

让女人 一生幸福的 88条法则

你可以把它当做女人的醒世书
也可将其视为自己的幸福认知课

郑建斌◎编著

女人如怒放的鲜花，如何让你的花期永开不败？
女人如轻柔的细雨，如何让你的雨季恰当来临？
女人如飘逸的云彩，如何让你的姿态更趋完美？

遵守让女人一生幸福的88条法则，
做一个好命的女人，把握自己的幸福。



东北师范大学出版社
Northeast Normal University Press

让女人 一生幸福的 88条法则

郑建斌◎编著



东北师范大学出版社
Northeast Normal University Press

长 春

图书在版编目 (CIP) 数据

让女人一生幸福的88条法则 / 郑建斌编著. —长春:
东北师范大学出版社, 2011. 4

ISBN 978-7-5602-6784-5

I. ①让… II. ①郑… III. ①女性—幸福—通俗读物
IV. ①B82-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第016332号

□总 策 划: 段仁国

□责任编辑: 刘 姣 □责任校对: 李 玲

东北师范大学出版社出版
长春市净月经济开发区金宝街118号 (邮政编码: 130117)

电话: 0431—85687213

传真: 0431—85691969

网址: <http://www.nenup.com>

电子函件: sdcbs@mail.jl.cn

北京异图文化制版

北京画中画印刷有限公司印装

2011年4月第1版 2011年4月第1次印刷

幅面尺寸: 145mm×210mm 印张: 8 字数: 187千

定价: 25.00元

序

心如花的女子一辈子都不会老

女人最怕什么？

怕老！

谁不羡慕那个扎着小尾辫，挎着小背包，不知天高地厚跑来跑去的年轻女孩？可以任性，可以撒娇，一努嘴，一瞥眼，想要什么就能得到什么。满世界的人都围着她转。她可以一受委屈就哭鼻子，一高兴，嘴巴鼻子都撅向了天。她爱照镜子，瞅了一遍又一遍，被镜子里的自己迷得神魂颠倒。

因为她年轻，即使她一无所有，也可以傲视所有；因为她年轻，即使什么都没做，也挺着胸脯站成一枝花，蜜蜂蝴蝶都争着抢着围着她绕。

可是“一朝春尽红颜老”，再美的女人也敌不过衰老的魔爪，曾经光洁的脸蛋爬满了蚯蚓纹，曾经一甩就诱惑了无数男人的亮发渐渐出现了白条纹，曾经吹弹可破如凝脂的肌肤渐渐成了松树皮，曾经窈窕如水蛇般灵活的身段再扭不出像样的舞姿……

女人们再也不敢照镜子，害怕镜子里的那个女人会向自己说实话。

我们真的老了吗？

可是老了真的有那么可怕吗？

当然不。如果一个女人仅靠脸蛋和身段去赢得世界，绝对是失败的手段。女人可以有更多的地方可以赢得世界，赢得关注，比如内涵，比如气质，比如优雅的心态，而且这些都是不老的，并且随着年龄的增加，其魅力也在与日俱增。

例如张曼玉、张艾嘉、章诒和、杨澜，这几位都被多数男人认为是越老越有魅力的女人。

当然多数人都喜欢漂亮女人，但是漂亮女人有一个致命弱点，那就是不耐老，她们受不了风雨，经不起打击，一点风吹草动，她们就会噤若寒蝉。漂亮的女人活着太累了，等到短暂的美貌失去后，她们也许会一无所有。

那么，什么样的女人才算是完美的呢？据调查，多数人表示那些拥有一定阅历、有相当胸襟、能保持阳光积极的生活态度，并能了解人生、善解人意且与她们相处起来不累的女人最能让人感觉舒服并让人回味无穷、百看不厌。这样的女人才是女中珍品、人中之凤。这样的女人才是令男人不可抗拒的。才华盖世、相貌堂堂的诸葛亮不就是要了恩师的丑闺女为妻吗？《丑女无敌》中的林无敌不正是因为自己的独特魅力赢得事业如日中天，帅气无边的费德南的“芳心”吗？这绝对不是个例，现实生活中多数男人并不青睐那些貌美如花的美丽女子，她们往往只能远观，而不能贴近；相反，他们更青睐那些温柔体贴、善解人意的妙女子，愿意娶她们为妻，这些女人让他们越看越爱恋，相处越久越觉得耐人回味。

