

吴淡如 / 著

WUTANRU
WORDS



掌握 一生幸福

的主动力量

有主动力的女人才幸福

华语世界最贴心的倾诉对象
讲最好的故事给你听

什么都不做，

幸福快乐也不敢降临到你身上。

你有权利主动选择你要的人生。

告诉自己，你可以！



九州出版社
JIUZHOU PRESS

掌握 一生幸福 的主动力

有主动力的女人才幸福



吴淡如 / 著

WUDANRU
WORDS



九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

掌握一生幸福的主动动力 / 吴淡如著. —北京: 九州出版社, 2015. 5

ISBN 978-7-5108-3713-5

I. ①掌… II. ①吴… III. ①性社会学—通俗读物
IV. ①C913.14-49
中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第107011号

原书名:《掌握你一生幸福的主动动力》, 经吴淡如授权在中国大陆地区独家出版发行。

掌握一生幸福的主动动力

作 者 吴淡如 著
出版发行 九州出版社
出 版 人 黄宪华
地 址 北京市西城区阜外大街甲35号 (100037)
发行电话 (010) 68992190/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 小森印刷 (北京) 有限公司
开 本 810毫米×1120毫米 32开
印 张 8.5
字 数 160千字
版 次 2015年6月第1版
印 次 2015年6月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5108-3713-5
定 价 32.00元

★ 版权所有 侵权必究 ★

什么都不敢，幸福快乐也不敢降临到你身上。

正面的许愿很重要，代表你相信自己有主动选择自己要的人生的权利。

(自序)

你有主动选择人生的权利

吴淡如

有位来宾来到我的广播节目，我们谈的是许愿。

只要你真心许下愿望，就会有一股力量帮助你成功，你所期待的幸运才能降临在你身上。尤其是深陷不幸和面临挫折的人，更需要相信自己有迈向美好未来的可能，生命必然会因你的期许而出现转机。

我们请此时希望许愿的人打电话进来。

不久，一位声音悲怆的听众打进来。她说她的情路很坎

珂，很年轻的时候就认识了一个不对的男人，明知他不好，却傻傻地跟他结婚，生了一个孩子。

他不养家就算了，还和公司的女同事有了外遇，她受不了，在他和第三者的联手逼迫下，只好跟他离婚。离婚后才发现，他用了她的名字欠下一笔钱，带着孩子的她还得帮他还债。

她今年只有三十二岁，离婚已经八年了，讲起这一段往事，语调在悲哀中带着愤怒。虽然她说：“没关系，我已经原谅他了。”听起来却不像。我想，她是在试图原谅他。

“你想许什么愿望呢？有没有渴望再遇到一个真正爱你的人？”我问。

“我希望不要再这么倒楣，一个人的日子也很好……我希望自己不要被裁员，孩子不要再生病……”

她的愿望充满了否定句。这些愿望很寻常，但都是消极的。

在我们的提醒下，她改用了肯定句。

“……我希望我的孩子身体越来越健康，好运降临在我身上；而且，能遇到一个爱我的好男人！”

瞬间，她的语气有很大的不同。

她和我们之中的许多人一样。我们有很多愿望，但因为潜意识里不相信自己能够那么幸运，所以常用消极的方式来许愿；或者在人生的紧要关头，逃避最佳选择。

这些年来，在我的观察里，不少条件好得不得了的人，常是因为“负面选择”断送了自己幸福的权利。比如，有位我认识的俊男美女，情路都非常不顺利，和他们聊起自己的心路历程，我常听到类似的话语，比如：“我啊，反正我的爱情注定是个悲剧。”“算命的说得对，我就是小老婆的命。”

一直抱着这样的想法，仿佛不断地在对自己诅咒，感情怎么可能顺利？

有的诅咒并不是来自内心深处，而是别人附加给你的不快记忆；然而，它却也对你的灵魂日日洗礼。

比如，有位美丽又能干的女性友人，从很年轻到现在，明明都有很多人追求，但她老是会选到其中最烂的那一个。为什么呢？某次失恋后，她语重心长地分析自己：“我想，我妈的某一句话对我有很深的影响。小时候我长得又瘦又

千，她曾对我说：将来有人喜欢你就不错了。”

这使她不敢接受条件好的男性追求，深怕自己“承担不起”。

相反的，我也看过不少成功的创业者，他们最常对自己说的话，都有着正面的鼓舞意义。不管待人接物再怎么谦逊，他们在决定做一件事时，都有“快、准、狠”的特质，会看准目标，对自己说：“那就是我要的东西。”

就像刘邦看到秦始皇出游时所说的“大丈夫应如是也”。

相信就是一种源源不绝的力量。

不少的女人，不管再怎么聪明优秀，都有或多或少的“为自己设天花板”的问题：

不敢跟别人不一样，不敢沟通，不敢说真话怕惹别人生气，不敢成功，不敢接受失败，不敢果决，不敢说不，不敢争取，不敢追求梦想，不敢改变，不敢主动向自己喜欢的男人示意，甚至不敢接受太好的男人追求……甚或还不敢理财，不敢选择自己喜欢的职业；只是被动地接受降临在她面前的一切，把所有的希望寄托在身边的人和自己的孩子身上。

