

谨以此书献给天下所有的女人

认识弱点，做一个智慧女人；克服弱点，做一个幸福女人；改变弱点，做一个魅力女人

希望每一个女人都能了解自己的弱点

女人的弱点



吴静雅◎著

NVREN
DERUODIAN

女人的弱点犹如生命中的阴影，只要打开洒满阳光的书本
就能照亮完美的人生

台海出版社

谨以此书献给天下所有的女人

认识弱点，做一个智慧女人；克服弱点，做一个幸福女人；改变弱点，做一个魅力女人



NVREN
DERUODIAN

女人的弱点犹如生命中的阴影，只要打开洒满阳光的书本
就能照亮完美的人生

台海出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

女人的弱点 / 吴静雅著. - 北京: 台海出版社, 2011. 10

ISBN 978 - 7 - 80141 - 883 - 8

I. ①女… II. ①吴… III. ①妇女问题 - 通俗读物

IV. ①C913. 68 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 198851 号

女人的弱点

著 者: 吴静雅

责任编辑: 姜 航

版式设计: 刘 栓

责任印制: 蔡 旭

出版发行: 台海出版社

地 址: 北京市景山东街 20 号 邮政编码: 100009

电 话: 010 - 64041652 (发行, 邮购) 010 - 64010206 (编辑室)

传 真: 010 - 84045799 (总编室)

网 址: www.taimeng.org.cn/thcbs/default.htm

E-mail: th-cbs@163.com

E-mail: thcbs@126.com

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京高岭印刷有限公司

本书如有破损、缺页、装订错误, 请与本社联系调换

开 本: 710 × 1000 1/16

字 数: 200 千字 印 张: 16

版 次: 2011 年 11 月第 1 版 印 次: 2011 年 11 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 80141 - 883 - 8

定 价: 32.00 元

版权所有 翻印必究



前 言

女人可能是世界上最不可思议的“动物”。当你追得紧时，她会向前奔跑几步；当你停下脚步时，她又会掉过头看你。当你追求她时，她扭过脸懒得理你；当你偶尔对别的女人表现出兴趣，她又会吃醋；表面上说讨厌你，心里却暗暗喜欢你……

男人们由此感叹，“女人心，海底针”。而事实上，女人心并不如我们想象或认为的那样讳莫如深，看似复杂的女人心，也是单纯的；看似把自己保护的如铜墙铁壁，也是有弱点的。

当她们爱上一个男人，就会陷入无止境付出的怪圈，却忘记了有时候付出越多，越留不住男人的心。她们对爱情、对婚姻有很多迷惑，有时候也很纠结，究竟谁才是自己的那盘菜？但她们内心所要求的其实也很简单，只要有足够的爱，其他条件都是次要的。

当她们从恋爱时的公主变身为一个城堡的女主人，尤其是当有了小王子或者小公主后，她们的心态会来个一百八十度的大转弯。一些男人开始觉得婚后的女人变得不可理喻，唠叨，家长里短，因为老公偶尔乱放的一份报纸不惜大吵一架，在男人看来那有什么紧要，家本来就应该是放松的地方。其实，女人的愿望简单至极，不过是希望创造一个整洁的环境，放松的地方，难道能在垃圾遍地的地方舒服地吃饭、睡觉、看电视吗？

男人喜欢看美女，其实他们不知道女人比男人更关注美女，只是心理不同，男人多半是欣赏，女人多半是嫉妒。职场上，对于那些漂亮的女孩，刚入职场就入了上司的法眼，就轻而易举地和同事打成一片，到哪里都有人说恭维的话，都有人无条件地为其提供帮助……女人有的是羡慕嫉

妒恨。所以，有人说，女人就是心眼小，天生爱嫉妒。其实，这不过是很自然的一种心理倾向罢了，就像男人看到别人 50 万的车，就会不由地觉得自己开 10 万元买的车很没面子。女人不过是希望得到上司的关注，不过是希望能和同事们和谐相处，从菜鸟变成完美职场女性而已。