所以，聪明的女人完全没必要投入太多精力和金钱去留住年轻外表，与其将人民币和精力浪费在这上面，不如增加内涵，培养气质，为自身增加更多不老的内容，为自己增加百尝不厌的味道，做一个真正有味道的女人。

这本书就是教你如何成为这样的女人的一本书，它从掌握人生方向、理性婚恋、婚姻管理、调教男人、职场修炼、正确理财、社会交际、锻造魅力10个角度教导我们如何成为这样的一个女人。

相信这本书中的每一篇文章都会给予我们极深的启发，每一段故事、每一个细节都值得我们花费时间去回味。

你是不是位心如花的女人呢？你有没有渴望一辈子都不会老呢？如果是，那么，请赶快打开这本书吧！



目 录

Contents

Chapter 1

掌握自己的方向，就掌握了自己的命运 ——做自己该做的事，别做糊涂事

傻瓜，快醒醒，你已不适合在象牙塔里做梦 / 2

一定要有自己的理想，这是弄清自己为什么而活的唯一方式 / 4

沉迷于韩剧、爆米花、遛狗当中，只会让你提前变老 / 7

没必要非当什么大明星，你只须树立一个能跨过的高度 / 10

遵从内心的选择，不因任何人和事放弃选择权 / 12

学会规划，让自己的每一段人生之路都精彩纷呈 / 15

坚守你的梦想，别让那些靠“忽悠”为生的人得逞 / 18

实在不知道该做什么，就去学点有用的东西吧 / 20

Chapter 2

女人的修炼从“心”开始

——有什么样的心态就有什么样的女人

在家里也许你是公主，出了家门你什么都不是 / 26

女人性格温柔体贴单纯善良，这等于什么优势也没有 / 29

接受现实——哪怕这个世界很崩溃，你也别让自己崩溃 / 32

珍惜现在——往昔似水，未来尚远，只有现在最可贵 / 35

请别动辄怨天尤人：你经历的每个女人都经历过 / 38

把不愉快的事统统忘掉：它们只是不慎沾身的灰尘 / 42

不要强迫自己完成“偏激的完美”，而要追求内心的幸福 / 45

快乐是自找的——你不找它，它就不找你 / 48

积极起来——消极的生活态度只会让你噩梦不断 / 51

Chapter 3

选择什么样的婚姻，就选择了什么样的人生

——勇敢去爱，但别因此冲昏头脑

拒绝踏入“剩女”的陷阱——不要自己先抛弃了自己 / 56

爱不等于不寂寞——别因为太寂寞随便抓一个男人 / 59

爱情与面包有关——请相信，纯粹的爱情什么都支撑不起来 / 61

适合比爱更重要——选适合自己的，别选看起来最美的 / 64

钱不能代替爱情，爱情也不能代替钱 / 66

把爱情当游戏，首先被耍的是你自己 / 68

不能为你穿上嫁衣，就拒绝那双解你衣扣的手 / 71

即使你对爱已经麻木了，也不要随便找个男人嫁掉 / 73

可以找个并不养着你的男人，但他必须要有养你的能力 / 75

动情前先动脑——别给坏男人以可乘之机 / 78

小女子要善暧昧——激发男人“狩猎”欲望的几个妙招 / 81

Chapter 4

你可以让家庭成天堂，也可以让它变地狱

——维系幸福的婚姻是“硬学问”，女人要学会“软处理”

