

女人要过好日子

温筱鸿 著

每个女人都该拥有“宠爱自己”的增值计划

附赠
Up2U面膜
抽奖获取
钻石坠饰
和名表

这是一本能使女性认识自己的百科全书
这是一本会使你悄悄发生变化的奇书
这是一本让你在人生道路上找到平衡点的好书

上海文艺出版社

女人要过好日子

2000

1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023, 2024, 2025, 2026, 2027, 2028, 2029, 2030, 2031, 2032, 2033, 2034, 2035, 2036, 2037, 2038, 2039, 2040, 2041, 2042, 2043, 2044, 2045, 2046, 2047, 2048, 2049, 2050, 2051, 2052, 2053, 2054, 2055, 2056, 2057, 2058, 2059, 2060, 2061, 2062, 2063, 2064, 2065, 2066, 2067, 2068, 2069, 2070, 2071, 2072, 2073, 2074, 2075, 2076, 2077, 2078, 2079, 2080, 2081, 2082, 2083, 2084, 2085, 2086, 2087, 2088, 2089, 2090, 2091, 2092, 2093, 2094, 2095, 2096, 2097, 2098, 2099, 2100, 2101, 2102, 2103, 2104, 2105, 2106, 2107, 2108, 2109, 2110, 2111, 2112, 2113, 2114, 2115, 2116, 2117, 2118, 2119, 2120, 2121, 2122, 2123, 2124, 2125, 2126, 2127, 2128, 2129, 2130, 2131, 2132, 2133, 2134, 2135, 2136, 2137, 2138, 2139, 2140, 2141, 2142, 2143, 2144, 2145, 2146, 2147, 2148, 2149, 2150, 2151, 2152, 2153, 2154, 2155, 2156, 2157, 2158, 2159, 2160, 2161, 2162, 2163, 2164, 2165, 2166, 2167, 2168, 2169, 2170, 2171, 2172, 2173, 2174, 2175, 2176, 2177, 2178, 2179, 2180, 2181, 2182, 2183, 2184, 2185, 2186, 2187, 2188, 2189, 2190, 2191, 2192, 2193, 2194, 2195, 2196, 2197, 2198, 2199, 2200, 2201, 2202, 2203, 2204, 2205, 2206, 2207, 2208, 2209, 2210, 2211, 2212, 2213, 2214, 2215, 2216, 2217, 2218, 2219, 2220, 2221, 2222, 2223, 2224, 2225, 2226, 2227, 2228, 2229, 2230, 2231, 2232, 2233, 2234, 2235, 2236, 2237, 2238, 2239, 2240, 2241, 2242, 2243, 2244, 2245, 2246, 2247, 2248, 2249, 2250, 2251, 2252, 2253, 2254, 2255, 2256, 2257, 2258, 2259, 2260, 2261, 2262, 2263, 2264, 2265, 2266, 2267, 2268, 2269, 2270, 2271, 2272, 2273, 2274, 2275, 2276, 2277, 2278, 2279, 2280, 2281, 2282, 2283, 2284, 2285, 2286, 2287, 2288, 2289, 2290, 2291, 2292, 2293, 2294, 2295, 2296, 2297, 2298, 2299, 2300, 2301, 2302, 2303, 2304, 2305, 2306, 2307, 2308, 2309, 2310, 2311, 2312, 2313, 2314, 2315, 2316, 2317, 2318, 2319, 2320, 2321, 2322, 2323, 2324, 2325, 2326, 2327, 2328, 2329, 2330, 2331, 2332, 2333, 2334, 2335, 2336, 2337, 2338, 2339, 2340, 2341, 2342, 2343, 2344, 2345, 2346, 2347, 2348, 2349, 2350, 2351, 2352, 2353, 2354, 2355, 2356, 2357, 2358, 2359, 2360, 2361, 2362, 2363, 2364, 2365, 2366, 2367, 2368, 2369, 2370, 2371, 2372, 2373, 2374, 2375, 2376, 2377, 2378, 2379, 2380, 2381, 2382, 2383, 2384, 2385, 2386, 2387, 2388, 2389, 2390, 2391, 2392, 2393, 2394, 2395, 2396, 2397, 2398, 2399, 2400, 2401, 2402, 2403, 2404, 2405, 2406, 2407, 2408, 2409, 2410, 2411, 2412, 2413, 2414, 2415, 2416, 2417, 2418, 2419, 2420, 2421, 2422, 2423, 2424, 2425, 2426, 2427, 2428, 2429, 2430, 2431, 2432, 2433, 2434, 2435, 2436, 2437, 2438, 2439, 2440, 2441, 2442, 2443, 2444, 2445, 2446, 2447, 2448, 2449, 2450, 2451, 2452, 2453, 2454, 2455, 2456, 2457, 2458, 2459, 2460, 2461, 2462, 2463, 2464, 2465, 2466, 2467, 2468, 2469, 2470, 2471, 2472, 2473, 2474, 2475, 2476, 2477, 2478, 2479, 2480, 2481, 2482, 2483, 2484, 2485, 2486, 2487, 2488, 2489, 2490, 2491, 2492, 2493, 2494, 2495, 2496, 2497, 2498, 2499, 2500, 2501, 2502, 2503, 2504, 2505, 2506, 2507, 2508, 2509, 2510, 2511, 2512, 2513, 2514, 2515, 2516, 2517, 2518, 2519, 2520, 2521, 2522, 2523, 2524, 2525, 2526, 2527, 2528, 2529, 2530, 2531, 2532, 2533, 2534, 2535, 2536, 2537, 2538, 2539, 2540, 2541, 2542, 2543, 2544, 2545, 2546, 2547, 2548, 2549, 2550, 2551, 2552, 2553, 2554, 2555, 2556, 2557, 2558, 2559, 2560, 2561, 2562, 2563, 2564, 2565, 2566, 2567, 2568, 2569, 2570, 2571, 2572, 2573, 2574, 2575, 2576, 2577, 2578, 2579, 2580, 2581, 2582, 2583, 2584, 2585, 2586, 2587, 2588, 2589, 2590, 2591, 2592, 2593, 2594, 2595, 2596, 2597, 2598, 2599, 2600, 2601, 2602, 2603, 2604, 2605, 2606, 2607, 2608, 2609, 2610, 2611, 2612, 2613, 2614, 2615, 2616, 2617, 2618, 2619, 2620, 2621, 2622, 2623, 2624, 2625, 2626, 2627, 2628, 2629, 2630, 2631, 2632, 2633, 2634, 2635, 2636, 2637, 2638, 2639, 2640, 2641, 2642, 2643, 2644, 2645, 2646, 2647, 2648, 2649, 2650, 2651, 2652, 2653, 2654, 2655, 2656, 2657, 2658, 2659, 2660, 2661, 2662, 2663, 2664, 2665, 2666, 2667, 2668, 2669, 2670, 2671, 2672, 2673, 2674, 2675, 2676, 2677, 2678, 2679, 26

