

● 书香，是最有价值的“化妆品”。  
● 柔弱也是一种力量。  
● 大事业小女人。  
● 在外要给足男人面子。

夏冰◎编著



# 男人写给女人的 88 忠告

你应该是最美丽的人  
爱情要高智商  
你是家庭永远的主角  
你也能拥有财富人生

你能顶半边天  
做一个受欢迎的人  
跳好职场圆舞曲

中国轻

工业出版社

夏冰◎编著

男人写给女人的

88条

忠告



中国轻工业出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

男人写给女人的88条忠告/夏冰编著. —北京: 中国戏剧出版社,  
2010. 12

ISBN 978-7-104-03372-1

I. ①男… II. ①夏… III. ①女性—修养—通俗读物  
IV. ①B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第253489号

---

# 男人写给女人的88条忠告

责任编辑: 左灿丽  
责任出版: 冯志强

---

出版发行: 中国戏剧出版社

出版人: 樊国宾

社址: 北京市海淀区紫竹院路116号嘉豪国际中心A座10层

网 址: www.theatrebook.cn

电 话: 010-58930221 58930237 58930238

58930239 58930240 58930241 (发行部)

传 真: 010-58930242 (发行部)

---

读者服务: 010-58930221

邮购地址: 北京市海淀区紫竹院路116号嘉豪国际中心A座10层  
(100097)

---

印 刷: 北京高岭印刷有限公司  
开 本: 787mm×1092mm 1/16  
印 张: 18.25  
字 数: 254千  
版 次: 2011年1月 北京第1版第1次印刷  
书 号: ISBN 978-7-104-03372-1  
定 价: 25.00元

---

版权专有, 违者必究; 如有质量问题, 请与出版社联系调换。



# 目 录

D I R E C T O R Y

## 第一章 你应该是最美丽的人 1

1. 自信让你成为万人迷 2
2. 微笑，你的招牌动作 5
3. 那一低头的温柔 8
4. 高雅并不是追逐时尚 11
5. 才艺，低调的华丽 14
6. 书香是最有价值的“化妆品” 17
7. 哭了，痛了，别忘了坚强 20
8. 千万别为小事抓狂 23
9. 让宽容充斥于胸 26
10. 用内心唱响快乐人生 29
11. 七分妆出十分美丽 32
12. 穿出来最美的衣服 35
13. 穿过你的黑发我的手 38
14. 曲线是吸引眼球的经典 41
15. 年龄跟美没多少关系 44
16. 随时注意你的姿态 47
17. 香水不要太浓 50
18. 健康才是最美的 53
19. 选择合适的饰品 56

## 第二章 爱情要高智商 59

---

- |                |    |
|----------------|----|
| 20. 女孩有时要“坏”一点 | 60 |
| 21. 也许他并不是适合的人 | 63 |
| 22. 掌握爱情游戏规则   | 66 |
| 23. 做自己的公主     | 70 |
| 24. 好男人就在你身边   | 73 |
| 25. 确认他是否还爱你   | 76 |
| 26. 别在爱情上犯傻    | 79 |
| 27. 用距离去保质爱情   | 82 |
| 28. 有些男人你不能信   | 85 |
| 29. 爱情上需要利己    | 88 |
| 30. 爱情，女人请主动   | 91 |

## 第三章 你是家庭永远的主角 95

---

- |                 |     |
|-----------------|-----|
| 31. 别总是为小事唠叨    | 96  |
| 32. 多点包容，少点挑剔   | 99  |
| 33. 如何衡量男人的成功   | 103 |
| 34. 结婚了也别做黄脸婆   | 107 |
| 35. 一定别当母老虎     | 110 |
| 36. 给他足够的自由     | 113 |
| 37. 面对背叛，别轻易走开  | 117 |
| 38. 不要与你丈夫的事业为敌 | 120 |
| 39. 如何沟通更有效     | 123 |
| 40. 有些事情很简单     | 126 |
| 41. 在外要给足他面子    | 129 |
| 42. 如何处理好婆媳关系   | 132 |
| 43. 让家庭永远充满温馨   | 136 |
| 44. 不要总让家人吃外卖   | 139 |
| 45. 不要动不动就提离婚   | 142 |



