



女人取得幸福的必读宝典

女人要用智慧、心机、魄力，捍卫自己的婚姻和家庭！  
看翁若蜜的心机语录，当个完美幸福的犀利人妻！

# 幸福不用回答

## “狠”女人 很幸福

45岁的犀利人妻  
翁若蜜 著



北京大学出版社  
PEKING UNIVERSITY PRESS



# 幸福不用回答

翁若蜜◎著



北京大学出版社  
PEKING UNIVERSITY PRESS

著作权合同登记号 图字：01-2013-1525

## 图书在版编目（CIP）数据

幸福不用回答 / 翁若蜜著. —北京：北京大学出版社，2013.9

ISBN 978-7-301-21984-3

I. ①幸… II. ①翁… 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015332号

本著作由汉湘文化事业股份有限公司授权出版中文简体字版本。

本书中文简体版由北京大学出版社出版。

书 名：幸福不用回答

著作责任者：翁若蜜 著

责任编辑：宋智广 代 卉

标准书号：ISBN 978-7-301-21984-3/B·1102

出版发行：北京大学出版社

地 址：北京市海淀区成府路205号 100871

网 址：<http://www.pup.cn> 新浪官方微博：@北京大学出版社

电子信箱：rz82632355@163.com

电 话：邮购部62752015 发行部62750672 编辑部82632355 出版部62754962

印 刷 者：北京盛兰兄弟印刷装订有限公司

经 销 者：新华书店

787毫米×1092毫米 16开本 14印张 139千字

2013年9月第1版 2013年9月第1次印刷

定 价：35.00元

---

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究

举报电话：010-62752024 电子信箱：fd@pup.pku.edu.cn

# 自序

## 女人的幸福由自己主宰

幸福是每位女性都无限憧憬的，事业和爱情是人生的两大重要课题，我们希望它们是幸福之源。但现实生活中，却不乏被爱情所控的人，不少人甚至因为失恋而自杀。她们放弃了幸福的主动权，让情绪和客观条件主导了自己的人生。

人的感情就是一个圆，里面有亲情、爱情和友情，如果一个女人的亲情比例只占整个感情圆的1%，也没什么朋友，爱情几乎占了整个感情圆的99%，那么她失去了男人，当然会跳楼。但是如果她从小到大，家人所给予的感情非常丰富，占50%，而后来友情还能占35%，爱情只有15%，那么她受到感情创伤时的反应就不会那么强烈。

我建议年轻女生不要急着谈恋爱，要先建立起一个完整的情感网络，和家人、朋友搞好关系，这样万一失恋了，亲情和友情能帮你转移注意力。

失恋了，马上把对方从心里抹去，那是不可能的。没有智慧的女人，会一直沉溺在那个死胡同里，也许后来的三五年，甚至三十年都在感伤，直到这种忧愁成为她的生活习惯；也许她一辈子就毁了，因为她去跳楼了！而有智慧的女人会尽快让它淡化，尽管她以前的感情也非常刻骨铭心，因为她不能忍受自己的日子太苦闷，会想办法从中走出来。所以，幸福属于有智慧的女人。

女人不能满脑子只有爱情，一味地想把自己送给男人，逼着他接受你，这是行不通的。你要想想自己有什么优点，除了漂亮的脸蛋和漂亮的衣服之外，还有什么能让人回味无穷？首先你要有自己的工作，这很重要，其实这也是增进一个女人魅力的修炼。有工作、有专业，你才不会脑袋空空，男人才不会和你“话不投机半句多”。你要有正当的工作，每天都必须和别人应对进退，这样才能体察人性，才能让你进一步对人體贴入微。

当然，最好的是你有自己的事业，有事业是最重要的，因为它会督促你不断进步，这样，你就不会变成一个被时代淘汰的女人。如果你实在命好不需要工作，也没有自己的事业，那么至少要有个愿意投入的兴趣爱好，把你的热情投注在上面，这也会使你时刻保持最佳状态，魅力十足。

