

/ 人 / 生 / 8 / 种 / 修 / 炼 / 从 / 书 /

智慧的女人将会幸福一生。智慧的女人是一朵常开不败的花。女人的智慧是什么?是非凡才识、学富五车;善于组织、精通领导;是活泼自信、豁达坚强;热情如火、八面玲珑;是柔情似水、优雅风韵;兰心慧质、温柔谦和。一个善于在不同场合以独特的方式表现自己,以此来博取别人爱慕、敬仰、支持及帮助的女人就是智慧的女人。



决定女人一生的 8种智慧

马银文◎编著

中国物资出版社

/ 人 / 生 / 8 / 种 / 修 / 炼 / 从 / 书 /

智慧的女人将会幸福一生，智慧的女人是一朵常开不败的花。女人的智慧是什么？是非凡才识、学富五车；善于组织、精通领导；是活泼自信、豁达坚强；热情如火、八面玲珑；是柔情似水、优雅风韵；兰心慧质、温柔谦和。一个善于在不同场合以独特的方式表现自己，以此来博取别人爱慕、敬仰、支持及帮助的女人就是智慧的。



决定女人一生的 8种智慧

马银文◎编著

中国 出版社

图书在版编目(CIP)数据

决定女人一生的8种智慧 / 马银文编著. —北京: 中国物资出版社, 2005. 6

(人生8种修炼丛书)

ISBN 7-5047-2392-4

I. 决… II. 马… III. 女性—修养 IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 071184 号

责任编辑 钱衣齐

责任印制 衣 薇

责任校对 齐 岩

中国物资出版社出版发行

网址: <http://www.ciph.cn>

社址: 北京市西城区月坛北街 25 号

电话: (010) 68589540 邮编: 100834

全国新华书店经销

香河金鑫印刷有限公司印刷

开本: 880×1230mm 1/32 印张: 11.125 字数: 220 千字

2005 年 9 月第 1 版 2005 年 9 月第 1 次印刷

书号: ISBN 7-5047-2392-4/B·0055

印数: 0001—5000

定价: 45.60 元 (全二册)

(图书出现印装质量问题, 本社负责调换)

前 言

在生活中，许多女人都非常羡慕清纯女性杨澜成了亿万富姐；魅力女人新羽西成了杰出企业家；武术冠军李亦菲成了商界女强人；自信女人吴士宏成了打工皇后……而感叹自己的平凡普通。那么，是什么因素造成这种天壤之别呢？难道真有一只命运之手在暗中操纵，让人们各就其位？非也！决定女人一生的不是上天，也不是别人，而是你自己的智慧。

什么是智慧？什么样的女人才算是有智慧的女人？问一百个人会有一百种答案，所谓仁者见仁，智者见智。其实，智慧并非高深莫测难以言表的东西，在不同场合都善于表现独特自己，以此来博得别人支持、帮助的人，就是智慧的人。对女人来说，非凡才识、学富五车是智慧，活泼开朗、热情如火是智慧，乐观自信、豁达坚强是智慧，柔情似水、弱抑扶风是智慧，兰心慧质、温柔谦和也是智慧……

正是因为女人的智慧内涵如此丰富，所以说每个女人都可以成为一个有智慧的女人，或者说每个女人都拥有自己潜在的智慧，你应该做的事情就是挖掘你自己的智慧。或许你已经认识了自己的智慧，或许你认为自己只是一个平凡普通的女子，这些都不影响你成为一个真正有智慧的女人。因为，认识了自己

的智慧就应该去把自己的智慧发挥出来，让它像宝石一样光彩夺目；如果还没有认识到，那么你更需要相信，你也是一个智慧女人，只要你细心地去寻找属于你自己的智慧所在，你也会像珍珠般莹润诱人。

智慧不是想拥有就能拥有的，也不是模仿别人就能得到的，它是从自身的各个方面一点一点修炼出来的。当然，修炼必须要有科学依据。《决定女人一生的8种智慧》一书集女性成功心理学之大成，系统、科学地向读者介绍、剖析决定女人一生的8种智慧。本书结构新颖，每篇配以经典事例，助读者理解；每种智慧后面更有成功女人用不同智慧铸就辉煌的事例。让你在汲取智慧的同时，从她们身上得到鼓励 and 力量。