如果幸福的婚姻真有秘密，那就是平平淡淡地相守 / 86

婚姻是两个人的事情，你没有必要一个人承担 / 89

做好妻子是正确的选择，但是也别让自己陷入“保姆”的境地 / 92

婚姻就像创意广告，需要不断地给予对方新鲜感 / 94

充实自己的生活，你不必每天急着知道他到哪里去了 / 96

做一个出得厅堂、入得厨房的好女人，你想让他有外遇都难 / 98

婚姻是两个人打下的阵地，你主动放弃防守就会有第三者来占领 / 100

把握好底线——外面的风景再好也不要“红杏出墙” / 102

外遇是一面镜子，照出了婚姻的缺陷，也理清了婚姻的发展方向 / 104

Chapter 5

做男人的“进修学校”

——男人成功了，你就成功了

别把“有男人”当做自己的最高人生目标 / 108

男人是“野生动物”，与之相处要懂得将心比心 / 110

对男人的过去妥协——如果你纠缠于他的过去，无异于自己找难受 / 114

即使你们已经亲密到不分彼此，也多给男人一些空间吧 / 116

既然他没要求你长成曼玉嘉欣，你也没理由逼他盖过李泽楷 / 119

别一边要爱情要浪漫，一边又要现实要生活 / 122

“老夫老妻”也要保留神秘——“留白”的秘密 / 124

像间谍一样偷窥，只会把他逼到出轨的道路上 / 126

搞不定他的时候，请施“美人计”——温柔是最管用的“迷魂药” / 128

即便男人曾说过“愿意给你当牛做马”，你也别真的把他当牛马使唤 / 131

女人滔滔不绝，男人逃之夭夭——别把男人当泄愤机器 / 134

爱不爱他都尊重他——没有爱同样可以拥有圆满的婚姻 / 136

Chapter 6

聪明女人闯职场，多用心思路顺畅

——女人必须要懂的职场规则

除了办事能力，更要懂得合作的重要 / 140

接受与你不同的人，他们的存在必有其道理 / 142

任何情况下，都不能因个人的荣辱而无故牺牲或挤压别人 / 144

面对升职时，要真诚地与处在竞争关系中的同事保持良好关系 / 146

升职的不二法门——付出更多的努力和时间去完成更重要的任务 / 148

职场关系学其实很简单，你只需做到两个字：尊重 / 151

自己顺遂时别得意忘形，遇到挑战时别怨天尤人 / 153

站在老板的立场上想问题，但是要站在自己的立场上办事 / 155

人多的地方就叫“江湖”——不可不知的职场潜规则 / 157

Chapter 7

女人有财力，才能活出自己的美丽

——幸福的人生就从变得有钱开始

做独立的女人就从财务独立做起 / 162

- 女人要变有钱，就从建立第一份理财规划开始 / 164
- 拒做“Buy 金女”，要根据计划进行合理消费 / 167
- 冲动是变穷的好办法——购物冲动时多考虑五分钟 / 170
- 把钱存入银行是最保险的理财行为 / 172
- 把鸡蛋放进多个篮子里——分散资金，做多种投资 / 175
- 会理财才有真魅力——聪明女人理财的三大铁律 / 177
- 一生都是富足美少女，让你多金又自主的 20 个秘诀 / 180

Chapter 8

激发潜在的交际才能

——女人都是交际花，上天入地全靠它

- 聪明女人不依赖人，但懂得“利用”人 / 186
- 老好人往往最讨不了好——不要试图成为所有人的好友 / 189
- 要想“利用”人，请先成为能被别人“利用”的人 / 191
- 仪表、姿态有讲究——社交场合，请善用你的肢体语言 / 194
- 该开口时开口，该闭嘴时闭嘴——让你的嘴里只进福不进祸 / 196
- 一张巧嘴会夸人，善用“恭维”胜百忙 / 198
- 耳朵比嘴巴值钱——懂得倾听的女人才是真正的聪明人 / 201
- 在人脉的经营上，最重要的观念是人之所欲，施之于人 / 202

如果每一件事都去计较和算计，你和任何人的关系只会变得更加脆弱 / 204

别成为社交潜规则的“猎物”——社会交际的十大黄金原则 / 207

Chapter 9

青春易逝，魅力却能让你“不老”

