

To Be A Happy Pretty Lady

一本专为女人定制的幸福快乐宝典!

Po Jie Ni Ren De Xing Fu Mi Ma

怎样的女人才能更美丽? 怎样的女人才能更幸福?
怎样的女人才能更成功?

做个 幸福小女人

钱小漾/著

破解女人的幸福密码

如果你能让自己成为一个温婉、灵动、阳光、热情、聪慧、单纯的小女人，
你就会集美丽、幸福、成功于一身!



中国纺织出版社

做个 幸福小女人

钱小漾 著

破解女人的幸福密码



 中国纺织出版社

内 容 提 要

时下,对于小女人而言,幸福已经不单是好孩子、好老公、好家庭,因为她们已经从家庭走向了社会,于是她们的幸福所包含的范围也越来越广。本书就是要告诉女人,想要得到自己梦寐以求的幸福,就要把握好一个“度”,这个“度”包括你自身见识的高度、涵养的深度、视野的广度、衡量人和事的尺度、看问题的角度、追寻目标的速度、内心的温度以及对人生的态度。女人们如果在这些方面都能做到张弛、进退有度,那么幸福自然也就不会远了。

图书在版编目(CIP)数据

做个幸福小女人:破解女人的幸福密码/钱小漾著. —北京:中国纺织出版社,2010.12

ISBN 978-7-5064-6851-0

I. ①做… II. ①钱… 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(2010)第180243号

策划编辑:王 慧 责任编辑:陈 琦

特约编辑:李巧新 责任印制:周 强

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号 邮政编码:100027

邮购电话:010—64168110 传真:010—64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

北京华戈印务有限公司印刷 各地新华书店经销

2010年12月第1版第1次印刷

开本:889×1194 1/32 印张:10

字数:159千字 定价:28.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

前言 PREFACE

每位女子都是一个传奇，一个精彩的传奇；每位女子也是一本书，内容深奥、耐人寻味的书。女人在人生的道路上都渴望获得幸福，然而幸福却像个调皮的孩子时隐时现与女人捉着迷藏。幸福有时很抽象，有时又很具体。抽象的时候女人会感到迷茫，幸福究竟在哪里？具体的时候女人很释然，原来幸福就是如此简单！

想要拥有幸福的女人要把握好尺度。有的女人用开阔的视野作为尺度；有的女人用强大的内心作为尺度；有的女人用广博的知识作为尺度；有的女人用外圆内方的为人处世作为尺度；有的女人用辩证的眼光看问题作为尺度；有的女人用勇往直前、自强不息作为尺度；有的女人用天性的柔性作为尺度；有的女人用积极乐观的人生态度作为尺度，就如“一千个读者就有一千个哈姆雷特”一样，不同的女人会用自身独特的感悟和视角去观察生活，寻找幸福。

人人都想获得幸福，女人亦是如此。女人的生命如花，在岁月消逝的日子中固守着心中的目标去守望幸福是一种快乐。当代的女人生活在一个物资充沛、欲望横流和竞争激烈的社会中，需要花费大量的精力去追求单纯的小幸福，不管是职业女性还是家庭主妇，她们对美好生活的渴望与日俱增，帮助女

前言 PREFACE

性怎样找到通往幸福的捷径就是本书的宗旨所在。

幸福是创造,是成功,它是女人自我奋斗的一种经历、一种成功的喜悦。女人的生活过程就是成功、失败不断交错往替的轮回过程,成功时春风满面、精神洋溢,因为这是女人努力的结果,它来之不易;失败时抖抖身上的泥土重新来过,既然还有明天,今天的失败又算什么。幸福不是在于拥有多少,而是在于感受多少,人生路途中处处都有美好的风景,鲜花灿烂是一种美丽,它的美绚丽多彩;黄沙漫天也是一种美丽,它的美粗犷豪放。女人只要在生活中处处留心,时刻体会,认真去挖掘幸福,体味幸福,自然会被满足的感觉充斥周围。看到幸福时努力抓住机会,将幸福留住;感到不幸时换个视角,转变心态去找寻,幸福自然就会从天而降。

幸福,一个玄之又玄的话题;女人,一个充满魅力和神奇的字眼。幸福和女人就是绝佳的伴侣组合,只不过在双方达成心灵默契之前女人要知进懂退,张弛有度地去和它交往。活在世间的本身就是一种幸福,快乐的生活更是幸福,女人只有学会调整心态,才能将生活中的小细节丰富、放大,从而依靠自身的力量成为幸福的垂青者。