很多人说，现在的女人越来越贪心了，一边想守护好和美的家庭，一边还想在事业上风生水起。其实，不是女人贪心，非要在家庭和事业的钢丝上谨小慎微地掌握平衡，还要冒随时都会摔下去的风险。女人不过是想实现自己的社会价值，或者根本就是迫于生计的无奈。在女人不断的摸索和实践下，她们终有一天能游刃有余于家庭和事业之间。

作为女人的朋友们很是不平，不明白为什么女人一旦找到自己的白马王子，就见色忘友了？尤其是婚后，男人更喜欢出去呼朋引伴，而女人们则开始热衷于窝在家里，有人总结说“男人是筑巢动物，女人是守巢动物”。其实，并不是女人见色忘友，她们只是每天下班后忙于打扫巢穴和照看孩子，以至无暇他顾。有几个女人能做到请小时工来做家务，把孩子扔给保姆带，自己出去潇洒呢？

表面上看，女人有时候表里不一，正话反说，让男人左右为难，无奈唱道“女人的心思男人你别猜，你猜来猜去也猜不明白……”其实女人只是偶尔被一些诱惑迷了眼睛；有时忘记了爱也需要一点技巧；也希望自己不仅下得厨房，还入得职场；无论任何时候她们都渴望爱，以至每天提心吊胆害怕失去……女人心的本质就是这么简单，这么单纯。无论你是女人，还是男人，都不妨了解一二，由此挑开幸福的门帘……

目 录 CONTENTS

第一章 “傻”女最易培养负心男，女人有胸还要有脑

1. 太容易得到的，男人往往不懂珍惜 3
2. 为何女人付出越多，越拴不住男人 4
3. 爱情不需要委曲求全 6
4. 你的忍气吞声，并不能让“负心男”回心转意 8
5. 爱情的路上，千万不要让自己母爱泛滥 11
6. 深藏不露的女人才让男人浮想联翩 12
7. 行动上的飘忽不定会让男人牵肠挂肚 14
8. 适度空间感，聪明女人套牢爱情 15
9. 恋爱中，女人最大的竞争力不是容貌和财产，而是自信 17

第二章 该结婚了，不知道谁才是自己的那盘菜

1. 如果，你嫁给了“灰太狼” 21
2. 该不该主动嫁给要求“裸婚”的男人 22
3. “嫁碗族”，能否嫁到一个幸福未来 25
4. “孔雀女”要不要嫁飞出土窝的“凤凰男” 27
5. 你愿意与“经济适用男”合力筑巢吗 29
6. “干物女”能否找到自己的春天 31
7. 剩女：为何找个自己愿意嫁的人那么难 33
8. 父母反对的婚姻，要不要坚持 35
9. 当你爱上二婚老男人 38
10. “姐弟恋”，注定很难有一个完美结局吗 40
11. 懦弱的男人不能嫁，那是永无止境的痛苦 42

第三章 不擅交际的女人，如何改变人际关系的困局

1. 绝望主妇：吵架了，我居然无处投奔	47
2. 你的好意为何被别人当作“驴肝肺”	48
3. 蜜糖变毒药，当闺蜜横刀夺爱	50
4. 女人之间的友谊，为何大部分经不起折腾	52
5. 怎么才能搞定那些嫉妒我美貌的朋友	54
6. 如何把握与蓝颜知己的关系	56
7. “同事文化”不等于把同事变为闺蜜	58
8. 被同事孤立怎么办	60
9. 如何应付上司的暧昧	62

第四章 时尚进化，从菜鸟变成完美职场女性吧

1. 职场也是“外貌协会”	67
2. 在职场中“与世无争”是女人消极失败的代名词	68
3. 不做职场“怨妇”	71
4. 爱上你的工作，但最好不要爱上你的老板	72
5. 学会和不喜欢的同事相处	74
6. 职场晋升快快“插队”，别等着论资排辈	76
7. 有时在工作中示弱会事半功倍	78
8. 优秀可以速成，借用“女色”往上爬	79
9. 跳槽达人，小心跳多了伤身	81
10. 青春饭能吃多久，如何实现华丽转身	83

