

NÜREN
DE XINGFU
TOUZIXUE



女人^的幸福 投资学

男人追求的极致是成功，
女人追求的极致是幸福。

● 吴 平◎编著



聪明的女人，只要你肯于改变，转眼就会得到幸福。
幸福不会来敲你的门，你要去敲幸福的门，
而幸福投资学是那把开门的金钥匙。



勇于投资幸福的女人才是最智慧的女人
唯有投资幸福的女人才是最快乐的女人



女人^的幸福 投资学



图书在版编目 (CIP) 数据

女人的幸福投资学 / 吴平编著. —北京: 新世界出版社, 2010. 12

ISBN 978 - 7 - 5104 - 1391 - 9

I. ①女… II. ①吴… 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 213092 号

女人的幸福投资学

作 者: 吴 平

责任编辑: 梁小玲

责任印制: 李一鸣 黄厚清

出版发行: 新世界出版社

社 址: 北京西城区百万庄大街 24 号 (100037)

发 行 部: (010) 6899 5968 (010) 6899 8733 (传真)

总 编 室: (010) 6899 5424 (010) 6832 6679 (传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版权部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印刷: 九洲财鑫印刷有限公司

经销: 新华书店

开本: 710 × 1092 1/16

字数: 297 千字 印张: 20

版次: 2010 年 12 月第 1 版 2010 年 12 月第 1 次印刷

书号: ISBN 978 - 7 - 5104 - 1391 - 9

定价: 36.00 元

版权所有, 侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页等印装错误, 可随时退换。

客服电话: (010) 6899 8638

前言



提到“投资学”，我们更容易联想到商业投资。其实，最理想的，最有价值的投资并非通过投资获得财富，而是投资自己。把自己当作一家公司来经营，把自己当成一个企业来投资。

身为现代人，我们的生涯规划，常常赶不上时代的变化，也赶不上观念的变化，但是又有什么关系？只要我们懂得投资自己，让自己每个月都有点技术性的成长和进步，对自己进行持续投资和经营，就会越活越有信心！对自己好，不如投资自己。

俗话说“男人追求的极致是成功，女人追求的极致是幸福”。所以，女人要投资自己，就要想办法让自己成为一个幸福的女人。女人既然活着，就应该追寻自己的幸福。

但是，现代社会的女人较之以前有了更大的压力，为了更好的生活，为了更多的财富，为了更高的社会地位……为了这些，她们消耗着生命，拥有的越来越多，可是享受的越来越少，幸福感越来越差。所以，为物质丰裕拼命的我们，不要忘记品尝生命本身的滋味，要停下现在的脚步，找到属于自己的幸福。

人生最要紧的是 Love, Laugh, Live。每天早晨起床的时候，你可以对着镜子问自己：“如果今天是我生命中的最后一天，我还愿意做我今天本来应该做的事情吗？如果我继续像现在这样活着，我会感到幸福吗？”如果一连好多天答案都是否定的话，你就应该知道，做出改变的时候到了。

为什么你要改变呢？因为有时候人太聪明机智了，浅显平易的道理反而看不清。很多女人在丈夫离开的时候如同晴天霹雳，怨天尤人，可是当她们有机会拥有丈夫的时候，却又肆无忌惮地糟蹋夫妻关系。很多女人在年轻时肆意消耗着青春，可当青春消逝的时候，却突然发现自己没有把握住曾经的美丽……在不经意间我们错过了太多的美好，所以我们要改变自己，投资自己，让自己变成一个幸福的女人。

很快你就会发现，也许你的五官并非精雕细琢而成，但眉目间那抹芬芳的知性气质却可以让你郁郁动人；你也许是温柔纤弱的女子，然而在出去觅食的时候，却可以像鹰一样飞翔；在家里你也许是一个风情万种的小女人，但在工作场合，却可以做到处变不惊、气定神闲，一派大将风度；谈判桌上、社交场合那位舌灿莲花、举手投足间自信无比的你，依然可以淡雅高贵地做个潇洒淑女……没有什么不可以的，只要你做出改变。

所以我们说，如果说幸福是一种本能的话，那么能够掌控你这种本能的不是别人，恰是你自己。虽然没有人能告诉你到哪里才能找到幸福，但我们能告诉你所有可能的途径。每天拿出十分钟读这本书，也许你的生命就会从此不同。