## 第四章 你也能拥有财富人生 145

---

- 46. 留一点私房钱给自己 146
- 47. 不要只靠男人赚钱 149
- 48. 拒绝诱惑，理性消费 152
- 49. 越早理财越有钱 155
- 50. 寻找潜力股老公 158
- 51. 要浪漫，不要奢华 161
- 52. 重视精神上的富足 164

## 第五章 你能顶半边天 167

---

- 53. 不要做谁的附庸 168
- 54. 不要停滞不前 173
- 55. 扔掉消极情绪 176
- 56. 要学会不抱怨 179
- 57. 以主角的姿态演绎人生 182
- 58. 少花点时间在家务上 185
- 59. 你能比男人做得更好 188
- 60. 站得高，才能看得远 191
- 61. 不要犹豫不决 194
- 62. 成功不能靠运气 198
- 63. 柔弱也是一种力量 201
- 64. 家庭事业要兼顾 204

## 第六章 做一个受欢迎的人 207

---

- 65. 关爱别人应该是你的天性 208
- 66. 会说话的女人最出色 212
- 67. 掌握拒绝的艺术 215

- |                |     |
|----------------|-----|
| 68. 自尊自爱是你的本钱  | 218 |
| 69. 你的人脉价值千万   | 221 |
| 70. 学点识人心理术    | 225 |
| 71. 把握友情和爱情的距离 | 229 |
| 72. 真诚对待生命中的人  | 232 |

## 第七章 跳好职场圆舞曲 235

---

- |                  |     |
|------------------|-----|
| 73. 一定要做好职场规划    | 236 |
| 74. 如何在职场中“一见钟情” | 239 |
| 75. 发挥天然的职场优势    | 243 |
| 76. 大事业小女人       | 246 |
| 77. 小心职场雷区       | 249 |
| 78. 嘴上和手上功夫都不能少  | 252 |
| 79. 学会借助别人的力量    | 255 |
| 80. 千万不要得罪同事     | 258 |
| 81. 学会老板的思考方式    | 261 |
| 82. 上司也许比男友更重要   | 264 |
| 83. 公司不是浪漫的地方    | 267 |
| 84. 系统管理你的工作成就   | 270 |
| 85. 不要找借口，寻找突破口  | 273 |
| 86. 休息比工作更重要     | 276 |
| 87. 让老板裁不掉你的秘密   | 279 |
| 88. 为你自己工作       | 283 |



第一章

你应该是最美丽的人





## 自信让你成为万人迷

自卑只能自怜，自信方能成功。

女人如花，自信似水，一朵女人花的完美绽放岂能缺少清水的一生呵护。自信让女人周身都充斥着迷人的花香，这淡淡的清香不知会俘获多少男人的心；自信让女人由心散发着巾帼之气，这舍我其谁的才气不知还会创造多少职场的奇迹；自信让女人一颦一足之间都透露着优雅的气质，这恬静淡然的优雅不知又会缔造多么幸福的生活。女人舍弃不了自信，因为自信会让女人成为那万丛绿中最绚烂的一抹红。

女人，别再为自身的不足而暗自神伤了，昂首如初，轻轻敲开自信的纱窗，映入你眼帘的将会是动人的美景。殊不知这样的美景同样能够荡漾在你的身上，自信一点，乐观一点，自己的气质完全可以征服一切，享受人生。

小S就是个很好的例子，她一路辉煌的走来源于她大胆自信。牙套日记时期的她就由众人的眼里得知自己没有姐姐漂亮，但她却可以自我安慰，相信自己是最美的，后来的性感妈咪日记更是颠覆了众生。怀孕期间的她更加注重了护肤、瘦身等一系列众人无法理解的事情。小S大胆自信最终让她成为美丽、性感的女人，并且成功俘获“王子”的心，嫁入了豪门。所以现在众人都很惊讶，原来小S比姐姐更美丽、更幸福。