钱小漾

2010年11月

目录 CONTENTS

第一篇 高度：学识是小女人幸福的基础

- 002 女子无才便是德？胡扯！
- 007 知识是女人最好的化妆品
- 012 做那个站在顶端的女人
- 017 不妨从最低处做起
- 022 美丽让男人停下，智慧让男人留下
- 026 运气是会用光的，但才气不会
- 031 即使是花瓶也得是青花瓷的
- 036 男人永远不会嫌女人太优秀

第二篇 深度：内心的完善是幸福的资本

- 042 看到幸福，你需要站得更高
- 047 有深度的女人才能波澜不惊
- 052 女人的气质和内涵
- 057 挖掘潜藏深处的幸福源泉
- 062 做个谁也伤害不了的女人
- 067 君子慎独，女子也是
- 071 好修养是你的招牌，也是你的未来
- 075 装深沉 = 肤浅

目 录 CONTENTS

第三篇 广度：开阔你的视野，摆正你的心态

- 080 女人幸福≠一个男人
- 085 别把自己的幸福寄托在别人身上
- 090 没人能拥有全世界的幸福
- 095 有多少种朋友就有多少种可能
- 100 别把目光停留在自家的一亩三分地上
- 104 把握你的人生
- 109 仰视永远比俯视看到的更多
- 114 不仅要自己幸福，还要分享幸福

第四篇 尺度：用客观现实的心去衡量幸福

- 120 见识的高低跟头发的长短无关
- 125 不要用别人的标准衡量自己
- 130 放宽尺度，放过自己
- 134 别要求别人去做你想做的事
- 139 经营长处幸福倍增，经营短处痛苦一生
- 143 幸福从接受自己开始
- 147 所有的规则都是可以打破的
- 151 在不断变化中突破自我

目 录 CONTENTS

第五篇 角度：幸福就在转弯处

- 158 幸福是个角度问题
- 162 幸福还是痛苦？在于你的选择
- 166 摆对位置，正视自我
- 170 不幸是上帝给你的特别恩赐
- 174 被误解是因为你还需要与别人沟通
- 178 让别人嫉妒，而不是嫉妒别人
- 182 给幸福做减法
- 186 低头有时是为了抬头

第六篇 速度：别让犹豫、迟缓毁了幸福

- 192 梦想在前行，女人不能停
- 196 当青鸟停在你的肩上
- 200 机遇是稍纵即逝的幸福
- 204 全力以赴，享受奋斗的过程
- 209 成功只是手段，幸福才是目的
- 214 你患了“拖延症”吗？
- 219 做足功课，该出手时就出手
- 224 幸福之道，亦张亦弛

目录 CONTENTS

第七篇 温度：心中有爱，温暖他人也温暖自己

- 230 女人温度 = 温柔 + 温暖
- 235 冰山美人，幸福不该“冻”人
- 239 爱是一种能力
- 244 你能不能阳光一点
- 249 笑容让你到哪儿都会受欢迎
- 254 怜取眼前人：天使就在你身边
- 259 分享与分担都让你快乐
- 264 四季如春——做人的最高境界

第八篇 态度：什么样的心态带来什么样的人生

- 270 胸怀坦荡的女人与幸福最有缘
- 275 自卑、自恋、自残：何苦对自己这般残忍
- 280 女人，请别追赶颓废的时髦
- 285 用美好的期盼加大幸福的内存
- 290 改变心态可以扭转命运
- 295 你有“幸福恐惧症”吗
- 300 谁才是世界上最重要的人
- 305 幸福，如此简单

第一篇

高度：学识是小女人幸福的基础

知性女子是幸福的，因为她拥有睿智的头脑和敏锐的目光。知识是幸福的源泉，英国哲学家培根说：“知识改变命运。”这句耳熟能详的话语为现代女性揭示了一个深奥的道理：知识不仅是创造女人幸福的介质，还能提高女性发觉幸福、把握幸福的能力。

在生活中，优秀的女人比一般女人“站”得高一阶梯，因为优秀的女人懂得知识和个人素养才是幸福的重要源泉。她们在感悟幸福的时候会用内外兼修来平衡到达成功的距离，在体验幸福的时候能用科学的头脑分析问题，清晰地认识如何才能将幸福保持得更加长久美味。可以说，知识和素养是小女人用不懈的努力所提升的幸福魅力，它们就如同一道光芒照耀着小女人，为她们打开通向幸福的大门。



