

Abstract

[illegible]



目录



第一章

学会做人是女人一生的课题

学会做人，是女人生活的艺术，也是获得安宁取得成功的捷径。一个懂得做人艺术的女人，才不会为世俗牵绊，才能拥有恬淡而快乐的心情，才懂得创造与享受生活，潇洒从容地走过一生。

目 录

1. 学会做人的女人才能拥有幸福的人生 (3)
2. 女人要承担生活的压力，也要享受生活的赐予 (6)
3. 女人一生要多数数手里的牌，而不是出过的牌 (9)
4. 女人一生载不动太多的物欲与虚荣 (12)
5. 善良的女人是人间的天使 (14)
6. 女人一生路不平，宽容忍让解开千千结 (17)
7. 在困境中依然微笑，是女人的一种智慧和勇气 (19)
8. 女人追求完美不是错，错的只是过分的苛刻 (22)
9. 太多的美好值得追求，聪明的女人却学会了知足 (25)
10. 女人要珍惜和善待生命，
才能让痛苦和烦恼变得渺小 (27)
11. 微笑面对人生的七个心法 (30)
12. 女人应掌握的六种宽容之法 (32)
13. 善良女人的生活处处充满阳光——倪萍 (35)





第二章

心态是伴随女人一生的影子

一位哲人说：“你的心态就是你真正的主人。”

一位伟人说：“要么你去驾驭命运，要么是命运驾驭你。你的心态决定谁是坐骑，谁是骑师。”

最快乐的女人并不认为一切东西都是最好的，而是满足于自己已有的一切；最幸福的女人并不认为生活都是一帆风顺的，而是用积极的心态对待生活。女人的心态控制了她的行动和思想，决定了女人的视野、事业和成就。

1. 女人的左手握着心态，右手握的是与之相连的命运 (41)
 2. 女人一生最大的挑战，就是战胜自己 (43)
 3. 乐观就像女人的镜子，你给它微笑，它就还你美丽 (45)
 4. 平常心让女人拥有真实的幸福 (47)
 5. 坦然接受自己的女人，才能快乐一生 (50)
 6. 嫉妒点燃了女人的热情，同时也毁了女人的平静 (53)
 7. 自卑女人终将在生活的洪流中失去自己 (56)
 8. 消极的心态，会让女人在悲观中迷失自己 (59)
 9. 青春不只是女人靓丽的容颜，更是一种年轻的心态 (62)
 10. 女性心理放松四法 (65)
 11. 女性成功的九大心理要素 (67)
 12. 积极的心态，与众不同的人生 (70)
- 达因集团董事长张璨 (70)



第三章 习惯左右女人的一生

习惯虽小，却影响深远。习惯像影子一样伴随女人的一生，在不知不觉中，经年累月影响着女人的行为方式，决定着女人的思维习惯，正是这点点滴滴的差异，让女人有了各自不同的人生。

目 录

1. 习惯是女人不同人生的分水岭 (75)
2. 命运随女人的习惯而转动 (78)
3. 世间有太多的诱惑，女人要为自己点一盏心灯 (81)
4. 克服女人的依赖，不要把命运托付于他人 (84)
5. 常给他人留点余地，脚下的路才越走越宽 (87)
6. 纷繁的世界里，女人需要保持理智 (90)
7. 女人坚持到底，才能品尝到成功的盛筵 (93)
8. 目光短浅的女人，永远看不到远方的风景 (96)
9. 充满竞争的社会，女人要抛弃优柔寡断的毛病 (99)
10. 幸福女人的六个好习惯 (102)
11. 成功女性的八种品质 (105)
12. 培养好习惯的七招攻略 (107)
13. 在创新的路上不断前行的女人 ——陈鲁豫 (110)





第四章



有修养与内涵的女人 才是一朵常开不败的花

开阔的胸怀、水样的灵性、出众的才华、丰富的阅历，这些都是女人修养与内涵的表现。女人的容颜终会随着时间的流逝而褪色，甚至消失得无影无踪，而这些却可以经久不衰、魅力永存。这份真正的美丽是女人经过岁月的洗礼而成就的，它就像秋天里弥漫的果香一样，由内而外散发出来。

