

Hao Ming Nü Ren De 12 Tang Bi Xiu Ke

郑芸◎编著

好命女人 的 12堂必修课



聪明女人人手一本的智慧读物

现实的人生哲学
受用的幸福良方

青春易逝，容颜易老。女人们没理由糊里糊涂地度过二十几岁和三十几岁的美好时光。



如果你一面埋怨自己“命苦”，不甘心、不服气，却还在那个狭窄的边角不思改变，虚度光阴，那就需要好好反思了。

这是一本改变人生的智慧书，引导你早一点对自身的状况和社会现实有更明确的认识，避免一些不必要的伤痛和挫折，使你的人生之路更为顺畅。

 中国纺织出版社

郑沅◎编著

好命女人 的 12堂必修课



 中国纺织出版社

内 容 提 要

女人的幸福,在于心态的修炼。有着良好心态的女人,她们会给自己多留一点空间,能够静心思考,发现自己的价值和生活的良好。

本书从12个方面,以轻松的笔调结合感动心灵的优美语句,让你在涤荡自己的心灵,使之纯净、宁静的同时,给生命以慰藉,给生活以关怀,不断提升自身的修养,实现人生的蜕变。

图书在版编目(CIP)数据

好命女人的12堂必修课/郑芸编著. —北京:中国纺织出版社,2016.1

ISBN 978-7-5180-2024-9

I. ①好… II. ①郑… 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(2015)第236353号

责任编辑:闫 星 责任印制:储志伟

中国纺织出版社出版发行

地址:北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码:100124

销售电话:010—67004422 传真:010—87155801

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博 <http://weibo.com/2119887771>

北京通天印刷有限责任公司印刷 各地新华书店经销

2016年1月第1版第1次印刷

开本:710×1000 1/16 印张:15

字数:210千字 定价:29.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

序 言

在我们的生活中,不少人常在茶余饭后提到“命”这个话题,而如果你去问一百个女人“你信不信命”,她们要么是点头,要么是一点儿无奈……大部分女人是相信“命运”的,虽然她们并不知道所谓的“命运”到底是怎么一回事,但似乎“命运”情结自打她们记事起就刻在她们脑海里了。

其实,我们可以这样认为,女人的“命运”应该是女人一生的“生存和心理状态”,也就是如果你认为自己幸福,就是好命。不过,聪明的女人都知道一点,女人要想好命,就不能把命运完全交托给其他任何一个人,因为命运掌握在自己手里。

然而,我们听到更多的是“女人干得好不如嫁得好”这样的观点。于是,有不少女人把找个好男人当成自己一生的追求,希望冥冥中的上帝能给自己安排一个救世主式的男人,让自己过上衣食无忧的生活,甚至天塌下来他也能给自己顶着。然而,最后的结果呢?或许有人真的从此就成了好命女人,或许也有人就此毁了一生的幸福,但我们看到的似乎是后者居多。道理很简单,你才是自己命运的建造师,没有人能许你一个真实幸福的未来。

然而,毕竟男女有别,所擅长的领域也不同,女人更应该学会借力来获得成功。所以,聪明的女人不但勤奋、拼搏,更懂得以柔克刚,为自己积累资本;懂得为自己寻找一个伯乐,经营自己的事业,也懂得与优秀的人为伍,让自己跻身于优秀者之列;她们也不排斥爱情,只是他们更知道自己适合什么

样的爱人……她们更明白一点,真正的幸福来自于自己的争取,不能因为别人给你幸福,你就幸福;别人不给你幸福,你就不幸福。幸福与否,全在自己,因为每个人幸福的种子都在自己的心间,需要我们自己去灌溉,去逐渐培养,否则,它就会干枯。

那么,生活中的女人们,你是否也想成为这样的女人? 确实,哪个女人不希望自己找一个疼爱自己又懂生活的老公呢,不希望自己在有美好家庭的同时拥有一番好的事业? 事实上,这既是一种美好的幻想,也是一个可以实现梦想。但无论如何,都别只是羡慕他人,与其整天在幻想中生活,不如用自己的努力和勤奋去拼搏一把,只要你相信自己,那你也会成为好命女中的一分子,因为命运是握在自己手中的。

