

穆子佩 / 编著

女人的 Talisman of Women 资本

sina 新浪读书
book.sina.com.cn

史上最经典、最权威、影响最广的女性励志读本

启迪心灵、提升智慧、让生命绽放的女性励志圣经

发现蕴含在身上巨大的内在力量，实现内心升华，
诚意打造专属你的女人资本。

华夏出版社



女人的 资本

穆子佩◎编著

华夏出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

女人的资本 / 穆子佩编. —北京: 华夏出版社,
2013.7

(MBook随身读)

ISBN 978-7-5080-7528-0

I. ①女… II. ①穆… 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059047号

出品策划:  华夏文轩

网 址: <http://www.huaxiabooks.com>

女人的资本

编 著 穆子佩

责任编辑 郭 森 曾 羽

封面设计 思想工社

排版制作 思想工社

出版发行 华夏出版社

(北京东直门外香河园北里4号 邮编: 100028)

总 经 销 新华文轩出版传媒股份有限公司

印 刷 北京通州皇家印刷厂

开 本 720mm × 1020mm 1/32

印 张 8

字 数 112千字

版 次 2013年7月第1版 2013年7月第1次印刷

定 价 18.00元

书 号 ISBN 978-7-5080-7528-0

本版图书凡印刷、装订错误, 可及时向我社发行部调换



靠女人资本，做幸福女人

人生中最大的悲剧莫过于没有发现自己巨大的潜能而潦草度过一生，而女人一生中最大的遗憾则莫过于没有去发现、发挥和利用自己的生存优势，最终与精彩的人生擦肩而过。女人生来就有独特的生存优势，这些并不仅仅是人们传统眼光中的漂亮、姿色、风情等，而来自于女性强大的内在潜能和人格魅力。

每一个女人都在用一生做一个梦，那就是追求成功，追寻幸福。然而天下真正能够梦想成真的女人却如凤毛麟角，大多数女人只能够憧憬于自己的梦想中，徘徊在幸福人生的边缘。其内在的原因，主要缘于她们缺少将梦想变为现实的自我资本，女人要想在自己的人生天地里获得成功，与男人同享一片天，就

要拥有自己的“红颜资本”。每一个女人都有自己独一无二的特质，重要的是能够挖掘自己的资本，修炼自己的资本，而后运用自己的资本，实现自己的愿望。

其实，每个女人身上都有着娇人的“资本”。有拼搏进取的成功资本，也有征服男人的柔情资本；有高贵典雅的品味资本，也有展现自身魅力的个性资本；有敢于向命运挑战的心态资本，也有满腹诗文的才学资本。总之，女人的资本是女人一生幸福与成功的源泉，提升女人的底蕴，散发女人的光彩，显露女人的才华，丰富女人的内涵。作为女人一定要认识自己，善于运用自己的这些资本去赢取自己的幸福人生。靠女人的资本做个幸福像花儿一样的女人。

女人的资本，不仅来自外表的华丽，还要在内心建立一个强大自我，这样才能赢得别人尊敬的目光；只有美丽与智慧的结合，才能成为完美的女人。完美的女人不仅具有外在的美丽，更重要的是她们具有经久不衰的内在美。美在知识、美在内涵、美在气质、美在能力、美在智慧、美在品德……因为她们心中藏

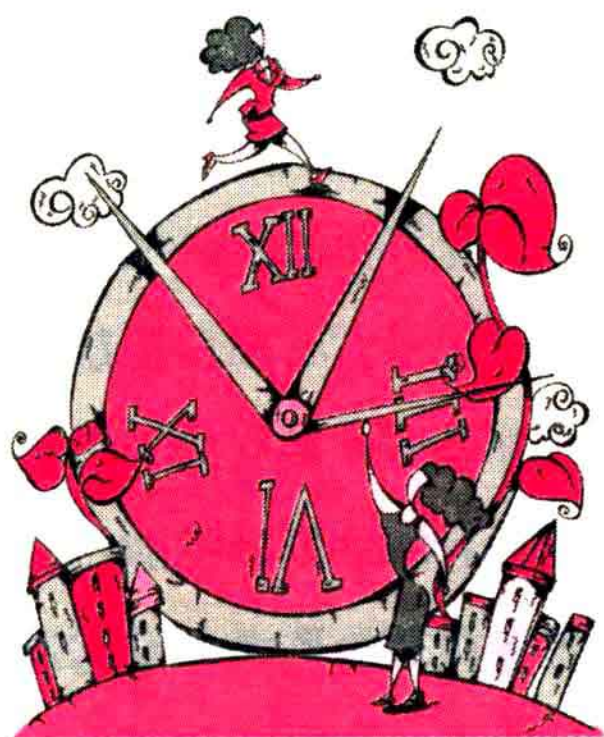
着的一座挖掘不尽的宝藏。它能让女人与时俱进，时刻散发出时代的气息和迷人的魅力。无论在宁静的山野中还是在喧嚣的城市中，都能气定神闲、温文尔雅、透露出一股沁人心脾的幽香。

