

改变女人一生的智慧书系

女人一生 要懂得的 100个 哲理

□ **细品**枕边细语，**感悟**人生哲理，**学做**智慧女人。

□ **读懂**人生哲理，**改变**人生命运！

□ **解读**100种人生困惑，**收获**最宝贵的人生经验，**做**最成功的**幸福**女人。

梅子 著

中国三峡出版社



女人 一生 要懂得的 100个 哲理

梅子 著

中国三峡出版社

图书在版编目(CIP)数据

女人一生要懂得的 100 个哲理 / 梅子 著. —北京: 中国三峡出版社, 2009.4
ISBN 978-7-80223-494-9

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 034202 号

中国三峡出版社出版发行

(北京市西城区西廊下胡同 51 号 100034)

发行部电话: (010) 66112758 66116828

<http://www.e-zgsx.com>

E-mail: sanxiaz@sina.com

北京振兴华印刷有限公司印刷 新华书店经销

2009 年 6 月第 1 版 2009 年 6 月第 1 次印刷

开本: 710×1000 毫米 1/16 印张: 15

字数: 150 千字

ISBN 978-7-80223-494-9 定价: 29.80 元



前言

FOREWORD

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悄悄伸出的一双有力的手;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,当华发改变了你的容貌,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,欣赏一滴露珠的色彩;艳阳高照的时候读她,感受一弯清泉的滋味;月光如泻的时候读她,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你的心田,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般那么清澈透明,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! 每一位女性都应该让自己在平凡的人生中流光溢彩!

目录

CONTENTS

第1章

丰富的人生不排斥磨难——改变命运,先要改变内心

- 002 肥皂泡里看到彩虹
- 004 改变命运,先要改变内心
- 006 不要回头看摔碎的瓦罐
- 008 美丽的石头城堡
- 010 大鱼奔大江
- 012 女人心中怕做强人,注定就是弱者
- 014 如果有个柠檬,就做一杯柠檬水
- 016 只有泥泞的道路才能留下脚印
- 017 打碎的咖啡杯
- 019 胆小如鼠的骑士

第2章

错过花,你将收获雨——学会选择,懂得放弃

- 022 5 把小茶壶



- 021 非走不可的弯路
- 026 心软,却徒然伤害了自己
- 028 别为小事烦恼
- 029 你肩上有蝴蝶吗
- 032 知足女人最懂幸福
- 034 圣诞夜的歌声
- 038 失去是一种获得
- 040 盲目的悲哀
- 044 贪婪的极致是虚无
- 048 不要让篮子空着

第3章



为自己多开一扇门——做个方圆有道的优雅女人

- 046 做个聪明的“傻”女人
- 047 圆熟的女人最受欢迎
- 049 捡起地上的鸡毛
- 051 当你遭遇怨恨循环
- 053 把自己放低
- 054 对别人真诚地感兴趣
- 057 水温够了茶自香
- 059 为别人考虑,多付出一点点
- 060 想当孔雀的乌鸦
- 062 记住别人的名字
- 064 不要告诉人家你更聪明
- 067 把别人的私事当成过眼的风景



第4章

清香落,花满肩——做一个有心眼的灵动女人

- 072 站在前排才有机会
- 075 小事也要全力以赴
- 076 不要省略与陌生人的距离
- 078 掉进井中的驴
- 079 身边的能人会助你成功
- 082 重视别人
- 084 学会赞美别人
- 086 把精力集中在一件事上
- 089 送到嘴边的肥肉不能吃
- 091 说话莫说绝,伤人别伤心

第5章

当习惯成了自然——习惯成就了女人一生的韵味

- 094 习惯就是女人的方向盘
- 096 克服女人的依赖
- 098 女人要抛弃优柔寡断的毛病
- 100 命运随女人的习惯而转动
- 103 养成良好的工作习惯
- 105 每天抽出一小时
- 108 腹有诗书气自华
- 110 善良的女人是人间的天使
- 112 生活精致离不开品位

第6章

你的右手,我的左手——幸福的钥匙永远在女人手中

- 116 爱情是一捧沙
- 118 爱情中我们互为园丁
- 120 爱情与酒一样会被时间偷偷喝掉
- 122 下一个他才是你幸福的归宿
- 124 一杯柠檬茶
- 126 千万不要考验爱情
- 129 不妨做个懒女人
- 131 经营婚姻的手法是奉献
- 133 家庭公式
- 134 聪明的女人懂得给男人面子
- 136 放大羞涩的诱惑力
- 137 当你的丈夫变成穷光蛋的时候
- 140 女人为爱会改变
- 141 “青草娃娃”的爱
- 143 好女人懂得为丈夫撑起另一片天