本书就是着眼于女人要想得到好的命运必须注意的关键问题,它告诫女人们要从不切实际的梦中醒来,如何让自己在女人堆中脱颖而出,如何了解男人心理,如何嫁给适合自己的男人,如何经营自己的婚姻等。并且,本书还深入浅出地给女人提出了如何成为好命女人的“必修课程”,让女人从所谓的“幸福王国”中清醒过来,懂得要通过自己的双手设计命运、建造幸福。如果你按照本书提供的方法和技巧去实际操作,相信你的人生会越来越幸福。

编著者
2015年9月

目 录

第 01 课	女人用慧眼看世间,为自己选择一条好命的路	3
	女人要为自己选择一个能提升自己的好环境	4
	女人不能嫁错郎,也不能入错行	5
	做一个受领导重视的出色员工	7
	命里的贵人要靠你用心去发现	9
	做一个有吸引力和凝聚力的魅力女人	11
第 02 课	女人要懂点心理学,学会辨人占据选择主动权	13
	女人善于察言观色才能占据交际主动权	14
	会解读肢体语言,能更好地了解他人	16
	从言语声调中把握他人内心	18
	从别人的所做的决定看出对方性格	20
	从衣着看他人的身份与性格	23
	通过利益辨识真假朋友	25
	老板的各种情绪聪明应对	27



第 03 课	女人职场大显身手,眼明心亮跟对好上司	31
	懂得分辨各类型的上司并巧妙应对	32
	了解自己,知道最适合自己的老板是哪种	33
	寻找能够让你提升的老板	36
	借助上司之势开拓自己的天地	38
	做一个懂得秀出自己的聪明女人	40
	做一个让老板信任的有心人	42
	不惧怕对手强大,他会让你更坚强	45
第 04 课	多与优秀的人亲近,让自己也成为优秀的一员	49
	与优雅的女人交往,你也会变得优雅	50
	与女强人相处,潜移默化提升自己的气场	52
	与成功者靠得越近,你离成功也就越近	54
	和优秀的人在一起,才能做出更多优秀的事	56
	与富有的人相处,你会学到富人的思路	58
	与知识渊博的人交谈让你大开眼界	60
	和有思想的人交谈激发你的新思维	62
	心怀梦想,寻找并且站到巨人的肩膀上	64
第 05 课	懂得过滤朋友圈,伙伴的思想决定女人眼界	67
	和声誉好的人交朋友,你的运气不会太差	68
	结交高身份的人,女为自己寻找贵人	70
	与积极进取的人交往,你也会变得更加努力	72



结交有远见的朋友,会督促你把眼光放长远	74
借助朋友的优势弥补自己的短板	76
你所交往的圈子决定了你的人生宽度	78
净友千金难得,要细心维系这份友情	81
女人要知道维护朋友比结交朋友更重要	83
 第 06 课 慎重选择人生伴侣,合适的鞋让你舒适走一生	87
了解真正的自己,选择适合自己的男人	88
不被金钱束缚,找到真正能够相知相伴的他	90
女人要练就火眼金睛,识别品行不好的男人	92
女人独具慧眼,要学会选择有潜力的男人	94
选择托付终身的男人要小心、慎重	97
嫁个有生活情趣的男人,生活更加美好甜蜜	99
不要忽略细节,从细微处看透男人	101
 第 07 课 做工作中的有心人,扬长避短展现女人的价值	107
做一个工作中让老板喜欢的有心女人	108
出色地完成工作任务,表现对上司的忠诚	110
女人有责任感,工作才能做得圆满	112
专注的女人更美丽,偶尔的小错误老板不会责怪你	115
把公司的事当作自己的责任,触动老板的心	117
制造“完美”,主动向老板展示你的价值	119
牢记公司制度,严格约束自己更得上司心	121



第 08 课	女人做事拿捏有度,既守原则也要懂圆融灵活	125
	女人懂得双赢,才能笑傲职场	126
	提高工作效率,做一个专业的职业女性	128
	与男上司相处,女人要拿捏好分寸	130
	女人懂得低调,才能与上司更好地处事	132
	做事大度,不为小事小利所牵绊	135
	不做长舌妇,不在背后说人是非	137
	善于沟通的女人更容易立足职场.....	139
	展现女人的乖巧,职场中更受欢迎	142
	随时充电,做紧跟时代步伐的职业女性	144
第 09 课	沉稳成熟不失风范,心态好的女人更好命	147
	女人心态成熟,才能走稳人生每一步	148
	女人别抱怨,利用各种方式完善自己	150
	女人积极乐观,成功才会不期而至	152
	做一个正直的女人,不卑不亢笑傲人生	154
	善于隐忍的女人,才能等到风雨后的美丽彩虹	156
	保持好心情,不要让不良情绪影响你	158
	女人敢于冒险,胆大心细更容易抓住机遇	161
	让自信带领你走进成功的大门.....	163
	女人欲成就大事,必须有宽容大度的心胸	165



