

独立， 做幸福女人

——幸福女人的七大资本

予思 主编

*Be Independent
happy women*

一本让天下女人快乐生活的资本书

无论你迷惑或神伤，

《独立，做幸福女人——幸福女人的七大资本》将带你走出心理泥沼，

让你学会主动掌握自己的命运，过优雅自信的生活，

打造美丽的人生，活出自己的从容、浪漫和幸福。



金城出版社
GOLD WALL PRESS

独立， 做幸福女人

——幸福女人的七大资本

予思 主编

*Be Independent
happy women*



金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

独立,做幸福女人:幸福女人的七大资本/予思主编. —北京:
金城出版社,2010.8
ISBN 978-7-80251-535-2

I. ①独… II. ①予… III. ①女性—幸福—通俗读物
IV. ①B82-49

中国版本图书馆(CIP)数据核字(2010)第149060号

Copyright © 2011 GOLD WALL PRESS, CHINA

本作品一切中文权利归金城出版社所有,未经合法许可,严禁以任何方式使用。

独立,做幸福女人:幸福女人的七大资本

主 编 予 思
责任编辑 雷燕青
文字编辑 李雪松
开 本 787 毫米×1092 毫米 1/16
印 张 15.5
字 数 169 千字
版 次 2011 年 6 月第 1 版 2011 年 6 月第 1 次印刷
印 刷 北京正合鼎业印刷技术有限公司
书 号 ISBN 978-7-80251-535-2
定 价 32.00 元

出版发行 金城出版社 北京市朝阳区和平街 11 区 37 号楼 邮编 100013
发 行 部 (010)84254364
编 辑 部 (010)84250338
总 编 室 (010)64228516
网 址 <http://www.jccb.com.cn>
电子邮箱 jinchengchuban@163.com
法律顾问 陈鹰律师事务所 (010)64970501

前言



女人一生中最重要的的是什么？是美貌、学历、婚姻，还是独立和自由？

如果有人这样问我，我想我一定会说：女人一定要独立，真正独立了才会有真正意义上的幸福。

有人认为，女人的事业就是嫁一个好丈夫。把男人作为一生的依靠，顺理成章；权力或者权利，那是男人的事情，女人不需要这些！然而在当今的时代，越来越多的女性开始觉悟，她们不同于以往的传统女性，她们要自己能够掌控自己的命运，她们不仅追求家庭和社会的认可也要求经济上的独立。获得真正意义上的独立——她们要获得与男人同等的地位和权利。同时更多的女性明白这个道理：靠谁不如靠自己，能够独立才能真正地保护自己，才能拥有真正快乐自由的生活。获得真正的幸福！单纯依靠男人的保护伞是靠不住的，需要自己对自己负责，自己把握自己的幸福。

比男人花得多，比男人挣得少，比男人退休早，比男人活得长，毕竟大部分女人都成不了铁娘子，受着大多数的定律。在一切都匆匆忙忙的今天，幸福的生活变得越来越难以权衡。没有钱，就没有快乐的权利，没有身体的健康，就没有快乐的资本，没有心理的健康，就感受不到快乐的真谛。不独立，就等不到真正意义上的幸福。

无论你是否结婚，年轻或者年迈，无论你的老公是否有钱，也无论你的家庭经济状况如何，在这个世界上，女人正面临着日益残酷的生存挑战，身边随时潜藏着危机。于是很多女性发出这样的感

独立，做幸福女人



慨：“做人难，做女人更难！”

独立自主是女人幸福的资本，按照自己的需求明明白白地分配和管理自己的财权，争取人格上的独立权，做一个真真切切的女主人。

希望借助这本书，让更多的女人意识到“独立”在她们生活中的重要意义，以及获得幸福的方法。希望读者都能做一个快乐、自主、美丽、独立的幸福女人。请打开这本书吧，让你的幸福之门伸开双臂迎接自己美好的生活！



修理那个不爱回家的他

男人就是女人手里的风筝，想让他回家，你就必须牢牢把握住手里的那根线。不论你多么不愿意相信，这个世界上真的存在着这样一种男人：即使他爱你爱到骨头里，也在家里待不住，整天琢磨着往外跑，哪怕只是鸡毛蒜皮的小事，他也不惜一趟趟“奔波”，总之，抓住一切可以走出家门的机会。

更让女人受不了的是，这种男人一旦回到家里就像进了一个笼子里一样，他们目光总是盯着外面的世界，而对你不理不睬。当女人问起原因时，男人总能找出一大堆“正当”的理由。那么，实际生活中男人会提出哪些理由呢？你应该采取什么对策呢？