1. 岁月抹去女人的容颜，
却能让有内涵的女人永远年轻 (115)
2. 修养与内涵是女人的宝藏 (118)
3. 人生的舞台丰富多彩，优雅别致的女人风光独好 (121)
4. 漂亮的女人让人欣赏，聪明的女人令人钦佩 (124)
5. 腹有诗书气自华，读书的女人有一种内在的芳香 (127)
6. 内秀的女人能不断为自己“充电” (130)
7. 有修养的女人要操纵好情绪的转换器 (133)
8. 扩大心灵的格局，女人用恢弘的气度打开修养的门 (136)
9. 内涵女人的四种武器 (139)
10. 发掘最有修养的女人气质 (141)
11. 言谈举止尽显女人修养 (143)
12. 魅力是成就女人梦想的一把利剑
——埃及艳后的非凡才智 (146)



第五章 家庭需要女人用心去营造

家是女人永远的港湾，拥有一个属于自己的家，女人可以在这里得到彻底的放松。聪明的女人，懂得用才智来设计一个温馨的家，她会由内到外，从整体到细微处，倾情装饰她的家，营造自己的空间。当然，女人爱家不仅仅是外表的装饰，她还懂得营造温馨的气氛，关心自己的丈夫，呵护自己的孩子，用心经营一个爱的港湾。

目 录

1. 外面的世界充满风雨，聪明的女人营造一个温馨的家 (151)
2. 家庭需要女人经营，爱情更需要女人的呵护 (154)
3. 女人的爱是男人前行的一盏灯 (157)
4. 爱是女人手里的沙，若不懂珍惜，它将颗粒全无 (160)
5. 平淡的婚姻才是女人握在手里最真切的幸福 (163)
6. 善于奉献的女人，能让家庭更温暖 (167)
7. 营造浪漫的女人，更能发掘生活的情趣 (170)
8. 家庭生活是平朴的，女人用甜言蜜语为爱加温 (173)
9. 女人让男人感动的五个细节 (177)
10. 好妻子的三把“温柔刀” (180)
11. 维持美满婚姻的秘诀 (183)
12. 好女人懂得为丈夫撑起另一片天——李巍 (186)





第六章

善于社交的女人才更有成功的机会



女人在通往成功的路上更多的是战胜自己，而不是战胜他人；更多的是与他人相互合作，而不是与他人相互竞争。良好的人际关系是女人成功的重要因素，是女人在生活上、事业上的重要资源。那些善于发掘和利用社交优势的女人，更容易获得成功的机会。

1. 女人的好人缘，带来好机缘 (191)
2. 学会与不同的人交往是女人一生的资本 (194)
3. 女人的真诚是打开心灵之门的钥匙 (197)
4. 温柔是女人社交的通行证 (200)
5. 给别人的自尊留点空间，是女人与他人交往的底线 (202)
6. 微笑的女人能开启一扇扇紧闭的门 (205)
7. 帮助他人是女人最有价值的储蓄 (208)
8. 语言是把“双刃剑”，
它能助你成功，也能让你失败 (211)
9. 适当地赞美，是女人送给他人最好的礼物 (214)
10. 畅游男人世界的五个技巧 (217)
11. 让别人喜欢你的六个秘诀 (220)
12. 打造成功人际关系网的十条策略 (223)
13. 长袖善舞的一代女皇——武则天 (227)



第七章 事业是女人的支柱

现代女性最珍贵之处就是能够拥有自己独立的事业，它能给女人以精神的寄托，让女人不再单纯地局限于家庭生活。有人说，有事业的女人才是独立的。是的，正因为有了事业，女人才有拼搏的勇气，才有了上进的动力，才有女人的神采奕奕。

- 1. 事业是女人独立的基石，它使女人撑起一片天 (233)
- 2. 女人要把工作当作事业而不是赚钱的工具 (236)
- 3. 女人不仅要爱一行干一行，还要干一行爱一行 (239)
- 4. 事业成功是漫长的过程，它需要女人执著的追求 (242)
- 5. 女人需要找准自己的位置，才能抵达成功的彼岸 (245)
- 6. 成功需要女人能干、会干，更要会表现 (248)
- 7. 通往成功的路有千万，勤奋是最短的那条 (251)
- 8. 抛去权利的虚名，女人才能拥有真正的快乐 (254)
- 9. 女人要勇于尝试，
 有时候“敢做”比“会做”更重要 (257)
- 10. 女性走向成功的八个策略 (260)
- 11. 掌握自己的命运，追逐自己的事业
 ——卓越网总裁王树彤 (263)



