

<<卡耐基写给女人的幸福密码全集>>

图书基本信息

书名：<<卡耐基写给女人的幸福密码全集>>

13位ISBN编号：9787801037169

10位ISBN编号：7801037162

出版时间：2011-2

出版人：商务印书馆国际有限公司

作者：[美]戴尔·卡耐基

页数：313

译者：韩宏

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<卡耐基写给女人的幸福密码全集>>

前言

戴尔·卡耐基，二十世纪最伟大的心灵导师和成功学大师，现代成人教育之父。他一生致力于人性问题的研究。并在实践的基础上撰写出了《人性的优点》《美好的人生》《快乐的人生》等几十部著作。这些书出版后，立即风靡全球，先后被译成几十种文字，被誉为“人类出版史上的奇迹”，至今仍为畅销全球的励志经典。

深受卡耐基教诲的，既包括千千万万的普通人，还包括石油大王洛克菲勒、旅店大王希尔顿、麦当劳创始人克洛克、发明大王爱迪生、印度圣雄甘地、米老鼠之父迪斯尼等伟人。

卡耐基的精神和思想激发了无数人对生命的无限热忱与信心，引导人们勇敢地面对与搏击现实中的困难，从而开创自己崭新的人生。

对于每位女性朋友来说，也许最在意的就是自己的终生幸福了。

那么，什么是幸福呢？

相信大家对它理解的标准都不尽相同。

也许绝大部分女性认为，拥有一所豪宅、一辆好车、一份好工作以及数不尽的金钱，就算拥有了幸福的一生；而极少的女性认为，每天都能快快乐乐地活着，便是最大的幸福。

究竟哪一种观点正确？

先让我们来看看下面这个故事：一位富翁去海边晒太阳，当他漫步到海边时，看到一位渔夫在悠闲地晒太阳，就问渔夫：“你待在这里做什么，为什么不去打鱼呢？”

渔夫听后，反问道：“我为什么要去打鱼呢？”

“打鱼挣钱买大渔船呀！”

“可是买了大渔船能做什么呢？”

“能够打很多鱼，你也能成为像我一样的富翁。”

“我成了富翁又怎么样？”

“成了富翁你就不用天天去打鱼，还可以幸福地晒太阳！”

“先生，我现在不正在晒太阳吗？”

富翁听后哑然……究竟富翁和渔夫哪个更幸福呢？

事实上，除了功名利禄的追求，我们身边还有很多可获得的幸福。

不见得锦衣华服就是幸福，不见得粗茶淡饭就不幸福。

幸福是一种抽象的感受，一种体会，一种知足的心境，就像人穿鞋子，舒服不舒服只有脚指头知道。

遗憾的是，生活中大多女性朋友都错把财富、权势、声望等当成了幸福，把它们当成了自己毕生的奋斗目标。

她们一直坚信，只要成功了，就会得到幸福。

结果，当她们经过不懈的努力，拥有了想要的一切后才发现，自己反而没有从前幸福。

她们中有的人在感情上不如人意，与伴侣形同陌路；有的疾病缠身；有的内心极度匮乏，常被孤独和焦虑所困扰；有的则失去了宝贵的友谊和亲情……可见，对女人而言，即使有再丰富的物质，心灵没有阳光，也是感觉不到幸福的。

那么，在这个喧嚣的世界中，女人怎样才能找到自己的幸福呢？

相信大家都想过这个问题，而随之又会陷入深深的迷思之中，不能够确定自己想要的答案。

也许有个人能够给你指点迷津，找到你想要的答案。

他就是世界上最伟大的人生导师——戴尔·卡耐基。

戴尔·卡耐基在美国被誉为“成人教育之父”，是一位成人教育家以及人际关系大师。他通过对心理学以及社会学的研究，总结出了一套集智能开发、为人处事为一体的独特教育方式。这套教育方式既简单易行，又能让他人迅速地取得成功，具有很强的借鉴意义。

