



情商是女人 幸福的资本

跟红楼金钗学情商

张馨月◎著



蓝天出版社
Blue Sky Press

情商是女人 幸福的资本

跟红楼金钗学情商

张馨月◎著



蓝天出版社
Blue Sky Press

图书在版编目(CIP)数据

情商是女人幸福的资本/张馨月著.—北京:蓝天出版社,2010.8

ISBN 978-7-5094-0436-2

I. ①情… II. ①张… III. ①女性—情绪—智力商数—通俗读物
IV. ①B842.6—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 144182 号

责任编辑:刘春燕

责任校对:李树林

情商是女人幸福的资本

出版发行:蓝天出版社

社 址:北京市复兴路十四号

邮 编:100843

电 话:010-66983784(编辑) 66983715(发行)

经 销:全国新华书店

印 刷:三河市金元印装有限公司

开 本:16 开(700×1000 毫米)

字 数:181 千字

印 张:14.5

版 次:2010 年 8 月第 1 版

印 次:2010 年 8 月北京第 1 次印刷

定 价:25.00 元

(本书如有印装质量问题,请与我社发行部联系退换)

版权所有 侵犯必究

序 言

情商越高越容易幸福

保加利亚的希米契娃号称是世界上最聪明的女人,其智商高达200,据说世上只有一个男人——两度获得诺贝尔奖的化学家库利和她的智商一样高。她在学业上成就广泛,先后在保加利亚和英国取得了五个学士学位,但她却有两年时间找不到工作。就算找到了工作,其收入也达不到当地的中等收入水平。

希米契娃的事例说明,智力在赢得成功方面并没有绝对优势。这也正是丹尼尔·戈尔曼的观点:情商比智商重要。事实上,他那本广为人知的《EQ:情感智商》,书名直译就是《情商:为什么它比智商更重要》。

但情商并非只是我们通常所以为的善于处理人际关系,自我认知、自我管理和平衡、与自我和谐相处,才是情商的核心和基础。

美国心理学家克尔斯汀·维尔丁发现,学术、事业和物质生活的成功未必是幸福所需,有时候甚至恰恰相反:有些人不富有,却幸福满足;而那些相对富有的人,却总是在焦虑、抱怨。原因就是,后者因缺乏情商,不仅很难体会他人的情感和立场、无法与他人和睦相处,更缺乏自我调节和自我意识,无法接纳自己、无法控制自己的情绪,因此也就很难得到幸福。

由此,克尔斯汀给出了情商的定义:所谓情商,其实是一种了解

和控制自身,进而控制他人情感情绪的方式。简单地说,情商就是与自我、与他人相处的能力。高智商的人可能情商也高,但这二者并不成正比,一个人完全可能有很高的智商,但是缺乏情商。只有情商与智商结合,才可能最终决定一个人的整体成功和生活幸福。换言之,在智商相等、环境相同的情况下,一个人的情商越高,就越容易幸福。

怎样检测一个人的情商高低?最好的方式也许是恋爱。沐浴在爱河中的人,情感非常强烈、敏感和个人化,很容易受到伤害、遭到拒绝或感觉失望。好的两性关系,要求每个人都有很高的情商。林黛玉是真心爱着贾宝玉的,但因为情商太低,所以一再伤害自己,也伤害爱的人。

其次就是职场了。我们经常能够看到,一些人有很强的工作能力,在职场上却处处碰壁;或是虽曾烈火烹油、鲜花着锦,却突生变故,再无咸鱼翻身机会。而一些人,出身未必好,学历未必高,能力也未必强,甚至也未见得勤奋,却是一路顺风顺水——后一种人的杰出代表,是《鹿鼎记》里的韦小宝。他出身卑贱,又没有绝世武功和满腹经纶,却可以在险恶的职场环境中飞黄腾达,毫无疑问是因为他善于和人相处,情商很高。

让才子看到缠绵,《红楼梦》毫无疑问是一部伟大的爱情小说;而那些等级森严、争权夺利、钩心斗角,分明说的又是职场中事,而且是比《杜拉拉升职记》更复杂深刻的职场。情场与职场的双重环境,考验着那些青春年少的女子们的情商;她们各自的情商高低,也在很大程度上决定了她们的幸福度,甚至是命运。

这本《情商是女人幸福的资本》,选择了《红楼梦》中 18 位各具特色的女子,对她们的性格、情商逐一进行分析和解读。看她们如

何自我认知，如何对待自己所爱的人，如何与身边的各色人等相处，如何寻找自己的未来与幸福。然后你也许会发现，虽历经百年，她们仍未褪色和消隐，在我们的身边，甚至我们身上，都有着她们的影子。