女子无才便是德？胡扯！

“女子无才便是德”这句话的起源可以追溯至明朝晚期，旧道德规范下认为妇女无须拥有才能，只需要顺从丈夫即可，在一定程度上认定女人就是男人的附属品。在封建社会背景下生存的女性遵守着三从四德，没有条件接受教育的她们只得任人摆布，过着卑微的生活。

在现代社会从知识中汲取力量的女人们端庄贤惠、知书达理且温文尔雅，一举一动都会透出大家风范，从而赢得自身的幸福。每一位女人都要经历成长过程，在知识的丰富和才华的卓越上逐渐成熟起来，让自我拥有知识，也就拥有了一种超越自我的手段，那么打开幸福大门的钥匙自然握在手中。

纵观历史，才华横溢的女子比比皆是。比如班昭、蔡琰、薛涛、谢道韞、鱼玄机、严蕊、李清照、朱淑贞、董小宛、柳如是、秋瑾等，她们拥有才识、能力，且腹有诗书才华，将博学化作不变的永恒，流传于世。

宋代著名女词人李清照出身官宦人家，父母皆出自豪

门。官宦门第及政治活动的渲染让李清照从小就眼界开阔，气质高贵。通过学习中国传统文化和审美训练，令她深切细微地感受生活，感悟美感。“蹴罢秋千，起来慵整纤纤手。露浓花瘦，薄汗轻衣透。见客人来，袜剗金钗溜。和羞走，倚门回首，却把青梅嗅。”“绣面芙蓉一笑开，斜飞宝鸭衬香腮。眼波才动被人猜。一面风情深有韵，半笺娇恨寄幽怀，月移花影约重来。”这些词句就可看出李清照饱读藏书、内秀如竹的深厚文化底蕴，她驾驭诗词格律的能力令后人赞叹不已。李清照追寻着自己的爱情和真正的幸福，美貌与才华并存的绝世佳人用才识赢得了夫君的敬重。由于当时的社会动荡，李清照最终失去了恩爱的丈夫，我们姑且不论李清照所在的年代为她带来的痛苦，单看她的博学 and 才学的超然就能从中了解她丰富人生的冰山一角。作为后人，我们敬佩她的广博以及经过浸润的高尚灵魂，也为她生存在无法改变命运之后所选择超然命运之上的姿态而钦佩，这种超然是对不幸的挣脱，也是对幸福的彻悟。才华横溢的李清照就是用对幸福的彻悟才取得了生命之中的大智慧，并且用这种大智慧使她超凡脱俗。

有才学的女子静若幽兰，芳香四溢。时间可以扫去女人的容颜，却扫不尽女人经过文学熏陶及自我修养的积淀。才华女人的美丽是经过岁月的洗礼成就的修养和智慧，就像醇厚的美酒一般，甘醇扑鼻。充满书卷气息的女人用生



活的品位和超凡脱俗的谈吐在人群中超然独立,那种无须雕琢的清新与才华融合在一起汇聚成为幸福的海洋。

王岚是业界公认的才女,文学的积淀和良好的修养让她在生活和工作中独立、自信,有主见,对爱情执著的她拥有一个幸福的家庭,可爱的孩子和爱她的老公,幸福的王岚每天都神采奕奕,容光焕发。

其实王岚最早的生活状态并非如此,她曾经有过一段失败的婚姻,当她最爱的人离她远去时只留下了一句决绝的话语:“我不希望我的妻子是没半点文采的妇人,更不希望我的孩子有一个徒有其表,没有内涵的母亲。”

听到前夫的这句话,王岚感觉到“女子无才便是德”纯属胡扯,天底下能有哪个男人会宠爱大字不识的傻瓜?此次婚姻的打击让王岚明白了很多,她开始用知识充实自己,让文学武装心灵。渐渐地,那个与人交谈言之无物、枯燥乏味的女人不见了,取而代之的是经过学识历练后没有任何杂质的美丽女人。

身为气质美女的王岚最终用自己的努力迎来了真爱,得到了她梦寐以求的幸福。她不是用美貌赢得丈夫的宠爱,而是用修养和才学令丈夫倾心且念念不忘。王岚永远记得初为人母的那一刻,丈夫深情地对她说:“你肯定会是一位优秀的母亲,通过你的教育,我们的孩子肯定能成为一个有教养的人。”