——培养自己得天独厚的魅力

哪怕有很多人可以依靠，你也要强迫自己独立起来 / 212

不必在家精心着装，但外出时一定要装扮得优雅美丽 / 214

可以了解些时尚潮流的事物，但不要盲目跟风 / 217

长相平常、活得理智，这就是最极致的女人 / 219

男人和朋友不在身边的时候，要自己寻找多种有意义的事情做 / 221

即便已经嫁为人妇，也要非常注意自己的修养与打扮 / 223

大小姐脾气收敛一些：温柔和气的从里到外都是美的 / 226

自尊自爱——这样的女子让人尊敬让人爱 / 228

你有多宽容，就有多美丽——让宽容之心为你的美丽加分 / 231

气质是关键——如果时尚学不好，宁愿淳朴 / 235

如果长得不好，就让自己有才气；如果才气也没有，就总是微笑 / 237

男人可以邋遢，但你不可以——注重内心，但别不修边幅 / 240



Chapter 1

掌握自己的方向， 就掌握了自己的命运

——做自己该做的事，别做糊涂事

许多女人认为幸福就像空气，看不见摸不着；觉得人生就像刺猬，明知自己该做什么了，却无从下手。之所以会出现这样的情况，是因为这些女人没有理想，没有方向，所以才会觉得人生像一个乱糟糟的毛球。女人一定要知道自己想要什么，该做什么，这样才能够最终掌握自己的命运，而不至于被现实玩弄于股掌。



傻瓜，快醒醒，你已不适合在象牙塔里做梦

青春总是短暂的，我们不再是豆蔻年华的少女，花季雨季的如诗情怀也早已不属于我们，乌托邦毕竟只是一种空想社会，不适合我们这个年龄段的女人长期居住。

象牙塔总是美好的，住在象牙塔里的人总是幸福的，但是，作为女人，你已经不适合在象牙塔里做梦了，是时候清醒了！

职场如战场，当你失意的时候，不会有人愿意放下手头的工作听你倾诉；当你被领导无端批评，不会有人站出来为你说话；完不成任务，不会有人无条件地帮你……哪怕你是一个千娇百媚的美女，在职场上，不会有任何一个男人对你怜香惜玉。

在感情上，你会发现成人式的童话并不存在，王子不会请穿着破衣服在厨房打扫卫生的灰姑娘跳舞，白雪公主也等不到王子来搭救……骑着白马的王子只会在童话世界里出现，而你已过了做梦的年龄。男人是有的，甜言蜜语也是有的，但可信度总是少的，男人许下一千句的承诺，往往只有一句是做到的，所以别傻傻地相信。象牙塔不适合生活，自然

也不适合爱情。

醒醒吧，作为女人，你已经不适合做梦了！

杨璐属于标准的古典美女，那张漂亮的脸蛋从小到大为她赢得了不少夸赞。但她家境不好，勉强读完大学之后便进入社会工作。一般来说，都是“穷人的孩子早当家”，她却不懂得为生活打拼，总觉得自己有一张那么美的脸，就该是享受的命。

学生时代的她整天就看一些言情小说，沉浸在王子与公主的童话里，渐渐变得眼高于顶，觉得自己找男朋友一定要是英俊多金的，所以大学四年竟没交上一个男朋友。工作之后，她依然自视甚高，不过还真被她找到一个各方面条件都符合她标准的男人，只是男人却有些风流成性。

杨璐觉得，你风流没关系，只是没遇到让你收心的人，天真地以为自己就是他的真命天女，肯定能让他就此浪子回头。只是没想到的是，不到两个星期，她便被甩了。她自然是不甘心的，天真地以为是有人强迫他离开她，于是便找上门去，结果发现那男人却是早就结了婚的。

越想越不甘心，毕竟她已把这个男人当成了自己未来的老公了，连宝贵的第一次也交给了他，于是她便天天去这个男人的公司堵他，让他离婚娶她，最后男人实在忍无可忍，撂下狠话：“这年头处处有人想攀高枝，还真当自己是处女了？上过床我就得负责，你觉得我负责得过来吗？”

