

希拉里

12堂给女人的幸福课

高晓彦◎编著

XILALI
GEINVRENDE
12 TANG XINGFUKE

最具**手腕**的女人，告诉我们追求**自由**的秘诀
最有**智慧**的女人，告诉我们拥有**幸福**的方法



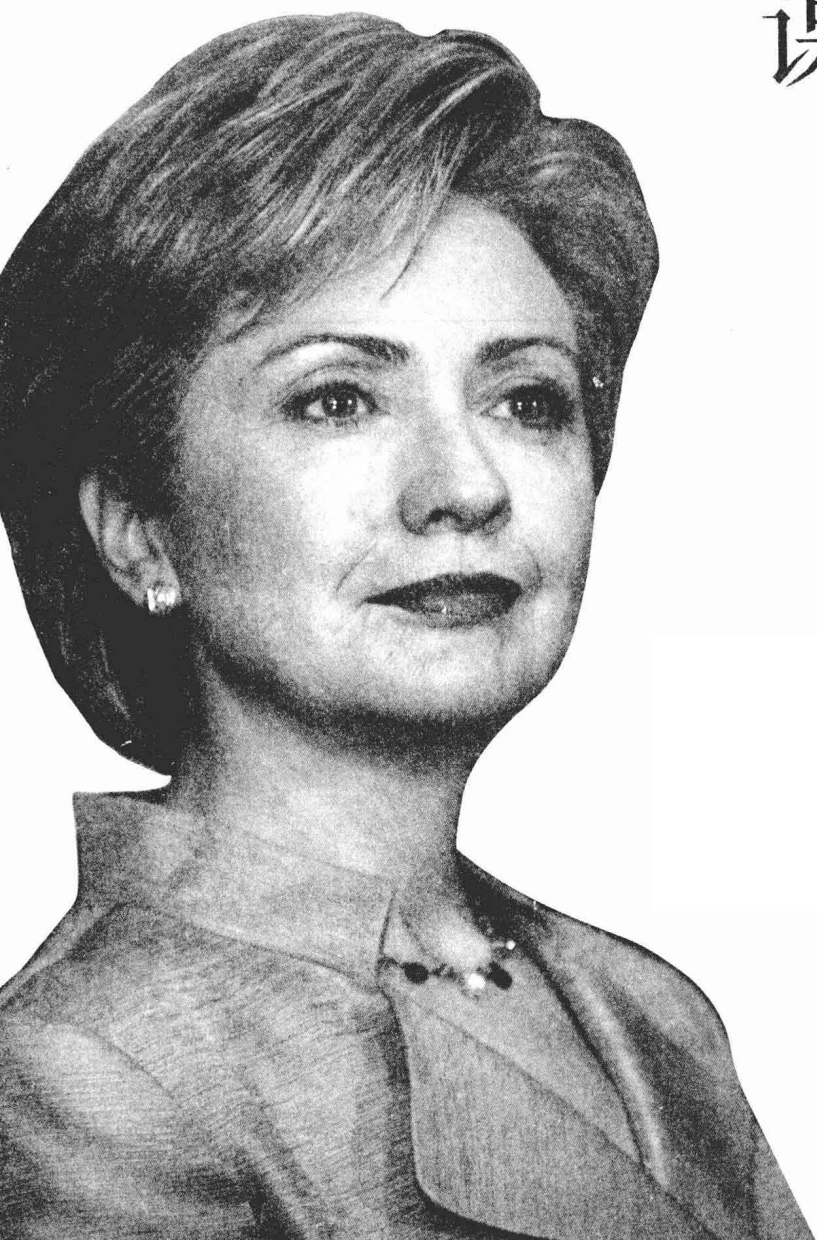
金城出版社
GOLD WALL PRESS

希拉里

给女人的

12堂幸福课

高晓彦◎编著



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目 (C I P) 数据

希拉里给女人的 12 堂幸福课 / 高晓彦编著. -- 北京:
金城出版社, 2011. 11
ISBN 978-7-5155-0255-7

I. ①希… II. ①高… 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 211792 号

本作品一切权利归**金城出版社**所有, 未经合法授权, 严禁任何
方式使用。

希拉里给女人的 12 堂幸福课

作 者 高晓彦
责任编辑 苏雷 白京兰
开 本 700 毫米×1000 毫米 1/16
印 张 17
字 数 160 千字
版 次 2012 年 1 月第 1 版 2012 年 1 月第 1 次印刷
印 刷 大厂回族自治县正兴印务有限公司
书 号 ISBN 978-7-5155-0255-7
定 价 29.80 元

