

一个哲理点醒女人幸福一生 一本好书成就女人完美生活

10年
畅销榜

女人要懂得的 人生哲理 全集

青年女性游刃社会的不败法则
成熟女人领悟人生的枕边哲理
感悟人生哲理，学做幸福女人

赵建 · 著

黑龙江科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

女人要懂得的人生哲理全集/赵建编著. —哈尔滨:
黑龙江科学技术出版社, 2010. 3
ISBN 978-7-5388-6097-9

I. ①女… II. ①赵… III. ①女性-人生哲学-通俗
读物 IV. ①B821 -49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 038103 号

责任编辑 刘佳琪
封面设计 白立冰

女人要懂得的人生哲理全集

NÜREN YAO DONGDE DE RENSHENGZHILI QUANJI

赵建 编著

出 版 黑龙江科学技术出版社

(150090 哈尔滨市南岗区湘江路 77 号)

电话 (0451)53642106 传真 53642143(发行部)

印 刷 北京振兴华印刷有限公司

发 行 全国新华书店

开 本 700×1000 1/16

印 张 17

字 数 150 000

版 次 2010 年 4 月第 1 版·2010 年 4 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-6097-9/B·89

定 价 32.00 元

序 言

世界上没有不老的女人,只有“不贬值”的女人。岁月的变迁会使女人的脸上留下一道道皱纹,再靓丽的容颜也会被时光吞噬。但是,有气质和内涵的女人,却能超越时空而美丽常存。她们开阔的胸怀、水样的灵性、出众的才华、丰富的阅历将随着年龄的增长而更有风韵,就像秋天弥漫的果香,由内而外的散发出来……

在如今这个色彩纷呈的世界上,女人要在不同的场合演绎不同的角色,每个角色都要尽善尽美。职场上女人要优秀,社交场上女人要有魅力,爱情里的女人要聪明,生活中的女人要智慧……总之,女人要让美丽和精彩渗透在生命的角角落落,分分秒秒……

可是,职场上的勾心斗角,交际中的尔谗我诈,爱情上的“变速”效应,使逐渐成熟了的女人惊觉生活不再是一尘不染的蓝天白云,人与人之间的关系亦不再纯净如童年。那么女人靠什么来完成生命的盟约,成就一番事业,又拿什么来经营美丽人生,缔结最完美的生命之茧呢?

靠的就是对人生哲理的掌握。

有人说,女人,年轻的时候,是一份美丽与温柔;中年的时候,是一份成熟与坚毅;年老的时候,是一份理解与呵护。

美丽如斯,你会觉得如果没了她什么都可能失色;温柔如斯,你会在寒冷的时候感到一缕暖风渗进你的心扉;成熟如斯,你会品味到一种比美丽和温柔更使你心动的味道,在你最需要的时候总是会温暖你;坚毅如斯,你会感觉到在你懦弱的时候她会悄悄伸出一双有力的手;理解如斯,当岁月洗尽

昨日的欢颜,当岁月沉淀了成熟,一个眼神,一句问候,就能穿透所有的误解;呵护如斯,当年华改变了你的容貌,当疾病改变了你的心境,轻轻细语,能化解你所有的忧郁。

有人说,女人犹如一年四季的风景,春夏秋冬各有各的温馨与从容。朝霞满天的时候读她,犹如欣赏一滴露珠的色彩;艳阳高照的时候读她,犹如感受一弯清泉的滋味;月光如泻的时候读她,犹如体味一朵蜡梅的清香。春天的时候,你能读出一份羞涩与娇柔;夏天的时候,你能感受到风情万种;秋天的时候,你能闻到丹桂的飘香;冬天的时候,你能品评一缕温馨轻轻地拂过心田。你会感悟到变了的是季节,不变的是情愫。

如果说,男人如茶,是用来泡的,那么女人便是那泡茶的水了。

恋爱中的女人如同融化的雪水,那么清澈透明,那么洁净无瑕。用这样的水泡一杯茶,透明的杯里沉淀的是情,沸腾的是爱。在这时,茶的味道已经是极佳了。他们品的是相遇、相识、相知、相恋、相思的苦与甜。他们活在对方的心里,感受着那种叫做缘分的味道。

婚后的女人也是水,如泉水般的女人最美最有味道,就像一股涓涓细流极尽温柔,极尽妩媚却不失细致、大气。她知道用怎样的水温怎样的浓度来泡好这杯茶,她能让这杯茶浓郁芳香,回味无穷。她用心去体会男人的责任与沉重,体会男人的成功与艰辛。这就是爱,一种默契,一种习惯,一份用心去浇灌的感情。只有这样的女人才能将男人这杯茶泡到极致。这样的女人,怎能不让男人握着她的手许下“执子之手,与子偕老”的承诺!