情商当然是一种天赋，有人天生情商就很高，这是 DNA 决定的事，无法改变；但好在情商也是一种后天的学习，每个人都具备情商的潜力，可以经过一定的训练来激活和提高它。而以红楼为鉴，以人为镜，或许是最好的、最可爱的课堂。



目录 Contents

PART. 1	宝姐姐上位有缘由	001
PART. 2	宝哥哥就爱林妹妹	021
PART. 3	不让须眉凤姐儿	039
PART. 4	“兼美”理想秦可卿	053
PART. 5	“大条”湘云乐天派	063
PART. 6	低调从容说李纨	073
PART. 7	“贤孝才德”话贵妃	085
PART. 8	“二木头”绝配“中山狼”	095
PART. 9	庶出荣耀贾探春	105
PART. 10	冷若冰霜贾惜春	121
PART. 11	妙玉只在栊翠庵	131
PART. 12	自绝于世金钏儿	141
PART. 13	平和淳厚赞平儿	153
PART. 14	坦然随形花袭人	165
PART. 15	率真要强勇晴雯	177
PART. 16	第一秘书说鸳鸯	189
PART. 17	香菱身世令人怜	203
PART. 18	丧失自我尤二姐	213
EPILOGUE	后记	220





PART. 1

宝姐姐上位有缘由



随分从时的薛芜君

贾宝玉的表姊妹一共有三位，分别是薛宝钗、林黛玉和史湘云。薛宝钗比宝玉大，所以是宝姐姐，其他两位，则是妹妹。

薛宝钗，别号蘅芜君，王夫人的内侄女，薛宝琴的姐姐，薛蟠（就是打死冯渊、抢走英莲的那个呆霸王）的妹妹。

她出身于皇商之家，是金陵四大家族之一的“珍珠如雪金如

铁”的薛家，紫薇舍人薛公之后，领内府帑银行商。舅舅王子腾曾任京营节度使，掌管着京城一带的军队，为当时重要的军政要员，后升任九省统制。

曹雪芹曾详细描写过宝钗的容貌：“头上挽着漆黑油亮的纂儿，蜜合色棉袄，玫瑰紫二色金银鼠比肩褂，葱黄绫棉裙，一色半新不旧，看去不觉奢华。唇不点而红，眉不画而翠，脸若银盆，眼如水杏。”又说她“生得肌肤丰泽”，有“雪白一段酥臂”，让宝玉产生了



“这个膀子要长在林妹妹身上，或者还得摸一摸，偏生长在他身上”的念头。这说明宝钗的美对宝玉来说是很强的杀伤力的。她也算是身体健康的，除了自胎中带来的一点热毒（容易上火？），没见过她有别的毛病。

《红楼梦》第五回说宝钗“品格端方，容貌丰美，人多谓黛玉所不及。而且宝钗行为豁达，随分从时，不比黛玉孤高自许，目无下尘，故比黛玉大得下人之心。便是那些小丫头子们，亦多喜与宝钗去顽。因此黛玉心中便有些悒郁不忿之意，宝钗却浑然不觉”。在人际关系和心理承受能力方面，她远远超过黛玉。

薛宝钗还是个博学的才女。她的诗，雄浑含蓄、富有哲理，大观园里每次诗社，也只有黛玉可以和她抗衡。但她还懂得医理，对着林妹妹的药方子也能讲出内行话来。又晓绘画，惜春要画园子时，她就发表了一番精彩的绘画知识。她还有管理才华，能和李纨、探春一起管理大观园。这就是林妹妹远不能及的了。

宝钗家是皇商，虽不见得比贾府有钱，但也是家财万贯，而且兄长薛蟠虽然胡闹，却也很疼她，很听她的话。所以宝钗出手，竟然比贾府的人尖儿贾宝玉还要阔绰，今天赞助史妹妹一些螃蟹，明天送给林妹妹一些燕窝，后天又给邢妹妹赎点东西。王夫人在家里找人参，急出一身汗来，她轻描淡写地就派人拿了几棵好的回来。在这方面，林妹妹更无法和她相比了。

宝钗身上挂有一金锁，刻着“不离不弃，芳龄永继”八字，与贾宝玉随身所戴之玉上所刻之“莫失莫忘，仙寿恒昌”恰好是一对，因此有“金玉良姻”之说，她也因此成为林黛玉的主要吃醋对象。