一点点不足其实无伤大雅，难能可贵的是你要自信，这样你自身的缺点或许就会变成你最引以为豪的特色。刚出道时舒淇那厚厚的嘴唇不知引来了多少人的嘲笑，而如今贵为一线女明星的她又调动了多少人来羡慕她的嘴唇。所以说美没有一个固定的标准，每个人的审美眼光都不尽相同，蒙娜丽莎的神秘之美肯定会吸引众多艺术家的眼球，但拾穗女的健康之美同样也会得到大家的赏识。



女人，自信起来，别在为臃肿的身材而闷闷不乐，坚持跑在自信的路上，你会发现身材在一点点的变化，变得更加诱人；也别再为天生的公鸭嗓而抿嘴不语，乐观歌唱在自信的麦克上，你会发现这样的声音也别有一番风味；更别再为自己形貌平平而低头自卑，多一份自信的装扮，会让你获得不一样的人生。

窗外不仅有美景，更有和煦的阳光，自信的女人可以掀开纱窗观感自然，可以抬头仰望，收获阳光。聚集了赤、橙、黄、绿、青、蓝、紫七种颜色的阳光将会给予自信的女人七种不一样的礼物。

### 美丽

毋庸置疑，自信的女人是美丽的。自信的女人不需要惊艳的容颜、昂贵的化妆品和华丽的服饰，因为她们懂得最好的装扮是用自信画出来的。昂起自信的头颅，大步向前走，这份从容自信的姿态正是一朵娇艳女人花的姿态。

### 优雅

哪一个优雅的女人会缺少自信呢？优质高雅的气质不是与生俱来的，而是由心慢慢地塑造而成的，而这颗心就是信心。有了自信的支撑，淡然的优雅才不会显得软弱，而他人也会在淡然之外看到一股顶梁的韧劲。所以说一个优雅的女人即便是一袭布衣，他人也能看到布衣下那颗自信的心。

### 独立

自信的女人更容易独立，更容易适应这个社会。经济上的独立可以衣食无忧，光鲜照人；精神上的独立可以多一份迷人的特色，少一份依靠别人的压力。试问又有几个男人不喜欢这样的女人呢？所以随着时代的变迁，独立的女人如今更招男人喜欢。多一份独立，多一份悠然自得的生活。

### 激情

自信的女人从来都不会缺乏激情。激情的女人会在炎炎夏日里与

男人一同攀岩，留下一份热辣的回忆；激情的女人会在大雪封山时与男人一起堆雪人，留下一份甜蜜的浪漫。拥有激情的女人更会有一个好人缘，收获更多的朋友。让自信贯穿女人一生，让激情陪伴自信一世。

### 个性

每一个自信的女人都有自己的个性与特色，只不过会通过不同的方式来展现。李宇春的自信让她成为中性美的代言词，周迅的自信让她的嗓音更具感染力，成为众人眼中的“人间精灵”。所以每一个自信的女人都是独一无二的，用心去感受自己，展示一个不一样的自己，让世界也为之着迷。

### 乐观

自信的女人有很好的心态，能积极乐观的对待生活。一个乐观的心态对于女人来说着实重要，生活中的乐观，可以消除一些不开心，尽情享受生活；工作上的乐观，可以赶走努力后的劳累，不断创造佳绩；爱情中的乐观，可以赶走忌妒猜疑，增加甜蜜的温暖。

### 智慧

自信的女人往往都是聪颖、智慧的，她们懂得弱水三千，只取一瓢饮。大智若愚的智慧让女人看似与世无争，但其实早已看清并得到了自己想要的，那剩下的就只是聆听自然，感悟人生了。智慧的女人很容易掌握自己的人生，过自己想要的生活。

一个女人因自信而获取以上七种礼物后，定会成为一个“不食人间烟火”的奇女子。

迎着清晨的第一缕阳光，让过往的路人都忍不住驻足侧目的是自信的女人花，是真正的万人迷。

### 男人对你说：一生自信，一生幸福。

- 面对不开心的事，把嘴咧一个完美的弧度，用微笑迎头而进。
- 对待自己的缺点，不卑不亢，努力把美的一面展示给周围的人。
- 不时调整心态大步向前，积极生活，努力工作。