总有一天，所有的事情——众人的期望、耀眼的尊荣、黯然的伤心、难堪的尴尬、苦涩的失败……这一切都将烟消云散，只留下生命中最本质的东西。那时候，你会发现，幸福的感觉比璀璨的钻石要明亮温暖得多。表面的光鲜可以照亮别人的眼，可温暖自己的心或许才是更重要的。





目
录



第一章

为心态投资，我的幸福我做主

1

自信是宝贵的资本，值得为它投资

3

心有多大，幸福就有多大

6

用乐观的心态照亮自己

9

打开心窗，幸福阳光才能照进来

11

用微笑面对挫折和困境

13

做一个阳光快乐的女人

16

控制自己的坏情绪

19

知足快乐的女人才幸福

21

拥抱现在，过去是曾经的你

23

嫉妒只会损人不利己

26

第二章

为仪容投资，做个美女更幸福

27

不要拿“忙”当借口拒绝美丽

31

要舍得投资，但别随便拿自己开刀

34

美丽来自合适得体的装扮	38
用品味说话，只要对的不要贵的	41
美丽与年龄没有必然关系	44
化妆品，女人的美丽魔杖	47
淡如出水芙蓉，还是浓如错彩镂金	51
美丽的女人，追求真正的时尚	54
优雅，为女人的美丽加分	56
女人，要学会保养自己	59

第三章 为气质投资，气质为美丽加分 57

修炼气质，让魅力自然而然流露	65
知性女人是人们的最爱	67
感受艺术气息，做有灵性的女子	70
爱上阅读，做个有文化的“书”女	73
女人要让自己高贵骄傲	76
风度翩翩的女人，永远赏心悦目	79
做一个有个性的女人	82
女人要仪态万方，不要无所顾忌	85
淑女要有内敛的气质	88
从青涩走向成熟	91



第四章 为谈吐投资，不让言语妨碍幸福 83

- 注意说话方式，挑别人想听的话说 95
- 说话不能直来直去 98
- 学会赞美，尤其是背后赞美 101
- 别总滔滔不绝，学会聆听 104
- 倾诉别过头，话留三分为自己 107
- 委婉地拒绝更容易让人接受 110
- 自嘲让女人缓解尴尬 113
- 妙语助你绝处逢生 116
- 用对表情为沟通加分 119
- 留有余地，预留身后的退路 121

第五章 告别弱点，实现向幸运女人的转变 109

- 告别粗心，做个细致的女人 127
- 告别胆怯，做个勇敢的女人 130
- 告别怨恨，做个善良的女人 133
- 告别冲动，做个冷静的女人 136
- 告别依赖，做个独立的女人 139
- 告别幻想，做个务实的女人 142
- 告别多变，做个专一的女人 144

告别虚荣，做个真诚坦然的女人 147

告别伤痛，做个健忘的女人 150

告别强迫心理，做洒脱的女人 153

第六章

为事业投资，信步走向幸福 135

女人不能没有属于自己的事业 159

要善于抓住稍纵即逝的机会 161

对自己的未来要主动争取 163

借力，以更轻松的姿态漂亮地赢 166

低调，有分寸的女人懂得收敛 169

女人对工作也要拿出热情 172

把握心理距离，距离产生美 175

职场女人时刻不要忘记充电 178

谈谈闲天，闲话也拉关系 181

职场中，女人要成为自己的支撑 184

第七章

为财富投资，让财商拉幸福一把 161

正确看待金钱，既不贪婪，也不清高 189

理性消费，警惕商业广告的轰炸 192

从今天开始，做精明的储蓄女 195



赚钱是门学问，花钱是门艺术	198
不做信用卡的奴隶	200
无论你多大，都要为退休做好准备	202
做装钱篓，保有节约的美德	205
保持理智，不要被推销员忽悠	207
制作理财账簿，调整理财方向	211
善于抢购物美价廉的商品	214

第八章	187
为社交投资，递出幸福的名片	
热情可以如火，但一定要有度	219
用真心诚意去打动人心	222
不做羞答答的玫瑰，要落落大方	225
关注先入为主的第一印象	228
做好礼仪功课，让人印象深刻	230
动人的微笑，是比眼泪更厉害的武器	233
善用女人之长——天生的亲和力	236
和陌生人交往永远能找到话题	239
从不乏味，有味道才吸引人	242
杜绝孤傲，做个谦和的女人	245