如果你梦想成为一个智慧女人，用智慧开创自己的非凡人生。那么，就请打开这本书，它将让你受益匪浅！

愿天下所有女人都成为有智慧的女人！愿天下所有智慧女人都拥有一个辉煌人生！

编者

2005.6

目 录

第一章 非凡才识——女人最难得的智慧

智慧女人可以没有美丽的容颜，漂亮的装扮，婀娜的体态，但不可以没有深刻的思想，非凡的学识，良好的修养。因为真正令一个女人光彩一生的是她的思想、学识与修养，而不是她的外包装。

1. 有内涵的女人永远年轻 /3
2. 聪明的女人最漂亮 /5
3. 做一个快乐的知识女性 /7
4. 女人要不断给自己充电 /10
5. 拥书而眠 /12
6. 中国女人不能不读的四本书 /14
7. 直觉是女人的优势 /17
8. 才女的魅力 /20
9. 与时代同步 /21
10. 创新的女人更容易成功 /23
11. 智慧与知识同行 /25
12. 知识女性应从事的行业 /26
13. 华尔街学习理念 /29
14. 靠知识出人头地的女人：杨凤 /32

第二章 温柔自信——女人撼人心魄的智慧

温柔自信的女人是甜甜的女人，两个酒窝里始终盛满着笑意；温柔自信的女人是多情的女人，一双眸子里涌动的是比温柔还醉人的脉脉柔情；温柔自信的女人是坚强的女人，每天都能以积极的心态面对不同的挑战……温柔自信的女人是成功的拥有者，是男人梦中最深的怀想！

1. 自信是成功女人的爱侣 /39
2. 放飞心中的梦想 /40
3. 积极的心态创造人生 /43
4. 拥有快乐心态的女人才美丽 /46
5. 自信女人能看到沙漠中的星星 /48
6. 自卑女人的生活不会幸福 /50
7. 女人最好的装饰品是自信 /52
8. 坦然接受一切会让你变得更美丽 /54
9. 让生命之舟顺流而下 /56
10. 女性成功的10个心理要素 /58
11. 看得开的女人最快乐 /59
12. 淡泊是女人一生的财富 /61
13. 成功女性的10种心理调整 /62
14. 快乐地对待每一天 /66
15. 女人≠弱者 /68
16. 将自己推销给自己 /71
17. 挖掘并释放你的内在美 /75
18. 爱情和事业双赢的自信女性：梁凤仪 /78

第三章 坚强豁达——女人最值得拥有的智慧

逆境是一个人的炼金石，一个坚强豁达的女人能从痛苦中了解人生的真谛，从困难中取得生存的经验，从愁怨中找到快乐的源泉。在不断的历练中，坚强豁达的女人渐渐成长，以坚定的步伐一步步迈向成功的殿堂。

1. 坚强能改变女人的命运 /87
2. 对沮丧说不 /89
3. 逆境是人生难得的历练 /92
4. 女人的麻烦一生 /94
5. 执著的女人终能成功 /96
6. 智慧的女人能原谅生活 /97
7. 女人不要苛求完美 /99
8. 要学会直面生活 /100
9. 让年轻之心永驻 /102
10. 告诉你化解痛苦的良方 /103
11. 这种女人人人爱 /106
12. 这样才能赢得成功 /108
13. 女人更应正视挫折 /112
14. 对困难不屑一顾 /115
15. 自强不息 /119
16. 坚韧性格的写照 /122
17. 用坚强创造辉煌的女人：王思懿 /127

第四章 独特个性——女人应该坚守的智慧

世上没有两片完全相同的树叶，即使你是双胞胎，姐妹俩在言谈举止等方面有众多的相似之处，但在对你倾心的人心中，你依然是一枝独秀，是人世间任何一个“她”都无法比拟和取代的。坚守自己的个性，在女性这座百花园中，你同样是朵奇葩！

1. 做个“精致”女人 /133
2. 女人的成功不能光靠运气 /135
3. 做一个独立自强的女人 /138
4. 走自己的路 /140
5. 下次就是你 /142
6. “冷美人”的威力 /144
7. 换一种心态做事 /145
8. 比别人先走一步 /148
9. 做自己喜欢做的事 /150
10. 种女人个性的完善 /153
11. 女人成功个性十要素 /157
12. 把个性转化成力量 /160
13. 坚守自己的个性 /162
14. 个性铸就的非凡人生：戴安娜 /165