她和林黛玉的判词是合在一起写的。“可叹停机德，堪怜咏絮才。玉带林中挂，金簪雪里埋。”但起第一句写薛宝钗之妇德，第二



句才写到林黛玉之才；十二支曲子中，《终身误》也先于《枉凝眉》，因此在红楼情榜中，通常把宝钗排在黛玉的前面。

有人据警幻曲称，宝玉虽与宝钗成亲，但宝玉心中仍然怀念黛玉，对宝钗没有多少夫妻之情。但看第八回题诗：“古鼎新烹凤髓香，那堪翠斝贮琼浆。莫言绮縠无风韵，试看金娃对玉郎。”宝玉固然对黛玉念念不忘，但对宝钗也还是有感情的。

只是宝玉最终还是决定出家当了和尚，宝钗年纪轻轻，便守了活寡。宝玉出家时，她已经身怀有孕，所以有了后来的“兰桂齐芳”。宝玉的侍妾袭人经她遣散回家，最后嫁给柳湘莲为妻。



情绪管理的高手

薛宝钗具有良好的情绪管理和自我平衡能力，特别善于处理各种复杂的人际关系，知道怎样应对不同的人。她很清楚自己该做什么，不该做什么，懂得进退，能把握好分寸。但她并不是一味圆滑或忍让，而是外柔内刚，不怒自威，连刁蛮泼悍之妇金桂，在她面前也不敢放肆。

最可圈可点的，是她竟然可以处理好与林妹妹的关系。人人都知道“金玉良姻”的说法，林妹妹更将她视为第一劲敌，但她对林妹妹完全是尽心尽力，行动之间俨然掏心窝子，把后者感动得赤诚以待——可以笼络自己的情敌，情商够高了吧？

宝钗在情商方面的缺憾是，太在乎别人，活得不够自我，难有真正的快乐。另外她的情商技巧可能更适用于职场而非情场，这是她始终无法真正得到贾宝玉的根本原因。

处事得体，讨人欢心

薛宝钗的确是情商很高的人。她善于区别对待各色人等，尤其是对长辈，她很善于做一些让长辈舒服的事，说一些让长辈高兴的话，却又得体自然，不着痕迹，而不是一味吹捧。她还善于替人着想，帮人排忧解难，化解情绪纠结，结果自然是让人越来越喜欢和看重她。

第二十二回写道，薛宝钗十五岁及笄生日，贾母高兴，出资二十两为她过生日。老太太问她“爱吃何物，爱听何戏等语”。她并不学小家子气，一味推让，而是“深知贾母年老人，喜热闹戏文，爱吃甜烂之食，便总依贾母往日素喜者说了出来。贾母更加欢悦”。在贾府里，薛宝钗是客人，贾母带头出资为她办生日的戏酒，是对客人很高的礼遇（也说明平时宝钗给贾母的印象很好，贾母很喜欢她）。她在这时反过来再讨贾母欢心，不仅是应有的礼节，而且也是一种感激之情。这是值得我们学习的。

第三十五回，宝钗说：“我来了这么几年，留神看起来，凤丫头凭她怎么巧，再巧不过老太太去。”贾母说：“我如今老了，那里还巧什么。当日我像凤哥儿这么大年纪，比她还来得呢。”的确，从贾母偌大一把年纪还头脑清醒、处事果断来看，她当年比王熙凤还能干是可信的。宝钗虽是哄老太君开心，却也没有脱离事实，无缘无故地吹捧。而贾母虽然嘴里谦虚，心里也是很高兴的。

金钏儿跳了井，宝钗听见这话，忙向王夫人处来——请注意这



个“忙”字，就是第一时间，及时，在王夫人最迫切、最需要的时候出现。当时王夫人正在房中独自垂泪，见宝钗来，王夫人道：“原是前儿他把我一件东西弄坏了，我一时生气，打了他几下，撵了他下去。我只说气他两天，还叫他上来，谁知他这么气性大，就投井死了。岂不是我的罪过。”宝钗叹道：“姨娘是慈善人，固然这么想。据我看来，他并不是赌气投井。多半他下去住着，或是在井跟前熬顽，失了脚掉下去的。他在上头拘束惯了，这一出去，自然要到各处去顽顽逛逛，岂有这样大气的理！纵然有这样大气，也不过是个糊涂人，也不为可惜。”王夫人点头叹道：“这话虽然如此说，到底我心不安。”宝钗叹道：“姨娘也不必念念于兹，十分过不去，不过多赏他几两银子发送他，也就尽主仆之情了。”人死不能复生，面对内疚、悔恨的姨妈，宝钗一番贴心话来得正是时候。王夫人怎能不生出感激和亲近之情？

