

✿ 教女人游刃有余闯社会，少走弯路不吃亏 ✿

女人 趁早要知道

1

BEING A WOMAN SHOULD NOT BE
TOO HONEST

女人一定要学会说“不”

吴静雅◎著

揭示无数女性心中向往却又不敢说的秘密
女人稍有一些锋芒，才更让男人喜欢
为什么“坏”女人令男人如痴如醉

女人最重要的还是经济独立和主动权
为工作而活，女人因事业而美丽
自信、自立是女人最好的“妆容”

 中国言实出版社

女人 趁早要知道

1

BEING A WOMAN SHOULD NOT BE

常州大学图书馆
藏书章

TOO HONEST

女人一定要学会说“不”

吴静雅◎著

 中国言实出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

女人一定要学会说“不” / 吴静雅著. -- 北京 :

中国言实出版社, 2013. 11

(女人趁早要知道; 1)

ISBN 978-7-5171-0232-8

I. ①女… II. ①吴… 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 (2013) 第 252968 号

责任编辑: 文涓涓

出版发行 中国言实出版社

地 址: 北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮 编: 100101

电 话: 64966714 (发行部) 51147960 (邮 购)

64924853 (总编室) 64924745 (四编部)

网 址: www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 北京高岭印刷有限公司

版 次 2014 年 2 月第 1 版 2014 年 2 月第 1 次印刷

规 格 640 毫米×960 毫米 1/16 15 印张

字 数 200 千字

定 价 29.80 元

ISBN 978-7-5171-0232-8

目 录

CONTENTS

第一章

女人需要美丽，更需要智慧

1. 醒醒吧，你不能做一辈子的天真少女 / 002
2. 高品质的男人，不会喜欢没个性的乖乖女 / 004
3. 女人需要美丽，更需要智慧 / 008
4. 不做“提线木偶”，女人有思想才更有魅力 / 012
5. 思考，让女人从繁琐中优雅地走出来 / 015
6. 悉心修炼品位、涵养、气度与胸怀 / 019
7. 永远记住，内外兼修的美才是真正的美 / 022

第二章

为什么“坏”女人偏偏能牢牢抓住男人的心

1. 女人稍有一些锋芒，更让男人喜欢 / 026
2. 男人是野生动物，喜欢追逐的快感 / 029
3. “坏”女人会跟男人保持界限，让彼此有自己的空间 / 032
4. “坏”女人神秘莫测，让男人浮想联翩 / 035
5. 若即若离，让男人牵肠挂肚 / 039

6. 揭秘枕边人的“妈妈/情人综合征” / 043

7. 在他眼里，你是“坏”女人吗？ / 046

第三章

女人，要学会说“不”

1. 拉倒吧！别让自己变成软弱的小绵羊 / 050

2. 为什么女人比男人更难以说“不” / 053

3. 无力说“不”的后果 / 055

4. 从一个双唇音开始，坚定而自信地拒绝吧 / 058

5. 练习1：遇到这些事情，你要说“不” / 061

6. 练习2：在拒绝别人时，注意你的态度 / 064

7. 练习3：将你自己的愿望和需要表达出来 / 067

第四章

“一次只给男人一颗糖”的哲学

1. 男人是馋猫，越吃越馋 / 072

2. 学会利用分糖游戏规则掌控男人 / 075

3. 做调配爱情的高手，占有男人心 / 078

4. 要让男人尝到甜头，更要让男人知道疼痛 / 081

5. 必须破灭的梦1：他爱上的是我的内在，而不是我的外表 / 084

6. 必须破灭的梦2：为了他，我会无条件付出 / 088

7. 必须破灭的梦3：我会是他最后一个女人 / 091

第五章

一眼看穿男人的秘密

1. 火眼金睛，看清男人的本质 / 094
2. 大多数男人的心里都藏着一个天大的秘密 / 098
3. 男人征服世界，女人征服男人 / 101
4. 做“坏”女人，3秒钟识破男人的谎言 / 104
5. 他跟你逢场作戏，还是真的喜欢你 / 108
6. 男人劈腿与出轨的前兆 / 112

第六章

如何做一个有气质的优雅女人

1. 容貌是天生的，气质却可以修炼 / 116
2. 无论身处何地，保持一份温婉之美 / 119
3. 拥有宽容，女人就拥有迷人的个性 / 122
4. 好男人是女人调教出来的 / 126
5. 聪明女人要懂得：用好眼泪这种软武器 / 129
6. 学会装傻的女人其实是世界上最聪明的女人 / 133
7. 寻找机会，告诉你的男人：你真棒 / 136

