

<<好命女都在学的8堂幸福课>>

图书基本信息

书名：<<好命女都在学的8堂幸福课>>

13位ISBN编号：9787122117014

10位ISBN编号：7122117014

出版时间：2011-10

出版时间：化学工业出版社

作者：亦清

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<好命女都在学的8堂幸福课>>

### 前言

很多时候，女人搞不清楚自己到底是个大女人还是个小女人，有时候觉得自己很脆弱，有时候又觉得自己很坚强；有时候觉得自己很小气，有时候又觉得自己很宽容；有时候觉得自己很感性，有时候又觉得自己很理性；有时候觉得自己很独立，有时候又觉得自己还是离不开男人的帮助……其实，每个女人的身体里都住着“小女人”和“大女人”。

现实生活中，只有自认为是小女人的大女人和自认为是大女人小女人，而没有哪个女人是百分之百的“小女人”或“大女人”。

这不正是女人多变的根源吗？

“小女人”不应该是跟“大女人”对立的，而是相对于“男子汉”来说的。

在自己喜欢的男人面前，大女人也情愿变成一个温柔婉约的“小女人”。

在突如其来的艰难困境中，有时候“小女人”表现出来的坚强，令“男子汉”也敬佩不已。

女人，要学会的是，什么时候该让“小女人”出来迷倒众生，什么时候该派“大女人”出马一展风采。

女人，只要能把自己的“小女人”天赋和“大女人”天赋运用自如，使用得法，就一定能迷住男人，直抵幸福深处，成为人人羡慕的好命女。

不管怎样，不管是“小女人”特征明显的女人，还是“大女人”特点凸显的女人，都值得拥有属于自己的幸福。

“小女人”以委曲求全、放低身段、无私奉献的方式，去成就男人的伟岸，宽慰男人的孤单，所有的“小女人”都是天使，因为有了她们，这个越来越快节奏的世界才显得充满人情味；“大女人”以不屈抗争的姿态，奔走于这个依然是男性占先的环境，是“大女人”的勇敢，在改变这个世界，捍卫着女性的尊严。

所有的女人都娇艳如花，用自己的美让人赏心悦目，为这个世界增色；女人往往活得辛苦，她们奉献着自己，服务社会，服务家人。

幸福，女人难道不该拥有？

幸福只是一种感觉？

这种说法大错特错！

为感觉埋单，只会让女人越活越不明白。

好命的女人，不要幸福的感觉，而要可以掌控的实实在在的幸福。

幸福需要用心去获取和经营，而不是旁观、臆想。

笔者认为：拥有爱情、受人疼爱的女人才幸福；漂漂亮亮、优雅动人的女人才幸福；工作稳定、经济独立的女人才幸福；家庭和谐、拥有地位的女人才幸福；左右逢源、社交圆融的女人才幸福；理性消费、善于理财的女人才幸福；珍惜自己、身体健康的女人才幸福；内外兼修、与时俱进的女人才幸福。

说，向来是很简单的事情，问题的关键是怎么做？

对于幸福，我们从未停止追逐的脚步，但幸福却不会自己来敲门。

我们需要做的是，怀着对幸福的希望，主动去学习人生的幸福投资课，慢慢开启“幸福号”航船，踏上寻找幸福的芳香之旅。

当我们到达彼岸、回视过去时，我们会发现自己是幸福的。

愿本书对全天下的大女人和小女人都有所启示，有所裨益。

也祝愿全天下的大女人和小女人都能找到并掌控本该属于自己的幸福！

作者

## <<好命女都在学的8堂幸福课>>

### 内容概要

每个女人都希望自己有好命，但是好运气不是从天上掉下来的，而是女性朋友自己修炼得来的。

小女人温柔又乖巧像一个永远也长不大的小女孩，在小女人身上充满了迷人的女人味。

大女人则不同，她是一种全新的女人形象。

比起小女人她更像母亲，像姐姐。

大女人耀眼，但不一定妩媚动人；大女人沉稳，但不一定冷若冰霜；大女人果敢，但不一定无所畏惧。

其实每个女性都是这两种性格的综合体。

《好命女都在学的8堂幸福课》从人生的八个方面选取典型事件（爱情、美丽、职场、家庭、人际、价值、健康、知识），对两种女性的处事态度进行对比，发掘女性自身性格和为人处世上的优点，帮助读者找到获得幸福完美人生的方法。

