

在许多领域中，到处都活跃着女性的身影，女人对社会的贡献已不再逊色于男人，女人用自己的智慧与魅力创造财富，并用财富来创造她们更从容，更优雅，更有魅力的生活。

WOMEN'S WISDOM AND WEALTH



女人^的智慧 与财富

我们生活在一个财富迅速膨胀的时代，每个人都在以自己的方式创造财富，享受财富。个人生活的改善，自我价值的体现，社会效益的达成，以及个体的人格魅力和行动轨迹，都在以一种创造财富的方式得以实现。可以肯定地说，这个时代最伟大工作就是创造财富！

智慧女人用财富打造品味生活



赵一宁◎编著

每个人都有快乐富足生活的权力，每个人都没有理由“贫穷”，但每个人都能为自己找到“贫穷”的理由。世界上不是缺少财富而是缺少发现。要想拥有财富，就要拥有发现，拥有创造，拥有激情，拥有勇敢，拥有坚持等各种能力，只有善于对生活思考的人，才能去改变自己，只有自己改变了才能去改变你的世界。

地震出版社



在许多领域中，到处都活跃着女性的身影，女人对社会的贡献已不再逊色于男人，女人用自己的智慧与魅力创造财富，并用财富来创造她们更从容，更优雅，更有魅力的生活。



女人的智慧与财富

WOMEN'S WISDOM AND WEALTH
智慧女人用财富打造品味生活

赵一宁◎编著

每个人都有快乐富足生活的权力，每个人都没有理由“贫穷”，但每个人都能为自己找到“贫穷”的理由。世界上不是缺少财富而是缺少发现。要想拥有财富，就要拥有发现，拥有创造，拥有激情，拥有勇敢，拥有坚持等各种能力，只有善于对生活思考的人，才能去改变自己，只有自己改变了才能去改变你的世界。

地震出版社

图书在版编目(CIP)数据

女人的智慧与财富/赵一宁编著. 北京:地震出版社,2006.3

ISBN 7-5028-2832-X

I.女... II.赵... III.女性—成功心理学 IV.B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 013025 号

地震版 XT200500240

女人的智慧与财富

赵一宁 编著

责任编辑:程仁泉

责任校对:汪 明

出版发行:地震出版社

北京民族学院南路9号

邮编:100081

发行部:68423031 68467993

传真:88421706

门市部:68467991

传真:68467991

总编室:68462709 68423029

传真:68467972

E-mail:seis@ht.rol.cn.net

经销:全国各地新华书店

印刷:三河市九洲财鑫印刷有限公司

版(印)次:2006年3月第一版 2006年3月第一次印刷

开本:787×1092 1/16

字数:140千字

印张:12

印数:00001—15000

书号:ISBN 7-5028-2832-X/F·304 (3483)

定价:23.80元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题,本社负责调换)



前言

人生最大的财富的智慧

世界上有许多失败的女人，每当她们谈起自己的生活的时候，经常梦想着时光倒流，回到她们 20 岁或者“情况好得多”的时候。可惜，这种情况是不可能出现的。对许多失败的女人来说，她们总是企盼有什么人或什么事来指点她们，然而，时间却在一天一天地浪费过去。

这些女人所苦苦等待着的，是自己理想中的白马王子——那些能够解开所有谜团，解决所有问题，会来拯救她们的人。当她们等待的人出现时，又会因期望过高而感到此人离自己的目标太远。最后，得到的只是无限的惆怅和遗憾！

《女人的智慧与财富》将告诉你如何避免这种遗憾。

从现在起，你可以描述你将来一年、五年的生活。它们是日复一日简单的重复呢？还是有目标、有探索、有成长的日子呢？与现在相比你将经历多少快乐？这些快乐将会以什么形式到来？当你看完本书后，希望你能受到有益的启迪。

有人对一位年轻的女大学生说：“真羡慕你的年轻，年轻就是资本。”

年轻的女生却说：“其实我心中很羡慕年纪大些的人，他们阅历丰富、见多识广，写起文章来素材也多，思想也深刻。”