第 10 课	尽显女人诱人魅力,让他人对你的事有求必应	169
	先与人交心,在请人帮忙	170
	得体的修饰让女人更显魅力	172
	微笑的女人最有感染力	174
	女人用形象打造气场,穿对衣服很重要	176
	仪态大方的女人,举手投足间赢得好感	178
	女人保留一丝神秘感,更能撩人心弦	179
	大方豁达的女人更能与人打成一片	181
	做一个人人愿意结交的、品格优秀的女人	183
第 11 课	礼貌得体理解人意,知礼的女人更能赢得人心	187
	有“礼”走遍天下,知礼的女人受欢迎	188
	礼貌是树立自我形象的第一步	190
	气质礼仪是女人的第二张脸	192
	呵护情感,用人情维系关系	194
	了解他人,做事合人心意	196
	给人以雪中送炭的感觉	198
	礼物要把握时机场合才能显示出意义	200
	你的礼物要显情感独特之处	202
第 12 课	好命的女人会借力,善交朋友获取帮助成大事	205
	女人打拼更要讲究诚信才好立足	206
	把陌生人变成朋友才能获得更多机会	208



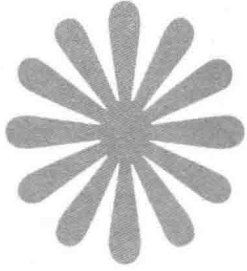
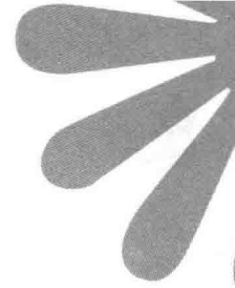
用“谢谢”拉近与他人的距离	211
记住他人的名字显示自己的尊重与重视	212
与人分享甘甜,才有人愿意与你共苦	214
说话三思,切莫失言吃亏	216
女人做事要稳当,操之过急容易出错	218
做有梦想的女人,做成就自己的女王	221
心怀感恩,女人的爱心更能打动人心	223
不被金钱禁锢,做自足自立的时代女性	225

参考文献	228
------------	-----



上篇：女人心思玲珑，好运总伴

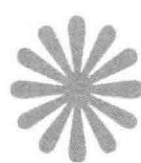




第 01 章

女人用慧眼看世间， 为自己选择一条好命的路

大多数女人都想拥有富足且平稳的生活，然而并非每个人都能如愿。女人们都希望遇到自己生命中能够助自己一臂之力的贵人，然而贵人又在哪里呢？怎样才能让自己生命的轨迹圆满又成功呢？答案就是“跟对人”。选择一门适合自己的行业，跟随一位欣赏自己的老板，多和优秀的人接触，别与命里的贵人失之交臂，那么你就可以拥有人见人羡的“好命”了。





※ 女人要为自己选择一个能提升自己的好环境

对大多数女人来说,生命中的三件大事是上学遇到好老师,工作时遇到好老板,结婚时遇到好老公。生活中,你跟谁一起共事,跟谁一起生活,这是常常影响女性生命轨迹、决定女人事业与婚姻成败的重要因素。

所谓“近朱者赤,近墨者黑”,与不同的人在一起,人生往往会有不一样的际遇。自己的人生定位固然很重要,但更重要的是你和谁在一起!如果你是谦谦君子,就不会与小人为伍;在鸡窝中长大的雄鹰学不会飞翔,更无法翱翔于蓝天,搏击长空。可能你原本很优秀,但终日与碌碌无为的人在一起,你也会渐渐变得平庸;原本你有梦想,但总与颓废消沉者厮混,远大的理想也会悄悄磨灭,你会在不知不觉中沉沦。