2

advice

## 微笑，你的招牌动作

亲爱的，下一世你不许我再因你一怒为红颜，可你一定要用你的微笑再次为我倾国……

不得不承认周杰伦是个音乐天才，一曲《稻香》更是激励了不少人为梦想坚持奋斗下去，而“随着稻香河流继续奔跑，微微笑，小时候的梦我知道，不要哭，让萤火虫带着你逃跑……”这样轻快哲理的歌词也从众人口中不断地吟出。微笑面对一切，深吸那田间的稻香，生活真的会无比美好。

作为女人，更应该习惯将真诚的微笑挂在脸上，微笑对人，微笑对事，而微笑的结果往往会让快乐和成功像一曲轻快的音乐，叮叮当地渗透在生活之中。女人时常以为自己美若天仙的娇容就足够了，不用微笑也可以惊艳一方。其实不然，闭月羞花的容颜加上可人的微笑才会留下“一笑倾人城，再笑倾人国”的美谈。遥想当年，周幽王为妃子褒姒一笑竟点燃烽火台，引各大诸侯策马扬鞭而来，以至于有了“烽火戏诸侯”的历史典故，一笑的力量究竟有多大？也许只有周幽王能够体会到了。

虽然现在不可能再出现此类典故了，但同样有令人感动落泪的事情发生。《枪口下的微笑》就讲述了一个士兵与一个小女孩之间微笑的故事。

汤姆是部队的神枪手，伊拉克战争之际，汤姆被派去伊拉克执行任务。刚到伊拉克的第一天，上司就给了汤姆这样的交代：在这要时常保持高度的警惕性，因为每一个伊拉克人都有可能是“人体炸弹”，如果遇到神色可疑的伊拉克人就立即开枪，不然丧命的可能就是你。

一日午后，汤姆在外巡逻，硕大的太阳照得汤姆无比乏困，于是他就坐在了一截断墙上休息。刚刚坐稳，就听见身后有一丝骚动的声音，

听觉灵敏的汤姆立刻站起转身大喊：“谁？站住！”一个小女孩应声而定，汤姆认真打量着这个小女孩——一个满脸稚气、可爱的小女孩，汤姆再也掩饰不住对这个小女孩的喜爱，于是对她抿嘴微笑以示友好，小女孩也天真地笑了。

正当汤姆抿嘴微笑之际，小女孩突然猛跑起来，汤姆大惊，一想到“人体炸弹”，汤姆再也按捺不住，甩枪向小女孩连发三枪，而这三枪却出奇的没有打中小女孩，当小女孩跑到断墙下边时，一声巨大的爆炸声响彻在空旷的废墟之上……

小女孩死了，而躺在病床上的汤姆并没有生命危险，战友都好奇他怎么三枪都没有打中那个小女孩，要知道汤姆可是神枪手啊。也许只有汤姆自己知道，是小女孩的微笑令他心灵颤动，从而导致双手颤动以至于打不中那个小女孩。

但是，他们也许永远都不会知道，其实那个小女孩并不是“人体炸弹”，炸弹早已在断墙下搁放，小女孩看到了，只是想过去把炸弹拿走。当她刚抱住炸弹时，悲剧发生了。假如没有小女孩柔软的身躯抱住炸弹，汤姆或许早已不再人间了，而小女孩这样做仅仅是因为汤姆对她友好的抿嘴一笑。

战争是无比残酷的，以至于天真活泼的小女孩命丧于硝烟中，在我们祈祷和平时，记住小女孩的微笑吧。战争中既然有如此的微笑，那么处于和平世界的女人们，就更没有理由不去微笑了，为健康的活在人间而微笑。聪明的女人们，别再吝啬你的微笑了，也别再荒芜你的娇美容颜了，让微笑挂满你的脸颊，让快乐荡漾在你的心中，让幸福萦绕在你的左右吧。



### 微笑保质期你的爱情

下班归来后的一个深情拥抱，纪念日里那枝娇羞的玫瑰花，深夜时被掖好的那一角床被，还有生日蛋糕，一桌饭菜，一次游玩……这些都是你微笑的理由，用心给丈夫一个甜蜜的微笑吧，这样你们的爱情保质期肯定会很长很长。当然更别在丈夫下岗、自己生病等各种变故之时忘记了微笑。一个温馨的笑脸会让你们两个坚强应对一切变故，并且把这



