

蒋焱兰著

女人的  
心思

Women's  
Hearts

中国  广播电视出版社  
CHINA RADIO & TELEVISION PUBLISHING HOUSE

中国书画函授大学肇庆分校

肇庆分校

# 中国书画函授大学肇庆分校

CHINA CORRESPONDENCE UNIVERSITY OF PAINTING AND CALLIGRAPHY  
ZHAOQING BRANCH

中国书画函授大学肇庆分校

女人的心思

Women's  
Hearts

蒋焱兰著

中国  广播电视出版社  
CHINA RADIO & TELEVISION PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目(CIP)数据

女人的心思 / 蒋焱兰著. — 北京:中国广播电视出版社, 2007.9

ISBN 978 - 7 - 5043 - 5340 - 5

I. 女… II. 蒋… III. 散文 - 作品集 - 中国 - 当代  
IV. I 267

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 091662 号

## 女人的心思

作 者	蒋焱兰
责任编辑	周然毅
封面设计	张成静
责任校对	孙雨芹
监 印	陈晓华
出版发行	中国广播电视出版社
电 话	86093580 86093583
社 址	北京市西城区真武庙二条9号(邮政编码 100045)
经 销	全国各地新华书店
印 刷	廊坊市人民印刷厂
装 订	涿州市新华装订厂
开 本	680 毫米×980 毫米 1/16
字 数	170(千)字
印 张	17.75
版 次	2007 年 9 月第 1 版 2007 年 9 月第 1 次印刷
印 数	8000 册
书 号	ISBN 978 - 7 - 5043 - 5340 - 5
定 价	29.80 元

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)

.....

Don't part with your illusions. When they are gone you may still exist, but you have ceased to live.(Mark Twain)

不要放弃你的幻想。当幻想没有了以后,你还可以生存,但是你虽生犹死。(马克·吐温)

.....

呢喃燕子语梁间,底事来惊梦里闲。

说与旁人浑不解,杖藜携酒看芝山。

——刘季孙《题屏》

我想我一直在想着一些事情,我的脑子里除了睡沉了之外,就连梦中也在心思着。没有什么心思的时候很少。于是有一天晚上梦中醒来,我就想整理一下我的心思,可是整理来整理去,却依然逃脱不了都是些小女人的小心眼而已!

可是我依旧固执地认为,将这些“小心眼”用文字表达出来,却是很真实的,应该能引起读者朋友的一些共鸣。

因为我想女人对于生活品质、生命品质的提升,总是需要自己花些心思的。在思考状态中度过人生总是比浑浑噩噩度过人生要胜几筹。

做一个精神上的流浪者,一个思想上的自我放逐者,努力地寻找着属于自己的精神家园。

在一日一日的思考中,我发现,我日渐丰富起来,日益坚强起来。我会突然觉得原来我也可以这样活,我也可以一点也不累,原来我也可以放心大胆地做自己喜欢的事情。

拿破仑说过,世界上有两种巨大的力量,一是军队,二是思想。我敬佩有思想的人,人是必须要有思想的,否则与动物无异。

在不完美世界里发现天堂,人生应该有些思想,超出日常生活之外。我渴望自己是个很有思想的人,对于物换人伦、对于人情世故有自己的见解和观点。我渴望学会思考,我渴望我肯于思考,善于捕捉各种感觉并能记录下来。

我渴望在思考中激励着自己的同时,我思考的东西能拿出来与大家共享。

虽然我写下它起因是想写给我自己,然而我的愿望更是写给正在翻阅着的你。我希望每一个人都能像我一样,开始时能听到思想的轻微呼吸,然后是能听见它的喘息,最终能听到它在自己耳边如燕子一般在呢喃着,让自己兴奋不已。

所以,如果我写的《女人的心思》也能引起读者朋友的兴趣,能激发她们也能整理出一些她们的心思,与我共享的话,我会高兴得跳起来的,很久没有高兴地跳起来过了。因为那样我便不至于寂寞与孤单,我总是那么迫切地希望有好朋友能加盟进我的圈子里来。我愿意与她们分享我的快乐、我的丁点成功。即使我也知道我做不了什么大事业,就这么点小心思而已!