为自己的生命画一道美丽的痕迹!每一位女性都应该掌握一定的人生哲理,让自己的人生变得流光溢彩!



第一章 快乐从心出发——每个女人都是掌管快乐的天使

快乐让你的人生充满美好	2
寻找快乐的真谛	5
能苦中作乐的女人,是风中的一朵奇葩	7
用喜剧的方式来演绎悲剧	9
不快乐是因为你所求太多	11
悲观心态是人生最黑暗的深渊	12
女人没什么也不能没有快乐的心情	16
简单的生活也可以很快乐	18
微笑是一种智慧	20

第二章 感谢折磨你的人和事——经历过磨难的女人会更加动人

只有泥泞的道路才能留下脚印	24
绝望时,希望也同时在等你	26
直面磨难,你就能战胜磨难	28
失败是人生的另一种财富	31
没有命中注定的不幸,只有死不放手的执迷	33
反转一面是天堂	35
感谢羞辱你的人:知耻而后勇,用百倍的努力证明自己	37



把别人的嘲笑当成改正缺点的机会	39
-----------------------	----

第三章 找回不抱怨的自我——停止抱怨,与其抱怨不如改变

抱怨会影响你的事业发展	44
不要让抱怨成为一种恶性循环	45
懂得欣赏自己的生活	47
改变可以改变的,适应必须适应的	49
承受痛苦的容器大了,痛苦的感觉就淡了	51
人生没有过不去的坎	54
坦然面对得失,请不要选择抱怨	56

第四章 一念放下,万般自在——聪明女人,无谓争意气

冲动是可以毁灭一切的魔鬼	60
凡事不妨忍三分,莫为意气伤心神	64
过度逞强不如适度示弱	66
不要告诉人家你更聪明	70
说话莫说绝,伤人别伤心	73
吃亏是福,吃吃小亏又何妨	75
别做多疑的女人	78
刻薄是一种病态	80
善妒的女人是在自己折磨自己	82
过分爱慕虚荣会毁了女人的一生	85
以宽容的心态应对一切不快	89
仇恨增几分,皱纹就会添几根	91
女人最好不要对男人说“你不懂”	93

第五章 秀出你的“宫心计”——职场女人的生存法则

职场中,不要端出女强人的架子	96
如何应对上司的邪念	99
把别人的私事当成过眼的风景	101
别轻易掺和是非,以防给人当枪使	104
把你的眼泪和脾气寄存在职场之外	106
别做职场“沉默的羔羊”	111
你的私密切不可随意告诉同事	116
别在职场荆棘中迷失了你的最终目标	119

第六章 当幸福来敲门——女人如何对待爱情与婚姻

当你的丈夫一贫如洗的时候	124
爱情并不是生活的全部	127
完美的爱情或许存在,但却是可遇不可求的	130
爱情需要你用心去珍惜	133
爱情存取决于细节之中	135
有一种感情并不是爱情	138
当爱已成往事.....	140
不奢望嫁给有钱人	144
心软的女人,最终伤害的只会是自己	146
别做让老公讨厌的“唠叨鬼”	148
多了解性,性也是爱情的一部分	151
了解性,但不要想以性来得到爱情	154
对待婚姻要谨慎,莫被爱情冲昏头	156
夫妻之间不必争输赢	158



第七章 靠近你,温暖我——常存善念的女人最完美

善良是女人最基本的品德	162
凡事多为比人考虑一点	165
原谅别人的错误	166
送人玫瑰,手留余香	169
老吾老以及人之老,幼吾幼以及人之幼	171
保持女性特有的温柔	173
敬畏每一种生命	175

第八章 好习惯,有好命——优秀习惯成就女人一生的幸福

女人的命运随习惯而转动	178
坏习惯会让女人的命运走向悲剧	180
克服依赖,做自主的女人	182
女人同样需要果断的精神	184
女人应该养成读书的习惯:腹有诗书气自华	187
女人要活的精致,离不开品位	189
懂得幽默的女人最可爱	192
不要在香烟美酒中流连忘返	196

第九章 不做下一个谁,只做第一个我——做一个有个性的独立女性

女人应该像树一样站立	200
把个性中的优势转化为一种力量	202
女人心中怕做强人,注定就是弱者	205
始终保持自己的本色	207
爱上不完美的自己	209
不要盲目崇拜权威	212
你不必期待每一个人的赞许	215