出版发行 **金城出版社** 北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 邮编: 100013
发 行 部 (010) 84254364
编 辑 部 (010) 64210080
总 编 室 (010) 64228516
网 址 <http://www.jccb.com.cn>
电子邮箱 jinchengchuban@163.com
法律顾问 陈鹰律师事务所 (010) 64970501

前言

FORWORD

2007年1月20日，纽约州联邦参议员、前第一夫人希拉里·克林顿宣布竞逐2008年美国总统大选。2008年11月21日，希拉里·克林顿接受奥巴马的邀请，出任奥巴马政府的国务卿。2009年1月21日，希拉里·克林顿在美国首都华盛顿宣誓就任美国国务卿。总统竞选败北，但是这个女人依然以高昂的姿态进驻白宫，执掌着白宫的显要权力！作为超级大国的外交掌门人和美国政府的第二号人物，加上前第一夫人的身份，希拉里的权势毋庸置疑！

希拉里，这个出生于普通中产阶级家庭的女人，自从20世纪70年代正式走入美国公众的视野之后，一直就是媒体关注的焦点，有关她的一切无不被人刨根问底。她的政治观点、婚姻家庭、发型容貌、衣着款式，甚至她的一言一行，都成为了世人关注的话题。

当她以坚强稳重、风姿绰约的非凡形象频频出现在世人视线内时，正如希拉里在她的自传《亲历历史》中所说的那样，她并非生来就是第一夫人或联邦参议员，并非生来就是民主党员、律师或妇女权利与人权的倡导者，也并非生来就是妻子或母亲。

她曾经也是戴着啤酒瓶底般厚眼镜的不受男生喜欢的女孩，她也曾为了她的政坛之梦历经挫折、状况频出，她也曾在背叛和质疑之下抑郁消极。但是，这个女人的不简单之处就是，她如此气势恢弘又精细入微地雕刻了自己的人生目标和奋斗轨迹，并以非同寻常的能力和毅力将自己的人生把控得如此精确。

她虽然荣升第一夫人，但是她并没有像以往那些第一夫人一样，只



是热衷于慈善事业来辅助自己的丈夫，而是像一颗耀眼的新星在国会山上冉冉升起。在那所白色的大房子里，她尽情享受了权利之果酿造的甘露，却也品尝了与之相伴而来的苦涩与辛酸。特别是她要一次次面对美国民众，为艳遇不断的丈夫作忍辱负重的辩解。个中滋味，既让她感慨万千，饱受了痛苦，也为她增添了几分老练与成熟的味道。

有美国媒体这样评价她：这几年中，希拉里是美国政治家中唯一一个团结的力量，而不是分裂的力量。连续5年，盖洛普的民意测验都将她评选为“最令人羡慕的女人”。2005年，她荣登全美女性名人堂。2006年，她以超出对手30个百分点的绝对优势获得连任。

虽然在2008年的美国总统竞选中，她输给了现任总统奥巴马。但在世人眼中，她不是一个失败者，相反，她以光彩照人的魅力、超乎寻常的自信、包容豁达的胸怀，以及掌控局面的智慧，树立了一个胜利者的形象，赢得了更多追随者的敬仰和支持。

希拉里是世界上少数极为成功的女人之一。从州长夫人到第一夫人，到国会参议员，到总统候选人，到国务卿，她走过的成功之路给女人们带来了很多的启示。本书从希拉里的权利、事业、领导才华、经营家庭的方式、自身形象的成功转换以及她的口才等各个出色的方面，全面传达了希拉里用自身经历告诉我们的幸福成功秘诀。《希拉里给女人的12堂幸福课》，向读者展示了一个全面而真实的希拉里。

别把幸福搞得那么复杂，也别把幸福想象得多么难得。作为新时代的女性，一方面的幸福来源于家庭，一方面的幸福来源于事业。能在这个跷跷板上智慧地掌控平衡的女人，就能拥有幸福的人生。