温筱鸿 著

女人要过好日子

每个女人都该拥有“宠爱自己”的增值计划

上海文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

女人要过好日子/温筱鸿著. —上海: 上海文艺出版社, 2004.4

(女性图书架丛书)

ISBN 7-5321-2688-9

I. 女… II. 温… III. 女性—生活—知识 IV. Z228.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第025739号

丛 书:《秀》女性图书架

书 名: 女人要过好日子

著 者: 温筱鸿

策 划: 何承伟

责任编辑: 刘育文

装帧设计: 王 伟

印务监制: 胡昌杰 陆祖晨

出 版: 上海文艺出版社

发 行: 上海文艺出版社

地址: 上海绍兴路74号

邮编: 200020

电子信箱: csbcm@pubilc1.sta.net.cn

网址: www.sbcm.com

印 刷: 上海丽佳制版印刷有限公司

版 次: 2004年4月第1版 2004年4月第1次印刷

规 格: 889×1194 32开 印张6

国际书号: ISBN 7-5321-2688-9/I·2093

定 价: 18.00元

版权所有·不准翻印

美丽箴言

对每个女人而言，都是由心灵开始穿衣服。

—— 织品服装设计师协会理事长 潘黛丽

With the many demands on women in this world to be professionals, doting mothers and wives, good friends and lovers, it is important to women never to forget to reward themselves. Diamonds are perfect self-rewards that provide that extra sparkle to boost a woman's confidence and enhance her natural beauty in a subtle yet radiant way.