第五章 一边事业一边家庭，鱼与熊掌如何兼得

1. 赢了事业输了爱情，女人优秀难道也是错	87
2. 老公受不了我挣的钱比他多，怎么办	89
3. “升”还是“生”，关键是弄清楚自己想要什么	91
4. 女强人也不应失去女人味	92

5. 事业和家庭没有绝对完美，找到适合自己的平衡点	94
6. 不要因为陪孩子的时间少，而总觉得亏欠孩子	96
7. 尽量不要把工作带回家做	98
8. 走进“零家务”时代，工作之余享受高品质生活	100
9. 通过沟通获取老公的理解和支持	102

第六章 不曾养育过我的“妈妈”，我拿什么来爱你

1. 儿媳不满 1：在婆婆眼里，我不过是个“外人”	107
2. 儿媳不满 2：婆婆重男轻女	110
3. 儿媳不满 3：和老公太亲热，婆婆也看不惯	112
4. 儿媳不满 4：孩子的教育，听谁的	114
5. 儿媳不满 5：婆婆太挑剔	117
6. 婆婆怨言 1：从来没有叫过一声“妈”	119
7. 婆婆怨言 2：儿媳看不起我	122
8. 婆婆怨言 3：儿媳花钱大手大脚	124
9. 婆婆怨言 4：儿媳给我脸色看	126
10. 婆婆怨言 5：儿媳的脾气让人摸不透	128

第七章 当妈妈了，手足无措的我该怎么办

1. 女人孕期，老公是不是最容易出轨	133
2. 高龄产妇：我的宝宝是不是健康	135
3. 孕期体重飙升，产后体形还能不能恢复	137
4. 母乳喂养，会导致乳房下垂吗	138
5. 谁来帮忙带孩子，保姆还是老人？	140
6. 全职妈妈：带大了宝宝，还能适应职场工作吗	143
7. 单亲妈妈：所有的问题都一个人扛，还是给孩子找个后爸	145
8. 让人头疼无比的“性”教育	147

第八章

难逃“七年之痒”，他还爱不爱我了

1. 平平淡淡，是真？还是婚姻的杀手？ 151
2. 婚姻只剩下亲情，该怎么办 153
3. 有了房有了车爱情却不在了，夫妻为何共苦容易同甘难 155
4. 女人出轨：抵不住他甜言蜜语的诱惑 157
5. 婚后，遇到心动的男人 160
6. 男人什么时候容易有艳遇 161
7. 老公在外“逢场作戏”，算不算背叛 164
8. 老公出轨，什么情况下该原谅 166
9. 反思：为什么小三永远胜过你 169
10. 如何面对有了外遇已悔过的老公 170

第九章

别把自己交给命运，女人的好命不是“算”出来的

1. 为何女人喜欢“算命” 175
2. 别让新时代的“迷信”害了你 177
3. 命运不是“上天”注定，而是握在你的手心 179
4. 身份背景不能决定你的未来 181
5. 不要期望别人改变你的生活 183
6. 不要把婚姻交给命运 186
7. 能够救你的只有一个人，那就是你自己 188

第十章

如果不够漂亮，就用自信来弥补

1. 为自己是女人感到骄傲 193
2. 有了公主的自信，就能像公主一样幸福 194
3. 不必太在乎别人的眼光，何必非得和别人一样 197
4. 其实，你比自己想象的要优秀 199
5. 永远不要贬低自己，也不要允许别人这么做 200
6. 没长相、没身材，照样嫁个好男人 202
7. 为不漂亮而庆幸 204
8. 这个世界上只有一个你，所以你就是最棒的 206