受过卡耐基教诲的，有千千万万的普通人，还有“石油大王”洛克菲勒、“旅店大王”希尔顿、麦当劳创始人克洛克、“发明大王”爱迪生、“印度圣雄”甘地、“米老鼠之父”迪斯尼等伟人。

<<卡耐基写给女人的幸福密码全集>>

可以说，卡耐基的思想让数以万计的人受到了启发，从而开创了自己崭新的人生。

在长期的工作实践中，卡耐基和许多女性做过交谈。

通过对女性心理学的研究，卡耐基对女性如何获得幸福得出了精辟的见解。

他这些见解，如一盏明灯，为女性朋友指引了方向，让无数的女人走出了迷茫，找到了幸福。

他写给女人的忠告也成为众多女性捧读的心灵圣经。

在本书中，戴尔·卡耐基指出：只有当自己觉得心灵舒坦，精神充实，才会感觉到幸福；只有打造一个简单快乐的心境，过有意义的人生，才能提高生活的幸福度；只有拥有勇气、自信以及自尊，充分发挥自己的优点以及潜能，才能获取保持快乐的秘诀；只有聪明地处理好爱情、婚姻、友情、亲情、事业中种种问题，每一个女人才能减轻自己的压力和烦恼，找到属于自己的幸福人生。

其实，人在高处不胜寒，低处也有优美的风景，只是视角度而定。

好好把握现在，珍惜拥有的，你会发现自己是幸福的。

既成功又幸福当然是最圆满的结果了，但若鱼和熊掌不可兼得，那幸福肯定比成功更重要。

换句话说——幸福本身就是每个女人最大的成功。

<<卡耐基写给女人的幸福密码全集>>

内容概要

伟大的心灵导师

永恒的人生智慧

戴尔·卡耐基，二十世纪最伟大的心灵导师和成功学大师，现代成人教育之父。

他一生致力于人性问题的研究，并在实践的基础上撰写出了《人性的优点》《美好的人生》《快乐的人生》等几十部著作。

这些书出版后，立即风靡全球，先后被译成几十种文字，被誉为“人类出版史上的奇迹”，至今仍为畅销全球的励志经典。

深受卡耐基教诲的，既包括千千万万的普通人，还包括石油大王洛克菲勒、旅店大王希尔顿、麦当劳创始人克洛克、发明大王爱迪生、印度圣雄甘地、米老鼠之父迪斯尼等伟人。

卡耐基的精神和思想激发了无数人对生命的无限热忱与信心，引导人们勇敢地面对与搏击现实中的困难，从而开创自己崭新的人生。

<<卡耐基写给女人的幸福密码全集>>

作者简介

戴尔·卡耐基(Dale

Carnegie,1888~1955),被誉为20世纪最伟大的心灵导师和成功学大师,美国现代成人教育之父,同时他还是著名企业家、演讲家,美国《时代周刊》称:“除了自由女神,卡耐基或许就是美国的象征。”

他运用心理学知识,对人类共同的心理特点进行探索和分析,开创和发展了一种融演讲、推销、为人处世、智力开发等为一体的独特的成人教育方式。

他所开创的美国卡耐基成人教育机构、国际卡耐基成人教育机构,今天已经拥有遍布世界各地的分支机构多达1700余个。

他一生中著有《人性的弱点》、《人性的优点》、《女性的智慧》、《卡耐基口才训练》、《人性的光辉》、《伟大的人物》等多部经典励志书籍,这些书籍曾影响了成千上万人的生活和命运。

<<卡耐基写给女人的幸福密码全集>>

书籍目录

第1章

快乐是一种心境，需要用心去寻找

001 坏脾气上来了怎么办？	002
002 不要过于追求完美.....	005
003 不可能让每个人都喜欢你.....	008
004 乐于助人，快乐自得.....	011
005 减轻痛苦的最好“药剂”.....	014
006 每天挤一点闲暇时间给自己.....	017
007 你心中最得意的事是.....	020
008 什么样的人一辈子都不会快乐.....	023
009 细脖子与大肚皮：别让贪婪害了你.....	026
010 此招会令自己更快乐.....	029
011 懂得享受现在的生活.....	032