在尔虞我诈的世界里保持真诚	219
别管别人这么说,只要你认为是对的就去做	221
不要踩着别人的脚印走	227

第十章 金钱是一把双刃剑——女人要有钱,但不要被钱所奴役

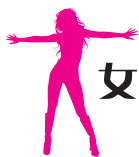
可以热爱金钱,但不要被金钱所奴役	232
赚钱的终极目的是为了按照自己的意志生活	233
现代女性一定要懂得理财的学问	235
女人如何游刃有余地经营自己的财富	239
该掏腰包时一定要掏	243
理智消费,不可做“Buy”金女	246
别让信用卡“卡”住你的钱包	249
女人的财商也很重要	252
不要幻想一夜暴富,财富来源于积少成多	256
女人需要改变投资的心态	260

第一章

快乐从心出发

——每个女人都是掌管快乐的天使





快乐让你的人生充满美好



女性因其性格的敏感、柔弱所以容易感物悲人，《红楼梦》里的林妹妹就是一个典型的代表。她的才气引人注目，但她的内心始终没有多少快乐，正是这种悲伤消磨着她生活的勇气。女人要想生活的幸福，就必须快乐地对待每一天。

文学作品中所塑造的女性形象，大都有着悲惨的身世，曲折的人生道路和一颗饱受痛苦折磨的心灵。现实生活中也同样有很多女子也同样活得痛苦，她们把自己的生活看成是炼狱，生活的目的只是为了尽快地走向死亡的终点。

事实上，真正懂得生活的女人是不会把自己的生活看做是炼狱的，她们懂得享受生活所带来的痛苦和欢乐。她们知道虽然生活并不尽如人意，但是生活本身就是一段历程，只有懂得去享受痛苦时的铭心刻骨，欢乐时的自由欢畅才能酣畅淋漓。

曾经有一位中国作家在异国他乡做客，他一进门就感到了主人家萦绕的快乐气氛。女主人是一个 50 岁左右的中年妇女，在中国，这样的年龄应该已经很稳重了，可是这位女主人却像一个 20 岁的小姑娘，十分快活。令这位作家更加惊讶的是，她们家 70 多岁的老奶奶也一样充满快活的神情。作家在他的文章里这样写道：“那位老人的眼中充满了孩童般天真的光彩，仿佛

时光的流逝并没有在她的眼中留下任何印记一样。”如果我们老了的时候还能像那位老人一样保持着孩童般的纯真与快乐,那么我们的一生应该是很美丽的。

曾经读过这样一个故事。

老街上有一个铁匠铺,铺里住着一位老铁匠。由于没人再需要他打制的铁器,现在他改卖铁锅、斧头和拴小狗用的链子。

他每天的收入,正够他喝茶和吃饭的。他老了,已不再需要多余的东西,因此非常满足。

一天,一个文物商人从老街上经过,偶然间看到老铁匠身旁的那把紫砂壶——古朴雅致,紫黑如墨,有清代制壶名家戴振公的风格。他走过去,顺手端起那把壶。

商人想以 10 万元的价格买下那把壶。

壶虽没卖,但商人走后,老铁匠有生以来第一次失眠了。

过去他躺在椅子上喝水,都是闭着眼睛把壶放在小桌上,现在却总要坐起来再看一眼,这让他感觉非常不舒服。特别不能容忍的是,当人们知道他有一把价值连城的茶壶后,蜂拥而来,有的问还有没有其他的宝贝,有的甚至开始向他借钱。平静的生活被彻底打乱了,他不知该怎样处置这把壶。

最后老铁匠把那把壶砸了个粉碎。

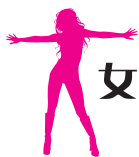
现在,老铁匠还在卖铁锅、斧头和拴小狗用的铁链子,他已经寿过百岁了。

对于真正享受生活的人来说,任何不需要的东西都是多余的,他们不会去背这个愚蠢的包袱。

生活是简单的,也是复杂的。你要是和自己过不去,那么生活也就跟你较劲;你要是善待自己,笑对人生,那么生活自然就还你一个简单、快乐。

下面提供给你一些快乐的人生指南,如果你这样做了,你的生活可能会有一些意想不到的起色呢!