—— DTC大中华区总监 Christina Hudson

了解一个女人，就像剥一颗洋葱，再粗糙的外表下都是细致的发现，一层又一层，只要贴近看，每个女人都有让人忍不住落泪的惊艳。

—— Yahoo! 台湾区总经理 邹开莲

美丽新主张 It's Up2U! 美由你做主!

—— Up2U 总经理 黄淑娟

生命的意义在于过程，而不在于结果，往往奋斗的经验比成功的结果更令人怀念，认真成功的女人最美丽。

—— 两岸咖啡 何丽玲

女人的第一财富是信念。信着自己的执着，念着他人的宽容，执着+宽容就是好日子。

——前联合国外交官 外交部、上海市市政府女发言人礼仪顾问
沈 宏

活出自己，活出精彩的自己，你会发现人生赋予你的可能性远远超过你的想象。

——著名电视人 杨 澜

内心和外表都美的女人，才算是完全意义上的美女，缺少其中任何一样，都不能称之为真正美丽的女人。

——旅德摄影艺术家、作家 王小慧

面对生活中的压力和挫折 —— 只有4个词：接受、承受、适应、调整。很多事情最终还得靠自己，别人能给你的只是安慰和怜悯，当你再次面对挫折和压力时，这些都没用。很多时候我愿意单独呆着，一个人在安静中自我反省。只有在安静中，过滤掉生活的许多杂质后，自己才能找到内心的宁静和丰富。

——主持人 王小丫

善待自己，善待他人，善于原谅别人的过失，懂得珍惜，健康美丽地过每一天。

——名模 王雯琴

推荐序

“比女人更了解女人”：男人眼中的温筱鸿

——雅芳公司大中华区总裁高寿康(SK Kao)

“长大啦？！”这是最近一次在中国见到温筱鸿时，对她蹦出的第一句话！

初识温筱鸿，是我在台湾雅芳担任行销处经理的时候，那时，她是刚入行不久的时尚杂志AE，只记得清纯的脸上散发着热情、认真的表情。再次见她，是几年后雅芳于台北国际会议中心举办的年终尾牙宴上；当时，我已升任台湾雅芳公司总经理，而她，也成了一家专业公关顾问公司的总经理！

一路走来，筱鸿及她的团队，随着雅芳成长，也成了我们亲密的工作伙伴；从10年前第一次“雅芳承诺日”公益活动，到无数次的产品发表及记者会，以及今天横跨整个大中华区的零售品牌Up2U，活

动执行及媒体方面的运作她操刀甚多！

记得筱鸿曾告诉我，刚开始对我有些畏惧，后来，她告诉自己，要把高总裁的威胁当成一种磨练，把高总裁给的挑战当成一种学习；秉持着这样的坚持与理念，她真的做到了！不但在台湾公关界建立了自己的一片天，更跃升为受欢迎的畅销书作家；如今进军中国市场，她的成功应是可期的！

就如同雅芳公司的理念“雅芳比女人更了解女人”，从各个层面关怀女性，这本“女人要过好日子”相信也能带给所有女性新的思维以及“乐于分享”的生活态度！

温柔外表下蕴涵着坚强的毅力和耐力

——名制片人徐立功

眼中的筱鸿，本事可真大，在她温柔的外表下，有着坚强的毅力与耐力，看她一路走来，不但越挫

越勇，更闯出了自己的一片天。

约在八九年前，我认识了筱鸿，当时，身为杂志社主管的她，谦和有礼，但拼劲十足，因为要和我们制作的电影合作，一而再再而三地不放弃寻求和我们结合的最好模式，也因为电影饮食男女，让筱鸿我和李安导演有了进一步的接触，当年，她不放弃地洽谈了许多厂商，其中乌龙茶的饮料广告宴席篇巧妙地 and 资深艺人郎雄的演绎不谋而合，更和李安导演所要诠释的精神相得益彰。在一连串的宣传：记者会首映典礼，结合时事创造话题，成功地为电影造势，达成双赢的契机……让我见识到了筱鸿的真本事，而她总是开心地觉得能和我们一起工作就是一件非常荣幸的事了，后来陆陆续续我们又有了许多不同的合作，而当李安导演迈向国际，成功地走向奥斯卡时，这个小女孩的兴奋就更加不可言喻了。