第2章

扬起你的下颌，永远魅力四射

012 你的微笑价值100万.....	036
013 男人最喜欢优雅、有涵养的女人.....	039
014 气质比脸蛋更重要.....	042
015 自信是你魅力一生的法宝.....	045
016 做一个会着装、会打扮的女人.....	047
017 知礼晓仪可以获得众人青睐.....	050
018 能干而不失女人味的秘诀.....	053

第3章

褪去青涩的外衣，成熟让你如此美丽

019 总盯着自己缺点的女人是傻瓜.....	058
020 一定要保持自己的本色.....	061
021 每个人都有与众不同之处.....	065
022 坚强的信念助你达到既定的目标.....	068
023 接受不可避免的事实是走出不幸的前提.....	071
024 放弃是一种更高的境界.....	074
025 不利因素也可转为成功因子.....	077
026 选择权就在自己的手中.....	080
027 承担责任是你变得成熟的标志.....	083

第4章

会说话、懂交际，做个处处受欢迎的女人

028 获得友谊的全部秘密.....	088
029 赞美他人助你赢得好人缘.....	091
030 抓住他人之心的小秘招.....	094
031 四个窍门让你成为谈话高手.....	097
032 倾听是对他人最好的恭维.....	100
033 千万注意！	
这五种言行会让自己令人生厌.....	103
034 友善是打开别人心扉的金钥匙.....	106
035 无谓争论害处多.....	109

<<卡耐基写给女人的幸福密码全集>>

036	建议和鼓励比指责强100倍.....	112
016	做一个会着装、会打扮的女人.....	047
017	知礼晓仪可以获得众人青睐.....	050
018	能干而不失女人味的秘诀.....	053
第5章		
伸手接甘露，在爱情的沃土里幸福成长		
043	男士青睐好性情的女人.....	134
044	建立共同的爱好会令爱情更恒久.....	137
045	做个知心爱人.....	140
046	彼此谅解，才不会形成爱的裂痕.....	143
047	爱情需要不断制造新鲜感.....	146
048	强迫对方是毁坏感情的“火药库”.....	148
049	理解和信任是爱情恒久的纽带.....	151
050	没有一个男人能受得了你没完没了的唠叨.....	153
051	巧妙处理恋人之间的“战争”升级.....	156
052	擦亮眼睛，适时抓住最合适的伴侣.....	159
第6章		
用心修得好性情，让婚姻浪漫一如初见		
053	有好性格，才有好福气.....	164
054	会爱的女人幸福多多.....	167
055	赞美与欣赏是婚姻的良剂.....	170
056	想抓住他的心，就给他自由和快乐吧！	173
057	无礼是婚姻不幸的祸水.....	176
058	营造快乐家庭的三个小法宝.....	178
059	和丈夫共同追求一个目标.....	180
060	家庭遇难关，妻子也应该挺身而出.....	183
061	巧做他事业上的好帮手.....	186
062	婚姻中的争吵应该大事化小、小事化了.....	189
063	丈夫出轨了怎么办.....	192
064	不让“性”毁掉幸福.....	195
第7章		
每一天都很珍贵，别再自寻烦恼		
065	忧虑是健康最大的敌人.....	200
066	让烦恼减半的万灵妙法.....	203
067	教你摆脱“大众寂寞病”.....	206
068	在疲劳到来前，除掉它.....	209
069	别为小事抓狂.....	212
070	你所担心的事，有99%都不会发生.....	215
071	“锯木屑”等于寻找“后悔药”.....	218
072	消除愁苦有妙招.....	221
073	理智看待批评这把双刃剑.....	225
074	宽恕是化敌为友的最好选择.....	228
075	三招让你进入甜美梦乡.....	231
076	让家成为没有抱怨的世界.....	234
第8章		
挣脱金钱的枷锁，做个理财高手		