- 一发现错误立即改正。
- 牢记自己喜爱的诗词歌赋。
- 别尽信耳听,不要花光所有的积蓄或贪睡。
- 不要打断别人对自己的称赞。



- 多读些书,少看些电视。
 - 毫无保留地去爱,虽然可能因此受到伤害,可是只有这样,才能拥有一个完整的人生。
 - 意见不和可以据理力争,但不可辱骂对方。
 - 与一个你喜欢并能谈心的人结婚,因为当你年纪越来越大时,你会发现谈话的技巧变得越来越重要。
 - 谨记:伟大的爱和卓越的成就都需要冒极大的风险。
 - 尊重别人,尊重自己,为自己的行为负责。
 - 如果失败了,千万别忘记失败的教训。
 - 微笑着接听电话,让别人感觉到你的微笑。
 - 让自己有独处的时间。
 - 随时准备接受新事物,但不要丢弃应珍惜的东西。
 - 沉默有时候是最好的答案。
 - 过快乐及有尊严的人生,那么,当你回想过去的岁月时,就可以再一次快乐地享受人生。
 - 家对每一个人都很重要,努力创造一个和睦温暖的家。
 - 多与别人分享你的思想和知识,是达到快乐的途径之一。
 - 专注自己的事务。
 - 如果你非常有钱,请用你的金钱帮助别人,这是富有所能达到的最大的满足。
 - 有时候,得不到想得到的,是一种运气。
 - 最美好的爱情是彼此对对方的爱远超过对对方的需求。
 - 用付出的努力去衡量你的成功。
- 另外,千万不要忘了幽默。适当的幽默能促进你的亲和力,使你周围的人更好地交流,受到周围人的喜爱。从而也会使你的生活更加丰富多彩,人生更加快乐。

寻找快乐的真谛



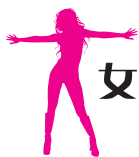
现实生活中,有很多人不知道快乐是不可以购买的,他们一天天地去挣钱,可能挣到了许多钱,他们用它购买了房子、车子,用它去购物、去吃喝,但他们却不一定生活得快乐。希望你不会成为这样的人。

有这样一个流传已久的故事:

在很久以前的一天早上,一位母亲把3个未成年的儿子叫到身边,分别给他们每人1块钱,希望这些钱能够帮助他们过得快乐;母亲还要求孩子们,在天黑以前都必须讲讲自己的快乐故事。3个儿子答应了,各自去寻找快乐。

不一会儿,大儿子捧着两只蝈蝈回来了,每只蝈蝈都待在用竹篾编成的小篓子里,清脆地叫着。妈妈问:“怎么这么快就回来了?讲讲你的快乐吧。”儿子说:“我一出门,看到一个乡下人在卖蝈蝈,5毛钱一只,我用1块钱买了两只。听蝈蝈唱歌蛮有趣味的。”母亲点点头。大儿子刚说完,二儿子也回来了,他两手端着一只小瓷皿。按照约定,他给妈妈讲述道:“我往集市那边走,看到有一群人斗蟋蟀,我就围着观看。最后,一只大红蟋蟀把所有的蟋蟀都打败了。我好说歹说才从摊主手里买下它来。”说着他掀开盖,让大家瞧。果然,大红蟋蟀神采飞扬,活蹦乱跳的样子着实惹人喜爱。妈妈看了也很满意,点头微笑。

临近中午,大儿子听蝈蝈叫的兴致渐渐衰退,二儿子逗蟋蟀也觉得乏味



了。可小儿子还没有回来。日薄西山了,还是不见他的踪影。当夜幕降临、万家灯火的时候,他才气喘吁吁地走进家门。他满脸的汗水,浑身的污垢,简直成了一个泥巴人。

“怎么会如此狼狈?我的孩子。”母亲关切地问。

“嗨,这一天简直是倒霉透了。”小儿子便对母亲诉说他的倒霉事情,“我用您给我的钱租了一根鱼竿,买了一些鱼饵,要去郊外的湖边钓鱼……”

“我不记得你会钓鱼呀?”母亲说。

“是的,我不会。所以我想利用这个机会学会钓鱼。”

“学会了吗?”

“没有。我拴好鱼饵,下好竿,可我总是把不准起竿的时机,不是早了就是晚了。好几次,我挑起竿一看,鱼饵都吃光了,该死的鱼却逃跑了。最后一次我把鱼饵全部放上去,要钓一只大鱼。这下子倒真的钓着一只大鱼,可惜我拽不动,结果我被拉下了水,大鱼把鱼竿也拖到湖中央去了。”说到这里的时候,两个哥哥都哈哈大笑起来。

“鱼竿可是租的,你怎么办呢?”

“是呀,我打算下水捉鱼,弄几条大鱼给鱼竿主人,他或许一高兴,就不叫我赔钱了。”

“捉住了吗?”