第九章 为爱情投资，有人爱才最幸福 213

- 分期投入，感情投入急不得 249
- 要感觉，也要考虑“门当户对” 251
- 女人，请别对男人太挑剔 254
- 采取主动，勇敢表达你的爱 257
- 女人，应该学会拒绝 260
- 适时撒撒娇，满足男人的保护心理 263
- 关注男友喜好，创造共同话题 266
- 温柔是对付男人最好的武器 269
- 真诚守护，知道我多么爱你 272
- 不要剥夺男友的交友权 275

第十章 为家庭投资，置身幸福的天堂 237

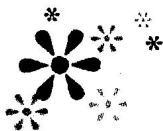
- 婚姻是爱情的完美结果 279
- 保持距离，平行的婚姻关系最安全 282
- 少一些烦人唠叨，多一些甜言蜜语 285
- 幸福的婚姻是从厨房开始的 287
- 体谅丈夫，分担他的工作压力 290
- 多与丈夫推心置腹地交谈 293
- 化解矛盾，不要积攒大问题 295
- 兼顾双重身份，小心丈夫吃孩子的醋 298
- 工作再忙也不能冷落孩子 301
- 幸福的家庭要处理好婆媳关系 304

第一章

为心态投资，我的幸福我做主

西方一位心理学家说：“心态是横在人生之路上的双向门，人们可以把它转到一边，进入成功，也可以把它转到另一边，遭遇失败。”在相同的境遇下，心态不同的人会有不同的命运。心态对于任何人都一样重要，当然女人也不例外。女人若想改变自己的命运，最重要的是要改变自己，改变心态，改变环境。只有这样生活才能过得精彩。





自信是宝贵的资本，值得为它投资

自信是来自女人内心的东西。女人的神经不都是硬邦邦、坚不可摧的。每个人都有不自信的一面，有不自信的时刻。区别在于，有人正视，有人逃避。正视不自信的女人，选择扬长避短，选择循序渐进、化整为零，慢慢将颓势扭转；习惯逃避的女人，恨不得天天生活在蜗牛的壳下，背负所有的压力，在不安中静止或者倒退。

总之，内心的自信对于女人来说，在人际交往，家庭，事业工作上都非常重要。只要自己相信自己，他人就会相信你。美国爱默生说过：“对自己都不信任，还会信任什么真理”。易卜生也说过：“如果你怀疑自己，那么你的立足点确实不稳固了”。

有这么一个典型的例子：一位心理学家从一班大学生中挑选出一个最愚笨、最不招人喜欢的姑娘，并要求她的同学们改变以往对她的看法。在一个风和日丽的日子里，大家都争先恐后地照顾这位姑娘，向她献殷勤，陪她回家，大家以假作真地打心里认定她是位漂亮聪慧的姑娘。结果怎么样呢？不到一年，这位姑娘出落得很好，连她的举止也同前判若两人。她聪明地对人们说：她获得了新生。确实，她并没有变成另一个人。然而在她身上却展现出每一个人都蕴藏的潜质，这种美只有在我们自己相信自己，周围的所有人也都相信我们、爱护我们的时候才会展现出来。

可见，自信就是一个奇妙的东西，它可以创造奇迹。像是仙女的魔法棒，可以驱散天空中的乌云和心中的阴霾，让你从心底真正快乐起来；像是永远闪耀在黑暗天空中的北极星，无论你在哪里迷路，它都会指引着你走出来；像是可以与人分享的糖果，每个人都会因为这个而欢欣雀跃，自己与他人同时快乐，远比自己独自享受要更加快乐。自信就是这样，可以

点亮人们心中的火光，让生活变得如此美好。只要相信就会看见幸福的绿光，如果连自己都不相信，那么对他人的信任又从何谈起呢？如果连自己都不相信，那么你又怎么值得他人相信呢？

在文学名著《简·爱》中，财大气粗、性格孤僻的庄园主罗杰斯特，怎么会爱上地位低下而又其貌不扬的家庭教师简·爱呢？那是因为简·爱自信自尊，富有人格魅力。当主人罗杰斯特向她吼叫“我有权蔑视你”的时候，历经磨难的简·爱用充满自信和自尊及由此带来的镇静的语气回答：“你以为我穷，不好看，就没有感情吗？……我们的精神是平等的，就如同你和我将经过坟墓，同样地站在上帝面前。”正是这种自信的气质，使她获得了罗杰斯特由衷的敬佩和深深的爱恋。

