

品悟人生

她哲学

ta zhe xue

忆平◎主编

女人情怀她系列 III

女人一生最应拥有的20种人生态度

女性阅读五星级作品★★★★★

中国  广播电视出版社

CHINA RADIO & TELEVISION PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (C I P) 数据

她哲学：女人一生最应拥有的120种人生态度 / 忆平主编. —北京：中国广播电视出版社，2007.8

(女人情怀·她系列；3)

ISBN 978-7-5043-5383-2

I. 她… II. 忆… III. ①散文—作品集—世界②杂文—作品集—世界 IV. I16

中国版本图书馆CIP数据核字 (2007) 第131279号

她哲学——女人一生最应拥有的 120 种人生态度

主 编	忆 平
责任编辑	王振令
封面设计	大象设计
责任校对	张 力
监 印	赵 宁
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	北京朝阳印刷厂
开 本	700 毫米×1000 毫米 1/16
字 数	200(千)字
印 张	15
版 次	2007 年 9 月第 1 版 2007 年 9 月第 1 次印刷
印 数	15000 册
书 号	ISBN 978-7-5043-5383-2
定 价	26.80 元

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)

画一座房子测自己(代序)

李特曼 / 文

快！请抓起一枝笔和一张纸，在纸上画一座房子吧。

美国心理学家认为：“通常人们都是用语言交流的，而绘画是不需要语言的。我们在每幅不同的绘画中，能够看出人们的潜意识，这座房子就象征着你自己。”

1. 你的房子有栅栏吗？

如果有——栅栏用来保护你的房子，说明你需要被保护。你不喜欢别人对你亲近。你是那种需要很多私人空间、不喜欢热闹并且更喜欢和一些知心朋友在一起的人。

如果没有——你很开朗并喜欢与人沟通，你也喜欢参加群体活动和许多社会活动。

2. 你的房子布置是简单的还是复杂的？

如果布置是简单的——直线和精确的角度，表示你的情绪会保持一个度。你不喜欢极端的感情，例如哭泣或是过于激动的情绪。在最危急的时候，在你脸上也只有镇定。

如果布置是复杂的——波浪线和不相称的角度。你的情绪总是上下波动，就像在坐云霄飞车。那是因为你重感情并对生活中的事情格外敏感。

3. 你的房子里有多少故事？

一个故事——你是一个很顽固的人。你是一个现实主义者，你相信一种简单的生活就是好的生活。

两个故事——你对自己抱有很高的希望并事事想争在前头，你是那种白天做秘书工作，而晚上又去学校学习当律师的那种人。

三个故事——你可能会做“白日梦”。一旦你树立起目标就会很远大，那是因为你超级自信并相信你能得到你想要的一切。

4. 你的房子是平面的还是立体的？

平面的——你是一个黑白类型的人。你会直接向老板建议要完成一个

任务,那是因为当你很清楚要做什么的时候,你就会把事情做得很好。

立体的——你很难发现事情深一层的意思,你喜欢用新概念、新方法去做事情。工作时,你通常会偏离你所做的,并总会想像其他你可能需要的东西。

5. 你的房子有窗户吗?

如果是小的——你有几分孤独。你不想任何人看透真实的你,也许因为你害怕他们不相信真实的你。

如果是大的——你喜欢许多人围绕在你周围。那是因为孤独或需要鼓励,否则你会很无聊。你最好在集体中工作并且喜欢加入大家庭或是自己有许多小孩儿。

如果没有窗户——它可能象征你是一个内向的人,你不想让别人走进你的生活。那是因为窗户象征着你想要多少人关注你的一切。

6. 你的房子前有小路吗?

如果是宽的——说明你是一个外向的人。你对新朋友很开放,所以很容易交到朋友。

如果是窄的——你不太容易接近。你可能很久以来都没有自己知心的朋友。你可能不太愿意外出,更愿意和家人在家里度过每一天。

如果是弯曲的——你可让朋友进入你的生活,但是就像这条小路,他们不会直来直往,他们必须首先赢得你的信任。

如果没有小路——你可能不是一个简单的人。没有小路象征着你不会盲目跟随其他人,你需要私生活和许多独处的时间。

7. 你的房子有烟囱吗?

