

Zhi Hui Shu

· Nu Ben Ban ·

智慧书

女人版

一本女人幸福一生的智慧枕边书

有智慧的女人总是能让人眼前一亮。她很低调但却有魅力，就算她穿着很普通的衣服，你也能感受到她的与众不同，她的高贵和儒雅。



张薇◎编著

有智慧的女人总是能让修养成为一种生活品味和习惯，
一种源自内心的需求和表达。



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

Zhi Hui Shu
· Nu Ben Ban ·

智慧书

女人版

张薇◎编著



新世界出版社
NEW WORLD PRESS

图书在版编目(CIP)数据

智慧书:女人版 / 张薇编著. —北京:新世界出版社, 2009.11

ISBN 978-7-5104-0646-1

I. 智… II. 张… III. 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 189888 号

智慧书:女人版

作 者:张 薇

策 划:杨亚琼

责任编辑:连 慧

封面设计:柏拉图

版式设计:魏 华

责任印制:李一鸣 杨 军

出版发行:新世界出版社

社 址:北京西城区百万庄大街 24 号(100037)

发行部:(010)6899 5968 (010)6899 8733(传真)

总编室:(010)6899 5424 (010)6832 6679(传真)

<http://www.nwp.cn>

<http://www.newworld-press.com>

版权部: +8610 6899 6306

版权部电子信箱: frank@nwp.com.cn

印刷:三河市华业印装厂

经销:新华书店

开本:710 × 1020 1/16

字数:160 千字 印张:16

版次:2009 年 11 月第 1 版 2009 年 11 月第 1 次印刷

书号:ISBN 978-7-5104-0646-1

定价:29.80 元

版权所有,侵权必究

凡购本社图书,如有缺页、倒页、脱页等印装错误,可随时退换。

客服电话:(010)6899 8638

前 言

PREFACE

女人的一生,就是与各种角色共舞的一生。不同的角色,对女人就有不同的期待和要求;不同的角色,就会承担不同的责任和义务。在工作单位,女人既是上司的下属,又是下属的上司;在家里,女人既是母亲的女儿,又是丈夫的妻子、孩子的母亲。女人在生活中扮演着这种角色,每一种角色都需要用智慧去悉心演绎。

著名女性心理学专家毕淑敏曾说:“女人难得的是智慧。她们多的是小聪明,缺乏大清醒。”如果女人不懂得生活的本质,会使自己产生一套错误的生活观,这种观念往往会使她们在处理事情时偏离方向,甚至会引来更多的烦恼,更多的忧虑,更多跨不过去的坎。而在一些明了人生真谛的女人看来,解决此类问题易如反掌。了解生活的真相,修正错误的生活观,聪明的女人懂得用智慧去经营生活。

不论是职场、家庭或者其他人生舞台上,女人都需要自信自强,凭自身特有的气质,温柔、细腻、亲和力,而又不乏精明果断和干练,开创成功的事业,赢得他人的赞誉和青睐。女人这一生都需要勤于思考,想事情不能太简单,要知道,男人不会娶一个笨老婆。

女人的成熟不是用年龄来证明的,而是用智慧来衡量的。就如一位成功女性所说的:女人可以不美丽,但不能不智慧。唯有智慧能重塑美丽,唯有智慧能使美丽永存,也唯有智慧能使美丽有更深刻的内涵。

本书讲述了女人如何在事业、家庭、社交、理财等方面运用智慧,经营自己的生活。在生活中做个有智慧的女人,不仅仅是通过光鲜的衣着,还要使内在的魅力无处不在。

目 录

CONTENTS



第一章 成功智慧篇



第二章 事业智慧篇



4. 冷美人，上司的一道远距离风景 / 053
5. 清除女性职场的“路障” / 056
6. 处理好与下级的关系 / 058
7. 改变你的职场重力 / 062
8. 职业女性的美丽法则 / 066
9. 职业女性的成功定律 / 069
10. 成功女性时刻不忘充电 / 072



第三章 心灵智慧篇

懂得品味生活的女人是自信的，自信是女人的一面镜子，能够照出女人身上的光彩。懂得品味生活的女人是坦然的，以平常心对待得失和成败，她们活得更真实和自然。懂得品味生活的女人是智慧的，她们懂得善待自己，想方设法让自己保持在最佳状态，享受生命的美好……

2

1. 女人的内涵美 / 077
2. 快乐，女人最诱人的味道 / 082
3. 宽容自己，才能宽容别人 / 086
4. 女人要为自己而活 / 089
5. 书可滋润女人的灵魂 / 091
6. 来一杯咖啡的雅致 / 094
7. 女人，要懂得品味生活 / 098
8. 修炼优雅女人 / 101
9. 知性女人魅力无限 / 104
10. 女人活出自己的价值 / 108