第一章

学会做人是



女人一生的课题



学会做人，是女人生活的艺术，也是获得安宁取得成功的捷径。一个懂得做人艺术的女人，才不会为世俗牵绊，才能拥有恬淡而快乐的心情，才懂得创造与享受生活，潇洒从容地走过一生。

学会做人的女人才能拥有幸福的人生

女人的一生中，只有懂得艺术地做人，才能从容穿越生活的风雨，迎来七色的彩虹；才能在世态炎凉的冰河中，荡起温暖的双桨，赢得热烈的拥抱；才能拥有和睦温馨的家，在爱的蜜汁中享受人生的快乐；才能最终避开人生的陷阱，稳健步入生活的繁华。

曾经有一位多愁善感的女人卧病在床，一天，她打开家里南面的窗户，看见一行送葬的队伍，那撕心裂肺的哭声让她忍不住百感交集，泪流满面。

在家照顾她的母亲看见后，赶紧把她叫到北面的窗户前，推开窗户让她看外面的世界。结果她看见一户人家正在举办婚礼，一派喜庆的气氛慢慢感染了她，她禁不住露出了难得的笑容。

于是，母亲语重心长地对她说：“孩子啊，人生有悲剧也有喜剧，有成功也有失败，有痛苦也有欢乐，你不能只推开一扇窗户，只看到一面风景。那样，你将永远感受不到真正的人生意义！”

她在黑暗中想了一夜，明白了一个道理：女人的一生就是学会做人的过程，无论身处怎样的环境，都不要忘了做一个快乐的女人；女人的一生应该学会珍惜和掌握自己的命运，做个坚强的女





人。

“人的命运在自己的手中。”怎样做人，由女人自己做主；做什么样的人，也是由你做主。你选择了怎样的做人方式，你就是选择了怎样的人生。世界上从来就没有什么救世主，也没有可以让人一劳永逸的好事。生活是不断进行着的，如果把做人比作“因”，那么命运就是“果”。只有懂得了做人的真谛，女人才能真正领悟“做人”之于人生的重要意义。

两个要好的女人曾经是邻居，那时候她们八岁。暴风雨后的一个早晨，她们在海边玩，浅水洼里，留下了许多前一天晚上被暴风雨卷上岸来的小鱼。太阳烘烤着浅滩，用不了多久，这些小鱼就会随着水的蒸发而变成鱼干。

第一个女孩不露声色，将小鱼拣起来放在用自己衣服做成的布袋里。第二个女孩则将鱼捡起来，扔进大海，她的脸上写满了焦急，生怕动作慢了救不了更多的小鱼。

十年后，第一个女人考入了很有名望的学校学经济管理，她是个要强而冷漠的女人。第二个女人则考入了医学院。

二十年后，第一个女人将生意做得红红火火，第二个女人在一家医院任职，工作兢兢业业，待人和气有加。

三十年后，第一个女人用金钱开路走上了政坛，当选当地最年轻的副市长；第二个女人仍在医院工作，她也在医学上很有造诣，是当地非常有名望的医生。

四十年后，她们的人生出现了大逆转。

第一个女人被关进监狱，她的脸上写着深刻的疲惫，三十年了，凡是对自己无利的事坚决不做，而对自己有利的事则无孔不入，年近五十的人了，却因行贿受贿失去了自由。她的眼前再次浮现出海滩上的一幕：一条条小鱼瞪着绝望的眼睛，在布袋里垂死挣扎。

第二个女人现在已经是当地有名的医生。她也会经常想起海滩

的印象，她常常对自己说，“我救不了所有的人，但我会尽我的能力救更多的人。”

女人一生的种种不幸和磨难，很大程度上是缘于自己的过错。两个女人不同的命运，并不取决于她们的能力，而是做人的方式。女人要改善命运，就必须学会先做好自己，只有首先把握了自己，才能有效地把握他人，以至最终把握世界。



第一章 学会做人是女人一生的课题

智慧箴言：

一些女人之所以能够品尝成功的盛筵，成为幸运的宠儿，往往并不是因为她们比别人付出了更多的努力、经受了更多的辛苦，而是因为她们掌握了做人的道理；相反，有的人虽然付出很多，终其一生都很上进，但却总是不走运，最终平庸了一辈子，这并不是命运捉弄了她们，而是很多时候，她们没有掌握好做人的方法。