你先主宰了自己，才能主宰你的爱情。一厢情愿地把自己往男人那里送，男人会不想要，甚至一想到你就腻。

很多女人认为事业和爱情不可兼得，但其实它们彼此相辅相成。一个女人把事业经营得很好，至少代表她是有自信、有自我的，她会特别有吸引力；



而一个在爱情上如鱼得水的女人，她的事业发展也会非常好。

在别人看来，我拥有美满的生活：丈夫是名医，孩子很争气，在职场上更是指挥若定、呼风唤雨。有人会问我：“这样好命的人生，你一定很幸福吧？”其实我也属于绝大多数的人：家庭环境中等、外貌中等、聪明程度也中等。只是多年来一直努力，以这种中等的条件，向“极端的好”靠拢。从未停下思量自己是否幸福，不知不觉走到今天，暮然回首，已经收获了幸福。

女人年轻时要狠，我认为在这本书里“狠”的定义是：要勇于突破自我，努力开创未来，要清楚自己当下的处境与未来的方向。年轻时狠，不浑浑噩噩，老了之后才会过得很好；年轻时不狠，那么等老的时候就知道命运会对你非常狠。幸福从来都不远，就在自己手中；幸福不用回答，女人越“狠”，也就越幸福。

我写这本书，说的是事业与爱情，适合所有年龄层的女性阅读。不要以为没有事业就不用看这本书，别忘了，“婚姻”就是你的事业。如果你想要改写过去那种不知所措又不知所云的日子，这本书将会带给你很多启发。

最后我想说，出版这本书，除了希望送给所有有缘的女性朋友之外，还有一个很重要的目的，就是把这本书送给我的两个女儿，希望她们能从书中了解我全部的想法，这是我送给她们最好的礼物。而本书的版税所得都将捐给中国台湾“照顾生命协会”，我希望能通过这种方式帮助更多的流浪动物，我想这也是一件功德吧！

# 老公序

## “超棒！牙医竟能教丰胸”

### ——我所知道的翁若蜜

你们不要看这本书的作者是一个很漂亮的女人，就认为她很温柔贤惠，其实我心中对她有很多的不满。但是，这些不满平常只能往肚里吞，哪敢说出来？

天底下的老公有两种，一种是怕老婆的，另外一种呢？是非常怕老婆的！我就是后者。我之所以愿意写这篇序文，是因为老婆答应我不删改任何一字，让我尽情发挥。好个“尽情发挥”，根本是“大鸣大放”的阴谋！挣扎了许久，我还是冒着生命危险写下这篇序文，是生是死，书出版后你们就知道了。

台湾的读者知道翁若蜜这个名字，是因为她曾经上过电视新闻，十几家电视台从早上连续播到晚上，不想记得她都难。是因为什么事呢？说来都是我的错！

怎么说是我的错呢？请读者耐心听我说下去。几年前，我转型从事医学美

容治疗，刚开始时主打减肥和丰胸项目。为了引进最新的医学知识和治疗技术，我们除了去大陆以外，还去了意大利、法国、美国和韩国等国进修、开会、研习，并和当地许多学者交换经验。老婆为了帮助我（这是官方说法，其实是监视，免得我犯了天下男人都会犯的错误），放弃牙医的高收入，专心在诊所帮忙咨询和宣传教育。

其实这原本是件很平常的事，各位如果去过医美诊所咨询过的话，一定知道在医美诊所担任咨询的，很多都是漂亮的女生，美其名曰“咨询师”，其实什么师都不是，有的连护理师资格都没有，都只是比较会说话、会“砍单”的女生罢了。我老婆至少还是专业的牙医，有医学背景，试问有哪个咨询师比得上？