如果有许多烟上升——你可能对一些事情很气愤。巨浪烟雾象征燃烧的怒火。你的烦恼来自于某人的关心,房子代表有人围困你。

如果有轻烟上升——你的家庭生活让你很快乐。

如果有烟囱在房子左边——说明你以前的顾虑和忧愁还没有释放,现在还怒火中烧。房子的左边表示过去。

如果有烟囱在房子右边——你做事喜欢先计划,并为一些将来的事担心。

如果没画烟囱——你可能没注意到自己的想法。你总是保持与别人沟通的距离。

8. 你的房子有尖尖的屋顶吗?

如果是高的——你顾虑很多,屋顶代表你的大脑。你有丰富的想像力并

经常把事情想像得很复杂,喜欢探究事情的由来。

如果是低的——你会想一些具体的事情,你喜欢考虑现在,不会关心过去和担心将来可能发生的事。

如果屋顶在房子的分界处——你是一个好管闲事的人,并且在你读什么和听什么之前都会问许多问题。

如果窗户在顶楼或是天窗——你是那种大大咧咧的人,对自己的一切毫不隐瞒,你会让别人很容易看透你的性格。

9. 你在纸的哪里画你的房子?

在顶部——你有很高的目标并且很讨厌日程表。你不喜欢先计划,更喜欢顺其自然。

在底部——你需要热情的支持。你总是喜欢别人围在你的周围。

在左边——过去你心事繁多。

在右边——你将是自己未来生活的主宰。

在中间——你对于正在发生的事情处理得很好。

卷一 缘自心灵的智慧之美

一个微小的人生体悟、一种从容且和谐的心态、一次由内而外的思想变革,甚至那无数的心灵涤荡,这都是缘自心灵的智慧。当我们将思想细化,回归生命,聆听心灵深处最真实的声音,便会获得心灵宁静的力量,真正拥有健康、快乐、智慧的人生!

安琪拉的心语	/ 2
女人真正想要的是什么	/ 3
生命本质的香	/ 5
想想十年后的自己	/ 6
自我暗示的功效	/ 8
心理的阴影	/ 9
豁达的境界	/ 10
别人是你的镜子	/ 12
你一定会问的三个问题	/ 13
像她一样姿态从容	/ 15
你关紧水龙头了吗	/ 16
学会放弃	/ 18
期待	/ 19
找到下一个说是的人	/ 21
富翁梦	/ 23
知足常乐	/ 24
后退两步的人生	/ 26
原来这么简单	/ 27
重要的是心境	/ 28

她哲学

女人一生最应拥有的20种人生态度

原谅别人等于解脱自己	29
最佳心态奖	31

卷二 关于爱情的哲悟

因为地球是圆的,所以背对的两个人终究是会碰面的,一旦相知相拥,那么便幸福了;一旦擦肩而过,那么便什么都一去不复返了。就像时间,这一秒你犹豫了,那么下一秒你就失去了;就如机会,这一刻你抓住了,那么下一刻你就成功了!

捉迷藏	34
17 岁的礼物	35
又多一个人爱你	37
爱情的保质期有多久	38
意外情人	40
别碰他——他是有太太的人	42
感情世界的女人种种	44
爱情、忠诚	47
谁都不会疯	49
过了明天,你会明白该怎样去爱	50
白马王子与孟姜女	52
新嫁娘的前夜	54
当他不爱你的时候	56
完美的误区	59
莫问旧时伤	60
下一站:缘分	61

钻石的心	/ 62
刹那间的爱情细节	/ 64
爱具有简洁的内涵	/ 66
爱情细节	/ 67

卷三 婚姻携幸福而来

有人说,婚姻是人生重要的选择;它可能是一场爱情的结束,也可能是一场爱情的开始。有人说,婚姻是一场特殊的战争,注定战事不断;停停打打,没有胜负;不排除有人弃战而逃,但他终究还要投入另一场战争。