我还要阐明的一点小心思就是:我在每篇小心思后挑选的“名

家思语”，都是女才子们的语录，她们是我特别珍爱的。引用它们除了想表达我对她们的敬重之外，更坦白的心思是想为我撰写的这本书增添我自己的文字达不到的亮色，相信大家读着她们的时候，会更加懂得我的心思所在——我喜爱她们，我更喜爱我的书的读者，我希望能给读者带来更多的精神食粮！

作者

2007年9月于北京

V 序言：女人小心思

第一辑 这些道理，我懂

- |     |          |     |
|-----|----------|-----|
| 003 | 这个道理，我懂  |     |
| 006 | 对爱的觉悟    | 180 |
| 010 | 相信自己     | 210 |
| 013 | 命运的主宰    | 210 |
| 016 | 幸福不是梦    | 210 |
| 020 | 对从容自信的领悟 | 210 |
| 023 | 享受过程     | 180 |

第二辑 工作的境界

- |     |             |     |
|-----|-------------|-----|
| 029 | 原来我可以不那么累   |     |
| 032 | 一切从“家徒四壁”开始 |     |
| 035 | 如此安放自己      | 220 |
| 037 | 时间你就这样耗掉了   |     |
| 042 | 安排好时间       |     |



- 045 时刻警醒着  
047 现在就是我飞行的时刻  
049 织好自己的网  
051 走窄门  
053 破茧而出做一只美丽的蝴蝶  
055 不是办不到,就怕想不到  
057 尊重自己的职业  
060 要像她们那样快乐上进  
063 做行业中的出色者

### 第三辑 奇妙小心思

- 067 我的理想  
070 旅游+神游  
073 海边感悟  
076 爱书的人  
079 打理好自己灵魂里的事  
081 读书思考的乐趣  
083 我欣赏的人  
086 绿豆心情  
088 笑颜如花,生命如花  
090 花间一杯大麦茶  
093 逛旧书市场  
095 逛公园的收获  
098 想再生一个女儿  
101 也想做泼辣女人

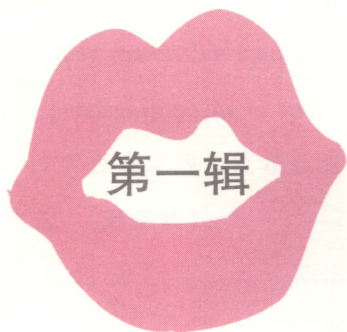
- 104 做成熟女人  
106 向往的快乐  
109 想找一个人说说话  
111 圆个“珠宝”梦

#### 第四辑 回家找幸福

- 117 家是什么  
120 现实与浪漫  
122 寻找至美的婚姻  
126 我为什么唠叨  
128 一生相守  
132 突发奇想生出的妻子节  
135 他能够坐着听我絮语叨叨  
137 谁是我的牧者  
141 你是花朵,你更是路标  
144 做自己的公主  
146 不做绝望主妇  
150 好想做个快乐的全职太太  
153 做孩子的皮格马利翁  
158 肉丸子专家  
160 孩子学弹琴的插曲  
165 给孩子记日记  
205 给孩子写童话  
209 携夫带子回娘家  
212 做家庭的主心骨

## 第五辑 修炼成“精”

- 219 让身体告诉你幸福的来源
- 221 别老跟人较劲
- 223 超级好心态
- 225 创立自己的呼吸方式
- 227 让生活的每一种情况来教你
- 230 弹性面对生活
- 232 With an orchid
- 234 那个爱学习的村童
- 237 女人变老不在褶上
- 239 我想为己容
- 242 释放压力
- 245 与心情对话
- 247 是谁偷走了从容自信
- 250 优势
- 253 反省之一
- 256 反省之二
- 259 心静如水
- 262 慢慢走请注意欣赏
- 265 藏匿“小资”闲情
- 268 追求精神自由
- 270 后记：心中的女人



第一辑

这些道理,我懂



## 这个道理,我懂

The reasonable man adapts himself to the world;the unreasonable one persists in trying to adapt the world to himself.(Bernard Shaw)

明白事理的人使自己适应世界;不明事理的人想使世界适应自己。(萧伯纳)