第7章

做一根独立的肋骨——事业是女人最坚实的依靠

- 146 完美的工作
- 148 给自己一片悬崖

- 149 做一朵职场解语花
- 151 女主管不是稻草人
- 158 把脾气和眼泪寄存在办公室之外
- 163 做刺猬,面对伤害展开尖锐的刺
- 165 别等待,主动寻找伯乐去
- 169 不要成为“没有声音的人”
- 173 把敬业变成习惯
- 175 女人要把工作当做事业,而不是赚钱的工具
- 177 女人不仅要爱一行干一行,还要干一行爱一行

第 8 章

送人玫瑰,手留余香——善待他人,珍惜自己

- 182 嫉妒是心里的魔鬼
- 184 送人玫瑰,手留余香
- 186 荒芜的花园
- 188 怀有成为珍珠的信念
- 189 只有你自己注意自己
- 191 善于原谅别人
- 194 用微笑征服世界
- 197 对手不等于敌人
- 199 拉希德的梳子
- 201 善待不理解
- 203 感谢一杯牛奶
- 204 提灯笼的盲人
- 206 上帝不愿听见的谎言



第9章



人生是单行线——学会生活，懂得享受

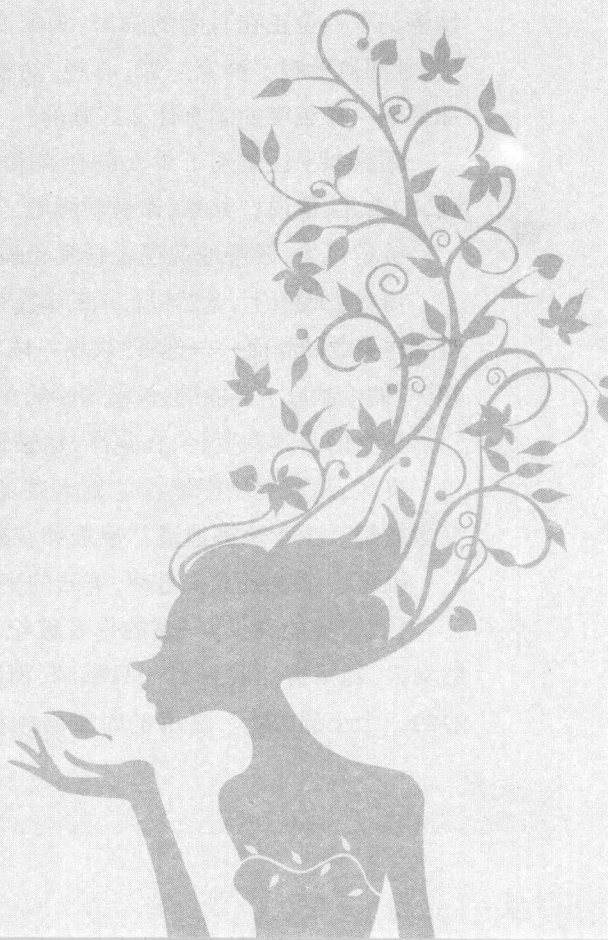
- 210 保持自己的本色
- 211 活在今天
- 211 有裂缝的水罐
- 215 把生活当成艺术
- 217 要懂得欣赏自己的生活
- 219 学会品味孤独
- 221 没有什么能让我们快乐，只有我们自己
- 225 坦然接受自己的女人，才能快乐一生
- 227 享受现有的生活



第1章

丰富的人生不排斥磨难 ——改变命运，先要改变内心

肥皂泡里看到彩虹
改变命运，先要改变内心
不要回头看摔碎的瓦罐
美丽的石头城堡
大鱼奔大江
女人心中怕做强人，注定就是弱者
如果有个柠檬，就做一杯柠檬水
只有泥泞的道路才能留下脚印
打碎的咖啡杯
胆小如鼠的骑士





肥皂泡里看到彩虹

生活的美与丑,全在我们自己怎么看。如果你将心中的丑陋和阴暗面彻底放下,然后选择一种积极的心态,懂得用心去体会生活,那你就会发现,生活处处都美丽动人。



一个对生活极度厌倦的绝望少女,她打算以投湖的方式自杀。在湖边她遇到了一位正在写生的画家,画家专心致志地画着一幅画。少女厌恶极了,她鄙薄地睨了画家一眼,心想:幼稚,那鬼一样狰狞的山有什么好画的!那坟场一样荒废的湖有什么好画的!