女人最大的弱点——爱慕虚荣

1. 警惕“孔雀心态” 211
2. 你需要的是一个家，而不是一所房子 212
3. 少一点攀比，多一点舒心 214
4. 拿什么拯救女人的购物欲 215
5. 别碍于面子而不懂拒绝 217
6. 打肿脸充胖子比贫穷更让人看不起 219
7. 选择自己喜欢的，而不是别人喜欢的 221
8. 告别贪婪，控制自己的虚荣心 223

我的身体怎么了，女人最担心的健康问题

1. 私处的尴尬，要不要去看妇科大夫 227
2. 乳房有肿块，会不会是乳腺癌 228
3. 流产，女人的一生能承受几次 230
4. 月经不调会导致不孕吗 232
5. 孕期或生育过后，总是忍不住便意，尿频、甚至是尿失禁 234
6. 职业白领：我处于亚健康状态吗 236
7. 你是不是患上了忧郁症 238
8. 心理压力太大，年轻女性警惕卵巢早衰 241

第一章

“傻”女最易培养负心男，
女人有胸还要有脑



1. 太容易得到的，男人往往不懂珍惜

现代社会中的女人早已不是当初那种大门不出二门不迈，等着男人来上门提亲的大家闺秀了。现如今女人表达爱意可不比男人逊色，她们敢于追求自己的真爱，一旦发现目标，便毫无保留地全力以赴。可是女人，你们有没有想过，过于上赶着的爱情，在男人眼里会变得有些廉价。

最简单的例子，你花了很多银子买了一双鞋，结果穿了两天就坏了，一定觉得很心疼吧？倘若只是最便宜的，那也就无所谓了。所以，女人即使再爱一个男人，也要做他们心中最高贵的 CHANEL（香奈儿），而不是放眼满大街都是的仿冒 LV。

最近热播的电视剧《你是我兄弟》中，那个敢爱敢恨的英子就是个典型的例子。她从小就喜欢那个正直却有些放荡不羁的马老二，为了他冒着被外企开除的风险时不时地就往马老二那个破废品站跑。为了他，英子宁愿放弃工作帮他收拾残局。可就是这样，马学军也不动心。

他偏偏钟情于剧中的“一枝花”，从16岁第一次见面开始，就再也没有忘记过那个梳着长长马尾辫的美丽少女从汽车里走下来的样子。尽管两个人见面的次数有限，话也很少说，用他的话讲，“一枝花”就像是天上的月亮，就算是架着梯子也不可能够得着的月亮。从那时候起，“一枝花”就在马学军的心里扎了根，这一扎就是小半辈子，让一个人从男孩成长到男人。

像英子这一类的女人最容易被男人抛弃。她们上赶着的太多，输得也就最惨。如果你把自己的全部当成礼物悉数送给了对方，对方会认为得太容易，会毫不怜惜地将它放在一边。有很多男人离了婚，或者有了第三者，并不是因为他们的妻子有什么不好，让人啼笑皆非的回答是：“可能当初不是我追来的吧！”

这就是大多数男人的想法，所以女人在和男人交往时，千万别让男人



吃得太饱，尤其是你们还没结婚的时候。男人都对未知的、不能掌握的、神秘的东西倍感兴趣，而对招之即来挥之即去的、完全把握得住的情感缺乏贪欲，因此不会珍惜。

能让男人念念不忘想娶回家慢慢研究的女人，必然是会让他产生期待感和饥饿感的。她会带来出人意料的惊喜，她并非一成不变，他越想更深入地了解她，越发现她是如此难以了解，和她一起生活，就像一场充满冒险的奇幻之旅。这样的女人更能让男人相信：如果婚姻是坟墓，那么能与这个女人“死了都要爱”，便也没有那么可怕了。

当然，也不是说女人在交往中完全不能主动，很多女人的头脑中，因为了解了“容易得到的便不珍惜”这个男人的基本心理，于是为了让男人珍惜自己，就决定不主动，要让男人主动，那不是社会的退步么？那么，女人应该如何做，才能既主动又满足男人的征服欲望呢？