其间，我曾经因为生病面对工

作深感压力，但筱鸿总是超龄地给我鼓励，替我加油，她真的是一位对生活充满热情，抗压性极高，喜欢帮助人的女孩。

看到今天的筱鸿，将她多年的职场经验与生活体验和大家分享，她清楚地见证作为一位专业营销公关人，与一位称职的妻子、母亲的深层体认，她的智慧、自信、与精辟的论述，绝对可以作为现代女性成长的重要参考，相信她一定衷心地希望大家都能过好日子。

好日子不会从天而降

—— 资深媒体人 陈文茜

她的手指纤长，身上常常穿着名牌，当然是一位时髦的女性。说话很客气，每个细节都把握得很有分寸。

如果纯粹从这些细节看筱鸿，她当然是过“好日子”的女人。

但是筱鸿所从事的工作绝对并

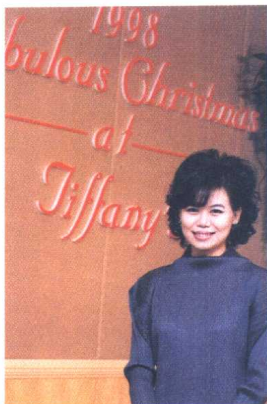


举办夏利豪活动

非你想象中的好日子，所谓从事公关行业的女性，有太多指指点点的公公婆婆们。客户是公公婆婆，记者是公公婆婆，来宾是公公婆婆。我们通常伺候一个公婆，媳妇都叫苦；公关这个行业每天面对不同的公婆，甚至是一次面对十几个、上百个。

公关是服务业里头的人力、脑力密集性产业，从事这个行业的人，如果不是绝对聪明，解决问题的意志力，像筱鸿这本书说的永远忍、继续忍、再必须忍，你很难在公关的行业里有出色的表现。

男人的公关行业讲求的是一套，女人是另外一套。台湾最近也有很多名牌的party，老实讲我并不常参加，也不是那么适合这些场合；但是在夺目的光彩下，我看到每一个后台都是钻石外表下的劳力矿工，从内心到脑袋的思维，她们必须随时征服眼睛能看到的每一寸角落。



举办Tiffany活动

这个女人手指很纤长，从头到脚，除了常戴的碎钻珍珠耳环外，没有坚硬的东西。但是细翻这本书，你会发现最坚硬的部分在筱鸿心里。这本书名字叫《女人要过好日子》，我必须建议筱鸿的读者，换个角度看，好日子不是平白得来的，特别是筱鸿的好日子。

这是一本会使你悄悄发生变化的奇书

——资深出版人 何承伟

在多年的编辑工作中，我审读过无数本图书。一旦发现一本超常的好书，人，就会兴奋起来，这不仅是为我的同事具有慧眼识真金的本领而叫好，更为读者将拥有一本好书而高兴。

《女人要过好日子》就是属于这样一类的好书。

要做一个美丽的女人不容易，要做一个既能干又美丽的女人更不容易。作者温筱鸿就是这样一个优

秀的女子：她追求生活美满，扮演好好太太和好妈妈的角色；她又盼望事业的成功，放弃婚后在美国过少奶奶的悠闲日子，回台湾从一个广告业务员做起，一步一脚印踏上了老板之路。

在这部著作中，温筱鸿在向你讲述一个又一个生动故事的同时，还不断迸发出闪光的火花，使你平时感觉到的东西理性化：生活原来是这么一回事！就好像突然发现了一条又一条真理一样，使你兴奋不已，并促使你在不知不觉中悄悄地发生变化，让你在复杂的人生道路上找到一个最佳的平衡点。所以，我敢说，尽管这本书的篇幅不大，但它却似一本能使女性认识自己的百科全书，它不仅会使生活富裕女性的精神世界更加充实，更能促使许多平凡的女性过上不平凡的生活。