画家似乎注意到了少女的存在和情绪。他依然专心致志、神情怡然地画,一会儿,他说:“姑娘,来看看画吧。”

她走过去,傲慢地睨视着画家和画家手里的画。

少女被吸引了,竟然将自杀的事忘得一干二净,她真是没发现过世界上还有那样美丽的画面——他将“坟场一样”的湖面画成了天上的宫殿,将“鬼一样狰狞”的山画成了美丽的、长着翅膀的女人,最后将这幅画命名为“生活”。

少女的身体在变轻,在飘浮,她感到自己就是那袅袅婀娜的云……

良久,画家突然挥笔在这幅美丽的画上点了一些杂乱的黑点,似污泥,又像蚊蝇。少女惊喜地说:“星辰和花瓣!”

画家满意地笑了:“是啊,美丽的生活是需要我们自己用心发现的呀!”

《我希望能看见》一书的作者彼纪儿·戴尔是一个几乎瞎了50年之久的女人,她写道:“我只有一只眼睛,而眼睛上还满是疤痕,只能透过眼睛左边的一个小洞去看。看书的时候必须把书本拿得很贴近脸,而且不得不把

我那一眼睛尽量往左边斜过去。”

可是她拒绝接受别人的怜悯，不愿意别人认为她“异于常人”。小时候，她想和其他的小孩子一起玩跳房子，可是她看不见地上所画的线，所以在其他的孩子都回家以后，她就趴在地上，把眼睛贴在线上瞄过去瞄过来。她把她的朋友所玩的那块地方的每一点都牢记在心，不久就成为玩游戏的好手了。她在家里看书，把印着大字的书靠近她的脸，近到眼睫毛都碰到书本上。她得到两个学位：先在明尼苏达州立大学得到学士学位，再在哥伦比亚大学得到硕士学位。

她开始教书的时候，是在明尼苏达州双谷的一个小村里，然后渐渐升到南德可塔州奥格塔那学院的新闻学和文学教授。她在那里教了13年，也在很多妇女俱乐部发表演说，还在电台主持谈书和作者的节目。她写道：“在我的脑海深处，常常怀着一种怕完全失明的恐惧，为了克服这种恐惧，我对生活采取了一种很快活而近乎戏谑的态度。”

然而在她52岁的时候，一个奇迹发生了。她在著名的梅育诊所施行了一次手术，使她的视力提高了40倍。一个全新的、令人兴奋的、可爱的世界展现在她的眼前。

她发现，即使是在厨房水槽前洗碟子，也让她觉得非常开心。她写道：“我开始玩着洗碗盆里的肥皂泡沫，我把手伸进去，抓起一大把肥皂泡沫，我把它们迎着光举起来。在每一个肥皂泡沫里，我都能看到一道小小彩虹闪出来的明亮色彩。”

当我们去审视和扪问自己的心灵，能否像彼纪儿·戴尔那样在肥皂泡沫中看到彩虹？生活中的阴云和不测，不知会使多少人活在自怨自艾的边缘，许多人早已习惯了用抱怨和悲伤去迎接生命的各种遭遇。由于自身内心世界的阴晦，使得原本明朗的生活变得泥泞而毫无希望。想想像彼纪儿·戴尔这样的人吧！也许我们可以在她们身上学到点什么。用心去感受你眼中的可爱世界吧，阳光下洗碗盆里的肥皂泡沫都是五彩缤纷的。

生活的美与丑，全在我们自己怎么看。如果你将心中的丑陋和阴暗面彻底放下，然后选择一种积极的心态，懂得用心去体会生活，那你就会发现，生活处处都美丽动人。

改变命运,先要改变内心

想改变自己的命运固然是件好事,但不可只追求表面形式上的改变,应该先要改变自己的内心。只有改变了自己的内心,才能真正改变自己的命运。

兔子是世界上最温顺的动物了,它只吃青草,谁也不伤害。可是,它却被很多动物伤害:狐狸,狼,老虎……这太不公平了!有一天,兔子就向上帝诉苦,它不想再做兔子了,希望上帝改变一下它的命运。

上帝很仁慈,马上答应了兔子的要求:“好吧!你想变成什么?”

兔子说:“变成一只鸟,在天上自由自在地飞来飞去,那些狐狸呀狼呀老虎呀就再也抓不着我了。”

上帝把兔子变成了鸟。没过几天,鸟又来诉苦:“仁慈的上帝呀,我再也不想做鸟了!我在天上飞,天上的老鹰能抓住我;我在树上筑巢,树上的毒蛇能咬死我。这样的日子实在是太难过了。”

上帝问鸟:“你想怎么样呢?”

