第一图书网, tushu007.com

<<女性智慧书>>

图书基本信息

书名：<<女性智慧书>>

13位ISBN编号：9787802036727

10位ISBN编号：7802036720

出版时间：2008-12

出版时间：中国妇女出版社

作者：姜华

页数：196

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

风吹哪页读哪页(自序)现代生活的快节奏，女性阅读兴趣的改变以及我对女性生活的思考，促使了这本书的诞生。
作为女性，生活中的点点滴滴的感受和思考，总有随手记下来的习惯，时间久了，就有这些文字积攒在一起。
起初，这些文字只是在一家发行量超过百万的报纸上连载，连载过一段时间之后，叫好声响成一片，前来向我要书的人络绎不绝。
原本没有把它们出成书的想法，来要书的人多了，尤其是女性读者的迫切需要，使我萌发了把它们集成一本书的念头。
在报纸编辑反馈过来的读者的多封电子邮件中，我读到这样一封读者来信：“ 在一次偶然的机会里(是在理发店做头发的时候)，我看到贵报上面刊登的专家论坛《女性智慧书》，很是兴奋，它写了那么多有智慧的东西，读了以后我觉得真是太好了，文字是那么简练、那么深刻，那么打动人心，为了得到它，我悄悄地把这张报纸拿了回去，平生第一次，我竟然为了得到一张报纸做了一回贼！
呵呵！
后来我发现它是连载的，其他的却找不到了，很是失落。
”在今天的现实生活当中，喜爱阅读的女性已不是少数，但她们却纷纷抱怨：“ 大部头的经典名著，哪儿有时间和心思去慢慢的翻啊，都摆在家里变成‘ 纸家具 ’了！
”很多女性表示，她们不是不爱阅读，而是适合她们阅读方式的图书太少了，她们喜欢轻松、实用、浅显的“ 轻阅读 ”，这些书，在市场上能够买得到；也更喜欢短的、有思想性的、有内容的、向上的、能够提升她们内在生命质量的有重量的文字，只是市场上鲜有见到。
市场上能见到的大多是东拼西凑的、为满足女性外在需求而出版的图书，对于指导她们内在整合，提升她们的智慧，引导她们过自己心灵生活的图书实在是太少了。
面对广大女性读者的需求，我的这部书以尽量短的、轻松的、浅显的形式向女性读者讲述作为女人人生的最朴素的道理。
以期通过这部书作为平台，成为女性朋友排忧解难的一种方式，成为日常生活的一种指引，引导女性朋友加强自身的修养、过上有自己精神家园的高质量的生活。
在移动听书成为时尚，资源共享正在流行的时代里，享受纸媒介阅读已不是一种时尚，但纸上阅读的亲切感岂能是电子媒介能够带来的？
一盏灯，一杯茶，一本书，仍是我们为自己的心灵营造的最好的家园。
在这里，疲惫的灵魂能够停下来歇歇脚，听听自己的心跳，看看外面的世界，探访一下陌生的心灵——在和纸介质肌肤相亲的过程中，能够彻底打破有限生命对我们自身的限制，让我们停滞的灵魂飞翔起来。
在所有的放松形式当中，读书是一种最好的放松。
所有的放松形式中，读书是一种最高级的放松，因为它放松的是灵魂。
据国外的一项调查表明：现在女性读书的数量已远远高于男人。
现代生活当中的女性对心灵及情感的满足度要求较高，很多女人在现实中无法得到满足的，转而向书中寻求，这也是女性爱阅读的一个重要原因。
有人预计，未来的世界是“ 她阅读 ”时代的到来，当阅读与金钱和权利等因素相关的时候，譬如在“ 学而优则仕 ”的年代里，男人为了出人头地，一定会埋头读书，像“ 头悬梁，锥刺股 ”这样的读书故事大都发生在男人身上。
时代发展到今天，男人对图书的青睐大都在高考之前完成，一旦踏入社会，吸引他们的东西会很多很多，只有一部分男人像女人那样把阅读仅仅是当成一种单纯的生活乐趣，或只是为了满足心灵的某种要求，或只是为了情感的慰藉。
在今天，因为有了女性对图书的特殊的需求，爱阅读的女性将会变得愈来愈多。
我们正处于这样一个时代。
在报纸连载的第一期的开篇，我曾写下这样一段话：在当下的时代背景里，女性加强自身的修养，涵