理由一：为了朋友

我不回家绝对不是因为什么婚外恋，而是我这个人特别重义气，只要朋友一邀请，我就不好意思拒绝了。工作了这么些年，各行各业的朋友交了不少，今天晚上这几个朋友喊我聚会，明天晚上那几个喊我喝酒，我怎能不给朋友面子呢？如果我不去，那么以后我再怎么和他们来往？

对策：对于这种男人，你应当在合适的时间向他说出你一个人在家时的感受，有时候不妨也用类似的方式来“惩罚”他一下。比如和你的小姐妹去逛商场，或者一起去喝杯咖啡，然后让他尝尝在家等人的滋味。当然，任何一种惩罚方式都应当是适度的，否则过犹不及，容易导致家庭战火。另外，你也可以要求他每周抽出一两天的时间专门来陪陪你，不必要每晚都放他出去。你还可以培养一些自己的兴趣爱好，然后用来打发在家等他的这段时间。

理由二：因为工作

男人一般都是家庭的经济支柱，所以对大多数男人来讲，工作



独立，做幸福女人

都是第一位的。他们一般情况下不会为了家庭的琐碎事情而牺牲工作，相反他们常常为了工作的事情而忽略家庭。他们甚至下了班也不着急回家，只要工作需要，他们还会义不容辞地加班加点。

另外一方面是工作上的应酬。男人们面对这种情况可谓“人在江湖，身不由己”。尤其是在他们加薪升职之后，更无法摆脱越来越多的应酬。一般情况下不是开会、吃饭就是卡拉 OK、桑拿，时间长了，无聊透顶。但在其位就得谋其政，除非你不想干下去了。不过，换一份工作，同样如此。

对策：对于这种情况，如果理由属实的话，你应当对丈夫给予一定的宽容和理解，或许他真的有他身不由己的苦衷，但是你也一定要让他适度地出入这些场合，如果能推脱掉一定要让他想办法推脱，防止他以工作为借口沾染不良社会习气。

理由三：逃避家务

还有些男人下了班不回家是为了逃避做家务。他们一想到回家就得买菜、做饭似乎就受不了；如果坐在沙发上看报纸，又会惹得老婆一顿骂；即使什么都不做他们也要忍受孩子无休止地吵闹，因此他们索性就说工作还没做完，晚些回去，让老婆在家把饭菜都做好了，再回去。

对策：对于这类男人，一定要先以理服人，但是不一定能给他们讲得通，或许这些男人天生就是好吃懒做的人，他们就不爱干那些琐碎的家务活。对这一类男人你也可以给他适度的惩罚，比如与他有点关系的家务活，你最好为他保留一些。等他意识到问题的严重性时，他自然会想办法解决。

理由四：逃避婚姻

也有一些男人下班后不回家是因为夫妻二人感情不和，原来的激情已经没有了。下了班回家，也没有什么好沟通的，两个人都不想多说话。就这样，在沉默中准备晚饭，在沉默中吃晚饭，在沉默



中她看她的电视，他看他的书，然后双方又在沉默中进入各自的梦乡。

如果双方已经有了孩子还好一点儿，如果只是单纯的夫妻二人，那么这样的家庭更不像是一个家庭。再加上女人如果不够温顺体贴，那么男人回到家里还有什么意思呢？

对策：这种情况，可能是出于夫妻双方的原因。婚姻发展到成熟阶段自然就会少了许多激情，任何婚姻，任何两个人的结合都是如此。这种情况下，双方应当好好地审视一下自己，或者调整一下自己对婚姻的态度，多给对方一些宽容和理解。另外，双方要多进行沟通，多尊重对方的兴趣爱好，尽最大努力挽救双方的婚姻。

目 录

Contents

第一篇 独立的财权

女人应该有钱，可以这么说，对于女人，钱是一种权力，是一个可以把自己从家庭中的角色向上提升的好东西。女人应该有钱，有了钱也才可以有资本打一场战争，当有第三者发动的侵略战争爆发的时候，强大的经济实力也是制胜的法宝。

于是，很多女人在情感和经济现实中选择了后者，凭着自己美丽的容貌“下嫁”给了有钱的男人。她们有的抛弃了经济实力一般的前任男友，她们遭到了漫天的谩骂。但是，我应该去换个角度去欣赏她们的这种能力，因为她们知道自己需要的是什麼。她们清楚的知道自己需要的是钱，需要的是有物质保障的生活。

