 (14)
- 2. 知道自己的笑容特征 (15)
- 3. 不要故意遮掩笑 (16)
- 4. 让你的目光也充满魅力 (18)
- 5. 用表情展示你的魅力 (19)
- 6. 声音是女人裸露的灵魂 (20)

7. 仪态:女人永远的魅力 (24)
8. 学会谦恭文雅 (25)

第三章 做个有情调的女人

1. 大家闺秀 (27)
2. 闺房情调 (29)
3. 雅致的韵味 (30)
4. 水中盛开的一种芙蓉 (32)
5. 让自己高雅起来 (33)

第四章 迈出成功的第一步

1. 提高“热心商数”的六种方法 (35)
2. 再立下下一个目标 (39)
3. 告别一个人的孤独世界 (41)
4. 帮他决定将来的方向 (42)
5. 婚姻的玫瑰园 (46)
6. 女人永不知足 (48)
7. 关注他就是关注自己 (49)

第五章 帮助丈夫成功

1. 当他忠实的“信徒” (58)
2. 学会倾听 (61)

3. 赞赏使他成为理想的人 (67)
4. 支持丈夫的职业 (71)
5. 如何与他的女秘书相处 (73)
6. 鼓励他做自己喜欢的工作 (78)

第六章 为丈夫分忧

1. 丈夫工作过量时要怎么办 (88)
2. 丈夫调职时 (91)
3. 不要被丈夫遗落在背后 (94)
4. 爱情,需保留一点“自私” (101)
5. 他需要你的配合 (103)
6. 他的工作在家里 (106)
7. 甘愿付出多一点 (108)

第七章 导致丈夫失败的问题

1. 一种对付意外的天分 (118)
2. 当机会来到你面前 (121)
3. 不要干预他的工作 (127)
4. 幻灭是成长的开始 (131)
5. 为什么男人会离家 (133)
6. 真情献给你的玫瑰 (140)
7. 喋喋不休是危险的 (142)
8. 幸福的结局在哪里 (147)

第八章 如何使丈夫幸福

1. 培养属于自己的嗜好 (149)
2. 让他单独享受一种嗜好 (152)
3. 她是多么温柔可爱 (157)
4. 时常称赞丈夫 (160)
5. 使他广受欢迎的方法 (165)
6. 塑造丈夫完美形象 (170)

第九章 简单生活的魅力

1. 金钱在婚姻中扮演什么 (190)
2. 在朦胧的婚姻中不要太清醒 (191)
3. 没有完美幻想的婚姻最幸福 (193)
4. 婚姻是女人追寻的目的 (197)
5. 婚姻中的爱情最完美 (198)
6. 面对绝望的婚姻, 尽早决断 (200)
7. 分手时不妨洒脱一些 (202)
8. 婚姻关系显神通 (204)
9. 爱情能使情侣相貌相仿 (206)
10. 摸透男人心 (209)
11. 婚姻是一条很长很长的路 (211)
12. 夫妻为何共患难易, 同富贵难 (212)
13. 夫妻间的心理平衡 (214)
14. 夫妻间的磨合 (216)
15. 爱情八分足够了 (218)

16. 第三者是输家	(220)
17. “感情走私”了怎么办	(222)
18. 保留“秘密”并非不信任	(224)
19. 爱情需要更新	(226)

第十章 赢得丈夫真心

1. 上帝派我来管教你	(228)
2. 爱的悲伤	(229)
3. 给丈夫留足面子	(231)
4. 需要有一个深情的他	(232)
5. 永远忙不完的家事	(235)
6. 不要过于迁就丈夫的恶习	(238)
7. 社交场合的另一半风采	(239)
8. 如何识别丈夫的“花心”	(243)
9. 如何面对丈夫的“不忠”	(244)
10. 如何抵御婚外异性的诱惑	(246)
11. 在家的丈夫为何话少	(248)
12. 物欲世界给家庭布满陷阱	(250)
13. 兼顾事业和家庭太难了	(252)
14. 小天使的重要性	(255)
15. “牺牲”的乐趣	(259)
16. 与幸福有约	(260)
17. “好妻子”的定义	(262)
18. 懂得珍惜彼此的差异	(264)
19. 当好家里的“财政部长”	(270)

第十一章 营造家庭氛围

1. 掺了智慧的家庭烹调 (273)
2. 真高兴回到家里 (278)
3. 伟大的家庭主妇 (284)
4. 爱是家庭幸福的源泉 (286)