人生路,美梦似路长  
路里风霜,风霜扑面来  
人生是美梦与热望  
路随人茫茫

世上每一个生命都是此生此世不能复现的,是不可替代不可改变的唯一。这个道理,我懂。因此,我才知道每一个生命都是值得倍加珍惜和爱护的。

首先是我们自己。不能挥霍自己的生命,要珍惜它,不能轻视

它。不能因为一时的痛苦：失恋了，割腕，吃安眠药；或是受人歧视了，跳楼，冲到河边向水里走去……

我不敢举那些例子。一生几十年，应该好好地过，快乐地过……不能白来一趟。

即使似乎感觉这世界已经准备将你遗弃，似乎感觉在别人眼



里变成了隐形，感觉好像一个在沙漠里已受了伤被同伴没有办法留在了孤独荒野里的人。或者即使有些时候你开始怀疑你存在有没有意义，其实，这些都只是你

内心里构造出来的幻象。你要有对生命的热望。失败了不是永远就翻不了身，堕落了你还可以重新再来。你总会有让你自己心里平静的好方式，你总会找到一个让你感动的角落，让你能找回勇气好好活下去，就像氧气突然到来帮助你呼吸。

即使生命充满乱七八糟的问题，让我们像走在没有出口的迷宫里，我们不要用借口逃避。雨过天晴，看一只受伤的蝴蝶挣扎着从地上爬起，扑楞着湿湿的翅膀飞起来，是那么的美丽，就像一个奇迹。我们难道就不能从倒下的地方站起来？

毕竟，只有一个自己，你很容易作出决定。

待到生命里有了另一半——他，感觉生命猛然平稳了下来，不再漂泊无依。但同时，也感到了一种责任，要容纳他的人，他的家人，他的一切。要在做好自己分内事的同时，在背后扶持他，给他安慰与安静。与他一起双双飞的日子里，感觉生命是不受限制的别样

的美好。

当孩子在肚子里“创世纪”时,作为孕妇的我,又是多么温柔多么开心地盼望新生命的到来。直到有一天成了母亲,突然之间觉得自己不一样了,



是怎样的不一样,我想那是每一个做母亲的相同的感触吧。我说不出来。但我觉得我的生命因了他变成充盈复杂起来,我发现我的行动受了他的许多限制,我需要真正的智慧去应对很多事情,才能将有孩子的生命缔造得更活泼更生动些。

世上每一个生命都是此生此世不能复现的,是不可替代不可改变的唯一。这个道理,我懂。“谁能以深刻的内容充实每个瞬间,谁就是在无限地延长自己的生命”,这是库尔茨留给我的名言。与我们生命相关联的每一个人,我们都该珍视。我们别丢了女人那克己忍让、温良敦厚的性格,用勇气和毅力,用百折不挠的生命力和生存智慧,珍视生命,也珍视周围的每一个生命吧!

**名家思语:**我是女性、母亲,还做过多年的儿科、妇产科医生,总能感到母亲们在生死抉择之际不可理喻的母爱。医生的职业使我看惯了生命更迭,一次次被触动。在西藏的经历加强了这种感受:生命本身是特别复杂的过程,人类遭遇挑战的核心问题就是如何看待生命。(毕淑敏)



## 对爱的觉悟

No man or woman is worth your tears, and the one who is, won't make you cry.

没有人值得你流泪,值得让你这么做的人不会让你哭泣。

Just because someone doesn't love you the way you want them to, doesn't mean they don't love you with all they have.

爱你的人如果没有按你所希望的方式来爱你,那并不代表他们没有全心全意地爱你。

冰心在《关于女人》一书中说:“世界上若没有女人,真不知道这世界要变成什么样子!我所能想象得到的是:世界上若没有女人,这世界至少要失去十分之五的‘真’,十分之六的‘善’,十分之七的‘美’。”

她说得多好。男人和女人,女人是世界人的一半。所以女人何苦要依附于男人。或者何苦总觉得男人会影响自己什么呢?

有些时候,我也会生活在情感垃圾里不能自拔。

从恋爱到结婚,经过许多的快乐时光。自己也在这种快乐中成长起来,感觉自己一步一步走向了独立,精神也跟着独立了起来。

当拿到一份那时看来很多的一月薪水时,说不出的高兴。觉得