



《幸福女人经》

小智慧 决定女人的 大幸福

*Xiaozhihui Jueding
Nvren De Daxingfu*

李宏颖◎编著



小细节决定一个人的成败，小智慧决定一个女人的大幸福。

女人可以不美丽，但不能没有智慧。智慧的女人，善良可亲，开朗自信，豁达坚强，柔情似水，优雅风韵，楚楚动人。这样的女人，往往拥有幸福的人生！



海潮出版社
HaiChao Press



《幸福女人经》

小智慧 决定女人的 大幸福

*Xiaozhihui Jueding
Nuren De Daxingfu*

李宏颖◎编著



海潮出版社
HaiChao Press

图书在版编目(CIP)数据

小智慧决定女人的大幸福 / 李宏颖编著. —北京: 海潮出版社, 2011.6
ISBN 978-7-80213-988-6

I. ①小… II. ①李… 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(2011)第 076253 号

书 名: 小智慧决定女人的大幸福

编 著: 李宏颖

责任编辑: 崔树森

封面设计: 大象设计

责任校对: 徐云霞

出版发行: 海潮出版社

社 址: 北京市西三环中路 19 号

邮政编码: 100841

电 话: (010)66969738(发行) 66969747(编辑) 66969746(邮购)

经 销: 全国新华书店

印刷装订: 北京业和印务有限公司

开 本: 787mm×1092mm 1/16

印 张: 17.5

字 数: 180 千字

版 次: 2011 年 8 月第 1 版

印 次: 2011 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-80213-988-6

定 价: 30.00 元

(如有印刷、装订错误, 请寄本社发行部调换)

前言

古人云：“秀于外慧于中。”智慧是情调不可缺少的养分，智慧在一点点地雕塑着一个人。

即使有着再美丽的脸蛋、再窈窕的身材，胸无点墨，那也不过是花瓶，也不过是“金玉其外，败絮其中”。而有文化修养的女人大都是知书达理、处事冷静，在为人处世上就会显得从容、得体；有文化修养的女人可能貌不惊人，但是她的内在智慧使她的谈吐超凡脱俗，使她的生活丰富充实，同时也提高了她的人生境界。这种具有内在智慧的女人不是鲜花也不是美酒，只是一杯散发着幽幽香气的清茶，即使不施脂粉也显得风度翩翩、潇洒自如、秀色可餐。

聪明并不等于智慧，从聪明到智慧只有一步之遥，而这一步就是对智慧的清醒认识。女人难得的是智慧，她们多的是小聪明，缺乏的是大清醒。

一个有智慧的女人，首先是爱自己的家，爱丈夫，爱孩子，爱亲人，和自己的爱人共同营造和谐家庭的女人。而不能把情用错，这样会陷入情网不能自拔，让自己的心得不到片刻安宁，对人对己都是不负责的。

一个有智慧的女人，是懂得温柔的女人，她会为了这个家默默的去奉献。既会像母亲那样关心照顾爱人，又要做为一个妻子用心去爱，当她的爱人感到孤独时，她会以特有的温情去抚慰一颗受伤的心。

一个有智慧的女人，是喜欢读书的女人，读而不思等于食而不嚼，思

小智慧 决定女人的 大幸福

*Xiaozhihui Jueding
Nvren De Daixingfu*

而不行等于嚼而不咽,行而不果等于咽而不化,思考—积累—实践—收获是读书的四部曲。所以读着自己喜欢的书,感受人间真情,悟清生活道理,这样才能更从容,优雅。

女人可以不美丽,但不能不智慧,唯有智慧能重赋美丽,唯有智慧能使美丽长驻,唯有智慧能使美丽有质的内涵。阅读这本书,你可以从中感悟女性生活的方方面面。相信《小智慧决定女人的大幸福》这本书一定会帮到你。