一位哲学家曾经说过：“年轻就是资本，年老就是财富！”这句话是很有见地和哲理的。

但是，并不是所有的资本最终都能够转化为财富。资本只是为实现财富提供了一种可能，要想使这种可能变为现实，还需要苦心经营。

千万不可忽视的是，生命也是需要经营的！

因为年轻，就拥有时间和希望，用时间和希望去投资，用充满爱的心灵和智慧的大脑去经营，生命一定会一天比一天更富有、更丰盈。

莎士比亚曾经说过，世界是个大舞台，舞台上的演员就是这个世界上的每一个人。但我们每一个人都有剧中演员所无可比拟的优越性：我们可以改写我们人生的剧本，使其变成我们向往的人生；我们还可以不只局限于我们目前认为“真实”的现状或任何其他类似的因素。实际上，当你认真读完《女人的智慧与财富》的时候，你就已经为自己的未来生活描绘了一幅新的更加积极的蓝图。

目 录

01 | 自信是一个人 受用终生的财富

- ◇ 自信心是女性成功的催化剂 2
- ◇ 女人能够同男人一样取得成就 5
- ◇ 了解自己是树立自信的基础 7
- ◇ 和信任自己的人交朋友 8
- ◇ 全面接受你自己 10
- ◇ 让“真实的自我”释放出来 11
- ◇ 努力消除自卑感,树立自尊 13
- ◇ 勇敢地去干自己想干的事 17
- ◇ 积极进行自我暗示 18

- ◇能力对女性的成功越来越重要 22
- ◇能力比知识更重要 23
- ◇挑战传统的知识观念 26
- ◇努力充实知识,不断提高自己 28
- ◇避免学习和生活脱节 30
- ◇在男性为主导的世界里争得一席之地 32
- ◇想晋升首先要培养自己的业务能力 35
- ◇不要采取“小人物”的态度 37
- ◇敢想敢干才能赢得更多的机会 38
- ◇肯干就能战胜逆境 41



明智的抉择是通往 财富之门的坦途

- ◇适当地听从别人的建议 44
- ◇不要过分追求别人的赞许 45
- ◇只接受那些建设性的批评 46
- ◇对消极的话语充耳不闻 47
- ◇不要再对自己的判断感到怀疑 49
- ◇不要使自己犯“想当然”的错误 50
- ◇选择将决定自己的一生 51
- ◇“我行我素”比过于温顺的女人
更容易成功 53

-
- ◇ 在每个职业中获得发展都需要一定的财商 56
 - ◇ 尽量使用“富人的词汇” 58
 - ◇ 挑战传统的金钱观念 59
 - ◇ 要善于捕捉赚钱的灵感 61
 - ◇ 管理好自己的财务 62
 - ◇ 控制购物欲 66

- ◇ 性格对于一个人的生活有着
极为重要的影响 70
- ◇ 培养乐观的性格 72
- ◇ 培养宽容的性格 75
- ◇ 成为一个坚强刚毅的人 77
- ◇ 克服怠惰的不良习惯 80
- ◇ 改变过分内向的心理倾向 82
- ◇ 充分表现出自己的特色 83
- ◇ 做一个受欢迎的直率人 85
- ◇ 进行创造性的模仿 87
- ◇ 弥补和调整自己个性上的缺失 88

- ◇在人际交往中保持积极的态度 94
- ◇让真正的友谊维持下去 95
- ◇避免偏见,宽待每个人 98
- ◇要善于存异求同 99
- ◇不要对别人期望过高 100
- ◇与人交往时保持性格的“灵活性” 103
- ◇把握好和异性同事相处的分寸 105
- ◇比爱情少一些,比友情多一些 107
- ◇要以不损伤自己的根本利益为前提 109

- ◇ 身体健康是一个人获得成功
的“硬件” 114
- ◇ 定性评价人的心理健康状况
的七条标准 116
- ◇ 发展健康平衡的心理 119
- ◇ 讲究休息的艺术 121
- ◇ 学会放松,消除疲劳 122
- ◇ 积极应对工作中的压力 125
- ◇ 让工作中感到紧张的心理远离你 126
- ◇ 努力战胜各种焦虑情绪 128
- ◇ 培养良好健康的习惯 130
- ◇ 远离不良的生活习惯 132
- ◇ 合理饮食是维持健康的
一个重要方面 134

- ◇ 魅力比一切外在的美
都更有生命力 138
- ◇ 努力追求风度美 140
- ◇ 让你的一举一动都展现出气质美 144
- ◇ 保持优雅的女人味 146
- ◇ 克服因为其貌不扬而痛苦的心理 149
- ◇ 用恰当的修饰为自然美添辉 151
- ◇ 避免不合时宜的浓妆艳抹 153
- ◇ 让合适的衣服增添你的自信 155