其实这样的例子俯拾皆是，但仍然有不少女人深陷其中，无非是太自以为是了，以为自己就是圣母，是来拯救花心大少的。这样的女人太愚蠢，把少女时代的梦想搬到现实生活中，不撞得头破血流不罢休。其实人生很多时候，真的是“人贵有自知之明”！

一个喜欢做梦的女人，通常都不成熟，这种成熟不是所谓的“年轻”，而是可笑的幼稚。一般来说，这样的女人很难得到上司或者异性的赏识。工作也好，生活也罢，都不该是做梦的年龄了，所以，醒醒吧，不要执迷不悟，不要心存侥幸，现实不会允许你长久地生活在梦境里。

都说美人迟暮，女人的年华似乎要比男人短得多，如果你仅有的短暂时光里，你还要把光阴浪费在做梦上，那只能说，你太可悲了！

一个有自主意识且够清醒的女人，通常都比一般人活得精彩和自在。你可以在自己的岗位上有所作为，但不给自己找来祸端；你可以发展一段你想要的感情，但不会让自己为情所伤。你也可以自己一个人去旅行，去做任何你想要做的事，无论如何，总好过什么也不做，沉浸在无知的梦里虚度年华。

醒醒吧，不要再做梦了，记住，人生苦短，作为女人，我们没有时间把宝贵的年华浪费在做梦上！

一定要有自己的理想，这是弄清自己为什么而活的唯一方式

在当今社会，早已不存在“女子无才便是德”的歪理，男女平等的理念更使得女人有了更多的发展空间，才学、能力……很多女人早已在自己所处的领域内超过男人，职场里的女强人比比皆是。这些女人无疑是优秀的，她们靠自己的能力创造自己想要的生活，为梦想打拼，以自己的能力为自己赢得了一个个令人歆羡的光环。

泰戈尔曾经说过：“生如夏花之灿烂，死若秋叶之静美。”人生苦短，总要过得多姿多彩，才不枉此生。对女人来说，光阴尤其宝贵，韶华易逝，如果你不能在短暂的年华里找到自己的人生之路，那么，你将永远是一

个失败的女人。

作为一个女人，没有钱并不可怕，不能嫁个有钱人也并不可怕，真正可怕的是：你的人生没有方向。人生没有方向，就像无头苍蝇一样，你永远被困在玻璃杯里，任凭撞得头破血流也飞不出去。对女人来说，没有方向的人生无疑是一个最大的悲哀，没有方向，你便只能随大流，失去了自己独有的魅力，最终必将被这个社会所淘汰。

现代女人的地位和能力都提高了，但这并不代表所有的女人都能找到自己的方向和位置。放眼望去，平庸度日的女人也是数不胜数，她们没有自己的想法，从来只想着依靠别人。未嫁靠父母，出嫁靠丈夫，其实这也无可厚非，有些女人却整日做着钓金龟婿的白日梦，天天嚷着要嫁一个有钱人，然后就可以吃香的喝辣的，当个养尊处优的豪门少奶奶。

但是，值得注意的是，世界上两条腿的男人有很多，但有钱的不多，而世界上真正有思想的女人很少，但爱做梦的女人有很多。当大多数的女人都凯觎这少部分的有钱人时，你如何能够确定自己可以飞上枝头变凤凰？就算嫁了又如何，你的人生只围绕着这一个人转，你只知道跟在他后面，如果有一天他对你厌烦了，见异思迁，抛弃糟糠并不是不可能的，而这个时候，你又该如何是好？

那个时候，你的人生将是一片灰暗，你看不清前路，也回不了头，你除了是一个被丈夫抛弃的可怜女人，什么也不是。

李钰是一个很传统的女人，在父母的安排下学习工作，然后相亲结婚。丈夫是一个公司的业务经理，除了工作比较忙碌、应酬较多之外，其他的她都很满意。

结婚才一年，他们便有了自己的孩子。李钰早早就辞去了工作，在家做专职太太，相夫教子。她自认把家打理得井井有条，从不曾出现任何纰漏，丈夫对她也是体贴有加。她觉得这样的