目 录

Lesson 1 女人要选对自己的舞台

做自己人生的设计师 / 1

准确给自己定位 / 3

做聪明的人,挑战自己 / 5

Lesson 2 仪态,女人成功社交的智慧

美在适当的仪态装饰 / 9

展现你迷人微笑 / 12

展现自己的独特气质 / 14

Lesson 3 知性,新时代女性的典范

女人,美在知性 / 18

读书才是女人的生活 / 20

优雅,东方女性的气质 / 22

良好的教养是知性的前提 / 24



Lesson 4 热忱与激情同行

有激情才能成功 / 27

“永久的笑脸”后面都是辛勤的汗水 / 29

敬业是最好的态度 / 30

Lesson 5 快乐工作、工作快乐

工作是为了自己更快乐 / 33

视工作为乐趣 / 36

快乐工作就是快乐生活 / 38

Lesson 6 轻松生活、抛弃压力的包袱

抛开压力的包袱 / 39

压力是我的提神剂 / 41

停下脚步,慢慢享受生活 / 43

品味生活:时尚、美容和读书 / 46

Lesson 7 积极心态、精彩人生

走过艰辛,微笑面对 / 50

积极乐观,生活幸福 / 52

快乐度过每一天 / 54

做快乐女人比做成功女人重要 / 56



Lesson 8 平和心态、潇洒人生

懂得进退才是幸福 / 60

幸福就是知足常乐 / 63

不抱怨的心态 / 66

学会舍弃一些东西 / 69

Lesson 9 “大女人”心态去生活

自己为自己鼓掌 / 73

做自己喜欢的事 / 75

活出自己的精彩 / 77

正视自己,做最好的自己 / 79

Lesson 10 给生活加点情调

大女人格调,小女人情调 / 83

惊喜让生活不再平淡 / 85

不妨多些女人味 / 88

Lesson 11 有爱心的女人最美丽

学会替别人着想 / 91

爱心是一盏明灯 / 93

给人玫瑰,手留余香 / 96



Lesson 12 自信,魅力女人的良好心态

勇于展示自己的魅力 / 99

自信的女人 / 102

自信让你变成白天鹅 / 104

Lesson 13 宽容是女人的美德

懂得包容的含义 / 108

不为鸡毛蒜皮较真 / 110

宽容是一种美德 / 111

Lesson 14 做自己情绪的主人

忙碌中,善于调节自我情绪 / 115

不要让虚荣心影响你的幸福 / 117

修剪心情,克服浮躁心理 / 120

释放你的心,快乐很简单 / 123

Lesson 15 女人要学会坚强

坚韧是女人的特质 / 127

挫折是女人通向成功的台阶 / 130

永远不放弃希望 / 133



Lesson 16 低调处事的智慧

- 待人真诚,随和 / 137
- 为人处世要谦和有礼 / 140
- 爱心不说,不张扬 / 142
- “不想高调,连生气都没有时间” / 145

Lesson 17 女人努力做事才最美

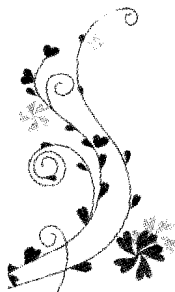
- 成功就要锲而不舍 / 148
- 认真做好每一件事 / 151
- 做有效率的事 / 153
- 执著地干自己的事业 / 156
- 只是用心做事,不搞事 / 159