什么都不敢，幸福快乐也不敢降临到你身上。

正面的许愿很重要，代表你相信自己有主动选择自己要的人生的权利。

正面的许愿是对自己的精神喊话，我们有必要告诉自己：你可以。

有些事，想来会让你坐困愁城，如果你肯主动出击，就会发现让你头痛的怪兽，只是一粒小小的芝麻。

请运用主动力，把你心中的门打开！

目 录

① 主动寻找 真爱情

真爱常在不经意时来敲门	002
找到频率对的人才幸福	005
进取式的坚强受欢迎	009
找个和你一样快乐的男人	012
不易受伤的女人爱得久	015
脸皮厚也是一种优点	020
当袋鼠女遇上蚂蚁男	023
吃饭合拍恋情就顺利	028
吃醋有理，但请温柔点	031
拿出风度有效沟通	036
每个情人都要哄	039
女人心机深有错吗？	042
太矜持反成第三者	045

乖儿乖女婚姻难 048

嫁好男人，苦了自己 051

② 主动争取 幸福权

看见幸福背后的努力 056

他爸妈不喜欢我 059

嘴甜比能干得宠 063

老婆你实在太聒噪 067

吵架不要只想赢 071

分清玩笑话与刻薄话 074

别把王子搞得太累了 078

互惠原则为爱加温 081

以毒攻毒对付暗箭 085

男女宽容度大不同 088

送礼送进心坎里	093
他家幸不幸福不关你事	096
第三者不必比你强	099
恋情不会无疾而终	102

③ 主动打造 好未来

十分钟、十个月、十年后，你会怎么想？	108
自怜会削弱行动力	111
当自己的机长	116
用愿望向宇宙下订单	121
金钱与灵性都重要	126
一秒钟变成百万富翁	129
训练专长需要一万小时	134
为自己订出大规则	137

你的反应会决定命运	140
没后路就不能装大爷	143
利用小人改变人生	147
永不吃亏不会成功	151
正面转化法最高明	154
捡狗屎的硕士勇气可嘉	157

④ 主动掌握 金钱运

如何不做金钱奴隶?	164
赚小钱女人就高兴了吗?	167
别让银行赚得比你多	171
永远不要听内线	174
亏钱时别对自己更坏	180
女人不能太精明的地方	183

女人会生气的花钱八大罪	186
当穷公主比当富家仆妇好	191
婚前应该管账吗?	194
理财的女人要解压	197
女人赚不赚钱都被嫌	201
财产在你名下未必是好事	204
最让女人有安全感的东西	208
买了房反而失去家	211

⑤ 主动掉头 做自己

就是不爱了	216
不是每个男人都值得等	219
不分开，更要看开	222
她不是不结婚，只是看你诚意	225

值得嫁的人才嫁	229
选择适合的位置才会快乐	232
原来是他配不上你	235
好强的女人造就无赖男	238
主动掉头，天空无限广	241
掌握幸福选择权	244
败犬女人的快乐	247
中年败犬珍惜单身权	250
一个女人的晚美人生	255

1



主动寻找 真爱情

女人在感情上采取“主动选择”的方式是必要的。

你不必主动到把男人吓跑，但必须掌握主控权：
及早学会过滤你不要的人，懂得对你喜欢的人表示欣赏，
对值得爱的人好一点，别让他走远！



现代人谈恋爱有两个极端：

不是应接不暇，就是大叹找不到心灵伴侣

真爱有这么难找吗？问题都在于你自己心中的那把尺。

真爱常在不经意时来敲门

不少人心中仍有一个梦：期待有一天，能够遇到缺少的那一半，找到自己的真命天子或天女。

几率有多高呢？

有一则来自英国的新闻：在某大学担任经济学讲师的巴克斯先生，在过了三年没有女朋友的日子之后，努力地思考找到真命天女的几率问题。他根据一个原本用来计算在宇宙中遇到外星人几率的“德瑞克”方程式，写了一篇论文，叫

做《为什么我没有女朋友？》，算一算就认命了——原来遇到良伴的几率只有二十八万五千分之一。

真爱有这么难找吗？

如果你要找的是“完美情人”，那确实是难找的。问题都在于你自己心中的那把尺。

现代人谈恋爱，有两个极端：不是应接不暇，就是大叹找不到心灵伴侣。

应接不暇的人，心里的那把尺必然较宽松。有个被我判定得了“渴爱症”的男性友人，简直是交女友的个中翘楚，三天两头，看他换不同女友，而每个女友的型都有很大差异。朋友们只能赞美他“胃口太好”。

像他这样容易交到女友（男友）的男人（女人），有以下几个特色：一、懂礼貌且说话不无聊；二、表面看起来让女（男）人有亲切感；三、很容易欣赏对方的某种优点（如身材好或才艺佳）；四、男方必须有稳定的收入和社会地位较高的职位，女人则只要有稳定工作即可。

不容易交到女友的男人，通常都是：一、宅男；二、不擅跟女性聊天；三、他的现实条件与他理想中的女人模型有