梦语	/ 72
聪明的女人	/ 74
婚姻的数学概念	/ 75
谈谈“惧内”	/ 77
给先生的话	/ 79
女人,别让男人看不起	/ 81
爱需要空间	/ 83
深深的爱	/ 85
妻子的哲学	/ 87
太太的分量	/ 90
两根手指的舞蹈	/ 92
幸福女人只睁一只眼	/ 94
婚姻的第一堂课	/ 95
放开不等于失去	/ 98
套在心上的戒指是爱情回家的借口	/ 99

她哲学

女人一生最应拥有的100种人生态度

丈夫的情书	/ 101
围城里的鸵鸟	/ 104
一个老婆的8年心得	/ 105
珍惜感情	/ 107
背后的拥抱	/ 108
人生何必做怨妇	/ 110
爱情是尖椒炒肉丝	/ 113

卷四 人生中那些不如意的事

人生难免不如意,面对痛苦,不同的人有不同的心境。生活平淡如水,放点糖它就是甜的,放点盐它就是咸的,想调什么样的味道,全在于自己的心境。心胸放开了,什么样的伤害也就都微不足道了。

人生的两个机会	/ 116
为什么我会如此	/ 117
烦恼只是投影	/ 121
微笑着面对生活	/ 122
8%的烦恼	/ 124
你只是别人的插曲	/ 125
当人生进入黑夜	/ 126
丑人志	/ 127
你会痊愈吗	/ 130
事情并不总像看起来那样	/ 131
希望的力量	/ 132
不要被风雪吓倒	/ 134

目 录

命运出错我不能错	135
逼出来的坚强	137
花钱买欢乐	140
爱原来可以如此豁达	142
忘掉忧伤	143
疼痛的感觉	144

卷五 凡尘的男人和女人

如果说男人是太阳,女人是月亮,那么,日月同辉就组成了美妙的世界。如果说男人是风,女人是雨,那么,风伴雨走,雨随风行,便是一道人世间的风景。

男人/女人(节选)	148
男人来自火星,女人来自金星(节选)	152
他的夫人	156
一个男人一天里的撒谎记录	158
程序控制的丈夫	160
男人的话打几折	162
中国式男女分手	164
男友女友不一样	165
女人与年龄	166
互相圆谎,男人都是这德行	168
谁在你心里	171
永不说出的秘密	172
女人,其实嫁谁你都会后悔	174

她哲学

女人一生最应拥有的120种人生态度

倔强仙人掌	176
泼妇	178
两个女人的故事	180
女人嫁给你,就是要你来疼的	182
两个嫁不掉的 30 岁女人的故事	185
一个女人的前半生	187
妇人之见	189

卷六 人生的杂谈与杂悟

在短短的一生中,总有一些故事在不经意的日子轻轻流淌,也总有一些人生的感悟在心神不宁的夜,可以一个人细细体味。这样的过程,让人生备感宁静与平和……

人生的圆圈	192
什么是你生命中的大石头	193
与你无关	194
老鼠去海边	196
一粒种子里有什么	197
活着多好	198
不要急	199
成熟的麦穗懂得弯腰	201
毛毛虫怎样过大河	203
宽容与友善	204
上帝最著名的公平独白	205
山不过来,你就过去吧	207

目

录

牵蜗牛散步	/ 208
在一叶花瓣上细数阳光	/ 209
取舍之间	/ 211
每天都是一份礼物	/ 213
人的一生如何度过	/ 214
长夜如歌	/ 216
10 年里,我做了什么	/ 219
后记	/ 222

她 哲学

ta zhe xue

卷一 缘自心灵的智慧之美

生活是一扇必须由内而外打开的门，而打开这扇门的钥匙就是心灵智慧。

一个微小的人生体悟、一种从容且和谐的心态、一个缠绕一生的梦想、一次由内而外的思想变革，甚至那无数的心灵涤荡，这都是缘自心灵的智慧。当我们将思想细化，回归生命，聆听心灵深处最真实的声音，便会获得心灵宁静的力量，真正拥有健康、快乐、智慧的人生！