<<卡耐基写给女人的幸福密码全集>>

077	不要做患得患失的金钱奴隶.....	238
078	避免入不敷出.....	241
079	奢侈会让你的整个人生破产.....	244
080	用最少的钱享受最惬意的生活.....	247
081	做个精明的“管家婆”.....	250
082	理财专家给出的四个储蓄建议.....	253
第9章		
告别琐碎与忙碌，静心享受生活		
083	活在当下的女人最快乐.....	258
084	每天做一分钟的放松练习.....	261
085	每天做点令自己心情愉悦的事.....	264
086	生活需要新鲜的养料.....	267
087	“困难”只不过是一句无聊的话.....	270
088	让不幸成为你前进的动力.....	273
089	做好手边事，未来更美好.....	276
090	成功教育子女的黄金法则.....	279
第10章		
每个女人都有成功缘，别让它悄悄溜走		
091	如何选择适合自己的行业.....	284
092	如何提升工作效率？	
从假装喜欢它开始！		
	287
093	一定要养成良好的工作习惯.....	290
094	活到老，学到老.....	293
095	明确的目标是奋斗的动力.....	296
096	积极行动是成功的基础.....	299
097	开出你的“疗妒方”.....	302
098	四招打造公司人际关系网.....	305
099	不要频繁跳槽.....	308
100	工作有益身心健康.....	311

<<卡耐基写给女人的幸福密码全集>>

章节摘录

版权页：劳拉是我一位远方堂姐的女儿，在一家小学教孩子们数学。

昨天，她突然找到我，对我说：“叔叔，我现在简直快疯掉了。

”我连忙问她发生了什么。

她回答我说：“我现在真受不了我的脾气。

我常常因为一点点小事而大发雷霆，有时候还又哭又笑。

每次看到孩子们淘气，我的肺都要气炸了，真恨不得狠狠地揍他们。

回到家后，我也把自己的情绪带到家里，常常和斯太尔发生争吵。

事后，我常常后悔自责，但是在下次遇到相同的情景，我还是会大发脾气。

叔叔，我根本控制不了自己的情绪，你说我该怎么办呢？

”其实和劳拉一样，很多女士都控制不住自己的情绪：本来只是一件小事，不值得发火，最后却大发雷霆；本来没有什么可悲伤的，但是却整整一个星期都陷入了伤痛之中……所以有人说，女人是最情绪化的动物。