- ◇ 尽快从悲痛中走出来 160
- ◇ 坦然地面对不愉快的日子 161
- ◇ 生活中不苛求事事如意 163
- ◇ 不要为自己的快乐制定条件 166
- ◇ 没有比现在更适于快乐的时间了 168
- ◇ 积极地调整自己的心态 169
- ◇ 凡事都要向好的方面想 171
- ◇ 保持一颗欢乐的心 174

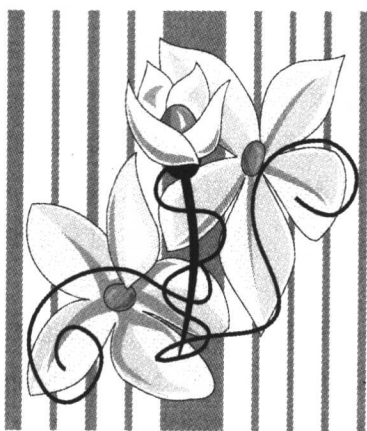
01



女人的智慧与财富

女人财富枕边书

自信是一个人
受用终生的财富



自信心是女性成功的催化剂

作为一个女人,无论你想获得事业上的成功,还是生活中的满足,都千万不要忽视了自信心的作用。

在文学名著《简·爱》中,财大气粗、性格孤僻的庄园主罗杰斯特,怎么会爱上地位低下而又其貌不扬的家庭教师简·爱呢?因为简·爱自信自尊,富有人格的魅力。当主人罗杰斯特向她吼叫“我有权蔑视你”的时候,历经磨难的简·爱用充满自信和自尊及由此带来的镇静的语气回答:“你以为我穷,不好看,就没有感情吗?……我们的精神是平等的,就如同你和我将经过坟墓,同样地站在上帝面前。”正是这种自信的气质,使她获得了罗杰斯特由衷的敬佩和深深的爱恋。简·爱这个普通妇女的艺术形象,之所以能够震撼和感染一代又一代各国读者的心灵,正是她以自信和自尊为人生的支柱,才使自己的人格魅力得以充分展现。相貌平平者,不必再为你的貌不惊人而烦恼,因为“一个人越自信,他的性格将越迷人”。增加几分自信,你便增加了几分魅力。

自信心对一个人一生的发展所起的作用是无法估量的,无论在智力上还是体力上,或是做事的各种能力上,自信心都占据着基石性的支持地位。一个人如果缺

乏自信心,就会缺乏探索事物的主动性、积极性,其能力自然要受到约束。

一位教育专家曾做了一个实验,将学习成绩较差班级的学生当作学习优秀班的学生来对待,而将一个成绩优秀的班级当作问题班来教。一段时间下来,发现情况发生了变化:原来成绩距离相差甚远的两个班级,在实验结束后的总结测验中,平均成绩竟然相差无几。原因就是老师们不明真相,用对待好学生的态度来对待差班的学生,使学生们的自信心得到鼓励,因而学习积极性大增;而原来的优秀班学生受到老师的怀疑态度的影响,信心受挫,致使学习态度转变,影响了学习成绩。

心理学中还有这样一个著名的实验。一个女孩长相很丑,因此对自己缺乏自信心,不爱打扮自己,整天邋邋遢遢的,做事也不求上进。心理学家为了改变她的心理状态,让大家每天都对丑女孩说“你真漂亮”、“你真能干”、“今天表现不错”等赞扬性的话语。经过一段时间的努力,人们惊奇地发现,女孩真的变漂亮了。其实,她的长相并没有变,而是精神状态发生了变化。她不再邋遢了,变得爱打扮、做事积极、爱表现自己了。怎么会发生这么大的变化?其根源正在于自信心。因为女孩对自己有了自信,所以使大家觉得她比以前漂亮了许多。

自尊是生活中任何成功和努力的关键性因素。它激发着人的创造力。没有令人敬佩的自信,任何人无法成就理想中的事业。而没有强烈的自尊,这种自信也将不可能具备。

美国著名企业家玛丽·凯·阿什同时具备了自信和领袖魅力的个性,而且凭借这两种品格建立了10亿美