养自己的性情已成为一件较为紧迫的事情。
今天的女性生活在一种历史上从未有过的境况下，在外和男人一样打拼，在家里又要撑起一片天，孩子、家务、家庭中多种关系的打理——女性有着前所未有的累、焦躁、烦闷、紧迫、恐惧——像一块块大幕厚厚的罩在她们的头顶，女性必须有智慧的指引，方能走出生命的沼泽地。
什么叫智慧？
智慧和知识不同，一个有知识的女性不一定有太多的智慧。
知识是客观存在的信息，是一堆未经处理的素材，而智慧则不然，智慧是一种能力，是一种穿透现象直抵本质的能力，是一种能够把没有的东西创造出来的创新能力。
假如说知识给人带来的能力是一根线的话，智慧则给人的是一个立体的面或者说是一个崭新的空间。
正如学历不代表一个人的能力一样，学历也不代表其修养的深厚，追求智慧、修身养性是女人一生的重大工程。
因为一代女性素质的高低决定了一代民族素质的高低，所以，女性的修养程度，灵魂的深度，生命的高度，创新能力的高低应是女性日常生活之外最应该关注的事情？
何谓女性智慧？
就是让女性更清楚地看到自己的性别特征，按照一个女人应有的胸怀、气度、胆量、做法去处理生活中方方面面的事情，用健康的心理、健康的体魄去应对生活中出现的各种问题。
，当好女人，做好母亲，引导女人在解决好生存中存在的各种问题之后，一定要有自己的精神生活，一个有精神生活的女人才是一个完备的女人。
体态的丰盈决不意味着灵魂的充盈。
一个女人只有内在和外在都是美的，才是一个美丽的女人。
单纯的外表美无法展示女人全部的美丽。
何谓女性智慧？
就是让女性在了解自己性别特征、保持自己性别特征的同时，一定要了解男性，了解这个性别不同于女性的很多特征，学会理解、沟通，和男性共同缔造美好的婚姻。
何谓女性智慧？
就是帮助女人自觉地限制自己对物质的需要，力使自己过一种简朴的物质生活、丰富的精神生活，给自己的生命开辟一片蓝天，让不为物役的灵魂自由地飞翔。
因为女性本身对物质的要求多而繁杂，女性欲要超越自己的生命，更需要给自己的灵魂增加更为丰富的内容，灵魂丰富了。
创造能力自然会增强。
只有这样，女性才最终活得是一个真正的人。
何谓女性智慧？
就是在繁杂的生活当中，在面临生活的多种选择的时候，告诉女性哪些东西应该坚守，哪些东西应该放弃。
女性的一生太需要智慧的引导，有了智慧的女性，就有了直面生活一切问题的能力。
何谓女性智慧？
就是知道人生有限。
正是有限才更需要女人奋斗，在奋斗中有所创造，有所成就，才能使人生更有意义，也正是生命的有意义才能将女人人生的有限变成无限。
在今天这样的社会中，有智慧的女性愈多，我们的家庭、社会就愈加安定，人们的生活也就更加和谐。
对于这本书的设计，我没有按照其他书的标准，将其分门别类地各放一处，而是将各种类别混杂在一起，虽然混在一起，但它们却都是女性最为关心的问题，只是从不同的角度阐述而已，我想阅读这本书的女性朋友一定会喜欢这种形式的，在报纸上连载的时候采取的就是这样的形式，读者反映都喜欢这样编排的文字，读起来自由自在，没有约束感。
没有约束感的读书，才能最终得到一种最真实的快乐，也能受益最深。
风吹哪页读哪页，可以随时读，也可以随处读。

遇上暗合自己心意的段落，会心一笑；遇上心有所得的句子，怦然心动。
倘若这本书的阅读，能给你的闲暇时分带来一段愉悦的心灵旅程是我最大的心愿，能给你的生活带来些微的快乐并能有充实的感觉是我最大的慰藉。

内容概要

风吹哪页读哪页，可以随时读，也可以随处读。
遇上暗合自己心意的段落会心一笑，遇上心有所得的句子怦然心动。
倘若这本书的阅读，能给你的闲暇时分带来一段愉悦的心灵旅程是我最大的心愿，能给你的生活带来些微的快乐并能有充实的感觉是我最大的慰藉。