第七章

记住：自信、自立是女人最好的“妆容”

1. 女人们的独立宣言：做我自己 / 140

2. 巾帼不让须眉——你可以比男人做得更好 / 142

3. 独立，美丽女人的必备要素 / 145

4. 为工作而生活，女人因事业而美丽 / 148

5. 不要做纯粹的家庭主妇 / 151

6. 从镜子中寻找最美的自己 / 155

7. 内心强大的女人要有一颗积极的心 / 157

第八章

傻瓜，最重要的还是经济独立和主动权

1. 醒醒吧，别总幻想嫁个有钱人 / 162

2. 经济独立会让你更有魅力 / 164

3. 先把自己的退休生活搞定，你的人生就有大自由 / 167

4. 聪明女人会理财：把自己手中的钱变成三份 / 170

5. 优雅小女人的“低成本高品质生活” / 174

6. 女人们，请在家里牢牢掌控“财政大权” / 178

7. AA 制的爱情，越爱越美丽 / 182

第九章

如何赢得男人的心

1. 主动出击，让心仪的男人乖乖上“贼船” / 186

2. 会撒娇的女人惹人爱 / 189

3. 风情万种，比美丽更胜一筹 / 192

4. 甜言蜜语，宠宠男人的耳根 / 195

5. 判断男人是否坠入爱河的 10 种表现 / 199

6. 盲目为爱献身到底值不值? / 202

7. 绕开“科妮基现象”，让他对你始终如一 / 205

第十章

从现在开始，做个聪明的“坏”女人吧！

1. 聪明女人就是要变“坏”，自己才能救自己 / 210

2. 女人不妨“自私”点，永远最爱自己 / 212

3. 多读书的女人才淡定 / 215

4. “坏”女人的攻心秘籍 / 218

5. “坏”女人修炼的八个步骤 / 221

6. 跟随自己的本性，做个聪明的“坏”女人吧！ / 225

第一章

Chapter 1

女人需要美丽，更需要智慧

为什么处处为别人着想的女人却得不到别人的真心付出？为什么长相漂亮、个性温柔，各方面条件都不错的女人，却常常被各方面条件不如自己的男人甩？为什么有些彪悍，有些泼辣，有些歪门邪道，有些聪明心计的“坏”女人，却能牢牢抓住男人的心，获得更幸福的生活？其实答案就是：乖乖女没糖吃，“坏”女人有人爱。如果你想成为情场的“功夫熊猫”，把男人掌控于股掌，那么请从这一刻开始，和“乖乖女”说 bye bye，女人需要美丽，更需要智慧！



WANG XIAOMIN SMILING GIRL
TOO HONEST

NO.1

醒醒吧，你不能做一辈子的天真少女

女人从小到大，都有一些不变的特点——天真、单纯、爱幻想。纵然已经成年，她们依然时常留恋于美好的幻想中，沉溺于偶像剧中，幻想自己是其中的女主角，在家有父母的疼爱，在外有朋友的关怀，在情场上有白马王子相伴。

一位大学老师曾在课堂上问学生们：“如果让你们选择一下，你最想去的地方是哪里？”居然有很多女生说：最想去的地方是韩国，因为那里有很多帅哥，那些帅哥很温柔，很体贴女人。其实最重要的一点是，那里没有穷人。

真的是这样吗？当然不是，这些不过是女生们在韩国偶像剧里看到的。那些偶像剧的主题就是谈情说爱，在其中，我们看不到上班赚钱的艰辛，看不到凡人度日的无奈，看到的只是大房子、名车和对女人百依百顺的男人。偶像剧中的汽车可以不用加油，住房子可以不交房租，吃饭可以不计花销。难怪女生们沉迷其中，常常幻想自己生活在那里，牵手一位白马王子。

可是女孩们，现实世界绝不像偶像剧，如果你不把专注的双眼从虚幻的世界转移到现实的生活中来，不睁眼看看你周围忙碌的人们，不想一想自己究竟要过怎样的生活，那么，你无异于把头埋藏于沙堆里的鸵鸟，在自欺欺人，在逃避生活。

醒醒吧，女孩们，不管你是否愿意承认，从过完18岁生日的那天起，你就是一个成人，你就要面对一个充满利害关系的世俗世界，你要规划自己的未来生活。所以，千万不要再单纯地以为：只要有