《好命女都在学的8堂幸福课》由亦清等编著

## <<好命女都在学的8堂幸福课>>

### 作者简介

亦清，本名刘丽娟，高级婚姻家庭咨询师。  
常年致力于恋爱、婚姻、家庭生活问题的咨询与辅导工作。  
曾任“山东人民广播电台生活频道”、“山东卫视”等多家广播电台、电视台节目嘉宾。  
作品发表于《齐鲁晚报》、《婚姻与家庭》等多家报刊杂志。

## <<好命女都在学的8堂幸福课>>

### 书籍目录

#### 第1堂课 爱情观：你是属于我的那个人吗

他世界VS她世纪  
如果可以，做男人背后的女人  
无论如何，女人要保持独立的自我  
一次爱够VS分期支付  
付出越多，越拴不住男人  
爱，要一点一点给  
望穿秋水VS飞蛾扑火  
不要把青春浪费在等待上  
婚前多牵几匹马  
无限暧昧VS单刀直入  
爱他要让他知道  
主动猎夫去  
物质爱情VS恋爱100%  
不要去消费爱情  
浪漫其实很简单  
宁缺毋滥VS抱残接受  
远离“败犬”传染病  
接受不完美的另一半  
死死控制VS风筝理论  
控制过度会失去对方  
该收则收，当放则放  
死缠烂打VS分手快乐  
对“不对的”男人说“不”  
挥别错的才能和对的相逢  
保持身价地和平分手

#### 第2堂课 美丽观：生命不息，美丽不止

丑女人VS懒女人  
每个女人都是毛坯，想美并不难  
中等姿色，可以享有上等美丽  
顺应潮流VS特立独行  
不做潮流的弃儿  
走出自己的时尚风  
端庄大方VS衣不蔽体  
人穿衣服，不是衣服穿人  
精明的女人置衣不败家  
素面朝天VS精心打扮  
化妆是一种生活态度  
百分百守住“脸面”  
大大咧咧VS举止优雅  
声音是女人裸露的灵魂  
坐时静若处子  
站出一树梨花  
举手投足显风情  
自以为丑VS维纳斯控