在审读由编辑部送来的书稿时，我忍不住将出版《女人要过好日子》的消息告诉搞发行的朋友。

“女人要过好日子？找个好男人就行了，为什么还要出书？”

这老兄对好日子的理解真是太狭隘了。尽管我从不研究女性问题，但毕竟已经读过温筱鸿写的《女人要过好日子》这本书，略有一点反击的底气。

好日子显然不能用一个“钱”来概括。好日子不仅是经济上富有，精神上也非常富有；一个精神

世界空虚的女人，好男人对他来说永远只有被别人抢走的份！即使找到一个好男人，由于文化品位的落差太大，好日子也不会持久。当然，对女性来说，找个好男人，为过上好日子创造了极好的条件，但你一定要明白，在现实生活中，他只能帮助你，却不能替代你，因为女性在千变万化的家庭生活和社会生活中，是一个相对独立的个体，必须做好只有自己才能做的事，好日子才会真正属于你！

好日子与找好男人有联系，但好男人不能确保你能过上好日子。

什么才是女人要过得的好日子，我想，当你读完这本书后，一定能找到更满意的答案。

自序

好日子是幸福的指标

不管是求学、就业，还是恋爱、结婚、生子，人生中各个阶段不都是为了一个共同的目标，就是让日子过得更好吗？

我相信所有女人都把“要过好日子”当作是一项幸福的指标，但是好日子是不会凭空降临的。即使嫁入豪门，住在大宅院里，一样要懂得经营，因为好日子是要自己付出努力与代价的。

常常有人说：“个性决定一个人的命运。”这句话我绝对同意，但我也同样要说：“人的个性有可能因环境而改变，人的命运要看你如何创造。”曾经，我是一个非常不快乐的女孩，有着忧郁内向的个性，甚至每天都希望世界末日快快到来。但曾几何时，我的黑白人生变得多姿多彩，让我更加珍惜生命中的点点滴滴，并掌握幸福大小的决定。

现在的女人愈来愈优秀，但女人在社会上却必须扮演着更多样化的角色。我看见身边的女性朋友们，不管是在家庭、婚姻，还是工作上，都努力地耕耘、经营自己的每一面；也时时面临十字路口的抉择，遭遇到不同的人生考验。而在我的 人生历程里，幸运的我比许多同龄的女人拥有更多的机会，去磨练人生、体验人生、享受人生。

一路走来，不管是快乐小妇人、辛勤小AE或是职场总经理，我都尽力在每一刻扮演好自己的角色，也庆幸自己早已认知滚石不生苔的道理。我非常感谢一直支持我的先生和家人朋友，更感谢在我身旁许许多多贵人的相助，让我在职场上更上层楼。感谢当年喜来登饭店协理时鑫先生以及经理周武先生的启蒙，让我发掘了自己公关的潜能；感谢华克文化董事长张敏君女士的拔擢，让我一跃成为《大都会》(Cosmopolitan)的主管，才有今



日独当一面的机会；感谢《时尚》（Vogue）集团总经理刘炳森先生对我的指导，我真的非常谢谢他们。

十多年来，我从事的都是和女性息息相关的各种工作，有媒体、化妆品、服装、精品、生活用品、消费性商品……套句雅芳（Avon）的广告词：“让我比女人更了解女人”，也看到许多女性如何从逆境中走来，如何成功向上，如何发掘自己的价值。但也看到许多女性对未来一片茫然，对爱情或充满期待或深陷泥沼无法自拔。

但是，到底什么是女人的好日子？如何拥有好日子？该怎么过好日子？我认为，女人要立志、女人要有品位、女人要舍得、女人要有绝招、女人要自由、女人要智慧，才能掌握自己的好日子。天下没有白吃的午餐，但只要你有毅力，对生活又充满热情，好日子一定会属于你。