Lesson 18 卓越源于良好的团队

- 职场女强人 / 162
- 成功离不开优秀的团队 / 164
- 沟通是发展的前提 / 166
- 和同事相处的学问 / 167

Lesson 19 创新成就女人未来

- 发挥你的想象力 / 170
- 敢于尝试才能成功 / 173
- “我最大的优点——好奇” / 176



Lesson 20 做成功路上的探索者

不要满足现状,勇敢向前 / 179

成功就要相信自己 / 181

专业——事业成功的前提 / 183

梦想造就成功 / 185

Lesson 21 成功不是幸运,而是机遇

当机遇来敲门 / 188

储存能量,抓住机遇 / 189

抓住机遇,迎接挑战 / 192

爱“钻空子”,不放过任何机会 / 193

Lesson 22 做一个好口才的女人

做个会说话的女人 / 195

懂得倾听的艺术 / 198

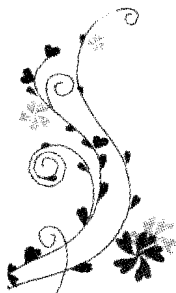
学会适当赞美别人 / 201

Lesson 23 女人的社交智慧

待人热情的女人吸引人 / 204

女人不可强出头 / 207

白领丽人需要懂得交际 / 210





Lesson 24 人脉——女人的宝贵资源

友谊是人生不落的太阳 / 213

不要忽视自己的贵人 / 216

好人缘是好人生的开始 / 219

Lesson 25 女人要学会理财

做一个财智女人 / 222

不要做冲动投资者 / 225

精明女人会当家 / 227

Lesson 26 健康,为自己的幸福保险

会休息的人才会工作 / 231

摆脱亚健康的困扰 / 233

选择适合自己的运动 / 236

Lesson 27 爱情不是婚姻的坟墓

女人要懂得欣赏男人 / 240

爱情需要空间 / 243

温柔是女人的法宝 / 246



Lesson 28 女人,善于经营自己的家庭

用爱理解丈夫 / 249

和丈夫做一辈子恋人 / 253

做好丈夫的贤内助 / 255

沟通是夫妻间的桥梁 / 258

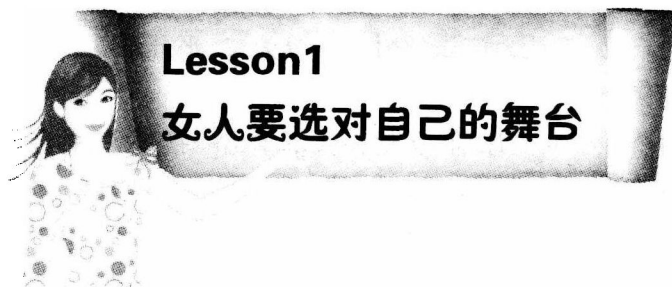
Lesson 29 平衡事业与家庭之道

在家庭与事业中平衡行走 / 261

“丈夫、女儿和我在哪里,哪里就是家” / 262

美满家庭让事业更平稳 / 265





做自己人生的设计师

罗宾认为：每个人都是自己人生的设计师，不管你相信或是不相信，你要把人生看成是个人经历所组成的一块大布匹，要组出什么花样全看你自己，每天你都会给它组上新的丝线。

飞船在广阔的天空中飞翔，飞行员是它的“船长”。人从出生到死亡，时间是它的“船长”。画笔描绘出美妙的图画，手是它的“船长”。要想完美地走完自己的人生，那么，你必须是你自己人生的船长。

选择是把握人生命运的最伟大的力量。谁掌握了选择的力量，谁就掌握了人生的命运。选择的权力在我们自己的手中。我们要学会运用选择的力量，做自己命运的船长、灵魂的舵手。

比尔·盖茨在谈自己的成功经验时说：“我的成功在于我的选择。如果说有什么秘密的话，还是两个字——选择。”

在这个世界上，通向成功的道路何止千万条，但你要记住：所有的道路，不是别人给的，而是你自己选择的结果。所以，你有什么样的选择，也就有了什么样的人生。在这个精彩而复杂的世界里，无论是成功者还是失败者，他们之间最重要的区别就是对人生之路选择的差别。选择就是给自己寻找前进的方向，选择就是为自己的人生把握方向。

在他很小的时候,父母就去世了。他成了一个孤儿,孤苦伶仃,一无所有,流浪街头,受尽磨难。后来经过自己的奋斗,终于创下了一份不菲的家业,而他自己也已经到了人生暮年,该考虑辞世后的安排了。

他膝下有两子,风华正茂,一样的聪明,一样的踏实能干。几乎所有的人包括他自己,都认为应该把财产一分为二,平分给两个儿子。但是,在最后一刻,他改变了主意。

他把两个儿子叫到床前,从枕头底下拿出一把钥匙,抬起头,缓慢而清楚地说道:“我一生所赚得的财富都锁在这把钥匙能打开的箱子里。可是现在,我只能把这把钥匙给你们兄弟二人中的一个。”

兄弟俩惊讶地看着父亲,几乎异口同声地问道:“为什么?这太残忍了!”

“是,是有些残忍,但这也是一种善良。”父亲停了一下,又继续说道,“现在我让你们自己选择。选择这把钥匙的人,必须承担起家庭的责任,按照我的意愿和方式,去经营和管理这些财富。拒绝这把钥匙的人,不必承担任何责任,生命完全属于你自己,你可以按照自己的意愿和方式,去赚取我箱子以外的财富。”

兄弟俩听完,心里开始有了动摇。接过这把钥匙,可以保证你一生没有苦难,没有风险。但也因此而被束缚,失去自由。然而箱子里的财富毕竟是有限的,外面的世界更精彩,可一旦拒绝它人生将充满不测,前途未卜。

父亲早已猜出兄弟俩的心里,他微微一笑:“不错,每一种选择都不是最好,有快乐,也有痛苦,这就是人生,你不可能把快乐集中,把痛苦消散。最重要的是要了解自己,你想要什么?要过程,还是要结果?”