贾母不止一次夸赞薛宝钗。第三十五回，贾母道：“提起姊妹，不是我当着姨太太的面奉承，千真万真，从我们家四个女孩儿算起，全不如宝丫头。”薛姨妈听说，忙笑道：“这话是老太太说偏了。”第八十四回，贾母对薛姨妈说：“我看宝丫头性格儿温厚和平，虽然年轻，比大人还强几倍。前日那小丫头子回来说，我们这边，还都赞叹了他一会子。都像宝丫头那样心胸儿、脾气儿，真是百里挑一的！”可见她给长辈留下了多么好的印象。

从某种意义上来说，旧时大家庭里的长辈，其地位和作用相当于现代公司里的高层领导——如果是家族式企业，那就更像了。贾母相当于贾氏集团有限公司的董事长，王夫人相当于董事会成员。宝钗所做的这些，是在一点一滴地加深与高层的感情，取得高层的信任。这对她在贾氏集团的生存、发展是极为有利的。

乐于助人，广结善缘

宝钗关心人绝不止于贾母、王夫人等老一辈，对其他人，她也一样地体谅、照顾和帮助，所以才能大得人心。在群体生活中，善于关心他人、乐于助人，是一大美德。拥有这样的美德，又能做得得体，自可广结善缘，拥有良好的人际关系。

袭人曾让湘云帮忙做一双鞋子，宝钗知道了，便悄悄告诉袭人，说最近才知道湘云在家里没有什么地位，做活很累，常常要做到三更天。袭人很后悔给湘云添了麻烦，宝钗就主动替袭人来做——需要强调一点，史湘云其实是个很“大条”的人，总是把乐观、积极的一面展示给别人，而不愿意纠缠那些不开心的事。贾府里有那么多姐妹，却没有谁听她说过自己在家里的境况，包括像袭人这样自小一起长大、算得上关系很好的。而宝钗不过是个客居的“外人”，湘云却肯对她说这些“家常话烦难事”，必是把宝钗当成了贴心人。湘云自己也曾对宝钗说：“我若不把姐姐当做亲姐姐一样看，上回那些家常话烦难事也不肯尽情告诉你了。”又说：“这些姐妹们，再没有一个比宝姐姐好的，可惜我们不是一个娘养的——我但凡有这样一个亲姐姐，就是没了父母，也是没妨碍的。”

她看出香菱对大观园里的生活很是羡慕，就趁薛蟠外出，借口买来的丫鬟不知底细，让香菱进大观园给自己做伴。她考虑事情也非常周到，先让香菱从贾母那里开始，对长辈和其他人都去一一问候，并教她怎样应对别人的问题，从而使香菱在大观园里度过了被拐十几年来最快乐的一段时光。

薛家未过门的儿媳邢岫烟因缺钱当了棉衣，却正好当到了薛家的当铺。这真是够尴尬人。宝钗对邢岫烟进行了种种关照，而且注



意保密,以免伤害了邢岫烟。助人而不宣扬,这等体贴或者说是忠厚,实在是让人感动的。

《红楼梦》第六十七回,薛蟠从南边回来,宝钗特意把他带回来的东西送了些给贾环,赵姨娘见了甚是喜欢,想道:“怨不得别人都说那宝丫头好,会做人,很大方,如今看起来果然不错。他哥哥能带了多少东西来,他挨门儿送到,并不遗漏一处,也不露出谁薄谁厚,连我们这样没时运的,他都想到了。若是那林丫头,他把我们娘儿们正眼也不瞧,哪里还肯送我们东西?”赵姨娘恐怕是小说中第一坏人了,就连她也被薛宝钗感动,可见宝钗为人处世之成功。宝姐姐能维持所有的人,这份功力让人叹为观止。

想想若是在写字楼里,有一个宝钗一样的人物出现,既愿意帮人,又能帮到点子上,而且还很低调,不居高临下,不让别人知道,让你保有面子,给你的不只是物质上的好处,还有善意和友情,你会不会超级喜欢她?