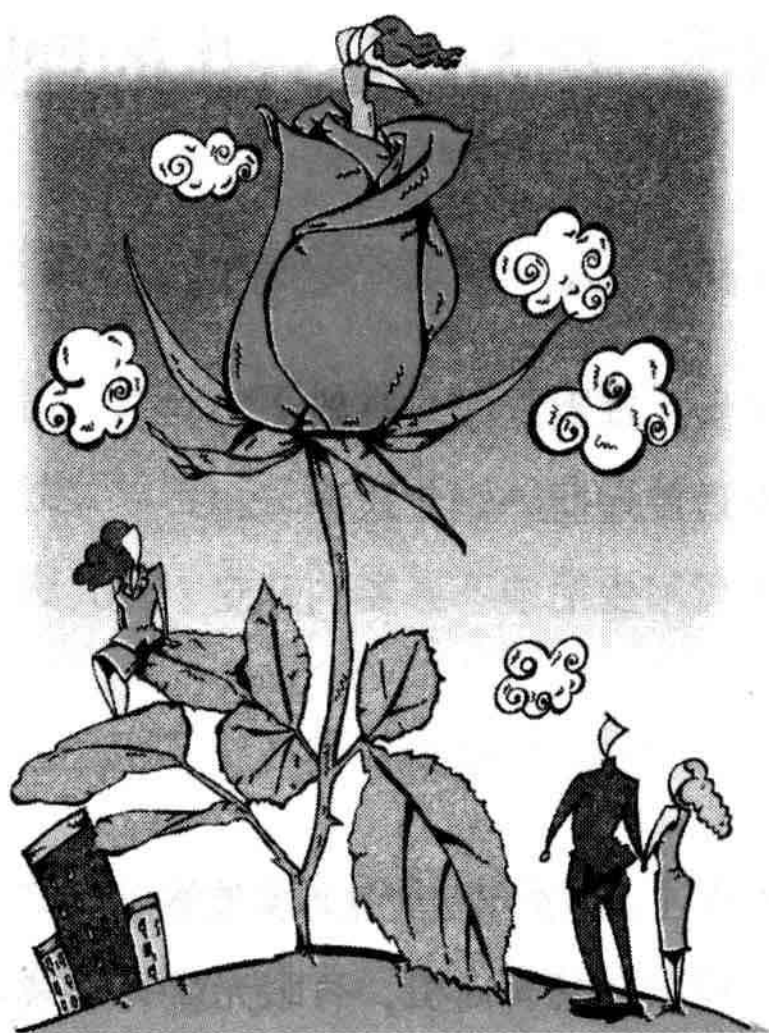
林肯说过：“大部分人，在决心要变得幸福的时候，就会有那种幸福的感觉。”心灵导师告诉我们，所有能达成幸福的元素——健康的体魄、平和的心境、完满的情感关系以及快乐的人生……你本身早已拥有，根本无须求诸身外。你的身心藏着一颗“自我幸福的种子”，它安静地等着你培育、灌溉，而培育、灌溉的过程就是你通过诸多方式富足身心、丰富自我的过程。

本书诚意打造专属你的女人的资本，通过解析女人在形象、魅力、眼界、心态、智慧、处世、取舍、思维、勇气、理财等方面具有的天然优势，提炼出女人需要在工作 and 生活中需要掌握的各种资本，让你看到并灵活运用已经拥有的资本，修炼潜在资本，让每一位女性从中找到提升自己的良方，进而灵活运用自身的资本，收获幸福美满的人生。当你开始正面地认