“摸着不少,可一条也没有捉住。那些鱼都很油滑,刚触到鳞片,它们就像精灵一样溜掉了。”

“我猜想,你肯定在浅水里摔过很多跟斗。”

“可不,一尺多长的大鱼在水面掀起浪花,很有冲劲呢。我有好几次被它们掀倒。”

“给我讲讲你跟鱼竿主人交涉的情况吧。”

“我跟他一五一十地说了,请他原谅。可他最后还是让我做了4个钟点的小工,才算了结。”

“人家还是优惠你了呢。”这时候母亲也忍俊不禁了。

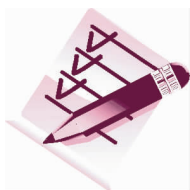
“可不是。他说再遇到这种情况,就不仅仅是扫地、倒垃圾、整理货架,还要……”

“肯定是这样,这很公平。不过现在让我关心一下你们兄弟的快乐故事

吧——哥哥们用钱去买快乐,但你们买到的是玩物,不是快乐,你们几乎没有什么过程可以回味;弟弟虽然一无所获,但快乐的过程却回味无穷。孩子们记住,快乐是不能购买的,快乐不是玩物,而是丰富的人生体验。”

母亲的这段话道出了快乐的真谛,追求快乐的你一定要记住这一句:快乐不是玩物,而是丰富的人生体验。

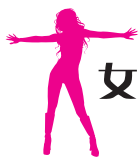
能苦中作乐的女人,是风中的一朵奇葩



面对当今复杂纷扰的社会,在背负巨大心理压力的同时,女人经常会碰到各种各样的困难和挫折,如失业下岗、家庭变故、婚姻失败、学业不顺、经济问题等诸多困难。当这一切突如其来而无法解决时,一切都取决于我们是否能在苦难中笑一笑,是否能超越苦难,迎接生命的春天。

在美国有位名为波基尔·连尔的女教授,她的自传体小说《我想看》轰动一时,成为畅销名著。可有谁知道,她在长达50年的时间里如同盲人一样生活着。就是这样重度残疾的人,因为不断为自己的生命银行增加快乐存款,从而赢得了生命的辉煌。

连尔出生在明尼苏达州一个叫捷因巴雷的乡村,孩童时一双眼睛意外受了重伤,她只有从左眼角的小缝才能看到东西,即使要看书,也必须把书拿近,并紧缩眼睛的肌肉,使眼球尽量靠近左边。上学读书时,她只能把书



尽量靠近自己的眼睛,睫毛常常碰到书本。即便这样,她仍然觉得,所有的一切都比不上学习知识更能为她的生活带来最大的快乐。她的成绩名列前茅,这使她和父母都很自豪。看到别的小伙伴羡慕她成绩单的表情,她心中充满了靠自己努力取得进步的快乐。

连尔从不封闭自己,总是快乐地和小伙伴一起玩游戏。她喜欢和附近的孩子玩跳房子,却看不见记号,但她会一直努力到把自己玩的每一个角落都真切地记清为止。这样,即使在赛跑,她也没有输过。小伙伴们也从来没嫌弃过她。正是凭着这股韧劲,后来她获得了明尼苏达大学的文学学士及哥伦比亚大学的文学硕士两个学位。参加工作后又成为奥加斯达卡雷基大学的新闻学和文学教授。

一位几乎失明的女性,能取得如此的荣耀足以骄傲了,但她不满足这些,除了教书外,她还在妇女俱乐部讲授各种书籍及作者的生平,并客串电台的谈话节目。更为重要的是,她的小说《我想看》激励了许多人,使他们也能勇敢地向命运抗争。

“在我心里不断地潜伏着是否会变成全盲的恐惧。但我始终以一种苦中作乐的勇气来面对生活,因为,我已经是個不幸的女人了,我不能给自己再增加不幸。”在谈到她的成功时,连尔这样写道。终于,在她 52 岁时,经过现代医术的诊疗,她获得了 40 倍于以前的视力,人生在她面前展开了一个更为绚丽的世界。

连尔像一个在荆棘丛中采摘鲜花的女孩一样,时刻把采摘生活的快乐放在自己生命的花篮里。尽管她已经被命运的荆棘“碰伤”,但是,她却从没有陷入荆棘,而是用微弱的视力,享受着生命中的阳光。她就像凛冽风中的一朵奇葩,依旧张扬着美丽。

有一个女孩,叫陆路。陆路家里贫困,很早就退学嫁人了,可是对方家里也不富裕。很多人都猜想,早早嫁人的她一定是个愁肠百结的女人了。可事实并非人们想象的那样,她对于现在的生活很满足,有一个爱她的丈夫,有一个可爱的儿子。

日子一天天消逝,后来她的丈夫在一场大病中离她而去,再后来儿子因开车肇事进了监狱。大家又猜想她这回一定很痛苦了。可是,她并没有被生活的愁苦压倒。虽然她的容颜苍老了许多,额头过早地爬上了一条条皱