第十二章 你给予丈夫是伟大的贡献

1. 你是丈夫家里的同事 (294)
2. 让我们增加爱情的深度 (300)
3. 有一说一,有二说二 (305)
4. 别让爱情带走你的从容 (307)
5. 优雅地接受道歉 (310)
6. 不再把她当做一个被宠的小孩 (314)
7. 不要火上浇油 (317)
8. 接受合理的批评 (319)
9. 让自己高兴起来 (321)
10. 温和地责备对方 (324)

第十三章 怎样做一个成功的女人

1. 职场关系网 (328)
2. 敢于竞争且善于竞争 (330)

3. 成功付出的代价	(334)
4. 展现自我的才华	(337)
5. 到群体中去体验	(339)
6. 努力争取自己的获得	(340)
7. 你要大胆地拒绝	(341)
8. 做精明的女冒险家	(342)
9. 用女人天生的优势来生存	(344)
10. 你最雄厚的资本是时间	(346)
11. 现代女性“自强术”	(347)
12. 让步是成功的捷径	(350)
13. 让自己忙碌起来	(352)
14. 工作是你生命中的必须	(354)
15. 将工作看成赏心乐事	(357)
16. 我们不晓得怎么办	(359)
17. 学会轻松地解决问题	(360)
18. 获得智慧的最佳方法	(361)
19. 不放弃自己的事业	(363)
20. 嫉妒会让你活得很不轻松	(365)
21. 事业和家庭都是一种幸福	(366)
22. 巧妙避开单位“性骚扰”	(368)
23. 用自己的双肩去承担困难	(370)

第一章

做一个有魅力的女人

1. 女人渴望美丽

女人需要旁观者的眼睛来认识她们的价值，来帮她们自我挑选。男人的眼睛，就是她们的记分牌。

风姿绰约，仪态万千，渴望美丽是每一位女性的梦想。请注意电视广告中的模特儿怎样迷醉于自己的长发；她的手指妩媚诱人梳过波浪起伏的曲髻，双眼惬意地半闭着。再注意她是怎样在洗脸之后将一种新的美容霜搽在自己的肌肤上的。这都是典型的女人表现。这位女人想象一个男人看到她、触到她时会有何种反应，以及她自己如何响应，当她在想象中体验到这种响应时，便心潮起伏。

一位容貌娇好的女人为一个晚会而穿着打扮：“镜子可以给我发放出门的通行证。”一个女人说道，“也可以使我一整天情绪低落”。

“对着镜子狂喜，”西蒙·德·波娃这样描述女人的自我反应。

2 | 世界上最有魅力的女人

女人们的容貌，对于决定谁是她们的朋友，她们有什么样的群体，她们和谁约会，都是至关重要的。如花似玉或者相貌平平，将决定女人的生存环境。世界朝漂亮姑娘微笑。老师们希望她品格好、表现好，男人们希望她值得深交。那些富有魅力的职业，她唾手可得。在任何社交场合，她不必像相貌平平者那样去费力地吸引别人的注意。在另一方面，她会告诉你，人们可能设想她好虚荣，“不脚踏实地”，“女人们觉得你在追求他们的男朋友。”漂亮女人如是说。

2. 魅力如同女人的生命

女人在意于自己的魅力就如同在意于自己的健康生命一样。她们会全身心地投入对自身魅力的培养中，由内而外，运用多种先进手段来打扮自己，美化自己，使自己成为名副其实的的魅力四射的女人。

我们作了一个心理学实验：令男女两人同时注视迎面走过的一位美女，在双方擦肩而过的一瞬间，这两位观察者对这位美女，各留下一些什么魅力印象呢？一般来说，男性观察者可以十分清楚地说出这位美女的脸蛋、腰肢、双乳和肥臀等姿质性的魅力要素，却无法详细说出她有哪些辅助性的魅力要素，甚至连她是烫发还是剪发、穿什么衣服、戴什么手饰都不甚了了。这是因为对男子来说，女性的魅力视点首先集中在她的性感区。可是女性观