给他一块糖，但每次只给一块。对，说白了就是吊着他的胃口。女人的智慧在于对他永远存在吸引力，让男人即使得到自己也琢磨不透，这种吸引力绝对不能让男人感觉像是“倒贴”，而是源自对自己的重视和爱。女人可以专一，可以深情，可以执著，可以大声说出我爱你，但是要有自己的原则和底线。

即使你主动，也要有个度，对执著了三次还无动于衷的男人说不；对你付出了之后心安理得接受的男人 SAY GET OUT。女人面对男人的追求时，更要拿捏好分寸。越是让男人费尽心思才得到的东西，他越会觉得美妙无比。做个珍惜自己的女人吧，其实很多男人都不是“古董”行家，他们只是个玩家，女人只要懂得把自己当个宝，男人便会觉得你是真的宝贝。

2. 为何女人付出越多，越拴不住男人

2006 年女歌手岳夏出了张专辑《爱你胜过爱自己》，并没有因此而成名；如今的乐坛天王王力宏凭借一首大家耳熟能详的歌曲《爱你等于爱自己》大红大紫。当然，成名与否跟歌名没有关系，但这两首歌名恰恰反映出了男人和女人不同的爱情观。

女人在爱情世界里总是把男人放在第一位，她们总是喜欢说“我爱你胜过爱自己”之类的傻话，总是把男人当成天。而男人呢？他们即使再爱你，也只是把你放在和自己等同的位置上。所以，有句话说：受伤的往往是女人。

冰冰在上学的时候，爱上了高自己两级的学长，他们很快就进入了热恋。大学毕业时，冰冰按计划准备考研究生，她的男友却不同意：“咱们结婚吧，我非常需要你。”是结婚还是考研，她一时也拿不定主意。

其实现在看起来结婚和考研并不一定矛盾，但那时冰冰认为，既然结婚就要做个好妻子，如果读研究生一定没有时间照顾丈夫，如果做妻子的因读书而冷落了丈夫，那是非常不对的。人们常说，爱就是奉献，冰冰对此深信不疑。于是，她决定放弃自己的理想，和丈夫一起建筑他们爱情的港湾。

毕业后，冰冰当了一名教师，丈夫在工作了一段时间后准备考研。在丈夫准备考试的时候，冰冰发现自己怀孕了。妊娠反应挺厉害，经常是东西吃进去不久就又都吐出来。可是丈夫正在忙着考试，不仅无暇照顾冰冰，还需要她来照顾他。经常是冰冰一边吐，一边做饭。但是想想丈夫将要实现自己的梦想，她暗暗地咽下了所有的痛苦，她想等他考上研究生就好了。后来丈夫如愿以偿，孩子也生了下来。

这时的冰冰就更忙了，既要工作，又要照顾孩子，还要照顾上学的丈夫，非常紧张。接送孩子、买菜、做饭、洗衣、收拾房间，她几乎承包了所有的家务，但当她看到漂亮的孩子，看到刻苦读研究生的丈夫，她是欣慰的，她感到幸福无比。

为了照顾好家，冰冰几乎放弃了自己的一切爱好。她已经没有时间去商场为自己选购一件称心的服装；没有了和朋友们高歌一曲的兴致；甚至连自己爱看的电视连续剧也不能从头看到尾，但是她从不抱怨，她觉得自己的付出是值得的，因为她的家庭有了她的付出更加和谐幸福。

冰冰原本以为丈夫毕业后，他们就会迎来他们的第二个蜜月，他会对自己的奉献给予回报。可是事实是他们的关系却大不如从前了。丈夫毕业后，去了一家合资企业。他的工作很忙，经常是深夜才回到家，一脸的疲



惫。让冰冰更加生气的是，丈夫竟然懒得与她说话了。有时，冰冰忍无可忍的对他说，咱们也该聊聊了。可他说，这么长时间的夫妻了，还有什么好说的。有时，他还会说，说点儿别的行不行，整天不是东家长就是西家短的，真没意思，就知道自己眼皮底下的那点儿小事，层次太低，整个一个家庭妇女，没劲。终于，丈夫向她摊牌说自己爱上了别人，冰冰的心在颤抖，她问：“我有什么对不起你的地方吗？”