感悟女人心

每个女人一生中都会铭记一个字，那就是：爱。爱父母，爱孩子，爱丈夫，爱他人，爱生活……一个女人，只有走过枝繁叶茂的季节，跨过花香四溢的花径，她才会明白，还有一个更深刻、更重要的情怀被忽略了，那就是：爱自己！

安琪拉确实不同以往了，这点从她的眼眸里可以看出，那里面不再弥漫着委屈的臣服。

安琪拉的心语

芭芭拉 / 文

当安琪拉只有两岁的时候，她的父母亲就告诉她，她必须听从所有人说的话。如果她不遵守这一条规则，就得挨耳光，然后被送上楼去睡觉。

最后，安琪拉成为了最听话的小孩。她从不生气，也绝不会乱使性子。不管她的父母说什么，她都视为金科玉律。

安琪拉在学校也是品学兼优。她的老师说，她教养良好，端庄文静。可是安琪拉的内心世界，却是他们永远也无法了解的。

安琪拉的朋友很多，他们知道她是那种会为他人赴汤蹈火的女生，即便她染上感冒，确实需要休息时，只要有人问她能否伸出援手，她还是会回答没问题。

安琪拉 32 岁时，已是位律师的太太。她拥有房子、舒适的生活和一个 4 岁的小女孩。当有人问她感觉如何时，她总是回答：“不错”，“很好”。

但是在一个临近圣诞节的夜晚，家人都已入睡后，她却辗转难眠。因为突然有一个可怕的想法在她的脑海中盘旋不去。不知道为什么，也不明白这个念头是如何产生的，她竟然希望走向生命的尽头。

这时，她突然听到发自内心深处的一个轻柔低沉的声音，那个声音只说了一个字，就是……不。

从那一刻起，安琪拉突然真正明白了她应该怎么办。她此后一生的快乐将全仰赖于这个字。以下就是她所爱的人听到的心语：不，我十分不愿意；

不,我不同意;不,那应该由你去负责;不,我认为那是不对的;不,我需要其他的东西;不,我伤得很深;不,我累了;不,我很忙;以及,不,我宁可不干!

她的家人为她的改变感到震惊,她的朋友表示诧异。安琪拉确实不同以往了,这点从她的眼眸里可以看出,那里面不再弥漫着委屈的臣服。就在神奇的那一晚,安琪拉懂得了一个人在有些时候必须说不。

现在,安琪拉以做好一个有独立人格的人为先,然后她才是一个母亲和妻子。她开始有了属于自己的独立生活。她和许多奋斗中的女人一样具有天分和野心,她有情绪、需要和目标。

对自己的儿子和女儿,她说:“顺从虽无不好,但是如果你不懂得说不,那么你将永远无法彻底成为你想成为的人。由于我知道我有时会出错,也由于我如此深爱你们,所以,即使你们对我说不,我也一样很爱你们。而你们,也永远都是我的天使。”

感悟女人心

不仅男人认为女人是“弱者”,即使是女人自己往往也乐于承认自己是“弱女子”。其实,生活中真实的情景往往是这样的——微笑的女人最自信,自信的女人才美丽,能掌控自己命运的女人才最令人羡慕和尊重!

新婚的夜晚来临了,加温依然坚强地面对可怕的夜晚,走进新房。将是怎样的景象在等待着他呀!

女人真正想要的是什么

佚名 / 文

一天,口语老师给我们讲了这样一个故事:

年轻的亚瑟国王被邻国的伏兵抓获。邻国的君主被亚瑟的年轻和乐观所打动,没有杀他。并承诺只要亚瑟可以回答一个非常难的问题,他就可以给亚瑟自由。亚瑟有一年的时间来思考这个问题。如果一年的时间还不能给他答案,亚瑟就会被处死。

这个问题是：女人真正想要的是什么？

这个问题连最有见识的人都困惑难解，何况年轻的亚瑟，对于他这是一个无法回答的问题。但总比死亡要好得多，亚瑟接受了国王的命题——在一年的最后一天给他答案。

亚瑟回到自己的国家，开始向每个人征求答案：公主，妓女，牧师，智者，宫廷小丑。他问了所有的人，但没有人可以给他一个满意的回答。人们告诉他去请教一个老女巫，只有她才知道答案。但是他们警告他，女巫的收费非常高，因为她昂贵的收费在全国是出名的。