关注别人,善于倾听

由史湘云对薛宝钗的态度已经可以看出,薛宝钗具有很强的沟通能力,善于关注别人,善于发现和倾听,并及时给予反馈。这是很重要且有用的情商技巧。

在和林黛玉的交往中,薛宝钗更是把“积极关注,有效倾听”这一情商技巧发挥到了极致。在“金兰契互剖金兰语”一节里,宝钗的表现可圈可点,堪为沟通经典。

且说这一日,宝钗去看望黛玉,先问起病症来:“这里走的几个太医虽都还好,只是你吃他们的药总不见效,不如再请一个高明的人来瞧一瞧,治好了岂不好?每年间闹一春一夏,又不老又不小,成

什么？不是个常法。”

先问黛玉的病症，果然引发共鸣：“不中用。我知道我这样病是不能好的了。且别说病，只论好的日子我是怎么形景，就可知了。”宝钗点头道：“可正是这话。古人说‘食谷者生’，你素日吃的竟不能添养精神气血，也不是好事。”黛玉叹道：“‘死生有命，富贵在天’，也不是人力可强的。今年比往年反觉又重了些似的。”说话之间，已咳嗽了两三次。宝钗道：“昨儿我看你那药方上，人参肉桂觉得太多了。虽说益气补神，也不宜太热。依我说，先以平肝健胃为要，肝火一平，不能克土，胃气无病，饮食就可以养人了。每日早起拿上等燕窝一两，冰糖五钱，用银铤子熬出粥来，若吃惯了，比药还强，最是滋阴补气的。”

当别人对自己所说的话予以反馈时，我们就能感觉到自己在被关注。感受到被理解和关注，彼此的关系就会更加亲密。果然，这一番话彻底打动了黛玉，惹出了林妹妹的一番肺腑之言：“你素日待人，固然是极好的，然我最是个多心的人，只当你心里藏奸……往日竟是我错了，实在误到如今……”然后就说到虽然燕窝易得，但是自己寄人篱下，婆子丫头们会嫌自己多事。自己何苦不知进退，叫她们咒自己？宝钗便也做了一番身世之叹，然后说：“……多一事不如省一事。我明日家去和妈妈说了，只怕我们家里还有，与你送几两，每日叫丫头们就熬了，又便宜，又不兴师动众的。”

林妹妹可以说是宝姐姐的情敌，而且又小心眼，又尖酸刻薄，是极难打交道的。薛宝钗一番贴心窝子的话，外加几两燕窝，便成功地“搞定”了她，两人到后来情同姐妹，让大家都感到诧异。

职场中总是难免有异见者，难免有竞争对手，如果一味死掐、总是针尖对麦芒，那结果很可能是两败俱伤。相反，像宝姐姐那样，关



注、关心你的对手,以德报怨,化敌为友,需要更博大的胸襟、更高的智慧和情商才能做到。而这样的人,也必定能在职场中大有作为。

温柔敦厚,大度容人

薛宝钗的性格里,有中国传统文化内敛式的特点。她几乎从不跟人当面争执,也不会因为一点小事就跟人甩脸子,而是大度能容,温柔敦厚。

第三十回,宝玉说宝钗像杨贵妃时,黛玉“听见宝玉奚落宝钗,心中着实得意”。宝钗当时心里十分生气,但还是忍了,只是借机语带双关地说了小丫头几句,并没有翻脸。如果换了黛玉,那是非哭不可,甚至会有一场轩然大波——事实也的确如此,史湘云说小旦龄官有点像黛玉,黛玉确实翻了脸。说实话,亲戚好友间的这种玩笑根本就不必过于认真,宝钗的态度是正确的。

她曾经劝宝玉留心仕途经济的学问,却碰了一鼻子灰。袭人给湘云转述当时的场景:“上回也是宝姑娘也说一回,他也不管人脸上过得去过不去,他就咳了一声,拿起脚来走了。这里宝姑娘的话也没说完,见他走了,登时羞的脸通红,说又不是,不说又不是。幸而是宝姑娘,那要是林姑娘,不知又闹到什么样,哭的怎么样呢。提起这个话来,真真的宝姑娘叫人敬重,自己讪了一阵子去了。我倒过不去,只当他恼了。谁知过后还是照旧一样,真真有涵养,心地宽大……那林姑娘见你赌气不理他,你得赔多少不是呢。”

甚至连许多人都看不起的贾环,宝钗也是没有慢待。薛宝钗与香菱、莺儿在玩赶围棋,贾环见了也要加入。曹雪芹在这里特意加了一句,“宝钗素习看他亦如宝玉,并没他意。今儿听他要顽,让他