

一部改变女人思维的智慧宝典

幸福女人要懂的 点金术

李光彩 ◎编著

拥有“点石成金”的智慧，女人才能一辈子过得顺风顺水

女人要获得幸福，活出最好的状态，就要克服种种思维障碍。本书鼓励女性要敢于从不同的视角去审视人生，看待生活，以此帮助女性解开思想上的谜团和精神上的枷锁。

石油工业出版社

一部改变女人思维的智慧宝典

幸福女人要懂的 点金术

李光彩 ◎编著



石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

幸福女人要懂的点金术/李光彩编著.

北京: 石油工业出版社, 2012. 10

ISBN 978 - 7 - 5021 - 9271 - 6

I. 幸…

II. 李…

III. 女性—幸福—通俗读物

IV. B82 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 209334 号

幸福女人要懂的点金术

李光彩 编著

出版发行: 石油工业出版社

(北京安定门外安华里 2 区 1 号楼 100011)

网 址: www.petropub.com.cn

编辑部: (010) 64250921 营销部: (010) 64523603

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京晨旭印刷厂

2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月第 1 次印刷

710 × 1000 毫米 开本: 1/16 印张: 13.25

字 数: 196 千字

定 价: 24.80 元

(如出现印装质量问题, 我社发行部负责调换)

版权所有, 翻印必究

前言

FOREWORD

用智慧为人生“点石成金”

女人天生具有如下优点：聪明，柔和，细腻，感性，有爱心，负责任，忍耐力强，富于情趣，想象力丰富，懂得欣赏美和艺术……但是，女人也有一个共同的弱点：理性思维能力差，经常抓不住要点。有时候，这个弱点因从事简单的工作而不会显露出来，或者为家人、同事、领导所包容而被掩盖，但有时候，这个弱点可能抵消所有的优点，使女人在琐碎的事务中投入大量的时间、精力和心血，得到的只是疲劳和微小的成果，甚至与矛盾和烦恼相伴，与失败和痛苦相随。

怎样去克服这个弱点呢？怎样使生活变得更简明轻松而有效率？怎样使人生变得更幸福、更有品位？那就需要学会“点石成金”的本领。在人生大事上，看准几个最关键的因素，将智慧用到最有价值的地方，那么，你就能化繁芜为简洁、化平凡为神奇，你的人生也会发生惊喜的变化，生活称心如意，事业顺风顺水，心情阳光灿烂。

对一个女人来说，有以下八件最重要的事：

第一件事：美的形象。无论多少人鼓吹“素面朝天”，无论多少人说外表并不重要，都别相信。美是女人的无形资产，无形却可化万有。世上原本没有丑女人，每个女人都有美的潜质，只不过有的人掩盖了它，有的人激活了它，那取决于开发美的方式。只要重视自己的形象而不是自暴自

弃，用心经营，自然可以收获千般曼妙、万种风情。

第二件事：爱情。鲜花离不开阳光雨露，女人离不开爱情。爱情使女人的生命灿烂绽放，没有爱情的人生黯淡无光。擦出爱情的火花总是很容易，对大多数女人来说，让爱情保鲜才是真正的难题。但是，只要抓住要点，难题便不再是难题。

第三件事：知识。做一个知性女人，离不开知识。对众多受过教育的女人来说，最遗憾的事不是缺少知识，而是真正有助于提升智慧、能够解决现实问题以及丰富心灵世界、调适性情的知识太少。学习也是一件需要用心选择的事情。

第四件事：权力。拥有权力的人，是生活的主角，站在舞台的中心；没有权力的人，跑跑龙套，当当配角，理所当然。权力不一定是职务权力，最重要的是影响力。许多女人习惯于用唠叨、耍小性子施加影响，那并不明智，最重要的是拥有使别人甘心服从的能力。