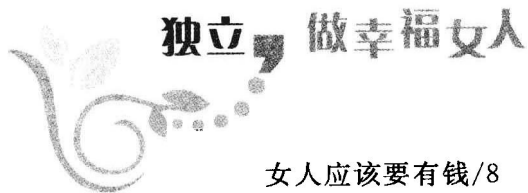
资本 1 幸福女人只靠自己不靠人/3

每个人首先是一个独立的个体，聪明的女人都知道，只有先提升自己，完善自己，才有能力去爱别人，也有可能被人爱。一个爱上自己的女人生活也会爱上她，人生才会生动，幸福的生活也随之而来。

第一节 女人一定要有钱/3

女人先要爱自己/3

安全感只是一个美丽的误会/5



女人应该要有钱/8

爱钱才能赚钱/10

别人的财富与你无关/14

自己的钱花得才舒服/17

钱与快乐息息相关/19

男人有时是靠不住的/22

将男人变成自己的贵人/25

聪明的女人不会心疼男人的钱/29

第二节 女人要懂得婚姻中的经济学/31

婚姻就是一场“合伙制”/31

“爱情是精神的，婚姻是物质的”/35

婚配选择是一个经济学问题/37

婚姻是有风险的/42

亲爱的，我们结婚钱够吗/44

读懂婚姻中的理财法/51

爱与钱一起放进保险箱/53

资本 2 幸福女人知道如何管家掌财权/57

有人说，男人决定一个家庭的生活水准，女人则决定这个家庭的生活品质。可见，在收入水平相当的情况下，生活品质的优劣就决定于其女主人的理财能力。

第一节 管男人的钱是女人的责任/57

婚前如何巧妙处置财产/57

管男人的钱是女人的责任/61

男人适合赚钱，女人适合当家/67



30年后谁为你买单/69

让老公主动上交财权/72

财政不忠可导致夫妻关系症结/73

家庭财富“亚健康”的征兆/75

第二节 不同类型家庭的理财模式/77

新婚家庭如何理财/77

全职太太稳健理财攻略/79

再婚家庭理财四项“基本原则”/82

第二篇 自立的人格权

伟大的剧作家莎士比亚曾说过：“你是独一无二的。”是的，你是独一无二的！在这个世界上，除了你自己，再也找不到第二个和你一模一样的人。你是独特的，你是唯一的，任何人也不能代替你。这决定了你在这个世界上的价值，你是绝世的珍宝，你是无价的！

然而在生活中，有很多女人在忙碌中迷失了自己，她们希望自己能尽快获得成功，所以不断地效仿成功者的方法和模式，但往往是照猫画虎，忘记了自己，忘记了自己的优势，结果，别人模仿不象不说，最后连自己的优势都丧失了，这是多么悲哀的一件事。其实，通向成功的起点，就是找到并发挥自己独特的一面。

资本3 幸福女人依靠人但不依赖/87

一个女人，是不能没有事业的。事业让女人拥有在这个世界上立足的底气。不会和生活脱轨！大凡在职场的女性，每天都是神采飞扬，朝气蓬勃。原因就是事业更让她们更加自信，充满活力。



第一节 幸福女人不把自己放在依赖关系中/87

女人要独立/87

女人要有自主权/90

女人要活出自己/92

女人要用毅力赢得成功/92

第二节 幸福女人要做生活的强者/96

把握自己的命运/96

怕做强人，就注定自己是弱者/98

磨难使女人更坚强/99

坚强的女人令人尊敬/102

要有强烈的自我尊重感/104

忍耐是女人坚强的基石/106

女强人能保持本色/108

第三节 幸福女人要有独立的人格/110

女人要完善自己的人格/110

释放自己的个性之美/112

培养自我主见的能力/114

女人要摆脱依赖心理/116

独立是女人的美德/118

不要在情绪上被男人左右/119

资本 4 幸福女人善于掌托自身优势/123

女人要想让自己能永远地得到人们的欣赏和赞扬，就必须要有丰富的内涵和极致的韵味，让自己内在的高尚修养和高雅气质来弥补因岁月流逝而带来的不足，只有这样才能从心灵深处源源不断地溢出摄人心魄



的魅力。

第一节 发挥你的女性魅力/123

自信的女人最有魅力/123

有内涵的女人最迷人 /125

穿着含蓄是诱人的美/128

女人的柔情让人心动/129

直觉，成功女人的利器/131

泼辣，女人的野性之美/133

性感是套牢男人的绳索/134

交际是女人先天的财富/137

第二节 不妨用点小手段 /139

女人天生会表演/139

会撒娇的女人最好命/141

“坏”女人也能讨人爱/143

眼泪是女人的致命武器/146

不妨做个“糊涂”女人/147

资本 5 幸福女人会使用自己的知识/151

做一个美丽、健康、时尚而智慧的女人，几乎是每一个女性渴望的幸福目标。而书是带领人类从洪荒到启蒙的捷径，是改变一个人的最有效的武器之一。一个女人的气质、智慧还有修养，都是和大量阅读分不开的，因此阅读的女人是美丽、智慧的女人。