“孟母三迁”的故事想必大家都已耳熟能详。

在孟子很小的时候,父亲便去世了,母亲守节没有改嫁。最初,他们住在墓地附近。孟子与其他小孩常模仿大人跪拜和哭嚎的样子,玩起办丧事的游戏。孟子的母亲看到后,皱着眉头说:“不行!我不能让我的孩子住在这里!”于是,她带着孟子搬到市集附近居住。不久,孟子和孩子们又玩起学商人做生意和屠宰猪羊游戏。孟子母亲知道后,皱着眉头想:“这个地方也不适合我的孩子居住!”于是,他们又搬家了。这一次,他们搬到学校附近。阴历每月初一这天,官员会到文庙行礼跪拜,互相礼貌相待,孟子看见了一记在心里。孟子的母亲很满意地说:“这才是我儿子应该住的地方呀!”

后来,人们常用“孟母三迁”来说明环境对一个人的影响。



虽然你早已不是成长中的孩童，但作为需要被人呵护的女性，懂得为自己选择良好的环境，接近优秀的人与良好的事物也很重要。要善于从身边形形色色的人之中发现能带给你知识、让你增长见识且有所提高的人，接近这样的人，才会使你的人生轨迹受到积极的影响。

人与人的交往会形成纷繁复杂的社会关系，使每个身处其中者都会受到各种环境的影响。跟随有能力且有思想的人，可以少走弯路，更快踏上成功之路；如果你身边多是些思想简单或平庸之辈，那最好早离开。女性千万不要与品性不良或言而无信者交往，否则容易反受其害。

当你与智者为友时，你绝不会成为愚者；当你经常与软弱者为伴时，你可能无法成为强者；如果你想成为优雅且有品位的女性，最便捷的方法就是交一位有品位的朋友，向他/她学习，不断提升自己。

对你影响深远的人，往往正是你身边的人。正如与勤奋的人一起，你就不会懒惰；和积极的人在一起，你就不会消沉；和智者在一起，才能让你超越平凡。即使你只是力量微小的纤纤女子，懂能借力也能成为战无不胜的勇者。所以，任何时候，多和积极且有助于你提升的人接触吧！

✱ 女人不能嫁错郎，也不能入错行

生活总是日复一日地重复，而人们总在重复的生活中寻找新的开始，如情感和职业的开始。古人说“男怕入错行，女怕嫁错郎。”其实对于现代女性来说，同样也怕入错行。当今社会，女性不仅要教儿育女，还要和男性一样在职场打拼。在工作领域，女性的表现绝不亚于男性，承受着前所未有的压



力。做自主独立的女性,让薪水与事业为自己带来更大的安全感。

继续下去太痛苦,改行又会困难重重。如果择业时没有慎重对待,随之而来的苦恼会变成横在人生路上的千百道坎儿。

周丽在大学里学的是播音专业,毕业后并没有从事广播行业,而是做起了行政工作。因为公司的待遇还不错,福利也让人满意,而且离家比较近,家庭与工作都可以兼顾。刚开始,她还满腔热情,可是时间一久,就觉得生活平静得没有一丝波澜,看着同学们都飞黄腾达了,她的心里很不是滋味,觉得自己安守着这份没有变化的工作,实在太没有上进心了,于是她决定跳槽。凭借能言善辩的优势和富有魅力的声音,周丽在一家销售公司做起了销售总监。可是销售工作并不轻松,每天既要面对客户的大量投诉;还要磨破嘴皮向顾客推销,别人还不一定理睬,让人备受打击。工作很累,却没体现出工作价值,到头来什么也没学到,反而耽误了自己。可是,如果开始从事其他行业,又要像刚刚毕业时一样,一切从头学起,这几年工作积累的经验全白费了。现在,周丽觉得自己也不知道该何去何从了。

你想做什么? 喜欢做什么? 适合做什么? 一定要给自己明确的答案。想清楚这几个问题,才是我们不会入错行的关键所在。而周丽就是因为没看清楚自己真正适合什么、喜欢什么,才一次次地跳槽,使自己陷入事业上的僵局。

其实工作不需要如何体面,取得成就的关键在于,你能否在工作中感到充实与快乐,只有快乐工作,才能把工作做得更好。

要在某个领域里真正立足,至少需要三年以上时间,跳槽未必是好事,择业更让人迷茫。尤其是在当下竞争激烈的时代,择得好是机遇,择得不好就是一败涂地。西方有句谚语,叫“滚石不生苔”,翻译成浅白的中文,即“转