## <<好命女都在学的8堂幸福课>>

自信是女人最好的装饰品

没有缺点，只有特点

成熟主义VS不想长大

岁月是魅力女人最好的朋友

一流的化妆叫做生命的化妆

唯美主义VS美丽有度

要美丽，更要健康

眼袋可以丢，钱袋不能丢

第3堂课 职场观：这里不相信眼泪

工作是一切VS快乐最重要

要工作，更要快乐

左手薪情，右手爱情

合并同类项VS上下通吃

滴水融入大海，和同事打成一片

半糖主义，不要和同事走得太近

与狮共舞，处理好和上司的关系

令其信服，管理好你的下属

甘心做绿叶VS冲破天花板

冲破玻璃天花板

升职后如何面对其他同事

公司是我家VS我家非公司

办公室不是任何人的家

不要把家里的情绪带到办公室

我要加薪VS高薪聘我

薪酬永远和你的能力正相关

职业女性不得不知的薪水潜规则

薪水是挣来的，也是谈来的

跳跳族VS剩者为王

不要一味凭借跳槽来实现发展

换工作不是跳槽，应是跳高

第4堂课 家庭观：“全方位”的女人味

全职太太VS兼职太太

全职太太是一个美丽的陷阱

在兼职做家务中寻找成就感

乐于争吵VS不屑争吵

吵架是婚姻的润滑剂

唠叨是爱情的坟墓

爱的抱抱VS婚姻筹码

不要拿孩子做婚姻的筹码

做好教育孩子的工作

家庭主妇VS平等住客

最是那一低头的温柔

“长寿”婚姻贵在体贴

柴米油盐VS我爱外卖

不下厨房的女人，老公出轨的概率会上升

女人要学会抓住男人的胃

天敌婆婆VS第二妈妈

## <<好命女都在学的8堂幸福课>>

和婆婆“共享”一个男人

掳获婆婆大人的顽固心

第5堂课 人际观：左右逢源的女人最有魅力

结伴成群VS独来独往

不要和陌生人说话？

胡扯！

结人缘广积人脉

永远的姐妹淘VS相交淡如水

永远不和别人比

适当的距离，是心灵需要的氧气

有一说一VS点到为止

该说的说，不该说的一定不要说

饭吃半饱，话也不能一次说太满

“和稀泥”VS打圆场

不偏不倚，看待问题应客观

灵活对待，转移话题要有技巧

派对王VS八卦女

一开始不要输气势

让优雅成为你的标签

第6堂课 价值观：做钱的主人，而不是奴隶

财不理我VS我爱理财

女人就是要做家庭CFO

理财绝不是要一味抠门

长期饭票VS个人银行

靠男人生存很危险

女人就是要有属于自己的钱

月光族VS守财奴

钱包里只留一张卡

执行严格的储蓄计划

养成记账的好习惯

不要随便借钱给人

购物逛VS购物狂

女人就是要从购物中享受乐趣

按需埋单，不要把购物变为负担

AA制VS轮流请客

姐妹间最好算清楚账

不可以总是让男人埋单

自己买房VS老公管住

房子是女人最好的依靠

买房是压力，未尝不是动力

第7堂课 健康观：女人一定要爱自己

干物女VS阳光女

干物女的典型特征

以群集生活来替代独居生活

以全身运动代替手指运动

睡眠重要VS偶像剧重要

## <<好命女都在学的8堂幸福课>>

“越夜越美丽”？

No！

睡眠足是女人不老的秘诀

享辣主义VS生活方式病

胃第一，嘴第二

远离“生活方式病”

身材至上VS健康第一

为身材不可偏食

运动减肥最健康

美容不止VS毁容不倦

不要迷信排毒养颜

防晒过度反而易被晒伤

胶原蛋白没有那么神奇

常去美容院未必是好事

第8堂课 知识观：魅力是由内向外的

无才是德VS知性女人

腹有诗书气自华

女人不老的秘密是底蕴

八卦杂志VS第五项修炼

看天王绯闻还是管理技能？

时尚还是实用？

知识归零VS及时充电

浅尝辄止还是锲而不舍？

时间是挤出来的

囧女小说VS红楼寻梦

书不在于读了多少，而在于悟了多少

每个爱读书的女人都是美丽的



## <<好命女都在学的8堂幸福课>>

### 章节摘录

他世界VS她世纪 太依赖的女人是可怜的，太独立的女人是可怕的。

应是人格上彼此独立，情感上互相依赖。

——周国平 西方典籍上说：“两个人总比一个人好，因为二人劳碌同得美好的效果。若是跌倒，这人可以扶起他的同伴；若是孤身跌倒，没有别人扶起他来，这人就有祸了。

”两性需要结合，需要相互搀扶，这才意味着幸福。

在汉字中，“好”字也说明了两个人结合在一起的意义——“女”与“子”，即女与男结合起来，才是美好。

找到那个相伴终生的人，才意味着有了最终的归宿。

关于这一点，女人往往比男人更迷信、更执著。

在对待“另一半”的态度上，小女人和大女人截然不同。

小女人喜欢把男人当作靠山，当作一生的支柱。

她们一旦爱上某个男人，很容易丢失自己；当她沉浸在爱里，眼里和心里只有一个人，先他之忧而忧，后他之乐而乐。

而大女人则强调男女平等，主张女人应当和男人一样，享有同等的社会地位和家庭地位。

即便是为了爱情，大女人也不愿意牺牲自尊和既有的一切，去迎合某人。

一些强势的女人甚至不把大多数男人放在眼里。

就本质而言，小女人之“小”，在于以男人为中心；大女人之“大”，在于以自我中心。

问题是，幸福在于双方如何更好契合，而不是计较孰轻孰重。

如果可以，做男人背后的女人 女人是最经不起折腾的，女人最不该放不下的就是自己的幸福。

当感觉幸福就要到来的时候，大女人不妨学习一下小女人的精神，不要在乎男尊女卑还是女尊男卑，让所谓的女权主义见鬼去吧，全情投入，拥抱幸福。

如果爱你的男人很成功，你自信也可以驾驭他，做他背后的女人未尝不可。

文学大师梁实秋的夫人程季淑每晚都要躺在床上看书等梁实秋回家，三十多年如一日。

有一次，她只是淡淡地问了他一句：“你上楼时，是不是一步跨上两级台阶？”