鸟说:“我想变成大海里的一条鱼,海里没有老鹰,没有毒蛇,我才能安心地过日子。”

上帝又把鸟变成了鱼。可是,鱼的处境似乎更糟,因为海里到处都有“大鱼吃小鱼,小鱼吃虾米”的斗争。过了几天,鱼又要求上帝把它变成人。鱼说:“人是万物之灵,他们住在坚固的钢筋水泥的房子里,使用着各种先进的武器装备,任什么凶猛的动物都不能伤害他们。相反,那些山林里威风十足的狮虎,全被他们关进笼子里,供他们观赏取乐,那些蛇呀鹰呀,都成了他们餐桌上的美味……”

上帝把鱼变成了人,心想,这下你该满意了吧!可是,没过多久,人照样

来向上帝诉苦：“太可怕了！到处都在流血，到处都是尸体，到处都是废墟……我们再也无法活了！”原来人类发生了战争，数以万计的士兵在互相残杀，无数的平民流离失所，死于饥饿和寒冷。

上帝问人：“你想怎么样呢？”

人说：“我想到另一个世界去，你把我变成上帝吧！”

上帝没有答应人的这个要求，他说：“上帝只有一个，上帝多了也会打架。”

想改变自己的命运固然是件好事，但不可只追求表面形式上的改变，应该先要改变自己的内心。只有改变了自己的内心，才能真正改变自己的命运。

几年前，美国著名心理学博士艾尔森，对世界 100 名各领域的杰出人士作了一项问卷调查，结果让她十分惊讶——其中 61% 的成功人士承认，他们所从事的职业并非他们内心最喜欢做的，至少不是他们心目中最理想的。

一个人竟然能够在自己不太理想的领域里取得那样辉煌的业绩，除了聪颖和勤奋，靠的还有什么呢？带着这样的疑问，艾尔森博士又走访了多位商界英才。其中，纽约证券公司的金领丽人苏珊极具代表性的经历，给了她一个满意的答案。

苏珊生于中国台北的一个音乐世家，她从小就受音乐的熏陶，也非常热爱音乐，期望自己能够一生驰骋在音乐的广阔天地中，但她却阴差阳错地考进了大学的工商管理系。一向认真的她，尽管不喜欢这一专业，但学得很认真，每学期各科成绩均是优异。毕业后的苏珊被保送到美国麻省理工学院，攻读当时许多学生可望而不可即的 MBA，后来因成绩突出，她又拿到了经济管理专业的博士学位。如今已是美国证券业界风云人物的她，依然心存遗憾地说：“老实说，至今为止，我仍说不上喜欢自己所从事的工作。如果能够让我重新选择，我会毫不犹豫地选择音乐，但我知道那只能是一个美好的‘假如’了，我只能把手头的工作做好……”艾尔森博士问她：“你不喜欢你的专业，为何你学得那么棒？不喜欢眼下的工作，为何你又做得那么优秀？”“因为我在那个位置上，那里有我应尽的职责，我必须认真对待。”苏珊眼里闪着坚定的目光，“不管喜欢不喜欢，那都是自己必须面对的，都没有理由草草应付，都必须尽心尽力，那是对工作负责，也是对自己负责。”

在艾尔森随后的走访中，更多的成功人士所谈的认识，与苏珊的思路大



致相同。因为种种原因,我们常常被安排到自己并不十分喜欢的领域,从事了一份自己在内心里并不十分喜欢的工作,而又一时无法更改。这时,任何的抱怨、消极、懈怠,都是不足取的。唯有把那份工作当做一种不可推卸的责任担在肩头,全身心地投入其中,才是正确的选择。而那些成功,就是从那份对职业的忠实与认真中一点点地演绎出来的。

苏珊的话很耐人寻味,凝聚了她对自己所从事的工作的敬重,凝聚了她不甘平庸的理念——“因为我在那个位置上”。正是她的这种“在其位,谋其政,成其事”的敬业精神,让她赢得了令人瞩目的成功。

如果我们无法选择想要的,那么我们首先要改变自己的内心。心态决定一切!认真对待我们现在所拥有的,女人千万不要好高骛远,否则我们想得到的东西会离我们越来越远。

不要回头看摔碎的瓦罐

人生是一串由无数小烦恼组成的念珠,达观的人是笑着数完这串念珠的。

《后汉书》中讲了这样一则故事:

东汉时期有一个叫孟敏的人。一天,他扛瓦罐上市,一不小心,瓦罐落地粉碎,但他头也不回地向前走去,旁观者无不奇怪。

有位叫郭林宗的人看到了,跑上前去问孟敏为什么不回头看看?孟敏说:“从肩上掉下去肯定会摔得粉碎,我看它又有何用?我前面还有更重要的事要做。”郭林宗认为这是个拿得起放得下的人,劝他为学,果然十年后孟敏成为知名学士。

有一年,作家冯骥才家里失窃,但字画、书籍之类的贵重物品却安然无恙,他笑说那窃贼并非“行家”。当派出所干警问他有没有重大损失时,他