些变故变为你们完美爱情的良好催化剂。男人，需要微笑，女人亦是，给你们爱情一个微笑，别让你们的爱情惨淡收场，尽管你们是如此的恩爱。

### 微笑成就你的事业

有些女人工作能力出奇的强，可由于处理不好人际关系，往往无法在工作中做到得心应手，那么从这一刻开始，让真诚的微笑挂满你的脸上吧。碰到同事，点头微笑，以示友好；偶遇上司，点头微笑，以示尊敬；巧撞下属，点头微笑，以示鼓励。不善言谈的你完全可以以一个微笑来消除彼此的芥蒂，增加双方的好感。同事之间有了相互真诚的交流，工作也会变得更加顺畅，你的超强能力也会脱颖而出。为了工作上的一个爽快心情，为了事业上的成功，给自己一个微笑吧。

### 微笑装扮你的生活

生活中的微笑则显更重要，对邻居的一个微笑，可以让彼此相处得更加融洽；对朋友的一个微笑，可以让友谊更加的瓷实；对陌生人的一个微笑，可以让她没有了拘束感，让你们之间的交流更加愉悦。女人的微笑就像生活中一缕不掺杂任何杂质的清风，这缕清风会吹走烦恼，吹走苦难，当然还会吹来愉悦的音符，让你随着音符的跳动不由得翩翩起舞。心中拥有阳光才可以更好地感受现实阳光的温暖，女人啊，让你由心而发的微笑亲吻太阳，让太阳也洒下更多的阳光在你生活之中吧。

**男人对你说：大方笑出来，让世界看见你的微笑。**

- 微笑不是一件随便的事，聪明的女人一定要认真对待微笑。
- 真挚的微笑是自然大方、亲切动人。

## 那一低头的温柔

最是那一低头的温柔，  
像一朵水莲花不胜凉风的娇羞，  
道一声珍重，道一声珍重，  
那一声珍重里有蜜甜的忧愁——  
沙扬娜拉！

——徐志摩

“最是那一低头的温柔，像一朵水莲花不胜凉风的娇羞。”徐志摩只是简单的只言片语，却能带给我们一种凄美至深的境界。而恰恰是日本女郎温柔的娇态打动了徐志摩心中那喜爱的琴弦，于是才不惜重墨对她道一声：沙扬娜拉！

造物主是公平的，在给了男人阳刚的同时不忘留给女人一丝阴柔。而当今社会却有不少女人早已忘了自身的法宝，把温柔丢得不知踪影了。她们不仅在职场上大步流星，雷厉风行，生活中依旧如此，饮料是要对着瓶饮的，肉是用来大口嚼的，当然有时也少不了在公共场合哈哈大笑，引来无数“稀罕”的目光。聪明的女人啊，请你赶紧捡起你的温柔，把它融化于心吧，这份温柔不仅能够兑现“四两拨千斤”的诺言，还能给你添上花开无痕，花落无声的淡雅情怀。

志摩眼中需要温柔的娇羞，其他男人亦然，下边就是一个男人索取温柔的小故事。

妻子在谈恋爱时一贯霸道蛮不讲理，婚后还是迟迟改不了这一“恶习”，丈夫对此也只能无奈地摇摇头。

一天，夫妻两个说好一块去赴朋友的约，途中妻子又开始喋喋不休地数落丈夫，此时的丈夫一改往日听话乖巧的秉性，甩手而去。只剩下妻子一人去赴约，妻子虽然无比生气，可还是一个人去赴了约。

晚10点，妻归来，正要拿钥匙开门，见门有一纸条，掀下来一看，



上面写着：你必须给我道歉。妻子愤愤不平甩门进屋，口中还喃喃自语：道歉，没门。屋中漆黑，妻子开灯的时候在开关上也摸到一张纸条，上写：不道歉把我的袜子洗干净也可以。妻子看罢大怒，心想，洗，洗你个头。接着就去刷牙准备睡觉，谁知牙杯上也多了一个纸条：千万不要说：洗，洗你个头。不洗也可以。那就照桌子上的提示去做。妻子读完，在心中一乐的同时不忘跑到桌前去看提示，桌上有一张纸写道：不道歉就把这几句话深情面对我读三遍：“做女人，唉，每个月总有这么几天……”妻子看完，不仅悄然一笑，气也消了不少，但还是没打算给丈夫道歉。