”一句话就拴住了梁实秋的心。

当文学大师惊异地问自己的妻子如何得知？

她回答说：“我数着你的脚步声，和楼梯的级数不相符。

”面对这样细致的爱，哪个男人会不珍惜？

梁实秋后来写道：“我确是恨不得一步就跨进我的房间。

我根本不想离开我的房间。

吾爱吾庐。

”程季淑全力做梁实秋的坚强后盾，换来了他一生的忠实、尊重和爱护。

有一种力量，微微的却能使人变得坚强，那就是女人对男人的支持；有一种爱，淡淡的却能给人无限希望，那就是女人对男人的爱。

两性专家说，男人的强大，有时是一种不得不为之的伪装：他们的内心世界，其实是社会重压之下的脆弱。

而作为女人，要懂得男人的艰难，给予男人一定的关心爱护，懂他、爱他、哄他、惯他、宠他、管他，陪伴着他走过这风风雨雨的一生。

受伤的时候不诉苦，失败的时候说无所谓，这样的男人，生活中有，但不是很多，大多是出现在电影和电视剧里。

生活中的男人，不论他们是成功的佼佼者，还是失败者或碌碌无为者，他们首先应该是人，然后才是男人，他们强硬时可以顶天立地，脆弱时也需要呵护。

不论多么伟大的男人，都会受到女人的影响，需要在女人的关怀和照料下慢慢成长。

聪明的女人始终信任自己的男人，甘愿用自己的人生支持男人的成就。

她相信，男人的成功让牺牲变得有价值，这是一次甜蜜的冒险。

## <<好命女都在学的8堂幸福课>>

她们用眼睛看，也用内心的爱去激发别人没有发现的特质。

这个男人是自己的，他的成功当然也就是自己的成功。

爱他，发自肺腑，真心实意地爱他，让他体会你的爱，习惯你的爱，离不开你的爱。

需要特别强调的是，全心全意而非三心二意。

如果爱，就要好好爱，彻底爱，不要动不动就计较，就猜忌。

一面付出一面计较，这样的女人是可悲的。

无论如何，女人要保持独立的自我 徐志摩在文章中写道：“我望着户外的黄昏，如同望着将来，我的心震盲了我的听。

希望每一秒钟上允许开花，我守候着你的步履，你的笑语，你的脸，你的柔软的发丝，守候着你的一切，希望在每一秒钟上枯死。

我也知道这多半是走向毁灭的路，但为了你，为了你我什么也都甘愿。

” 张爱玲在文章中写道：“遇见你我便得很低很低，一直低到尘埃里去，但我的心是欢喜的。

并且在那里开出一朵花来。

” 不少情感问题专家都在教女人为爱去奉献，去疯狂，去卑微，去忘却自我。

仿佛，这才是好女人。

做好女人，但是却无论如何不能做百分百顺女。

女人要忠于男人，要爱自己的男人，但是在爱情中必需有自己的主见，保持自己的人格和独立。

有主见的女人是可爱的人，男人喜欢女人的温柔和贤惠，但更喜欢女人的有主见。

能够独立其实才是一种快乐，那种依附于别人，把快乐与痛苦都寄托在别人身上的女人其实备受压抑。

因为她们的自我会被别人的期望与需要所淹没。

歌德曾说过：“只有在其感到欢喜或痛苦的时候，人才能认识到自己。

” 歌手韦唯，曾有一种少女式的纯真情感，有东方人对爱情的专一，有对婚恋的执著追求。

后来，她热恋了。

她结婚了。

结婚后，她一直按照东方人伴侍夫君的方式去对待她的西方丈夫。

但是，她最后失望了，离婚了。

正如她在《和从前不一样》中所说：“我猛然意识到，我从未曾在乎过自己……我生活中的大部分时间，都用来关注他人，为他人做了很多我可能根本不想做的事情。

在过丢九年的婚姻中，那个自由独立的女人却渐渐地消失了……” 很多女人从一开始就把自己摆到一个乞求感情，乞求幸福的位置上，男人要怎样，你就怎样，悲剧的根源往往就在这里：你失掉了自己，别人怎么会看重你？

男人往往就是这样：你过于看重他，为了他牺牲自己的一切，当时他被你的行为感动，但是时间久了，你没有了思想，没有了追求，没有了与他共鸣的语言，当你成了依附于他的一具躯壳，他就可以轻而易举地主宰你的感情和幸福。

从这一点上说，女人首先是输给了自己。

P2-4

## <<好命女都在学的8堂幸福课>>

### 编辑推荐

一本让女人一生幸福的生活智慧书！

用心去经营生活，学习生活中需要的技巧，承担起生活中需要的义务，就可以做幸福人生所光顾的那人人羡慕的“好命女王”。

愿亦清等编著的《好命女都在学的8堂幸福课》对全天下的大女人和小女人都有所启示，有所裨益。也祝愿全天下的大女人和小女人都能找到并掌控本该属于自己的幸福！

<<好命女都在学的8堂幸福课>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>