女人要承担生活的压力， 也要享受生活的赐予

“每个女人都在追求生活的深刻和完美，却忽视享受那自然而简约的快乐！”一个女人来到世上，没有理想、没有追求，只是为了享受，但如果不去承受痛苦，她就享受不到生活赐予的真正意义上的幸福。如果女人一味地追逐，而不知道停下来欣赏生命的美丽，这样的人生也不会很精彩。女人既要享受痛苦，也要享受生活，这样的人生才是完美而有价值的。

有这样一个故事：在非洲草原上，太阳即将升起，一头狮子对自己说：“我必须奔跑，这样才能追上跑得最慢的羚羊，不至于被饿死。”

一只羚羊对自己说：“我必须奔跑，才不会被狮子咬死。”生活中女人不也和那狮子与羚羊一样，整天为了不同的追求而“奔跑”，有的人是为成功而奋斗，而有的人却只是因为别人跑，所以自己也跟着跑。然而，成功无止境，奋斗无休止，奔跑的日子遥遥无期。

当然，不能完全否认“奔跑”的正面作用，因为没有奋斗，便没有进步。但是，眼下有些女人却是在无休止地跑，时刻都不停



地跑。在这种氛围下，许多女人一边“奔跑”，一边被疲惫、挫折感、危机感、失落感缠身，且与日俱增。难道女人的人生就是狮子与羚羊你死我活般的对局吗？难道我们的理想就是在气喘吁吁的奔波劳苦中攫取吗？如果女人奋斗终生就是像狮子一样为了找口饭吃，就是为了吃得更好些，住得更舒服一些，那人生是不是乏味了？生命中难道仅有奋斗和痛苦吗？

人生不是你死我活的战场，也不必怀着不成功便成仁的决绝，如果你想奔跑，希望能像阿甘那样：“有一天，我忽然想跑步，于是我就跑了起来。”无论道路多长，都跑得兴高采烈；无论多少人追随，都跑得心无旁骛，有一天不跑了，就转身而去，也无需顾及身后多少人在评论是非。

生命不是一个奔跑的过程，当然，它也不会是一个只图享受的过程。任何有失偏颇的人生都不会是完整的，也不会是幸福的。

上帝问三个女人：“你们来到人间是为什么呢？”

第一个女人回答：“我来这个世界是为了享受生活。”

第二个女人回答：“我来到这个世界是为了承受痛苦。”

第三个女人回答：“我既要承受生活给我的磨难，又要享受生活赐给我的幸福。”

上帝给前两个女人打了 50 分，给第三个女人打了 100 分。因为前两个只答对了一半，而第三个才答对了人生的价值观。

如果像中世纪苦修教士一样，穿着粗布扎人的内衣以求自虐，那么，这样的人生算是幸福吗？

一位女富翁，劳苦了一辈子，有很多的家产，可钱对她来说只有两种用途——盛年时候吃饭和暮年时候吃药。她从来没有好好享受过读书、运动、娱乐和大自然无穷无尽的乐趣。这样的女人活上一辈子，还有什么意义可言呢？



女人一生要明白的88个道理



智慧箴言：

生活不是一场必须拿满分的考试，生活更像一个足球赛季，最好的球队也可能会输掉其中的几场比赛，而最差的球队也有自己闪亮的时刻。女人所有努力就是为了赢得更多的比赛。当女人能够继续在人生的比赛中前进并珍惜每场比赛时，女人就赢得了自己幸福的人生。



3

女人一生要多数数手里的牌， 而不是出过的牌

最美好的东西在女人眼里只有两种：一种是未得到的；另一种是已失去的。

对于未曾得到的，女人还有时间和机会去追求。

对于已失去的，女人只能有无尽的怀念。

有些女人总是爱回想过去，却忽略了手中最珍贵的现在，忽略了就在身边的幸福，再回首的时候，你会觉得自己快乐吗？

有个女人心气极强，她曾经非常辉煌，年少得意，不到而立之年便已事业有成，周围的人们无不羡慕她的才干。但是，谁也不会知道，生活的下一步会发生什么。一次意外，让她失去了所有，甚至债务缠身。

身边的朋友一个一个离她远去，未婚夫也找种种借口不愿意见她。她似乎从人生的巅峰，一下子跌到了谷底。她想：原来幸福就是这样的缥缈，一个不小心就丢了身边的一切。想想过去的成功，看看现在狼狈的样子，她觉得一切都是那么让人难以置信。

日子还要过下去吗？女人找不到出口。于是，她决定将所有的固定资产变卖了还债，她不能对不起自己的良心，然后她决定自