第五件事：事业。女人在事业上的成功，最大的收获是自信。自信、自强、自立的女人，内心是阳光的，表情是柔和的，举止是从容的，自然散发出一种特殊的魅力。

第六件事：家庭。对女人来说，家庭不仅是一个安身的地方，也是一个精神港湾，经营家庭和经营幸福几乎是同义语。而女人的许多烦恼也来自家庭。对家庭足够重视，为家庭付出了很多心血，原本应该收获幸福，为什么烦恼多多呢？那是经营不得法的缘故。

第七件事：理财。今天是一个经济全球化时代，女人必须学会理财。有一句话说得好：你不理财，财不理你。假如在理财方面做得比较成功的话，也能收获无数乐趣。

第八件事：幸福。人性中最本质的追求是幸福，但是每个人的幸福的标准和含义不同。幸福跟自身拥有的物质条件有关，但不是必然相关，抓住要点，心灵世界才能绽放出幸福之花。

以上八件大事，每件事都有各自的经营要点，抓不住要点，可能空忙一生，只见开花，不见结果；抓住了要点，则可以点石成金、事半功倍、全盘皆活。

读石油版书,获亲情馈赠

亲爱的读者朋友,首先感谢您阅读我社图书,请您在阅读完本书后填写以下信息。我社将长期开展“读石油版书,获亲情馈赠”活动,凡是关注我社图书并认真填写读者信息反馈卡的朋友都有机会获得亲情馈赠,我们将定期从信息反馈卡中评选出有价值的意见和建议,并为填写这些信息的朋友**免费**赠送一本好书。

幸福女人要懂的点金术

1. 您的年龄:20 岁以下□ 20 - 30 岁□
30 - 40 岁□ 40 岁以上□
2. 您的文化程度:大专以下□ 本科以上□
3. 您购买本书的动因:书名、封面吸引人□ 内容吸引人□
版式设计吸引人□
4. 您认为本书的内容:很好□ 较好□ 一般□ 较差□
5. 您认为本书书名反映内容的程度:很高□ 较高□
一般□ 较差□
6. 您认为本书在哪些方面存在缺陷:内容□ 封面□
装帧设计□
7. 您认为本书的定价:较高□ 适中□ 偏低□
8. 您对本书的综合评价

您的联系方式:

姓名_____

单位 _____ 邮政编码 _____

地址_____ 电话_____

手机_____ E-mail _____

回信请寄:北京市朝阳区安华西里三区 18 号楼 石油工业出版社有限公司

1105 室大众图书出版中心 收 邮政编码:100011

电子邮箱: petropub@163.com

目录

CONTENTS

第1章 美的经营

——幸福女人形象增值的6堂必修课

- ◎美丽的价值究竟有多大 / 3
- ◎女人形象增值第1课：优雅与高贵 / 5
- ◎女人形象增值第2课：会笑的女人最美丽 / 11
- ◎女人形象增值第3课：吸引“眼球” / 17
- ◎女人形象增值第4课：标志理念 / 20
- ◎女人形象增值第5课：穿出风情 / 25
- ◎女人形象增值第6课：追求上乘品位 / 29

第2章 爱的哲学

——幸福女人爱情保鲜的关键因素

- ◎爱情是人生一项重大投资 / 37
- ◎一个关键问题：他值得你投放爱情吗 / 39
- ◎选择优质爱情：甜美恋爱三步曲 / 43

- ◎不要接受廉价的爱情 / 49
- ◎两种“明赚暗亏”的爱情模式 / 54
- ◎选择有升值潜力的男人 / 57
- ◎让你的婚姻不“破产” / 60

第3章 做个知性女人

——幸福女人“智力投资”的简易法则

- ◎做一个爱上知识的女人 / 67
- ◎用学习赢得机遇 / 70
- ◎修正学习观念 / 72
- ◎高速“充电”的方法 / 75
- ◎比读书更重要的学习：读懂男人 / 79
- ◎每个女人都要学会管理自己 / 83
- ◎提升解决问题的能力 / 87

第4章 当生活的女主角

——幸福女人主导人际关系的必胜策略

- ◎巧争“话语权”，突破人心 / 95
- ◎用言语打动人心 / 98
- ◎女人获得“权力资源”的六个观念障碍 / 103
- ◎先有“粉丝”，后有权力 / 106
- ◎修炼神奇领导力 / 111
- ◎打理好你的人脉资源 / 114
- ◎影响力：成为他人眼中的“高人” / 119