简·爱这个普通妇女的艺术形象，之所以能够震撼和感染一代又一代各国读者的心灵，正是她以自信和自尊为人生的支柱，才使自己的人格魅力得以充分展现。相貌平平者，不必再为你的貌不惊人而烦恼，因为“一个人越自信，他的性格将越迷人”。增加几分自信，你便增加了几分魅力。

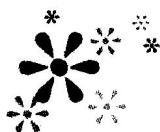
外表的美丽，会因为时间的消逝而渐渐地黯淡，但是由内而生的自然魅力才是女人美丽的源泉，而且这种魅力正是建立在从容自信的基础上的。从容自信所赋予的光彩永远都不会因为时间而改变，从容自信是女性长久魅力的奥秘所在。

敏是位很灵慧的女人，然而，遗憾的是，慧中有余而秀外不足。她有一张怎么瘦也显得满满盈盈的田字脸，眉眼疏淡，而且有糟糕的男孩子的倒三角体，怎么说也是一位很不漂亮的女人。大多数女人如果生来是她这样，肯定会心灰意冷，自卑得不敢直面镜中的自己。可我这位朋友，像美丽女人一样自信，虽然她也偶尔对镜自嘲是“阴错阳差”。但镜前的她活得快乐、洒脱、充实得让人羡慕。不美的她懂得如何美丽，一头飘飘洒洒的长发，掩去半边嫌阔的脸，宽松的T恤，紧身的牛仔裤，一步裙，显示出双腿的秀颀；她上图书馆，写文章，学钢琴，设计时装，生活得比许多漂亮女人更有声有色。正因她浑身洋溢着青春活力和特殊的魅力，不少出色的男人乐意和她交往，而她现在的男朋友，就是一位曾倾倒了不少漂亮女人的研究生。“不管你长得怎样，青春就是美丽，从容自信就是魅力。”



敏微笑着给大家分享她的经验。

一个能从容自信地面对人生的女人，远比她长得如何重要得多。因为能从容自信地面对人生的人，笑容可掬，让人感觉如沐春风，充满活力，招人喜欢。她浑身上下散发出来的魅力让人意动心悬。其实，每个女性都有自己的那一份魅力，只是因为你太自卑，太缺乏自信，以至使你的优点、长处、潜在的美得不到挖掘和展示罢了。只有相信自己，才能激发进取的勇气，才能感受生活的快乐，才能最大限度地挖掘自身的潜力。哪怕你是一个非常平凡的女人，只要你对生活充满信心，在人生的舞台上，定能焕发出那一份属于你特有的女性的魅力光彩。永远要记住的是：自信的女人最美丽。自信需要实力作为后盾，实力取决于内心深处，也在于后天的养成。



心有多大，幸福就有多大

在生活中，我们总会在我们没留心的时候，享受着别人的宽容给我们带来的慰藉；在我们感到难堪、难受的时候，别人的宽容为我们化解尴尬，使我们感受人心的美好。可是，往往当我们受到委屈，受到别人的不公待遇时，我们忘却了应该给予别人宽容的微笑，反而我们用刻薄的语言、夸张的动作来表达我们的愤怒，表达我们所受的伤害，将宽容完全抛诸脑后。

其实，对任何人来说，宽容都是一种十分美好的品德，更是一个良好修养的体现。对于女人来说，宽容不仅仅是美德，是修养，它更是一剂良药，是一种最好的美容品。宽容可以使女人的心胸变得宽广，使女人的笑容变得更为真诚迷人，还能使女人的人生境界提高到一个新的高度。可以说，宽容可以让女人在难过的时候重新找回快乐；在受到委屈时依然淡定自若；在遭受打击时依然坚韧顽强。在这些过程中，女人会变得愈加成熟，愈加豁达，成为一个任何人和任何困难都打倒不了的女神。

可以说，任何一个聪明的女人，都是懂得宽容二字的。不管是在家庭婚姻生活中，还是在学习工作中，宽容的女人总会让身边的人觉得轻松，觉得开心，总会让身边的人对她怀抱感激的心态。宽容的女人则通过自己宽容的微笑，时刻感染着周围的人。

写出了无数浪漫作品的琼瑶，就是一个十分聪明、也十分宽容的女人。很多年前，琼瑶的丈夫要到远处去开会，想到旅途无聊寂寞，便征求琼瑶的意见，希望琼瑶能一路同行。琼瑶欣然允诺，并邀妹妹和她的男友同行。那天，下着倾盆大雨，视线不佳。丈夫驾驶技术不好，于是发生车