第四章 理财智慧篇

在现代社会，你是一个美女、才女还不够，想做一个独立自主的现代女性，你还得是一个财女——高财商的女性。你不仅要懂得赚钱，还要懂得理财、学会投资，为自己计划一个安全美好的未来。从现在开始，你就要消除自己对理财的



误会，把自己修炼成一个新“财女”。

1. 只有自己才能保障自己的未来 / 115
2. 辛勤工作挣钱 / 118
3. 让钱包鼓起来 / 122
4. 有计划地“储蓄”理财 / 126
5. 成为用智慧理财的财富女人 / 132
6. 智慧理财，精明消费 / 134
7. 看“名女人”成功理财 / 136
8. 控制开支有学问 / 139
9. 调整消费习惯 / 143
10. 精打细算，智慧理财 / 146



第五章 社交智慧篇

记住：打开自我，你就能成功地打开别人。女性如能适当运用自己的语言表现能力，就有希望成为社交的中心人物。假如你是位漂亮的女性，它将使你更加美丽，假如你是位相貌平平的女性，也会因此增添光彩。

1. 握手是社交必不可少的礼节 / 151
2. 打开心门与人交流 / 153
3. 练就优美的生活举止 / 155
4. 与人交谈时的说话礼节 / 160
5. 提升你的语言技巧 / 162
6. 培养典雅的风度 / 164
7. 树立良好的社交形象 / 166
8. 职场中的着装 / 169
9. 培养高贵的气质 / 171
10. 参加宴会的礼仪 / 174





第六章 生活智慧篇

做一个潇洒健康快乐的女人；感悟生活中的一切，体验来自大自然的美，让这颗平常心时刻沐浴着阳光，享受着生活的每一天，在阳光下体验做女人的潇洒。做一个快乐的女人，学会体验生活，感悟生活，你会发现生活是绚丽多彩的。

1. 事业让女人更加自信，充满活力 / 185
2. 懂得适当柔一些，弱一点 / 188
3. 学会体验生活 / 190
4. 生活不可缺少的调味品——读书 / 192
5. 打造健康好生活，女人责无旁贷 / 194
6. 花些时间经营自己，让自己多一分魅力 / 200
7. 女人需要学会宽容 / 202
8. 懂得释放工作压力 / 205
9. 塑造良好形象 / 209



第七章 家庭智慧篇

在家庭中，女人是家的灵魂，是家的设计师，是家庭成员素质的培养者，是家的形象代言人。一男一女一家庭，男，是一个字，女，同样也是一个字。而家庭是一个词，这就意味着组合。家庭，是爱情的组合，是责任的组合。

1. 施予母爱，处处为孩子着想 / 215
2. 相夫教子 / 218
3. 家庭中自我形象的塑造 / 222
4. 女人聪明，男人拼命 / 224
5. 同舟共济，携手并进 / 228
6. 不要埋没自己的个性 / 230
7. 用心去经营高质量的婚姻 / 234
8. 包容——抚平婚姻伤痕的良药 / 239
9. 夫妻间相处的艺术 / 241
10. 对婚姻要有责任心 / 244



第一章 成功智慧篇



其实，成功的女人跟成功的男人一样，都需要具备“野心”，野心就是你所渴望实现的目标。没有目标，就算你有超出常人的能力，也不过是成为他人的赚钱机器。只有明确了目标和野心，你才会一步步向目标迈步前进。







1. “野心”是女人成功的基础

如果说一个人有“野心”，那就表明这个人有很强的占有欲，似乎要抢走别人的东西，他会感到非常不高兴。从古至今，“野心”在多数情况下都是贬义词。可在今天，如果一个人具有“野心”，证明他具备常人所没有的能力，有了“野心”，他就会在生活与工作中充满激情，才会更有可能先于他人抵达成功的彼岸。

因此，在职场中的女人，一定要具备稍许的“野心”，它是你获得更好生活质量的强大动力，心理专家研究显示，“野心”是获得成功的关键要素。

“野心”究竟靠什么建立，为何在对待事业上，有的人充满“野心”与活力，而有的人却没有？

美国加利福尼亚大学的心理学家迪安·斯曼特在研究中得知：“野心”是人们行动的初始助推力，人们通过培养“野心”，可以增加力量获取更多的资源。当然，不可否认的是，“野心”从某种程度上来说，是一个危险的“零和游戏”：你多占用了资源，别人所拥有的就减少了。依据这种说法，所有人都应该有“野心”。可实际上，不同的人在“野心”方面存在巨大差别。

这些不同的人对“野心”存在着的巨大差别，引起了人类学家、心理学家和其他学者的极大关注，他们想方设法从家庭出身、社会影响、遗传以及个体差异上寻求令人满意的答案。

从家庭出身来看，降生于穷人家的孩子，要为生存而担忧，可能与生俱来就有着“野心” 同时也不排除悲观失望、不思进取者。在富裕家





性的人。总之，种种研究表明，上层社会人士之所以有很大比例的人拥有“野心”，有钱并不是主要原因，而家庭影响和父母对孩子成功理念的灌输，才是对“野心”产生重大影响的因素。