第5章 赢在职场

——幸福女人经营事业的6条原则

- ◎选定升值平台 / 125
- ◎进入主流群体 / 130
- ◎追求合理回报 / 134
- ◎做一个“超值”人才 / 139
- ◎遵守职场规则 / 143
- ◎不做终日劳碌的“宫女” / 148

第6章 经营快乐家庭

——成为家庭总设计师的秘诀

- ◎用爱心经营父母亲情 / 155
- ◎夫妻经营之道 / 158
- ◎巧妙经营亲友与邻里的关系 / 162
- ◎处理好与孩子的关系 / 165
- ◎经营一个温馨快乐的家 / 168

第7章 聪明理财

——幸福女人必修的理财课

- ◎理财之核：花钱买快乐 / 175
- ◎如何提高你的“财商” / 178
- ◎做聪明理财人，不做“最大笨蛋” / 181
- ◎财商 = 学商 + 智商 + 情商 / 186

第8章 女人幸福靠自己

——用智慧赢得幸福的主导权

◎幸福的源泉：欣赏 / 191

◎幸福的真谛：满足 / 194

◎幸福的基础：健康 / 197

◎幸福的救赎：心态 / 201



第1章 美的经营

——幸福女人形象升值的6堂必修课



美丽的价值究竟有多大



美的追求，是人类的基本动机之一。美国作家南茜·埃特考夫在《漂亮者生存》一书中说：“崇尚美丽是人性中不可磨灭的基本部分，对肉体美的追求也是人类基因进化的动力。每一种文明都崇拜美，都曾付出巨大的代价追求美，并乐意承受追求过程中所衍生的悲与喜。”

可以这样认为，一个民族如果漠视美，必将导致整体退化；一个人如果放弃对美的追求，意味着生命激情的衰化。

美丽值多少钱？没有人能算清这笔账，因为它是无价之宝。

对女人来说，美丽的价值显而易见。

第1种价值：优先获得爱情

在人类社会，美丽动人的女性总是优先获得爱情。在文艺作品中，几乎所有享受甜蜜爱情的人都是美丽的女子和英俊的男子，对此很少有人提出异议。他们也可能像罗蜜欧与朱丽叶一样演绎出爱情悲剧，就像一只古董花瓶碎在地上，令人惋惜，令人心痛。“悲剧就是将美撕裂给人看”，这是文艺理论的观点。如果没有“美”，也许就无人爱看了。

第2种价值：优先获得机会

大家都说，不要以貌取人，但这不过是给相貌处于弱势者发的“安慰奖”。且看那些诱人的岗位上，站着一排排美女——空姐、高级秘书、模特、广告明星……几乎都成了美女美男的专利，一般人根本无缘问津。

至于一般的岗位，人事主管往往一本正经地宣称：本公司绝对唯才是举、唯德是用。但实际操作过程中，你就不得不相信“美丽就是竞争力”这句话的正确性。

不过，凡事都有例外，对那些普通的岗位，人事主管可能故意挑选相貌比较缺乏竞争力的人，对美女弃之不用，其用意是减少跳槽率，希望员

工忠诚老实干到底。

亚里士多德说：“美是比任何介绍信都有力的推荐。”这一结论，在大多数场合具有普适性。对打开机会之门而言，美的力量不亚于一辆坦克的威力。

美貌能提升形象。比如，老板身边伴着一个漂亮的女秘书，给人的感觉是他很有实力、很有品味。假如秘书都长成《丑女无敌》中的米琪那样，老板恐怕宁愿单独出行。

还有一个原因：美貌能激发团队的工作积极性。美国马萨诸塞州中心医院向 10 名年龄在 21 ~ 28 岁之间的正常男子展示了一些漂亮女人的照片，同时对他们的大脑活动进行监测，结果发现，这些男人像拿到钞票一样兴奋。可以想象，假设工作场合有美女，就能让异性的中枢神经兴奋起来，从而工作得更加卖力。