爱情，喝水就能喝饱；只要相爱，就可以战胜一切困难；只要对方在乎我，我就可以毫不在意周围的眼光，全身心去爱。

一个37岁的女人，和一个23岁的男生恋爱了。尽管这个男生比她小14岁，尽管这个男生只是一个未走入社会的大学生，尽管女人曾有过一段不堪回首的婚姻，尽管女人还有一个孩子，尽管女人的父母百般阻挠，为此以泪洗面，尽管……但是这个女人还是义无反顾地和这个男生生活在一起，照顾男生的衣食起居，赚钱供男生读研，像一个大姐照顾小弟一样——不对，其实更像是一位母亲照顾自己的孩子。这个女人为什么这么执著，这么投入呢？

女人说：“这个男人对我很好，他说我是他的第一个女人，也是他的最后一个女人，他不在意我的身世，愿意和我一直走下去……”女人就这么相信了这个23岁的男生，勇敢地去爱了。

然而有一天，男生对女人说：“对不起，我不能和你结婚，我还要为事业而奋斗，我的未来会很美好，而且我有了漂亮的女朋友……”这个天真的女人居然还没醒来，她反问：“你以前不是对我说你只对我好吗？你不是说除了我之外你对任何女人都不会感兴趣吗？”“……”

我们无法想象，这个女人为什么相信一个比她小14岁的男生在热恋中的誓言，更无法想象，面对已经彻底粉碎的现实时，她依然执迷不悟。毫无疑问，女人是天真的，更是愚蠢的。因为毕竟她已经37岁了，而且有过一次婚姻，在对待爱情时，应该更理智一些，更冷静，但是她没有做到，或许这才是产生悲剧的根源。

女人们，醒醒吧！热恋中，男人的任何誓言你都可以听，也需要听，但是请不要轻易相信，甚至可以说：不要相信任何一条誓言。谁相信，谁就是白痴，尽管这样说有些夸张，但是对天真的女人来说，就像一剂治病的猛药，也像一棒当头闷棍，只为把女人从“天

真的梦幻”中敲醒，去证实赤裸裸的现实人生。

要知道，生活并不像你幻想的那样美好，男人也不像偶像剧中的男主角那样。在现实中，那些衣冠楚楚、相貌堂堂、在你面前装得很绅士的男人，很可能是一只披着羊皮的狼，内心对你充满色欲。他们愿意花银子和接近，愿意忍受你的白眼和冷淡，不过是在“忍辱负重”，只为达到自己的终极目的——把你搞上床。所以，你要赶快从对生活的美好幻想中清醒过来，赶快从对爱情的美好憧憬中清醒过来，用现实的眼光去看待生活，去看待周围的人，尤其是男人。

作为女人，有一点儿天真是可以的，但是不要太天真；偶尔幻想自己还是少女也是可以的，但是不要总是以为自己还是个青春靓丽的少女，无所顾忌地挥霍青春。如果你能早一点猛醒，就不要等到有一天你在公车上给小孩让座，小孩对你说“谢谢阿姨”时，你才猛然意识到自己已经从一位“姐姐”升级到一位“阿姨”；如果你能早一点猛醒，就不要等到有一天你照镜子发现昨晚熬夜的黑眼圈还没有散去，曾经细腻的毛孔恍然间变大时，才意识到自己已不再是天真少女。

NO.2

高品质的男人，不会喜欢 没个性的乖乖女

情感心理专家分析认为，女人是感性动物，感情胜过理智，这是阻碍女人爱情发展的致命弱点。在现实生活中，有些女人一开始就表现出“乞求”的姿态，她似乎在对男人说：“求求你做我的男朋

友吧，求求你把我娶了吧，只有你才能给我幸福。”不要笑，也许你不承认，但有些女人的行为真的表达了这种内心。可是结果往往以悲剧而告终。因为你失掉了自己，男人怎么看重你？

男人往往是这样的德性：你越看重他，你为他牺牲一切，他越是认为你没有思想、没有个性、没有挑战。你过于看重他，他当时会为你的行为感动，但是时间久了，他就会觉得习以为常了。这个时候你成了依附于他的一个躯壳，他可以轻而易举地主宰你的感情和幸福了。所以说，如果女人没有个性，没有独立想法，没有自己的追求，男人是不会真正把你当成宝，一直珍惜下去的。