从遗传学方面来看，斯曼特说：“‘野心’很可能是会遗传的。”也就是说，倘若你的家族一贯很有“野心”，那你有可能天生便具备这种素质。

人的性格也会直接影响“野心”。有的人一直对自己的事业和生活感到不满，他们总是怀有一种忧患意识，正是这样的意识使他们萌发焦虑感。孩童时有被剥夺感的人，容易在生活中努力寻求大量补偿而显得“野心”勃勃。

在对待“野心”这个问题上，怎样做到既推进事业发展，又不损害他人的利益和自身健康呢？那就是要保持“野心”适度。

为了做成一番非凡的事业，身在职场中的聪明女人，一定要怀有“野心”，对于未来要抱有强烈而良好的憧憬，只要存在可能性，都不妨尝试，如此才能更好更全面地展示自己。

不可能变成现实的梦想，永远只是存在于意识中的梦想，然而可能的事业，完全可行的事情却不是梦想，而是切实的“计划”。梦想、野心、欲望，既然要拥有它们，那就大胆果断地选择看似做不到的东西。无论你梦想有多么大，只有努力尝试才知道是否能实现。

如果有一天你对外吐露了原本认为荒唐的野心，有一些人听完你的话之后牵制你，或者远离你，那就等于是承认你有做好这件事的能力。以后你就要更坚定地相信自己，坚持行动到底。

丽兹·罗曼·加勒曾经写过《哈佛女人》，这本书于1986年出版，书中详细列举了足够多的事例，解释了为何很多人不能出色，为何很多人不能成功。

其实，成功的女人跟成功的男人一样，都需要具备“野心”，野心就是你所渴望实现的目标。没有目标，就算你有超出常人的能力，也不过是成为他人的赚钱机器。只有明确了目标和野心，你才会一步步向目标





迈步前进。

丽兹·罗加最初在《纽约日报》波士顿分局就职，有一天，公司派遣她去曼哈顿工作。这是个绝佳机会，她可以因此承担更多的责任，完成更多的工作。可是，丽兹显得犹豫不决，原因是她的丈夫在波士顿刚刚成为一名医生，两个人刚刚在波士顿生活下来。

当时，报社还从来没有任用女性担任过分局长，丽兹最终没有接受公司的调遣。

后来，她如此写道：“我很害怕冒险，我很害怕失败，又太过担心婚姻生活出现问题，而我又不是很有野心的人。”

当决断的瞬间出现时，我们仍然不明白自己是个什么样的人。唯有在必须作出艰难抉择的时候，才是我们真正了解自己的时候。

丽兹做出了自己的决定之后，公司觉得丽兹是那种不敢于接受挑战的人，而且畏惧变化。站在组织利益的角度，没有必要为了那些面对机会却拿不出热情的员工考虑，毕竟渴望工作的人数不胜数。

对于丽兹来说，尽管这是综合各种情况之后做出的最合理的选择，却使她的事业前景受到了严重的打击：公司对丽兹失去了兴趣和关注，之后再也没有调任的事情发生。这个世界本来就不轻易赐给人们机会，可是当机会真正到来的时候，却只有极少数的人能够抓住。

面对挑战，一定要勇敢前进。若稍微犹豫不决，往往就会与机会失之交臂。假如由于暂时的困难而逃避，不但这次机会，有时连下次机会都被断送。也许人生就是这样，需要不断去挑战一条条新的路。我们可以这样假设：你走的路一直都很平坦，没有大风大浪，但是如果一直走下去，你可能永远都不会知道其他路上的风景如何。是不是选择去另一条路看看，唯有你自己才可以决定这件事。你完全可以继续沿着以往的路线走下去，当然，你也可以选择去看看其他路上的风景如何，但是一旦做出选择，你就再也回不来了，这就是适合每一个人的游戏规则。

因此，当机会到来时，你一定要记得告诉自己：“只要我下决心去





样，才能对我们做出评价。继续走下去，或者选择新的一条道路，不同的决定，会有不同的结果。

“野心”可以促进女人的成功，然而倘若这种“野心”是以挖别人墙角为前提，或者通过损害他人利益才能实现的，那就要把这种“野心”放在道德和法律的规定范围内，学会控制好自己。此外，要对“野心”进行必要的引导，在“零和”环境中，你多占有一点，他人就少获得一点，所以“野心”一直以来不受欢迎。而如今飞速发展的社会，为双赢模式的实现提供了更多的可能性，你的“野心”对于开拓新的利益空间、探索未来领域，有不可替代的巨大影响。