识自我，悦纳自己、得体地说话办事，巧妙地周旋和把控生活的各种事件，你的生活将得到改观，在方方面面获得如鱼得水的自在感之外，成功和幸福也会随之而来。

现在，找一个安静的地方开始阅读这本书吧，通过阅读本书，每一位女性都可以找到提升自身资本的良方。如果你能够对自身的这些资本加以运用，就能开创幸福美满的人生。





人生因精神而富足
女人因独立而幸福

D 悦己篇 *Part 1* 女人因自信而美丽

找回认识自己的那面铜镜

- 认识自己，设计美好人生 / 002
- 不要高估自己，也不要妄自菲薄 / 005
- “丈量”自己的内心，时时审视自己 / 008

悦纳自我，一切皆由爱自己开始

- 一生必爱一个人——你自己 / 011
- 做自己的伯乐 / 015
- 接纳不完美的自己 / 018

对话灵魂，开启超越自我的动力

- 敢于挑战极限，成就才能眷顾你 / 021
- 每天给自己一个希望 / 024
- 发现自己人生中的意义 / 027

D **魅力篇** *Part 2* **女人因蜕变而无敌**

欲成事，先树立影响力

- 影响力是一种独特魅力 / 032
- 把财富转化为爱，影响力更大 / 034
- 专业是成功的秘诀 / 036

打造魅力，提升影响力

- 女人要永远活在自信里 / 039
- 女人要独立，才能更精彩 / 041
- 气质是女人最高贵的名牌 / 044

以柔克刚，利用天生的资本办事

- 如果女人的眼泪能变成钻石 / 049
- 女人会撒娇，男人难抗拒 / 052
- 将性感拿捏得恰到好处 / 054

P

Part 3

眼界篇

小女人要有大格局

小女人的情怀，大女人的格局

- 人生需要大格局 / 058
- 打破旧格局，做个“喜新厌旧”的女人 / 060
- 改变现状，积极上进地生活 / 063

扩大心量，构筑别样的人生格局

- 博大的心量可以稀释一切痛苦烦扰 / 067
- 与其愁肠百结，不如心存雅量 / 069
- 品味生活酸涩，笑看云开日出 / 073

放开眼界，成功就在不远处

- 从大处着眼，不拘小节 / 076
- 要看到整个森林，而不是一棵小树 / 079
- 想掌控未来，就要对未来有所预见 / 081



心态篇

Part 4 拥有高情商的女人最幸福

开发柔弱下的潜能

- 利用情商开拓事业 / 086
- 执著信念，永不失去重新开始的勇气 / 088
- 管理好情绪才能管理好其他 / 091

做自己情绪的主人

- 为自己的心灵留白 / 095
- 不为无法改变的事情难过 / 098
- 生气不如争气，翻脸不如翻身 / 100

利用他人的情绪管理他人

- 先了解对手状况，然后再“对症下药” / 103
- 利用角色转换来掌控他人情绪 / 104
- 移情换位可以完美解决很多问题 / 106

Part 5

智慧篇

低调是一种格调

锋芒外露，不如智慧深藏

- 内智者，外为糊涂之状 / 110
- 大“忍”方能成就凡人不能成就之事 / 112
- 以忍者自居更能战胜强者 / 115

做人有道，拿捏分寸好成事

- 争一步不如让一步 / 118
- 不要时时都去争口头上的胜利 / 120
- 得理时也要让人三分 / 122

能干不如会干，做事讲究策略

- 任何时候都要给自己留条退路 / 125
- 外柔内韧，降低别人的“防备系数” / 127
- 在某些情况下适当地贬低自己 / 129

Part 6

处世篇

修养是你的第二重身份

低调做人是处世良方，沉得住气是成事秘诀

- 春风得意之时，也要反躬自省 / 134
- 先“潜下心来”，而后才能“伸出手去” / 137
- 做事情切忌强出头 / 139

掌握说话技巧是成大事的根本

- 说“我”不如说“我们” / 142
- 多谈论别人感兴趣的话题 / 144
- 多在背后说别人的好话 / 146

聪明女人说话办事要留个心眼儿

- 过分吹嘘自己只会招人讨厌 / 149
- 别当众指责他人的过错 / 152
- 可以抱怨，但别时刻挂在嘴上 / 154

Part 7

思维篇

守护女人的灵性

巧干胜过蛮干，做事多动脑

- “挪”出去将是另外一片天 / 158
- 灵活一些便会得到截然不同的结果 / 160
- 有时候，走弯路才能更快到达目的地 / 162

放弃固执，变通才有出路

- 审时度势，在变中取胜 / 166
- 横看成岭侧成峰，变个角度就不同 / 168
- 急事不妨采取缓办之计 / 170

有效推动女人成事的七种思维方法

- 有一种创意叫“加一加” / 173
- 善用逆向思维，缺点也能变优点 / 175
- 直觉思维，女人的第六感 / 178



勇气篇

Part8 给自己一个突破的机会

主动才不会出局

- 积极主动，不做机械式“按钮” / 182
- 独立思考，找与自己匹配的事做 / 184
- 将“多一点儿”的艺术发挥到极致 / 186

抓住机遇，不断超越自己

- 在别人说“不”的时候说“是” / 189
- 勇于挑战，敢于走进某些禁区 / 191
- 勇往直前，把握住第二次机会 / 193

行动比想象更接近成功

- 抓住今天，不要沉迷于过去 / 196
- 果断抉择，不要活在等待里 / 198
- 不要坐着干等，行动才能成事 / 200

Part9

理财篇

女人富足一生的理财之道

聪明女人一定要学会理财

- 女人理财从攒钱开始 / 204
- 理性消费，避免遗憾 / 207
- 省下生活中不必要的开支 / 210

女人财富理出来

- 专注，从女学生到全球女富豪就凭这两个字 / 214
- 有眼力就有商机，有眼光就有未来 / 217
- 财富始于野心，成功源于细节 / 220

女人要学会为美丽生活而投资

- 榜样的力量是无穷的 / 222
- 正确的选择比努力更重要 / 225
- 读懂“鳄鱼法则” / 228