二人权衡利弊,最终各取所需。哥哥决定接过这把钥匙,而弟弟则决定出去闯荡。这样的结局与父亲先前的预料不谋而合。

20多年过去了,兄弟俩经历、境遇迥然不同。哥哥生活舒适安逸,把家业管理得井井有条,性格也变得越来越温和儒雅,特别是到了人生暮年,与去世的父亲越来越像,只是少了些锐利和坚韧。弟弟生活艰辛动荡,受尽磨难,性格也变得刚毅果断,与20年前相比,相差很大。最苦最难的时候,他也曾后悔过,怨恨过,但已经选择了,就没有退路,只能一往

无前,坚定不移地往前走。经历了人生的起伏跌宕,他最终创下了一份属于自己的事业。这个时候,他才真正理解父亲,并深深地感谢父亲。

准确给自己定位

歌德曾经说过:“一个人要想成功,首先要视自己比实际的自己更伟大才行。”

每个人都应该有自己的梦想,都希望自己的未来不是梦,但是你首先要认识自己,应该清醒地认识到,只有切合实际、适合自己的梦想才能成功。做人要清楚自己的优势,更要看到自己的劣势,有时候小小的一点失误就可能使你的梦无法实现,所以认清劣势也是很重要的,只有完全了解自己,才能真正走向成功。

在生活和事业中,每个人都有自己的位置,不管其重要还是不重要,但是对于我们来说,要给自己找到准确的位置,认清自己的位置,才能走好自己的人生之路。

位置可遇不可求,也许你始终都处在自己最好的位置上,只是你没有发现而已,安于自己的位置,才会使自己真正安心。

有这样一则小故事:一位自认为怀才不遇者到寺院拜访一位高僧,想让高僧为他指点迷津。

“施主”,高僧合掌问道:“你为什么事困扰,愁眉苦脸?”

“我已经年过40了,大师。”怀才不遇者说,“至今找不到自己的位置!”

“你要找什么样的位置?”

“不知道。”怀才不遇者想了想,又改口说:“适合我的位置。”

“你的位置就在你的脚下!何必苦苦寻找呢?”高僧说毕,弯腰拾起一片落梅的花瓣,拈花微笑。

怀才不遇者一愣,顿时眼前一亮。自己正端然肃立的高僧的对面,头顶着一树怒放的腊梅,脚底是落满梅花的土地,夕阳西下,暗香浮动近黄昏,感觉真好,还不正是自己目前所处的位置吗?

人生最大的难题莫过于知道你自己!许多人谈论某位企业家,某位世界冠军,某位著名电影明星时,总是赞不绝口。可是一联系到自己,便一生长叹:“我不是成才的料!”他们认为自己没有出息,不会有出人头地的机会,理由是:“生来比别人笨”,“没有高级文凭”,“没有好的运气”,“缺乏可依赖的社会关系”,“没有资金”等等。而要获得成功就必须正确认识自己,坚信“天生我才必有用”。

大多数人看问题是以自己为圆心向外辐射,根据光学原理距离自己越远的越渺小;同时,大多数人还是往往回避自己的缺点或不足,甚至是认识不到自己的不足,看不到自己的缺点,而是拿着放大镜看别人,看到往往是别人的瑕疵,这样就拿着自己的优点或长处来比较他人的缺点或不足。

其实,每个人都有自己的优点和长处,并且在自己的长处上表现得非常积极,工作效率也非常高,但是你的长处能否给你所处的企业性质或者项目特征吻合,比如一个专业建筑工程师来到公路行业施工恐怕得到大家的认可就有点难了,如果一个专业的路面工程师到了一个纯粹的桥梁项目上也是很难得到大家的认可。

每个人都有自己的人生价值坐标,当你所处的位置点正好是你的价值坐标点时,你就能很好地发挥自己的特长和优点,但是如果错了,你就怀才难遇知音了。

小莉是一个出色的音乐教师。上大学时,作为出色的演员、教师、业余教练而出名,参加过各种专业和业余比赛以及音乐会。虽然她并没有雄心勃勃地在事业上向上爬,但由于她热爱音乐教师职业,她可以轻而易举地在省内任何一个学校里找到工作。

客观地认识你自己这当然是困难的,然而作为一个想正正经经做一番事业的人,对自己先要有个正确的认识。

一个全面而客观的自我认识应该包括成功和失败两部分,自卑者一