察者的回答就要详细得多，她不但能说出这位美女的姿质性魅力要素，更能说出她的发型、耳环、项链、衣服等辅助性魅力要素。因为对于女性来说，她要从美女身上学习的，正是这些辅助性的魅力要素，而不是那些天赋的姿质性魅力要素。作为女性观察者来说，她懂得天生丽质可遇而不可求，可是辅助性的魅力要素则是体现女性创造力之真正所在。对魅力训练有素的女性，甚至能在对擦肩而过的女性一瞥之中，揣摩出她个性中的内在魅力。

其次，女性的美感具有感染性。男性更倾向于独立性，而女性的模仿能力比男性强，因而女性对于她所认为有魅力的事情就会模仿着干，从而再现别的女人的外部特征，行为方式、姿态、动作和风度。正因为女性具有对美的事物敏感性的特点，所以她们对新奇的魅力特征会更快地感觉到，并在自己的身上模仿再现出来。妇女对魅力的这种感染性，就是时尚流传的社会心理基础。康德曾用这样的话来描述女性的这种魅力感染性，他说：“‘世人所说的都是真的，大家所做的都是好的。’这是女人的一条原则。这条原则是很难在严格意义上与‘个性’这个词调和起来的。”

最后，女性大都有对于美的进取心。你想叫一个女人承认自己“丑”，是很难的事。她们会用各种努力，来使自己变得有魅力。正因为这样，如果你恭维一个女人如何漂亮，如何年轻貌美，如何有魅力，她不但不会觉得你是在调侃她，或者是在讽刺她，“想占她的便宜”，反而会觉得你的恭维是对她魅力的肯定，她为此而付出的种种努力并没有白费。相反地，如果一个女人被别人攻击说是长得丑，那比骂她、打她还难受。英国王妃、约克公爵夫人弗吉被人称为世上最丑的女人后，伤心得痛哭流涕，当上层社会中的一本杂志攻击她像粗俗的打杂女工时，约克公爵夫人对此更是震颤不已。可见女性对于自己的魅力是如何地重视。

3. 怎样才是魅力的女性

美丽的女人人人爱；但真正令人神魂颠倒的，注注是有魅力的女人。

从女性的角度来看，完美的女性是如何呢？有知识、生活在自己的信念中、美丽大方、善于处理家务、打扮得体、该朴素的时候朴素、该华丽的时候华丽、聪明伶俐、待人亲切……这是女性心目中的理想女性。

但从男性的眼光看理想的女性又是如何呢？

自古男性要求女性必须是：贤惠的妻子、热情的荡妇、慈祥的母亲、圣洁的天使、值得信赖的朋友等5种角色。有时她能倾听他的话语，对他百依百顺，并且能够抚慰他的心灵；有时则希望她能撒撒娇，让他扮演保护者的角色。

男性所追求的理想女性，没有一定的准则，有时安抚失意的他，他会认为你是天下最好的女人，有时则会怒骂道：“真啰嗦，不必你多管闲事。”所以，男性所求的女性魅力，也是在不断地改变。因此，能够随时随地、分分秒秒不停地变化，就是女性魅力所在。请注意：

男性心中完美的女性，是能适时适地地变化自己。

黑色的眼眸深不可测，仿佛正窥视男人的心，瞬息却又拂袖而去，不留片刻迟疑。

正感到她逐渐奔向这里，蓦然间却又远在他方……

相聚后分离，分离后又重逢，真所谓若即若离。

喜欢她有少女般羞怯的笑靥，却又希望她有荡妇般的热情。

有时像火般热情，有时似水般柔情，有时若细雨滋润大地，有时如和风吹拂万物。

这些都是男性心目中渴望追求的女性。所以，女性的魅力真是变化多端，无法一言以蔽之。

4. 智慧的美

女性的智慧之美甚过容颜，因为心智不衰；它超越青春，因而智慧永驻。“石韞玉而山晖，水怀珠而川媚。”西晋人陆机这样评说智慧之美。

我国谚语云：“智慧是穿不破的衣裳。”衣裳，自然是与风度美息息相关的。

所以，现代女性注重培养自身风度之美者，在不断改善自身的意识结构和情感结构的同时，无不特别注重改善自身的智力结构，积极接受艺术熏陶，使自己的风度攫获浓重的智慧之光。

我们喜爱赞美女性聪颖的资质。所谓聪颖，就是为人做事的机智敏慧。所谓资质就是气质风度的美好形象，仅有聪颖而失去风度，是一种智慧的浪费，仅有风度而失去了聪颖，是风度的失利。

过去，由于可悲的时代因素，女性中被看重的往往是那些可