问题来了：其一，诊所上上下下都叫她“翁医生”，让人误以为她是在诊所执业的医生。其实牙医之间也互称“某某医生”，没有听说哪位牙医会称呼另一位牙医“某某牙医生”。其二，翁医生一直有两边胸部大小不一的困扰，大约差了一个半罩杯。其实我很迟钝，一直没有发现，也不知道这个问题对她有这么大的困扰。想要改善这个问题，翁医生偷偷地不知道花了多少钱、用了多少方法、去了多少家美容中心、吃了多少亏，所谓“久病成良医”，她也学到很多经验，因此在诊所她会时常教导前来求诊的“美眉”保养及按摩等知识，我只负责诊断和治疗。

媒体发现有这么一位美女“医生”在“教丰胸”，纷纷邀请她上电视讲解胸部保养知识。人红是非多，有一天，突然有人爆料说翁医生是牙医，居然帮人看诊治疗丰胸。“帮人看诊”和“治疗丰胸”都不是事实，唯一的事实是她牙



医。各位，没有医学背景的一大堆老师在电视上教人穴位按摩、排毒饮食，都没有问题，为什么牙医教人丰胸按摩就有问题了？

翁医生从来没有否认自己是牙医，也以牙医为荣，只是她放弃这个高薪的工作，想帮助更多和她有类似困扰的人，这是非常崇高、非常了不起的事，却被某报用“超扯！牙医竟教丰胸”为题大加报道，主观污蔑的标题对当事人伤害非常大。我认为标题应该改成“超棒！牙医竟能教丰胸”才对！

好了，为什么说这是我的错呢？这件事让我老婆不爽，老婆不爽，老公就有错，先认错再说喽！

再来说说我的不满吧！嗯……我数了一数，写到这里已经有1300多字，可以交差了。其实……其实我对老婆也没有什么不满的，我老婆是一个完美的人，每天都洗澡，起床后会马上刷牙，开车会系安全带，遵守交通规则，过马路会礼让行人……没有什么缺点，真的，真的没有什么缺点，你们一定要相信我……

# 大女儿序

## 最爱我的酷辣妈

我的妈妈很不一样，不仅因为她有靓丽年轻的外表，她还有高学历，并善于处理人际关系。妈妈对我的影响很大，让我懂得如何去替自己打算，往往在我迷惘的时候帮我指点方向。假日和妈妈出门的途中，她总是不停地说教，我只把那些当作唠叨、耳边风。但日后，我会从成功的名人口中，或是从身边的老师、学姐口中，听到教导我如何做人、如何思考的话，说的往往和妈妈耳提面命的内容雷同。

不只是在为人处世方面，在衣着打扮和服饰方面妈妈还时常给我建议，她一点也不古板，我很荣幸有一个总能给我客观评价的妈妈。她还告诉我，要有良好的生活习惯，比如，洗完澡就要把浴室清理干净、调闹钟自己起床、衣服不能随手乱丢，这些杂事看起来微不足道，却是能看出一个人素质的细节。妈妈知道什么时候限制我、什么时候让我自己作决定，在学校的琐事几乎都是我

自己处理，请假或上补习班也由我自己负责，妈妈只看我最后的成绩。我想这就是所谓的自主学习吧！有时候妈妈也会像朋友一样，陪我和妹妹聊天、逛街、看综艺节目。

要升高中的时候，我开始对学习感到厌烦。妈妈总是持续地督促和鼓励我，但当时我很讨厌她，认为她剥夺了我的自由。后来妈妈极力劝我考第二次基测<sup>①</sup>，一个多月的冲刺和一些运气，让我有幸考上北一女中。

高一刚开始，因为跑社团的关系，我常常和爸妈吵架，很不能谅解他们才高一就又开始注重我的成绩，不喜欢父母直接替我选择未来要走的路。但后来因为一些机缘，我开始喜欢并且极力想走父母替我选择的这条路，也很感谢父母之前的坚持，现在需要的就是靠我自己的毅力去达成。

我真的很幸运能有这样的母亲，让我在很安稳的环境中顺利成长。书中的内容很多都来自于妈妈平常给我们的教诲，因此我很推荐妈妈的这一本书，也希望读者能够和我一样从中学习到做人的道理。