他说：“你没有对不起我的地方，可是现在和你在一起，我一点儿感觉都没有。你整天都是那些婆婆妈妈的事，一点儿也不像过去那样有理想、有激情。”

冰冰说：“人总得有良心吧，你上学的这些年，孩子、家还有你的吃穿用，里里外外哪一点儿不是我在操持？如果我当时也去念书，不管这个家，你能有今天吗？我是为了你才作出牺牲的。”

但是他说：“牺牲和爱情是两码事。”

的确如此，女人付出得越多，反而越拴不住男人。那么，如果女人不想受到伤害，如果想让男人死心塌地爱你一辈子，就放弃做一个奉献女神吧，做个智慧的女人要幸福得多！

爱不应该是单方面的奉献，而更应该建立在自尊自爱的平等基础上。你爱他，更要爱自己，这样别人就容易看到你的魅力，会称赞你，你会从这些赞扬中得到更多的自信，你也会活得越发光彩，永远保持对生活的热情，这是个良性循环。

所以，幸福的女人一定不是个一味付出的“傻大姐”，夫妻想要做到相濡以沫，就要懂得适当地给自己留些氧气，让两人共同吐露爱情的芬芳。

3. 爱情不需要委曲求全

两情相悦，可谓是再好不过的事情了，但在爱情的国度中，并不能事事都合了我们的心意。很多时候，我们爱他，但是他却始终对自己冷眼相

对，傻女人们总以为用自己的委曲求全就能够换来他的爱情，于是不管自己的喜好，一味地去迁就他。其实，在爱情的世界里，为了幸福委曲求全是最傻的事情。

俞凡不是一个贪心的女人，对生活的要求也并不高。相夫教子，经营一个家是她的全部快乐和成就，偏偏她委屈着自己，以为这样能感化老公，可换来的却是彻底的失败。

丈夫是她当初追求来的，所以在一开始的爱情天平中，俞凡这边就仿佛重了些。由谈恋爱到结婚，俞凡一直迁就老公，俞凡心想，反正他要的我能做到，迎合他，也是我的成就啊，这不就是爱吗？

可当俞凡意识到很多问题时，迎合对于她来说，却变成了一个习惯，无法戒掉。他们下班通常是一起去菜场买菜，回家做简单的饭菜吃。然后看电视，俞凡总让老公先选台，有时对方看得直乐，俞凡却在一旁睡着了，老公就笑她，让她挑一个喜欢的节目看，俞凡就说随他。他们很长时间才会去吃一次浪漫的西餐或去喝一次奢侈的咖啡，老公点什么她就跟着点什么，过节时他们也会去看一场电影，也由老公指定喜欢的片子和时间。

刚开始，老公很高兴也很满足，渐渐地觉得有什么不对劲了。终于，在一次晚餐是吃米粉还是面条的左右为难中，他生气了，执意让俞凡自己拿主意：“你自己就没有想吃的东西、想做的事、想去的地方吗？你自己就没有一点想法吗？我真是受够你了！”

听了这样的话，俞凡觉得自己现在的生活没有了方向。她试图努力迎合老公，可是结果却是这样的。

两个人的相爱是平等的，感情如果不能建立在平等的基础上，那根本就不能算是爱，勉强得到的爱也只不过是一种廉价的施舍，没有任何意义。有的女人会说，他开始是爱我的，为什么到后来他就变心了呢？是的，刚开始他或许是真的爱你，被你感动，为你为他所做的一切，他真的爱过你，但他给你的爱是被感动而来的，一时的感动，只能换来他的一段感情。你没有了自我，放下了自尊，事事以他为重，凡事以他为先，你以为这就是爱他，其实，这样的爱是会让男人窒息的。你也许想不明白是为