对商业单位而言，经济利益毕竟是第一位的追求，因此在选人时，会围绕这一目标进行综合评估，不会单纯考虑相貌。但是，在同等条件下，必定是漂亮者胜出。

第 3 种价值：优先分享利益

美貌能获得更好的机会，自然就有优先分享利益的权利。有资料显示，世界上最著名的 10 位模特中，最高的年收入是 6000 万美元，最低的年收入是 2000 万美元。号称韩国“第一美女”的金喜善，在为 TCL 集团推广其新型手机所做的广告中，身价是 1000 万元人民币；香港歌坛“天后”王菲为美国第二门户网站 Exeite 打广告，酬金达到 8 位数。她们偶尔一展“仙容”，收益超过成百上千人奔忙一年，可见在美丽面前，人与人多么不平等！

在非特殊行业，相貌也左右着收入的高低。美国得克萨斯大学的丹尼尔哈默米什博士从不同国家收集资料，比较人们的容貌与其收入的关系。结果显示：在美国和加拿大，按平均收入计算，丑男比相貌一般者收入要低 9%，而美男比相貌一般者收入要高 5%。女人貌丑者比相貌一般者收入要低 6%，而貌美者收入要比相貌一般者高 4%。在中国，“美丑差距”更大，丑男比相貌一般者收入要低 25%，美男比相貌一般者收入要高 3%；

丑女比相貌一般者收入低31%，美女比相貌一般者收入高10%。

爱美，表明了人们追求美好生活的愿意，表明了人们努力创造美好未来的激情。可惜许多中国女性不明白这个道理，结婚后就放松了对美的追求；40岁以后就开始走“素面朝天”的路线；50岁以后开始“听天由命”，凑合着过日子；60岁以后放任自流，甚至开始对美发出嘲笑的声音。

外表的美丽已经成为个人综合竞争力的一项重要内容。假如长相不漂亮，该怎么办呢？其实用不着恐慌。美丽不是天然生成，80%靠后天造就。只要勤于修炼，都能成为人见人爱的漂亮女人。



女人形象升值第1课：优雅与高贵



美玉和石头摆放在一起，不需要鉴宝专家，人人喜爱美玉；优雅高贵的女人和外表平凡的女人站在一起，不需要评委，人人为美女心动。事实上，除非遇到特殊变故，一个优雅高贵的女人不太可能沉沦于凡俗之中，总会被人像“淘宝”一样淘走，倍加珍视。

女人的优雅与高贵，一半来自仪表，一半来自内心，由内而外，融为一体，不仅美，而且处处流露出迷人的韵味。看古装电影，你一眼可以看出谁是丫环，谁是贵妇，为什么？因为她们有着不同的韵味，从一举手、一投足中展现出来，从一颦一笑中散发出来，不需要伪装和表演，很自然地从日常生活的每一个细节中流露出来。

无论是银幕上还是真实的生活中，让人着迷的往往不是漂亮的女人，而是那些得体优雅、懂礼仪、有教养的女人。讲究仪表和修养的女人才会具有高贵的气质，温柔、典雅的女性才能散发迷人、妩媚的气息，彬彬有礼的女人能使自身的美焕发出一种特殊的魅力，而这一切是雅致、和谐与仁爱的总汇。

一位中年主妇觉察到自己的丈夫经常在家里夸奖他的女助手，她心里

有些疑惑。于是开始每天描眉画眼、梳妆打扮，甚至不惜花了一大笔钱去做美容手术。谁知丈夫对她的精心装扮熟视无睹，仍然每天津津乐道于他的那位女助手。

妻子沉不住气了，开始打听女助手的背景，于是丈夫邀请妻子一同会见那位女助手。一见面，妻子大为吃惊，女助手既不年轻也不漂亮，而是一位头发花白、身材发福的普通妇人，但在言谈举止中透露出良好的教养，周围的人无不受到她的感染，这位妻子也抵抗不住她的魅力，十分急切地想和她交朋友。后来，这位妻子终于明白了，有内涵的美赋予一个女人的魅力是无可比拟的。