第五章 优雅风韵——女人最具杀伤力的智慧

优雅迷人的风韵是女人最具杀伤力的魅力。优雅的风韵像一幅难以描摹的画，紧紧攫住人们的感官，悄悄潜入人们的心灵，在人们心里留下一道永恒的亮丽风景。

1. 做个优雅别致的女人 /177
2. 媚——女人的勾人神韵 /178
3. 女人最诱人的魅力：柔情似水 /180
4. 羞涩的诱惑力 /182
5. 柔弱是女人手中的“利剑” /184
6. 本色的我，才是最美的我 /187
7. 让自己微笑如花 /188
8. 这样才有“女人味” /190
9. 优雅女性应避免的行为 /192
10. 展现迷人的优雅 /194
11. 笑——展示女人的最佳品位 /198
12. 言谈举止显百媚风情 /201
13. 练就美好的音色 /204
14. 一个极有魅力的女人——杨澜 /206

第六章 懂爱惜爱——女人浑然天成的智慧

爱是女人心中的一盏明灯，它将女人所有的温柔、贤淑、柔情之光芒洒照在心爱的男人身上，不但照亮一个男人回家的路，而且照亮男人的前程命运。智慧的女人就是这样一个浑身散发着一股令男人向往的女人味，懂爱又惜爱的女人。

1. 女人怎样赢得爱 /211
2. 女人的爱是一盏明灯 /215
3. 爱如捧沙 /217
4. 用眼神博取男人的青睐 /219
5. 平平淡淡才是真 /223
6. 摘最红的苹果 /224
7. 女人学会了放弃，生活才会更精彩 /229

8. 做个性感女人 /231
9. 找个温暖的胸膛依偎 /235
10. “挑剔”会耽误你的一生 /238
11. 婚外情是一种玩不起的游戏 /239
12. 风雨同舟是一生最美的回忆 /241
13. 爱情 36 计 /244
14. 这样的男人绝不能嫁 /247
15. 美满婚姻就这么简单 /249
16. 成熟的爱 /252
17. 不要做婚姻的文盲 /256
18. 帮助丈夫成功的贤内助:李巍 /259

第七章 社交天分——女人最独特的智慧

交际使女人更加游刃有余;交际铸造女人外交家的风范。
几乎在所有场合,智慧女人都能与三教九流各种人广交朋友,
将自己最好的一面展现出来,成为交际场上耀眼的“明星”。

1. 做个会说话的女人 /265
2. 有什么我可以帮你的吗 /266
3. 真诚的女人人人爱 /268
4. 关系网是女人成功的推动器 /270
5. 打造成功人际关系网的 11 条策略 /271
6. 谦虚的女人受尊敬 /275
7. 畅游于男人世界的技巧 /277
8. 让别人喜欢的好习惯 /280
9. 用肢体语言打造你的非凡 /282
10. 让别人喜欢的秘诀 /284
11. 按规则处世 /286

- 12. 女人交友八忌 /289
- 13. 女人在社交场合禁忌的表现 /291
- 14. 友谊是人生不落的太阳 /293
- 15. 做个善解人意的男人 /298
- 16. 白领丽人的交际术 /303
- 17. 凭借交际走向辉煌的女强人：希拉里·克林顿 /308

第八章 组织领导——女人最卓越的智慧

女人天生就是领导者，善于组织和领导，是女人的天性，加上后天的修炼，女人便成了具有经天纬地之才的卓越领导者。

- 1. 做个漂亮女领导 /313
- 2. 当好领导的 15 个方法 /315
- 3. 做个有向心力的女领导 /319
- 4. 让下属老实的妙招 /321
- 5. 正视自己的弱点 /323
- 6. 成功女性的领导术 /325
- 7. 提高组织策划能力 /327
- 8. 让女人成为策划高手的秘诀 /333
- 9. 雄才大略的女 CEO：菲奥莉娜 /338

非凡才识 女人最难得的智慧

智慧女人可以没有美丽的容颜，漂亮的装扮，婀娜的体态，但不可以没有深刻的思想，非凡的学识，良好的修养。因为真正令一个女人光彩一生的的是她的思想、学识与修养，而不是她的外包装。

1. 有内涵的女人永远年轻

在生活中每个女人都希望自己能青春长驻！她们不惜代价利用一些现代化的技术和设备来延缓衰老，也许有一天真的可以像明星一样年轻漂亮但这改变的只是容颜，而不是思想。女人要想永远年轻必须不断学习增加内涵。毕竟，由内形于外的智慧的气质才能真正使女人变得漂亮，变得更年轻。