一年的最后一天到了，亚瑟别无选择，只好去找女巫。女巫答应回答他的问题，但他必须首先接受她的交换条件：和亚瑟王最高贵的圆桌武士之一，他最亲近的朋友——加温结婚。亚瑟王惊骇极了，看看女巫：驼背，丑陋不堪，只有一个牙齿，身上发出臭水沟般难闻的气味，而且经常制造出猥亵的声音。他从没有见过如此不和谐的怪物。他拒绝了，他不能强迫他的朋友娶这样的女人而让自己背负沉重的精神包袱。

加温知道这个消息后，对亚瑟说：“我同意和女巫结婚，没有比拯救亚瑟的生命和保存圆桌更重要的事了。”于是婚礼宣布了。女巫于是回答了亚瑟的问题：

女人真正想要的是主宰自己的命运。

每个人都立即知道女巫说出了伟大的真理，亚瑟的生命被解救了。于是邻国的君主放了亚瑟王并给了他永远的自由。

来看看加温和女巫的婚礼吧，这是怎样的婚礼呀！亚瑟王在无法解脱的极度痛苦中哭泣。加温一如既往地谦和，而女巫却在庆典上表现出她最坏的行为：她用手抓东西吃，打嗝，放屁，让所有的人感到恶心、不舒服。

新婚的夜晚来临了，加温依然坚强地面对可怕的夜晚，走进新房。是怎样的景象在等待着他呀！一个他从没见过的美丽少女半躺在婚床上！加温惊呆了，问她到底是怎么回事。美女回答说，因为当她是丑陋的女巫时加温对她非常的好，于是她在一天的时间里一半是她可怕的一面，另一半是她美少女的一面。

女巫问加温，想要她在白天或夜晚是哪一面呢？

多么残酷的问题呀！加温开始思考他的困境：在白天向朋友们展现一个美丽的女人，而在夜晚，在他自己的屋子里，面对的是一个又老又丑如幽灵般的女巫呢？还是选择白天拥有一个丑陋的女巫妻子，但在晚上与一个美丽的女人共同度每一个亲密的时刻？

如果你是加温,会怎样选择呢?

第二天的口语课上,答案五花八门,归纳起来也就是两种:一种选择白天是女巫,夜晚是美女,理由是妻子是自己的,不必爱慕虚荣,苦乐自知就可以了;一种选择白天是美女,因为可以得到别人羡慕的目光,至于晚上,可以在外作乐,回到家里,漆黑的屋子,美丑都无所谓了。

老师听了所有同学的答案,没有说什么,只是问我们是否想知道加温的回答。大家说当然想。老师说:“加温没有做任何选择,只是对他的妻子说:‘既然女人最想要的是主宰自己的命运,那么就由你自己决定吧。’于是女巫选择白天夜晚都是美丽的女人。”

所有的人都沉默了——竟没有一个人作出加温的选择。

感悟女人心

女人之美,有三个层次,一是美丽、二是魅力、三是心境。女人的成熟,更多显现在宽容豁达、神闲气定的心境之中。心境的成熟,乃女人成熟的要义所在。

做女孩的时候,只有当一棵树开花时才觉得它是最美的,目光被花瓣吸引了,日记整日翻开着,激动不已地歌颂那满树的芳菲。

生命本质的香

莫菲 / 文

家族中的一个小妹对我说:“姐,我有男朋友了。”

我说:“是吗?他对你好不好?”

小妹抿着嘴笑了,说:“我猜你就会问这个问题。你知道吗?当我跟人说我恋爱的事,我发现,所有结了婚的女人都会这么问——他对你好不好?而所有没有结婚的女人却一律问我——他长得帅不帅?”

我也笑起来。倏得忆起了自己刚刚做了妈妈时的情形。未婚的姐妹打来电话,开口就问:“喂,小家伙长得漂不漂亮?”而结了婚的姐妹则一定会问:“喂,孩子的奶够不够吃?”