王岚听到由于自己的改变,前夫与现任丈夫对她的两种结论后热泪盈眶。她懂得了,幸福是要自己争取,而争取幸福的阶梯就是女人的内在涵养与学识。

为了让更多的女人得到渴望中的幸福,王岚透露了她幸福的小秘密,她说:“女人如果想要活得自我,得到梦想中的幸福,唯一的诀窍就是让自己拥有才学,女子无才便是德的论调是对女性的污蔑和攻击。在当今竞争激烈的社会中,只有才学能化解女性的压力,让她在纷争的社会中找到自我,并孜孜不倦地追逐幸福。另外,女人另外一个身份是妻子、母亲,胸无点墨的女人很难得到爱人的宠爱,试想哪一位丈夫愿意自己的妻子谈吐粗俗、举止无拘呢?教育孩子同样如此,身为一个没有学识的母亲,孩子又怎能得到良好的教育呢?”

王岚犀利的话语值得女人们深思,花瓶固然惹人喜爱,但是浮于表面的喜欢最终会被时间的腐蚀所磨灭,女人要想得到他人的宠爱,就要注意内在的修养,做一个有才华的女人,因为才华会让女人更具内涵,更显韵味。所谓小女人,并非是一味含着带怯方显楚楚动人,一个具有文化底蕴的小女人才能将自身的唯养展现得淋漓尽致,才能赢得更多赞许的目光。

在一家网站上关于《你是否喜欢才华女人》的调查贴中显示:这样的女人让我有压力的占26%;这样的女人让

我觉得佩服的占 42%；娶这样的女人让我觉得有成就感的占 32%。可见，才华女人的受众面很广，欢迎度较高。修养、文化、内涵和素质的结晶就是通过学习所积淀的，优秀的女人都是经过知识的熏陶、生活的历练和内在的积累成就而成，“女子无才便是德”这种偏激的言论应当抛到九霄云外。小女人如果想给幸福挂上保险，那么经久实用的办法就是打造自己绝佳的才学。



知识是女人最好的化妆品

当今社会上女性的地位在不断提升,女人追求的幸福起点也在攀高,于是呈现出知性女人价值观回归于对知识的渴求。在每个女人的潜意识里对美都是渴望的,这为市面上琳琅满目的化妆品提供了很好的土壤,殊不知与外在美貌相比,内心的善良以及知识的渊博才是提供女人散发无限姿彩的内核所在。

在社会中细心地观察,你会发现两种女人的存在。第一种女人拥有精致的面容和高傲的姿态,可是高高昂起的头颅已经出卖了她的底细——用外表的光鲜来掩饰内心的种种恐惧抑或空洞内心。这种女人出入高档服装店,大手笔购入奢华的护肤品、化妆品用以装扮自己,因为在她们的自我认知中已经承认自己需要用外在的力量来填补头脑的空白以及空虚的内心。

姑且不论此类女人的价值观、人生观甚至世界观,单单看其表现就不难发现,她们丰富的物质基础其实不能带来幸福。此时的幸福就如同风筝一般高高在上,只凭手中

的风筝线经受不住任何狂风的考验，倘若狂风大作之时风筝必然会挣脱线绳的束缚而飘之远去，剩下的仅仅是一种幸福虚幻。

旁人眼中的奇奇是幸福的，她可以随意购买任何想要的东西，因为她的老公有足够多的钱供她任意消费。

奇奇穿高档服装，用全球限量级的皮包，出入高档会所并且拥有各种价格不菲的贵宾卡。但是她真的幸福吗？其实个中滋味只有奇奇自己知道。她和自己的老公相识、相知到相恋都符合当今快节奏的生活，如同闪电一般进行完成。

婚后，留学归国的老公无奈地发现，当初令他着迷的奇奇就是一只美丽易碎的花瓶，奇奇除了善于装扮自己之外竟然没有女人最应该具备的东西——内涵。

在结婚后不久的一次盛大高端宴会上，楚楚动人的奇奇博得了在场所有人士的侧目，大家纷纷表示奇奇美得无与伦比。但是接下来发生的一切让众人对奇奇大加改观，甚至产生了一百八十度的大转变。外表光鲜亮丽的齐齐在宴会上竟然出现了很多常识性的错误，比如：与别人交谈的时候混淆了历史人物的名字、用餐时不懂得基本礼仪、最可怕的是写祝福语的时候竟然出现错别字……这一切引得众人纷纷摇头。面面相觑，宴会上出现的状况不仅让奇奇尴尬无比，也令奇奇的老公颜面扫地。

宴会结束后，奇奇的老公和她进行了深谈，他认为两个