有一个国王在临终之际，把两个儿子叫到跟前，对他们说：“我想要一朵世上永恒不败的花，你们俩谁先找到这种花，谁就可以做国王。”于是两位王子跋山涉水地去寻找国王心中的花。走过无数个地方，问过无数个园丁，都找不到这样的花，因为世上所有的花朵都不可能常开不败，有花开就必然有花落。

两个王子当然不能空手而归，他们各自带着自己找到的花朵回到了宫中。大王子带回来的是一朵普通的花，他很骄傲地把自己从园丁那儿学来的温室技术向国王展示，用保持花开所需要的温度的方法，让花一直处于开花期。国王看了之后，不发一言。小王子则拿出一个小小的玻璃瓶，里面是他已经碾成粉末的花。

他对国王说：开放的花朵虽然美丽，却总有一定的期限，只有花的香味才能让人回味无穷。所以，无色无形的花才是永开不败的花。国王听了小王子的话终于露出了笑容。这样，小王子顺理成章地继承了王位。

决定女人一生的8种智慧

JUE DING NV REN YI SHENG DE 8 ZHONG ZHI HUI

其实，外表的美丑并不代表一切。长得美虽然可以给人留下深刻的第一印象，但是如果一个人仅有美貌，却没有内涵，别人在和她交往久了就会觉得厌烦。相反，有些女性虽然并不漂亮，但却非常吸引男性，因为她们谈吐优雅、举止端庄、具有敏锐的观察力、良好的人际关系、温柔、体贴等，这些魅力与容貌无关，但产生的影响却远胜于美丽的外表。

尽管岁月会在女人的脸上，刻下一道道皱纹；同时，它也会使女人成熟，别具风韵。最终令一个女人闪耀的还是她的智慧，而不是她的容貌，有智慧的女人才是一朵常开不败的花。花艳固然好，花香更让人回味无穷。那些伟大的科学家、文学家、政治家，他们并没有花容月貌，同样受到世人景仰，因为他们智慧的光芒在提升自己的同时也普照了别人。容貌毕竟是外表，当被岁月剥蚀后，显露出的学识、修养、能力、道德观、人生观才是真正的自我，真正的内涵，也是得到人们尊重的必要条件。

国际名模姜培琳从原本一个学运动心理学的幼儿园老师到成为世界知名模特，仅用了短短三年的时间。在1999年至2001年中她分别获得了1999年上海国际模特大赛亚军和2000年中国十大名模排名第一的荣誉，继2001年后，她再接再厉，荣获2002年中国国际时装周最佳职业模特冠军。

谈到自己的这一系列荣誉，她并没有否定机遇和美貌的作用，“但是，这并不是全部。在模特圈拥有美貌的人太多了，而且现在评价美的标准也不一样。我的成绩一半是因为我认真。”但令姜培琳最开心的并不是这些成就，而

是能够顺利地考上北京师范大学心理学的研究生，继续学习。用媒体的话说：“学习使她受益匪浅，正是因为内心的充实，才会让姜培琳看起来具有另一种耀眼的光彩。”

在现实生活中，有相当数量的人只注意穿着打扮，并不怎么注意自己的气质是否给人以愉悦的感受。诚然，美丽的容貌，时髦的服饰，精心的打扮，都能给人以美感。但是这种外表的美总是肤浅而短暂的，如同天上的流云，转瞬即逝。而气质给人的美感是不受年龄、服饰和打扮局限的。一个人的真正魅力主要在于特有的气质，这种气质对同性和异性都有吸引力。这是一种内在的人格魅力。

智慧箴言：

岁月是一把双刃剑，给女人带来皱纹的同时，也给女人送来了成熟的风韵。但令一个女人闪耀的根本还在于她的才识，而不是她的容貌，有内涵的女人才会永远年轻，漂亮！

2. 聪明的女人最漂亮

什么样的女人最漂亮，聪明的女人最漂亮。因为她们能用自己的知识打造一片属于自己的天空，成为点缀生活的一道靓丽的风景线。

有一天，一个漂亮的金发女郎乘坐一架航班，要由纽约飞往芝加哥。她买了一张经济舱的票，但是当她登上飞机以后却要求空姐把她安排在豪华舱。空姐几经劝说仍然