它的言外之意就是说所有的女士都非常情绪化，这是不对的。

不过，确实有很多女士被自己的情绪所拖累，她们常常毫无缘由地发火或者悲伤，连她们自己都觉得奇怪。

正因为这样，她们过得不快乐，一切坏情绪便理所应当地找到了她们。

情绪化的危害还不仅如此。

一位女士经常性地情绪化，还会让其形象大打折扣。

昨天晚上我遇到的事情就可以说明这一切。

昨天，我和妻子到一家意大利餐馆用餐。

坐在我们对面的是一位先生和一位小姐，看得出来，他们正在热恋，非常幸福、甜蜜。

我妻子要了一杯咖啡。

当服务员来送咖啡的时候，一不小心，把咖啡溅到了那位小姐的衣服上。

看到自己崭新的衣服被弄脏了，那位小姐马上火了，在餐馆里大喊大叫起来。

那名服务员赶忙给她道歉，但是那位小姐不依不饶，斥责的声音反而更大，甚至还说出了一些难听的话。

当时餐厅有很多人在吃饭，听到这边发生了争吵，都把目光投射过来。

从他们的表情可以看出，他们很难相信这样一位优雅的小姐会在大庭广众之下大喊大叫，还说出一些难听的话。

这位小姐的男朋友也很尴尬，脸涨得通红。

后来，这位小姐拉着自己的男朋友非常气愤地离开了餐厅。

她们走了之后，很多人都在议论这件事，并且都在批评这位小姐。

自己的新衣服被人弄脏的确是一件很可气的事。

但是她实在不应该在大庭广众之下大发雷霆，让自己的情绪完全暴露出来。

在人们心目中，能够掌控自己情绪的人才更淑女，也更让人尊敬。

所以，各位女士，为了自己的快乐以及形象，你们一定要学会掌控自己的情绪，做情绪的主人。

那么，怎样才能掌控自己的情绪呢？

在很多女士看来，这是根本不可能的，因为情绪就像夏天的云雨一样，说来就来，说走就走，根本无法把握。

其实也并不是这样，只要你加强情绪方面的训练，你完全可以做情绪的主人。

下面，让我们来看看肯特夫人的例子吧。

肯特夫人是一位情绪化非常严重的女士。

她经常和朋友大吵大闹，正因为这样，她失去了不少好朋友，这让肯特夫人苦恼不已。

但是非常遗憾的是，她根本控制不了自己，每当和周围的人发生一点小小的摩擦的时候，她立马火冒三丈，和对方争吵起来。

<<卡耐基写给女人的幸福密码全集>>

为了能够改变自己，她报名参加了我的辅导班，希望我能给她一些建议。

我对肯特夫人说：“当下次你想发脾气的时候，你停下来想一想下面三个问题：第一，是什么事让我大发脾气呢？

第二，我如果发脾气对我有什么影响呢？

第三，还有其他的补救方法吗？

当你想完这三个问题的时候，你的情绪就会稳定一些了，如果你再稍稍控制一下，你就能掌控自己的情绪了。

”肯特夫人按照我的建议去做了，确实大有长进，她已经不像以前那样爱发脾气了。

因为她做出了改变，她的朋友也渐渐多了起来。

华莱士博士曾经说过：“情绪不过是一种心理活动而已。

”这种定义是非常准确的。

有的女性非常情绪化，这是因为她们缺乏理性，没有经过思考就把情绪发泄了出来。

我让肯特夫人在发脾气之前先想一下那三个问题，就是想让她变得更加理智。

当她经过理性思考之后，她就不会随便发脾气了。

各位女士，当你产生消极的情绪时，你也可以想一想这三个问题。

当你经过理性思考之后，你就不会像以前那样情绪化了。

此外，我还有一些小的技巧可以教给你们。

当你产生消极的情绪时，你可以换一个环境，从而把自己所有的注意力都投入到其他活动中。

这样，这些消极的情绪就不会困扰你了。

例如在我的培训班上，有一个女孩和男朋友分手了，很长时间都沉浸在消极的情绪之中。

后来我建议她去外面旅游。

她出去玩了几天后，心情果然好了很多。

<<卡耐基写给女人的幸福密码全集>>

媒体关注与评论

戴尔·卡耐基的这些原则如魔术般令人震惊，改变了3亿人的命运和生活。

——美国当代传媒大亨鲁伯特·默多克除了自由女神，戴尔·卡耐基或许就是美国的象征。

——美国《时代周刊》

<<卡耐基写给女人的幸福密码全集>>

编辑推荐

无论您是对未来充满无限憧憬的年轻女孩，还是经历过风风雨雨的成熟女士。都可以在这里找到幸福的秘笈！这是世界上最伟大的成功学导师、成人教育之父戴尔·卡耐基指引女性获取人生幸福的传世经典杰作。

卡耐基熟知女性心理学，曾为成千上万的女性解疑答惑。在“女性怎么才能获得幸福”方面积累了大量弥足珍贵的见解，包括：提升自我魅力的秘密、快乐自得的秘密、成熟优雅的秘密、处处受欢迎的秘密、活在当下的秘密、财富自由的秘密、俘获并呵护自己钟情的男人的秘密、永葆婚姻幸福的秘密，等等。这些见解如同一盏盏明灯，让无数因情感、生活、未来而困惑不堪的女性看到了前进的方向，并充分发掘个人潜能，去创造美满的生活和恒久的幸福。

打开《卡耐基写给女人的幸福密码全集》，细细品读最伟大的人生导师献给女性朋友的一生忠告：永远做一个魅力四射、快乐幸福的女人吧！

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>