希拉里虽然身居让我们仰视的地位，有着我们不敢奢求的头衔，但她和我们一样是一个女人，一位妻子，一位母亲，拥有一份自己热爱的事业和带给自己烦恼的事业，拥有一个充满爱也出现过伤害的家庭。她和我们一样，在自己的人生路上，追求着属于自己的幸福，而我们也可以把她当做我们身边的一个姐姐，听她倾诉，向她学习。

目 录

第一课 有一点野心的女人更能找到自己的幸福

如果你渴望成为一个女强人，就别企图掩藏和压抑自己的野心。只有在“野心”的促使和推动下，你的潜力才能激发出无法预料的能量，从而在众多的竞争者中脱颖而出，成为人人敬佩和羡慕的“女中豪杰”，也由此感受到内心真正的幸福。

- 1. 谁说女人不能有野心 / 2
- 2. 自信是女人幸福的最大资本 / 4
- 3. 心中有梦想的女人是幸福的 / 7
- 4. 不怕做女强人，女人有雄心壮志也是幸福 / 9
- 5. 利用一切为自己铺路 / 12
- 6. 挑战极限，没有什么不可以 / 14
- 7. 要做就做到底，女人也要学会坚持 / 17

第二课 个性独立，保持本色是女人获取幸福的秘密

相对于缠绕在男人身上的藤蔓，男人更欣赏和他并肩站立的树。那种爱到失去自尊和放弃自我，以委屈自己去控制对方的女人不会得到真正的幸福。保持真我，做一个情感上有自信的强者，是女人获得幸福非常重要的课题。

- 1. 女人要幸福先独立 / 22



- 2. 有个性的女人就要保留自己的本色 / 24
- 3. 幸福就是做自己喜欢做的事 / 27
- 4. 自己的路还要自己走 / 30
- 5. 只有创新才能开创新局面 / 33
- 6. 大胆秀出自己，做引领时尚风潮的“领袖” / 35

第三课 气质魅力是女人幸福的资本

美丽是出自天然，可爱乃是本性，唯有气质要经过很多人事的辗转和磨砺，才得以沉淀。

希拉里也许算不上是绝代美女，但超凡的气质却从她对待穿衣打扮、她的个性特征、她的言谈举止等不经意地流露出来。

- 1. 女强人也要有女人味 / 40
- 2. 女人的魅力来自得体的着装 / 42
- 3. 百变的发型让你光彩照人 / 45
- 4. 摘掉眼镜，展现迷人的心灵窗口 / 48
- 5. 少一些棱角，多一些温柔 / 51
- 6. 开心一笑百媚生 / 53
- 7. 知识是最好的化妆品 / 56
- 8. 得体仪态展现迷人的优雅 / 58
- 9. 一个好女人会用人格魅力去征服别人 / 61
- 10. 做个热情而智慧的知性女人 / 63

第四课 女人拥有新型理财观念，将获得更多财富和幸福

曾看到一句话说“嫁入豪门，要懂得理财，嫁入寒门，要懂得生财”。其实，任何时候，女人只有经济独立，才能实现真正的精神独立。与其辗转寻求金龟婿，不如让自己成为有钱人。口袋里的富有，让女人的脸上洋溢着幸福的笑容。

- 1. 幸福女人从理财开始 / 68
- 2. 有准备的女人会获得更多财富 / 70
- 3. 树立正确的投资理念 / 73
- 4. 不要陷入赚钱的误区 / 76
- 5. 在投资前做足准备工作 / 78
- 6. 家庭理财是主妇不能推卸的责任 / 81

第五课 幸福属于乐观坚韧的女人

幸福和成功都只属于乐观的女人。李渔曾说：“乐不在外而在心，则是境皆乐，心以为苦，则无境不苦”。意思是说，幸福与不幸福、快乐与不快乐并非彼时的一种态度，而是一种态度，一种发自内心的对待生活的态度。不管遭遇什么样的风雨，乐观坚韧的女人都能体味到幸福。

- 1. 无论生活多么糟糕，都坚守心中的美好 / 86
- 2. 豁达的女人最大气 / 88
- 3. 笑对一切便会柳暗花明 / 90
- 4. 跌倒了，拍拍身上的灰尘，继续前行 / 93
- 5. 如果你错了，就很快地、很热烈地承认 / 95
- 6. 女人不是弱者的代名词 / 98
- 7. 拥有过人的气度才会有过人的承受力 / 101