洗漱完毕，妻子回到卧室，见丈夫扭头在一边睡着了，于是就打算换睡衣睡觉。开衣柜时又看到上头贴有一页纸，妻子取下一看，上写：其实我早知道你打算认错了，别再自责了，以后对我好点就行了，还有我今天甩手回家是有原因的，你没看到马路对面我一哥们在幸灾乐祸，准备看我笑话呢，男人嘛，面子第一，你懂得。

妻子此时已完全没有了怨气，反而觉得有点对不住丈夫，于是就伸手把丈夫的头扳向自己，却发现丈夫脸上斗然用口红写着两个大字：亲我。

温柔是女人的一把利器，每个男人都希望被它刺倒。女人别让自己的温柔搁浅在无垠的角落，尽情地绽放开来，让你的男友忍不住驻足欣赏你的温柔。爱情是个永恒的主题，爱情会滋润每一对恋爱的男女，会真心让他们饱尝甜蜜的果实，但每一段完美的爱情都需要两个人细心地呵护，而善于运用温柔利器的女人更容易得到甜蜜的爱情，女人们，你准备好了吗？拔出温柔之剑“刺”向你的男友，它在赐予你另一半温暖的同时也在升华你们的爱情。

### 真正温柔的女人如出水芙蓉，无需修饰。

真正温柔的女人有一种出淤泥而不染的姿态，她们不会随着社会的飞速发展而在自己穿衣打扮上不停地改变方式。她们不会化过于妖艳的妆，只是如蜻蜓点水一般化一点淡妆，而给人的却是一种脱俗的安然；她们不会一直穿着时尚，更不会着一身昂贵的服饰，她们懂得适合自己的才是最好的，衣着简单，清爽岂不更像翩翩下凡的仙女。真正的温柔也不用刻意地去装扮，着一身旗袍的女人不见得每个都温文尔雅，温柔



更多的是一种从心流露出来的情感，它很自然，就像汨汨流淌的溪水，很清，很澈，又细柔的流进每个人的心房。

### 真正温柔的女人有种“谈笑间，檣櫓灰飞烟灭”的能力。

她们讲究以德报怨，以德服人。面对工作的繁忙，生活的琐事，只是淡淡的一笑，因为她们懂得这些都是美好生活特定时间内的必需品。社会之中，待人接物更会礼貌，不失微笑，有时因为一些小事面对对方的喋喋不休，她们更会来一个温柔的微笑，这一低头的温柔往往比胡搅蛮缠更具有杀伤力，让对方措手不及，只能愣在那里。所以真正的温柔能够在不经意之间化解一场争斗，而温柔的女人更会成为这场斗争中最大的赢家，不仅赢了斗争，而且赢了人格。

### 真正的温柔不是一味的顺从，更不是示弱。

在丈夫接二连三的外遇，在公司领导不停地打压你之时，这时的温柔更应该是一份离婚协议书和一封辞职信。不示弱但也不能一直顺从，一味听取他人见解，真正的温柔会以柔克刚，克除丈夫的臭毛病，克掉他人的见解，树立自己的威信。真正的温柔能够在纷争的环境下继续自己的独立，笑看云卷云舒，待无人争论之际，展现自己的睿智智慧，让自己的理念游刃有余地得以实现。

**男人对你说：秀出你那一低头的温柔，让整个世界都为你动容。**

- 柔情似水，而女人恰恰又是水做的骨肉，如此推断，女人要温柔其实不难。
- 抑制自己的情绪，保持性情的柔和，不要遇到不顺心的事就气急败坏，要笑着人生。
- 善解风情，通情达理，要懂得理解他人，人对事都要讲道理。
- 细致典雅，乐善助人，拥有一份细腻的心态，并且心地善良，时常帮助他人。