在歌剧《水仙女》中，有一部抒情童话歌剧。其中主要的内容是这样的：

大森林中，有一个湖，湖中住着一位水仙女。一天，水仙女和一位英俊的王子相爱了，为了和王子结成夫妻，水仙女向女妖求助。女妖说：“我可以满足你的要求，但是你必须为此付出代价，那就是你必须变成哑巴。同时，一旦你失去了王子，你就永远半人半妖地生活在湖的最深处，而且王子也会失去生命。”

水仙女答应了女妖，最后她来到人间，如愿以偿和王子相处。可是，就在他们举行婚礼的那一天，王子却爱上了一位邻国的公主，她是来参加婚礼的来宾。水仙女痛苦万分，没办法，她只好遵守诺言，变成了半人半妖的怪物，回到了湖水深处。

不久之后，王子后悔了。他来到湖边呼唤水仙女，请求水仙女原谅他，但是一切都回不去了。水仙女吻了王子，王子在忏悔中死在湖边。水仙女悲痛欲绝，她抱着王子的尸体永远地沉入了湖底。

为了爱情，水仙女不惜抛弃仙女的身份，变成凡人去爱，结果却是飞蛾扑火。水仙女为了爱情而变成人，她不再是原来的她，而是失去了自己的本色。在现实生活中，有多少女人像水仙女那样为

了爱情不顾一切呢？有多少女人为了爱情而失去自己，对男人逆来顺受呢？

假如你陪男人参加一位朋友的生日宴会，席间男嘉宾挥拳拼酒，屡爆粗口；女宾们穿得花枝招展，各领风骚。尽管这种环境让你生厌，但你会拒绝继续待在这里吗？

没有个性的女人肯定会说：“要以大局为重，要顾及我老公的面子，我只好忍着。”而有个性、有独立想法的女人则不会，她会把老公拉到一旁，说：“我不喜欢这种氛围，我要出去。”这个时候，老公可能说：“坚持一会儿，咱们一起撤，你忍耐一下！”过了不久，老公找了个理由向主人道别，然后陪着女人离开了。

男人绝不会因为女人不喜欢这种氛围而对女人心有芥蒂，相反，他觉得女人有个性，不随波逐流，会更加喜欢女人。所以，女人一定要真实地生活，做真正的自己，做个有个性的女人，既不包装自己的心，也不轻易模仿别人，随波逐流。这样，女人才是最有魅力的。

在一则女性黄金饰品的广告词中，有这样一句话：“都说我很听话——我只听自己的话！”男人都希望女人听自己的话，但是女人千万不要这么做，你要保持个性和主见，拒绝成为男人的附庸，拒绝成为爱情的奴隶，拒绝凡事唯他是从。你是独立的，你不应该忽略自己的存在，你要经常静下心来听自己内心的声音。

如果有一天，当你准备为爱情而改变时，当你决定听从大多人的意见时，请先听听自己内心的声音。因为只有这个声音，才最值得你去倾听，因为这是你的魅力之源。你要相信，并不是“好姑娘”才能得到男人的爱；你要相信，有个性的女人比起“听话”的乖乖女更有魅力，更会赢得男人持久的爱。为此，你应该做些改变，让自己不再是没个性的乖乖女。

无论你是公司的CEO，还是餐厅的服务员，你都有自己的荣誉和自尊，你都要保持独立，绝不要期望依靠男人而活——做家庭主

妇，伸手向男人要钱。否则，你会活得非常被动，你的个性也无法得到彰显。

无论你是星星，还是月亮，你都有自己的轨迹，你不能因为渴望和太阳接近，就脱离自己的轨迹，去纠缠太阳。所以，与男人保持适度的空间，不要频频给男人打电话，不要频频约男人，更不要主动上门找男人。你要用行动告诉男人：你不会纠缠或监视他，他可不是你的宇宙中心。

无论如何，你都有必要增加自己的神秘感。你可以是真正的女人，但这并不意味着你要向男人坦白一切。你可以把自己的底牌放在心里，不让男人轻易看透你，这样男人会更加重视你。比如，你不用每天都见到他，也不用在电话上喋喋不休地向他报告你的行动轨迹。相反，你可以适当消失，让男人为你担心；你可以偶尔约会迟到，让男人为你着急；你也可以适当对男人发火，让男人知道你是有脾气的，你不是好欺负的。

你还应该保持高度的自信。当男人恭维你时，你不妨说声“谢谢”。你不要省略对男人的赞美，也不要询问男人的前任女友的情况，不要和其他女人争风吃醋。你应该自信地告诉男人：“我就是我，我有自己的独特味道。”