第六课 协调人际关系，气场女王的幸福智慧

气质再好，是你一个人的事；有气场，才有凝聚力和辐射力。一个女人的人际关系协调度，直接影响到她的幸福感。希拉里在社交方面的成就是她这辈子最宝贵的财富，那些时时关心她的朋友们总能让她感受到幸福。

- 1. 朋友帮你打天下 / 106



- 2. 宽容别人，幸福自己 / 108
- 3. 尊重你遇到的每一个人 / 111
- 4. 懂得感恩的女人最受欢迎 / 113
- 5. 不要授人以把柄 / 116
- 6. 处理好与同事之间的关系 / 118
- 7. 学会拥抱你的敌人 / 121
- 8. 主动结交每一个优秀的人 / 124

第七课 积极经营，婚姻决定女人一生的幸福

和谐美满的婚姻不是与生俱来的，它需要女人的悉心经营，而希拉里正是婚姻保卫战里的大赢家。在婚姻的殿堂里，不管遇到什么坎坷，希拉里都用她超凡的智慧将其带回了正确的轨道。

- 1. 培养与丈夫共同的兴趣爱好 / 128
- 2. 尊重男人的隐私 / 130
- 3. 学会放大男人的优点 / 133
- 4. 承认差距，学会欣赏 / 136
- 5. 冷静地面对“第三者”危机 / 138
- 6. 可以宽容，但是绝不纵容 / 141
- 7. 离婚并非拯救婚姻的唯一良方 / 143
- 8. 夫妻吵架要适合而止 / 146
- 9. 做一个出色的贤内助 / 148
- 10. 别把男人当做你的全部 / 151

第八课 掌握平衡，要成功事业也要幸福家庭

一个女人，不管你在事业上多么成功，在社会上多么有名望，都不意味着你可以忽略家人、漠视亲情。事业在我们的生活中占据了很重要的位置，但是

家人更是任何东西都无法替代的。所以，女人们应该好好呵护亲情，不要再找任何借口为自己开脱。

- 1. 家人永远排第一 / 156
- 2. 婆媳相处有妙招 / 158
- 3. 母爱是孩子最珍贵的礼物 / 161
- 4. 不要束缚孩子的成长自由 / 164
- 5. 学会尊重你的孩子 / 167
- 6. 别让孩子陷入猜疑的漩涡 / 169
- 7. 开启孩子的智慧之门 / 172

第九课 决胜职场，会工作的女人最幸福

在职场领地里，女人一定要学会创造机会，并及时抓住机会。一只不懂得开屏的孔雀，即使再美奂绝伦，人们也不会对它发出美的赞叹。只有懂得了积极参与，敢于将自己的优秀表现出来的女人，才能向希拉里一样在职场中大放异彩，夺人眼球。

- 1. 慎重选择职业定位 / 176
- 2. 积极地参与，大胆地表现 / 178
- 3. 善于运用直觉的力量 / 181
- 4. 拼搏付出，全力以赴 / 183
- 5. 轻松应对职场压力 / 186
- 6. 利用自己的耐心，专注且专一地工作 / 188
- 7. 摆脱固有的羞怯，主动推销自己 / 191
- 8. 努力工作也要学会享受生活 / 194
- 9. 平衡好事业和家庭之间的关系 / 196



第十课 善用权力，用领导力成就女人的事业梦想

在危机四伏、风云变幻的政治环境下，希拉里展现了其重要的领导技能。虽然在权利的漩涡中，女性的身影并不多见，但是只要你有争取权利的雄心，同样可以成为一个优秀的女领导者，实现自我价值，成就梦想。

- 1. 如何成为好领导 / 200
- 2. 会抓人心的领导最幸福 / 202
- 3. 勇敢地做出抉择 / 205
- 4. 做言行一致的领导者 / 208
- 5. 领导者也要真实地表达自己 / 210
- 6. 做驭人有术的女领导 / 213
- 7. 提防“暗箭”，小心“绊脚石” / 216

第十一课 努力争取自己想要的，成功是女人达到幸福的手段之一

有成功不等于有幸福，但成功和幸福也不是互不相干的两座“独木桥”。幸福是一种感受，成功是一种途径，有时候，幸福的感受就来自于成功取得后。所以说，作为E时代的女性，想要什么就自己去争取，成功必然是女人达到幸福的手段之一。