女人依靠外表可以“养眼”，依靠内涵可以悦心。内涵是沉积的智慧，智慧在一点点地雕琢着一个人，展现着一个人优雅高贵的魅力。

女人的美主要靠自我修炼，跟地域并无必然关系。只要你乐意进行以下五项修炼，你就能自享优雅高贵。

第1项修炼：道德修养

女人的道德，有三个很要紧的字，第一个是“善”字——真心希望他人快乐，真诚为他人的好运祝福，乐于为他人提供力所能及的帮助。一个善良的女人，内心散发着幽香，无论年龄、相貌如何，都能赢得他人真诚的爱。

有一个活泼好动的小女孩，滑雪时不幸摔折了腿，住进医院，躺在床上不能动弹，度日如年，整日以泪洗面。病房靠窗的位置是一位慈祥的老太太，已快痊愈了，能够坐起来。老太太每天总要坐一会儿，观赏窗外的景色。小女孩羡慕地问：“您看见什么了？”于是，老太太给她描述窗外的景色和发生的一些趣事。小女孩边听边想象着外面美好的景物，不由得心旷神怡，心中的郁闷渐渐化为乌有。一个月后，老太太出院了。小女孩迫不及待地恳求医生把她换到靠窗的病床。她挣扎着欠起身，伸长脖子，朝窗外一望，惊呆了：窗外是一堵墙！小女孩震惊之余，感动得流下了眼泪。她明白了：老太太给她推开了一扇心窗！

善良的女人，用一颗心，创造与人共享的宝贵价值，她也因此值得他人珍视。

第二个是“敬”字——尊重每一个人，无论对方是男人、女人，还是老人、小孩，都保持足够的敬意。一个有教养的女人绝对不会像泼妇一样爆粗口、打人耳光。

敬意应该发自内心，而非虚情假意。所以，你需要一定的学问，弄清他人为什么值得尊重。没有教养的女人唯我独尊，对他人殊无敬意，因为她不知道每个人都值得尊重。“敬人者，人恒敬之”，你懂得尊重他人，也将赢得他人的尊重。

第三个字是“真”字——真心实意地对待他人。古人云：“百心不可得一人，一心却可得百人。”这个“一心”，是一颗真诚的心，而不是一颗诡诈百出的心。做一个真诚的人，不仅仅是为了得到一个好的形象，更重要的是，当你真诚面对一切的时候，你会发现自己的身心原来如此轻松，你也会不断地被一种愉悦的氛围包围着，你的内心充满宁静，“贵气”也自然地在你身上散发出来了。

第2项修炼：性情修养

女人的性情，以两个字为贵，第一个字是“柔”字。无论古今中外，女人仍以柔美为佳，一旦失去柔美，就不那么可爱。

有一个身穿名牌、打扮时尚的女孩，逛商场时，招来不少男人的目光。这时，一位男士推着购物车过来，不小心碰了一下她的脚，“美女”顿时变了脸，瞪了那人一眼，责问道：“你没长眼啊，怎么踩我两脚？”那人刚说了一句“对不起”，“美女”用细细的七寸高跟鞋狠狠踩了他一脚。那人愕然看了她一眼，想发怒，又忍住了，眼里露出鄙夷之色。其他人也对这个“蛮女”侧目而视，再也没有观赏的兴趣了。

女人的“柔”并不是软弱，而是力量内蕴的风格。“柔弱胜刚强”，这是《道德经》对“柔”字的理解，品性如水，看似柔弱，但无坚不摧。

第二字是“静”。没有教养的女人，整天叽叽喳喳、毛毛躁躁。有教养的女人，无论遇到什么事，都不失沉静的气度。“猝然临之而不惊，无故加之而不怒”，这种气度，女人通过修炼，也可以达到。

第3项修炼：文化修养

有修养的女人大都有文化、爱读书。读书，可以丰富自己，增长知