你应该有自己的追求，对某些事情投入的热情可以超过对男人的热情。这样做是为了告诉男人，他不是你的唯一，让他知道你有要忙的事情。在你心目中，他没有特权，就像车子没有固定的车位，没有专用通道一样。你要让男人知道：他所得到的，只是一个紧挨停车场门口的一个临时车位。这样，你在男人心目中会更有魅力。

你应该珍惜自己的身体，保持魅力妆容。因为一个女人如何保持自己的容貌，可以反映出其自尊的程度。如果男人告诉你：“我不喜欢你穿平底鞋，你穿高跟鞋会更性感！”但是穿平底鞋让你感觉良好，你应该照样穿平底鞋。如果男人对你说：“这种唇膏不好看，你用粉红色的唇膏吧！”只要这种唇膏让你感觉良好，你应该照常使

用。你要用行动告诉男人：你不是为了取悦他而存在的，而是为了做真实的自己，为了取悦自己而活的。

NO.3

女人需要美丽，更需要智慧

乖乖女总是一本正经，在学校是好学生，认真听讲，努力学习，成绩较为优异。“坏”女孩总是调皮捣蛋，不好好学习，还经常惹乱子。聪明的脑子不用在思考试题上，而是用在思考“如何使坏”上。乖乖女走出社会后，成了一个“良民”，在公司是好员工，在家里是贤妻良母，没有什么大成就。而“坏”女人充满想法和创意，不甘于沦为平凡的打工者，她们爱折腾、爱尝试，不成功则已，一旦成功，可能一鸣惊人，一飞冲天。

有这样一个故事，很好地表现了乖乖女和“坏”女人各自的特点和彼此间的差异：

有一对姐妹，妹妹没有上大学，早早就开始闯社会，后来自己创业，如今已经身家数亿，是一位成功的企业家。姐姐大学毕业后，乖乖找工作，在医院工作多年，依然是一名普通医生。

据说，上学的时候，姐姐非常爱学习，妹妹只爱玩儿、不爱读书，而且个性又很强。小时候，父亲对姐姐说：“将来你如果有出息，一定要想着妹妹，要多帮帮她。”言外之意很明显，父亲觉得大女儿将来有出息，而对小女儿不抱希望，有些担忧。

姐姐按照父亲的期望进入了最好的中学、最好的医学院，最后按照父亲的愿望当了一名医生，然而，她发现从医不能让自己变得

富有，只能过平平淡淡的日子。妹妹完全没有遵照父亲的期望，她没有上大学就进入社会。她喜欢冒险，很早就外出做生意，没几年，她就拥有了一家公司，事业版图还在扩展中。当然，她忘不了帮助自己的姐姐。

对此，姐姐笑着说：“幸亏我的妹妹没忘记我，给我很多帮助。我时常在想，我个性太乖，或许不是一件好事，因为我总是顺着父母的期望，所以，我走上了大家都认同的道路。因为我找工作很容易，所以我从来没有创业的想法。我也从来没有遇到过困境，所以我不需要思考人生的下一个路口该往哪儿拐。我怕犯错，怕别人说我不好，所以我总是规避风险，拒绝冒险。这就是我为什么没有我妹妹那种创业的魄力。”

从这对姐妹的人生轨迹上我们看到乖乖女和“坏”女人的差别，如果用一句话概括，那就是：乖乖女一本正经，一事无成；“坏”女人老谋深算，一步登天。是的，乖乖女和“坏”女人的差别在于性格，性格上的差别注定了乖乖女无法成大事，也注定了“坏”女人的一生充满跌宕起伏，充满丰富多彩。

其实，不只是在事业上，在情场上乖乖女和“坏”女人也有明显的不同。乖乖女逆来顺受，缺乏主见，很容易受到父母意见的左右。面对自己不喜欢的男人时，不懂得拒绝，往往会因此铸成大错；而“坏”女人敢爱敢恨，不喜欢就是不喜欢，绝不迁就，所以，“坏”女人往往容易找到真爱，获得自己想要的爱情。

“坏”女人是用心计的，她们懂得：即使面前的男人是自己喜欢的，也会装作不在意；即使很想马上答应男人的求爱，也会克制自己，给男人留一点遗憾。她们善于激发男人去追求，善于牵着男人的鼻子走，从而在爱情中占据主动地位。这种“坏”是一种高明的智慧。