- 1. 有远见才能征服世界 / 220
- 2. 用合作精神开创人生的新局面 / 222
- 3. 雷厉风行，行动才是硬道理 / 225
- 4. 把现在当作开始 / 228
- 5. 摒弃常规，迎接成功 / 231
- 6. 明智的放弃胜过盲目的执著 / 234

第十二课 好口才有好运，注重说话技巧的女人幸福多

一个女人如果只知道化妆打扮，就难免落个徒有其表、空洞花瓶一样印象。但凡那些成功的女人都是口才好，敢于开口说话的人，她们即使没有靓丽的外表，高贵的华服，也能凭借智慧的语言，把话说得滴水不漏，把事办的无可挑剔。

- 1. 会说话的女人好办事 / 238
- 2. 好听的声音是女人的资本 / 240
- 3. 智慧女人懂得说话看对象 / 243
- 4. 幽默演说让你更得人心 / 246
- 5. 女人激情演说，一样魅力四射 / 249
- 6. 心平气和地应对他人的攻击 / 251
- 7. 善于倾听的女人更有人气 / 254

第 一 课

▶ 有一点野心的女人更能找到自己的幸福 ◀

如果你渴望成为一个女强人，就别企图掩藏和压抑自己的野心。只有在“野心”的促使和推动下，你的潜力才能激发出无法预料的能量，从而在众多的竞争者中脱颖而出，成为人人敬佩和羡慕的“女中豪杰”，也由此感受到内心真正的幸福。



1. 谁说女人不能有野心

曾有人说：“女人也要有野心，野心是金”，的确如此。“野心”这个词听起来似乎不怎么顺耳，但是我们不能抹煞它存在的意义。我们都知道，美国的历史基本上都是男人创造的，但正是在这样的一个大环境中，希拉里横空出世了。

2007年1月，希拉里公开宣布竞选2008年的美国总统。无论她最后是否当选，都在美国的历史上刻下了不可磨灭的痕迹。当时，美国的很多女性都无条件地支持她、喜欢她，可能是因为希拉里正在实现她们内心敢想而不敢做的伟大的理想。毋庸置疑的是，希拉里能够勇敢地站出来，就是因为一个女人独有的“野心”。

当今社会，女人已不再是男人的附属品，她们也渴望获得巨大的成功。也许在“野心”的背后，她们会失去些许的柔情，但是在希拉里这样的女人身上却多了一股令人佩服的豪气，让人们在不由自主中对她产生强烈的敬意。

今世广告的总经理崔涛，一个花一样艳丽的女子，闯入广告业六年，空手夺刀就将今世发展成为一个年广告代理额达数亿元的大型广告公司，连续几年拥有中央电视台综合套播频道的独家广告代理权。当有人问道她对幸福的理解时，她说：“一般女性都认为找个好老公就是最大的幸福，我却认为只有事业成功的女人才有幸福。事业的成功所带给人的成就感和满足感是持久的。一个人事业成功了，就意味着被人所认可，所肯定，证明自己是一个对社会有用的人，这种被认可的幸福是无穷尽的。”

崔涛从小就成长在老师的夸奖和宠爱中，所以在她的内心一直有要

做一番事业的“野心”。现在她的广告公司已经成为央视媒体中位居前十名的大广告公司。但是崔涛并不满足，她的目标是成为世界4A级广告公司。在崔涛的观念里，女人也要有事业野心，没有事业野心就不可能要求自己不断地成长，职业生涯也不会有精彩表现。

杨澜曾经说：“野心应该是一个你不应该达到的目标，或者说以你的能力达不到的一个目标。”女人想要成功，就必须拥有野心，只有这样，才能拥有卓越的成就。不甘于现状的平庸女人必须得有“野心”，只有在“野心”的促使和推动下，你的潜力才能激发出无法预料的能量，从而在众多的竞争者中脱颖而出，成为人人敬佩和羡慕的“女中豪杰”。

1997年初，当吴士宏回到北京IBM总部时，许多朋友都困惑不解：偌大的“南天王”不做，却还要读什么书？可是当她收到美国的机票，准备8月15日的开学之时，父母亲的双双大病使她在事业与亲情间经受了一次重大考验。吴士宏每天奔走在两个医院，往返于城市与郊区，而风烛残年的父母却没有很快康复的迹象。渴望读书的她有时候甚至会闪过这样的念头：“难道你们就不能晚两个月生病吗？”