第一节 知识让女人更聪明 /151

女性必读的四本书/151

爱书的女人更聪明/153



独立，做幸福女人

激情拥抱 e 时代/155

知识女性最快乐/158

第二节 职业让女人更独立/160

五步法规划你的职业/160

秀出你的职业风采/162

职业女性生存智慧/164

提高你的情感智慧/166

资本 6 幸福女人懂得提升自身的魅力/169

形象的魅力对于女人的一生来讲都至关重要，无论是对于爱情还是对于事业。对生活在竞争激烈的社会中女人来说，优美而充满魅力的形象，在竞争中占有绝对的优势，它是取胜的基础。

第一节 透出你的外在气质/169

你的形象价值百万/169

微笑的女人最美丽/171

明眸传递无限魅力/173

声音让男人更着迷/175

羞涩让你更动人/176

香水让女人更有味道/177

百媚十足女人味/180

仪态大方塑造现代美女/182

做一个优雅别致的格调女人/184

第二节 修炼你的内在魅力/186

智慧让女人更美丽/186

幽默让女人更睿智/190



气质是征服一切的魅力/192
修养是女人魅力的源泉/194
心灵美的女人才最美丽/196
从容淡定的女人最乐观/198
成熟的女人是一道风景线/200

第三篇 和谐的家庭主权

好女人是人世间的珍品，她们用自己的灵性和智慧不断参悟人生，修剪完善着自己，也修剪完善着男人。好女人宽容善良，对待男人，她们多赞美少苛责，不求现在的他如何成功，只求他在努力中不断创造。好男人都是好女人精心塑造的优秀作品。

好女人不会对男人指手画脚、颐指气使，因为温柔是她化解一切的武器。温柔女人是家中的琼浆蜜汁，男人饮了它会展露温和与笑容，即使粗暴简单的男人也会被慢慢地被温柔所融化。男人是女人手中的风筝，有些女人往往怕风筝飞走不再飞回，总不舍得把线放长一点儿，妄图将他牢牢地拴在自己的身边。其实，当男人失去了动感与飘摇的活力时，女人活得也并不快活。再说，没有你手中的这根线，风筝迟早会落地。

好女人却放心地将手中的线越放越长，风筝越飞越高，越飞越远，她也越有成就感。“风筝”因此而感激好女人给予的“放纵”与牵挂，在努力飞高的同时，会自觉地加固手中的线。

资本 7 幸福女人造就和谐家庭/205

有人说，幸福的婚姻必须要有一个称职的妻子。这不是说男人在婚姻中的地位和作用不重要，而是说女人聪明，女人心细，女人在家庭中



占的分量更重。从某种意义上说，女人在婚姻家庭这个小天地里是一个重要的协调者，婚姻幸福与否关键看你是否能调理好。

第一节 幸福女人要做好家庭的主人/205

聪明女人智慧理家/205

是女中豪杰，更是贤妻良母/207

第二节 幸福女人促进家庭和谐/210

夫妻吵架的艺术/210

如何调和双方的脾气/213

女人善用宽容的力量/215

聪明女人善于塑造好男人/217

第三节 幸福女人会驾驭自己的婚姻/218

幸福婚姻靠女人把握/218

经营幸福婚姻的秘方/221

用心经营高质量婚姻/222

让家庭“变”出新意/226

不要把男人管得太紧/228

巧妙“拴”住丈夫的心/230



第一篇 独立的财权

女人应该有钱，可以这么说，对于女人，钱是一种权力，是一个可以把自己从家庭中的角色向上提升的好东西。女人应该有钱，有了钱也才可以有资本打一场战争，当有第三者发动的侵略战争爆发的时候，强大的经济实力也是制胜的法宝。

于是，很多女人在情感和经济现实中选择了后者，凭着自己美丽的容貌“下嫁”给了有钱的男人。她们有的抛弃了经济实力一般的前任男友，她们遭到了漫天的谩骂。但是，我应该去换个角度去欣赏她们的这种能力，因为她们知道自己需要的是什么。她们清楚地知道自己需要的是钱，需要的是有物质保障的生活。