“野心”永无止境，所以要慎重，要懂得把它控制在一个合适的限度之内，让它充分发挥对人的积极激励作用而不损害到他人。假如一个女人的“野心”极度膨胀，把一己私欲建立在他人的痛苦上，最后的结局也必然是缺乏牢固基础的成功。所以说，激发你的“野心”可以成为你迈向成功的内在动力，而懂得控制，才会让你长久地享受成功的喜悦。





2. 聪明的女人未必就会成功

婉怡毕业于一流学府，在英语方面能力突出，能言善辩、举止得体，是个非常有才华的女子，朋友们都认为只有她这样的人才能胜任各种工作。但是，经过了三十多年的努力，她的才华并没有让她找到温暖的港口，反而过着一般人的平凡生活，甚至还不如当初条件比她差的同学。

她曾经在一家各方面福利都不错、人人向往的公司任职，但她却突然改变主意，继续到学校深造。而这种想法并没有持续多久，她又突然决定结婚，并且在婚后很快就为人母了。如此看来，她无论做什么事情，似乎都无法长久坚持，而且每一次半途而废时，她都能找到各种理由为自己开脱，高傲得听不进朋友的忠告。

一次，她放弃了练习很久的瑜伽，通常遇到这种情况大家都会说：“由于工作太忙，不能继续坚持下去……”但她却列举了一大堆理由去说服瑜伽老师。

“你知道练瑜伽的危险性吗？弄不好会伤元气，而且容易伤筋挫骨。特别是瑜伽这种运动一定要跟着优秀的老师练习，但优秀的老师国内非常的少！更何况，我学的是哈达瑜伽，需要流很多汗，而我的体质又不能适应流很多汗，不然会生病的。”

在如此琐碎的事情上都能想出这么多理由，还有谁敢去劝说她呢？

婉怡是一个很出色的家庭主妇。平时，别人都认为她很聪明，所以她的自尊心也很强，喜欢听别人说“有学问的人做起家务事也与众不同呢”这些冠冕堂皇的话。有一次，她在银行办理家庭主妇优惠信用卡，却因为没有任何收入来源，遭到多家银行拒绝。

原来，她没有获得任何成就。既没有在某一个领域中得到认可，也没有





有累积多少财富，虽然她经常宣称自己是优秀的家庭主妇，吹嘘自己过得很好，但这一切只是隐瞒她内心空虚的一种借口而已。过去，她一直很相信自己的超凡能力，总以为自己能够轻而易举地找到满意的工作，但现在她成功了吗？她得到自己想要的人生了吗？

外表看上去是个非常聪明伶俐、充满自信的女人，不仅家庭出身良好，而且在学校里成绩也不错，往往都会认为自己的事业会一帆风顺，能够轻松实现所有的梦想。当然，在社会上崭露头角的大多数女人确实具有能实现梦想、获得成功的能力；但聪明女人傲慢的心态却刚好是成功的绊脚石。

虽然过度自信总比妄自菲薄要好，但是如果过于在乎自尊，即使付出多大的努力，也不见得会获得明显的进步，最后只能维持一般人平凡的生活水平。

懂得实践的人才是真正聪明的人

如果想获得成功，自信心是必不可少的，但如果过于自负、目空一切，就无法实现人生的目标。在聪明的女人中，不乏像婉怡一样把聪明才智浪费在寻找各种借口上的女人。这种女人的主观意识十分强，也不容易轻易接受他人的劝告，这样的女人不能接受自己的任何失败，更不可能坦诚地面对自己的错误。她们永远只会想方设法地向别人解释，自己为何放弃某件事情，是什么原因，等等。因此即使她们失败，周围的人也不会怀疑她的能力，更不会把她当成失败者看待。她们也会碍于面子问题，往往不敢做出对自己最明智的选择，而是深思熟虑后，做出最“体面”的选择；但是，就算全世界的人都说她聪明，她就能得到自己想要的幸福吗？她的人生就能永远一帆风顺吗？

无论做什么事情，一定要有勇气。即使遇到困难，也应该勇敢地跨越障碍，努力让自己进入另一个阶段，进入正确的人生轨道当中，这才是成功人士应该做的事情。相较之下，有些聪明的女人往往在能够克服的困难面前，却表现得畏首畏尾，把自己失败的理由归结为各种因素。这些看上去非常合理的理由，不仅会让别人相信，而且连自己都会被一





而再、再而三地蒙蔽。

虽然这些理由听起来天经地义，找不出什么破绽，但有些聪明的女人通常都会把大部分精力投入到说服自己的过程当中。虽然她们通常并不傲慢，且属于比较理智、办事干净利落的人，因此不管是外人还是自己都很难察觉到其中存在的问题。“执行力”是唯一可以区分女人是否真正聪明的依据。执行力就是抵达成功的催化剂，如果不具备强烈的执行力，那么再聪明也是枉然的。