在父亲最后的生命时光里，尽管他已不能开口说话，但吴士宏却一直能够与他交流。她身边的人都不相信，他们认为吴士宏由于伤心过度精神出了问题。然而只有吴士宏知道这是父亲在挽留她，这是心灵与心灵之间的默默传递。后来她才明白父亲的苦心，他在冥冥中留住我，是想为我展示一片新的人生霞光。

1998年2月5日，经历了5个多月的双向选择，吴士宏把签字协议传真到微软公司总部的时候，她如梦初醒地发现，原来父亲要她留下做更大的事，这正是自己想做的事啊！

吴士宏在微软公司的上司对她说：你就是为微软生的。微软公司虚席以待，“微软（中国）公司总经理”这一职位为吴士宏等了将近半年。



她最终选择了微软，是因为它正迎合了她的梦想：要么把中国公司做到国际上去，要么把国际公司做到中国来。

吴士宏说：“人没有野心终不能成大事。微软和中国给了我广阔的天空，我又想张开羽翎，让风声在耳边回响，再次超越自我，去迎接绚丽的梦想：把微软（中国）做成‘中国的软件企业’，为中国软件业写下丰盛的一页。”

从古至今，成功的女性不在少数。一代女皇武则天在“野心”的驱使下，用自己的聪明才智改朝换代；现在希拉里敢于与男人竞争总统的职位，她们凭的就是“野心”。年轻的女人们，不要再认为自己缺乏竞争力，就安于现状、随波逐流，要想成功，就必须培养希拉里一样的“野心”，通过不懈的奋斗，相信总有一天你会站在胜利的顶峰。

2. 自信是女人幸福的最大资本

美国国务卿希拉里在公众的眼里向来是女性独立自信的榜样。不管遭遇什么困难或者变换什么角色，她总能克服和适应，并最终成功掌握自己的人生方向。这就是作为女强人的自信心。

据说克林顿当上总统后，希拉里有次与他乘车路过一个加油站。那儿有一位加油工，希拉里告诉克林顿，自己曾经差点嫁给那人。克林顿自豪地说，你要是嫁给他，那你就失去了一个总统丈夫。孰料希拉里却回答，如果当初我嫁给了他，那人极可能就是今天的美国总统。在这里，希拉里就不仅是对自己的政治智商充满自信，而且对自己的世俗所谓“旺夫运”也充满自信。

著名小说家古龙曾说：“自信是女人最好的装饰品，一个没有信心，没有希望的女人，就算她长得不难看，也绝不会有那令人心动的吸引

力。”一个女人的美丽与否，不是因为外在的容貌，关键是她的心中没有自信。这个世界是由自信心创造出来的。充分的自信，是女人走向美丽之旅的一个重要条件。自信是成功的动力，是人们从事任何事业最可靠的资本，更是照亮心灵的一盏灯。

一次，希拉里受到杰奎琳的邀请，坐上她的游艇出海游玩。其他人都爬到离水面十多米高的甲板上兴致勃勃地跳水，并让希拉里也试一试。一开始希拉里实在不愿意跳，但人们又吹口哨又鼓掌，非要让她试一试，她只好十分不情愿地顺着梯子往上爬，心中还暗自后悔“我为什么被卷进来了？”

希拉里终于爬到顶上，无奈地站在甲板上。这时人们一齐喊：“快往下跳，快！”他们的心中只有自己，根本就不考虑希拉里怎么想。这时，杰奎琳发话了，她的声音压倒了一切：

“希拉里别跳！我知道你不愿意跳。不管别人怎么说，你不要听他们的！”

瞬间，希拉里马上清醒过来。喊道：“杰奎琳，你说得对！”说完，她便从甲板上下来了。是杰奎琳告诉了希拉里尊重自己的意见比什么都重要。

希拉里也曾有过混乱、完全失去自信心的经历。那是因为媒体的大肆攻击，说希拉里的发型和化妆是多么的糟糕。如称：“第一夫人的发型不符合传统总统夫人的风格，有损于总统形象，第一夫人应该好好找一个专业化妆师和发型师，等等。”面对这样的舆论，希拉里的自信心遭受了严重的打击。

希拉里找到杰奎琳诉苦道：“我已经筋疲力尽了，太累了，我是不是应该向舆论屈服？”

杰奎琳断然地说道：“不，希拉里，你应该做你自己。如果你将自己交给别人，别人就按照他们自己的意志判断和决定你。最后，别人的