---

<sup>①</sup>“国民中学”学生基本学力测验，简称基测，原始测验为“标准参照”形式使用，仅作为升高中的部分参考依据，后来迫于社会舆论及家长团体压力变为“常模参照”形式，分数作为升高中的主要参考依据。

# 小女儿序

## 我心目中最与众不同的妈妈

谁说“天下的妈妈都是一样的”？在我心目中，我的妈妈就是与众不同！我的妈妈是个女强人，任何事都难不倒她，这些年来经历了各种风波，我从未看过妈妈倒下，她总是一个人独自扛下所有困难并一一解决。然而我最敬佩的是，妈妈从不会将疲惫挂在脸上，她的脸上时时刻刻都挂着一抹微笑！

或许你们认为人是会渐渐衰老的，但我的妈妈不一样，她不仅外貌越来越漂亮，心态也越来越年轻。在我眼里，妈妈所说的每一句话都宛如圣旨，不听就等于失去了一个人生经验。我非常推荐这本书，因为我妈妈超乎想象的能力绝对不是一天两天就能学会的，相信各位读者看完这本书后必定获益良多！





## 爱，就主动出击 ∴ ∴

第1章 不要让爱情主宰你的人生 感觉，只是爱情的开胃菜 005

人帅、有钱，就会摆架子 011

第2章 嫁给爱你比较多的男人 男人不爱你，给他什么都没用 017

要有选择的能力 025 如何让自己在爱情里

第3章 与失恋的PK 不管曾爱得多轰轰烈烈，时间可以治疗一切 031

时间是失恋的特效药 035 痛苦时不要活在当下，

第4章 交往时多看多想，幸福才会稳固 自己做个好女人，

女人的幸福千金

第5章 男人爱你，就愿意为你无怨无悔地付出 男人帅很好，

· · ·

女人年轻时笨，老了就惨 006 选对男人，才有幸福可言 010

豪门不见得是好门 012

有才华的男人包你生活无忧 020 男人有责任感，爱的品质才高 023

少受伤害 027

没有一个人值得你为他放弃生命 034 活着，才有机会改变 037

去挥霍快乐吧 041

去找一个好男人 045 趁年轻，要多看多想 047

难买，只有靠智慧才能获得 049

但对你好才更好 055 男人的品质决定恋爱的品质 058



## Part 2 太天真的女人没有幸福 ∴ ∴

第1章 女人要狠，就要先认清事实 不是耍横，是耍心机 065

第2章 女人不能太骄傲 高学历不一定造就高品质的婚姻 071

第3章 当老婆没有心机，就等着被淘汰吧 别当婚姻里的鸵鸟 079

第4章 女人要掌管家计 管好钱，保住自己 087 争取家中“财务大臣”

第5章 女人爱钱要爱到老 狠是为了保住年老之后的

第6章 现实问题，先处理再结婚 不是爱昏了头就结婚 096

第7章 女人要力争上游才能抓住老公 婚姻不是安乐窝 107 改变心态，

利用智慧和心机，成就你的

∴ ∴

金钱关系决定权力关系 067

事业成功不会理所当然地带来婚姻的成功 073

老婆=妻子+情妇 082

的位置 088

生活 093 退休后实行“夫妻分别财产制” 096

很多姐妹淘比你还要白痴 102

婆媳问题没那么严重 110 聪明的女人化危为机，赢得全面胜利 113

不败婚姻 116





Part 3 是你选择生活，而不是生活选择你 ∴ ∴

第1章 抓住每一个阶段的人生目标 忙也要忙得有目标 123

第2章 好命歹命关键看心态 一样的事情，心态不同，

第3章 损友的负面杀伤力大过坏男人 女人婚后以家庭为主轴是应该的 135

第4章 选择适合自己个性的生活 要当一个有主见的女人 149

第5章 从忙碌之中获得智慧 “宅”在家里长不出

第6章 看自己的眼光最重要 越早认清自己，你的人生就会