作者简介

姜华，作家，编审，曾任某出版社副总编辑，出版过《母爱集》《心旅》《人生随想》《独舞》《晒月亮》《情感思辨》等十几本个人专著，2007年进人中国人寿工作。

书籍目录

婚姻天地女人絮语快乐真谛人生真相两性之间月有圆缺生活智慧

章节摘录

婚姻天地一书籍是女人永恒的情人，不弃不离，始终如一。
它永远都在奉献，从不求回报。
书籍是女人永远的护肤品，没有失效期。
它不但护肤而且护心。
对女人来说，世界上内外兼护的东西唯有书籍。
书籍还是女人保持自己魅力的法宝，一个和时代同步的女人，肯定是一个爱读书的女人，因为她从里到外都散发着迷人的风采。
每一个女人都应当经常问自己：我是谁?我想从生活中得到什么？
一个已婚女人如果想在丈夫和孩子之外还拥有属于自己的生活目标，这是女人最好的结果。
女人不应仅仅属于家庭，她首先要属于自己，然后是家庭，是社会。
这样，女人的生活才是最完美的。
三家庭决不应该是一个女人的终点，而应当是女人的加油站。
当自己的爱情、亲情、友情都能得到满足的时候，女人身上会迸发出超人的毅力，促使她去完成她生命中的另一次飞跃，那就是超越自我的束缚，为社会、为人类去创造属于自己的神奇。
四女人是听觉动物，喜欢甜言蜜语。
男人是视觉动物，喜欢用眼睛恋爱。
任何一个能说会道的男人都容易将女人俘获。
当过起日子的时候，女人才发现说得好听，远远没有做得好看更让人舒服。

后记

学会寻找快乐是生活的一种智慧在繁忙琐屑的现代生活当中，女人生活中的快乐都是寻找来的，不会寻找快乐的女人肯定是缺乏智慧的。
快乐为什么需要寻找？
因为人生本来是苦的，尤其对女人来说，没有美貌的苦，没有知识的苦，没有智慧的苦，没有金钱的苦，没有情感的苦，生儿育女的苦，害怕衰老的苦，生理不适的苦，求职谋业的苦，心理低潮的苦，生老病死的苦——这就是生活的本质，是每个女人都要经历的，是任何人都不能改变的。
女人对于生活中不能改变的东西只能适应，能改变的只能是自己的心情，而改变心情的最好的办法就是学会寻找快乐。
作为一个女人，你不去寻找快乐，快乐决不会自动来找你。
在女人的一生当中，不同的生命阶段有着不同的快乐，每一个女人都有一份属于自己的快乐，就看你是否会寻找；学会寻找快乐，并将这种快乐充实在自己生命的各个阶段当中，人生就找到了法宝，就活出了滋味。
女人在青春时期，要尽享青春的快乐，这种快乐可以是在学习的过程中去寻找，学会了知识，打开了眼界，增长了本领；也可以在恋爱的过程中去寻找，第一次的心动，第一次爱情潮水的汹涌；也或许是在交友、购物、运动、旅行、时尚等各种能够给人带来快乐的过程当中找到快乐。
生于和平年代的年轻女人，不必有“人生不满百，常怀千岁忧”的感叹，不必把“吃得苦中苦，方为人上人”的古人教诲当作自己的座右铭，能把生活中的小烦恼解决掉，能够快乐的去过生命中的每一天就是最好的生活态度。
女人在职场上，要学会从工作中寻找乐趣，把展示自己的才华当成是最大的快乐，能把工作和自己的兴趣结合起来，就会收获更多的快乐。
自我价值的实现，同行的认同，领导的赏识，人际关系的如鱼得水，都会给职场的女人带来快乐。
女人更要学会从创造中寻找快乐，无论是工作中的一种创意，还是实践着的创新的设计，都会给女人带来最由衷的快乐，这种快乐也是能够持续发展的快乐。
婚姻中的女人，不要渴望爱情天长地久，不要希冀浪漫依然，要知道世界上的一切东西都是流动的，都是变化的，爱情也是这样。
明白了人生的这种真相，就多了许多从容，许多睿智，从自己做起，只要把婚姻中的奉献当成是自己的快乐，就有一份回报给你带来更大的快乐。
婚姻中的女人有了这种智慧做底，就有了获得快乐的根本保证。
煲一锅靓汤，有几样拿手的好菜，收拾出一个洁净的家，有教育子女的能力，淡雅而有品位的装扮——这些都是婚姻中的女人获取快乐的最佳途径。
初做母亲的女人，在孩子的每一个笑容里，在孩子的每一声呼唤里，在孩子的成长过程中去感受快乐。
这种快乐是独特的，是不可复制的，也是金钱买不到的。
尽管你的付出，你的苦痛是快乐的许多许多倍，但你能够从中发现生命中从来没有过的最独特的快乐。
能安然的享有这样的快乐，就等于给了自己最大的奖赏。
步入中老年的女人，走到了人生最为崎岖的一个阶段，“雨中黄叶树，灯下白头人”是这个年龄段女人的心境写照，生命的光鲜远离了这些女人，她们更容易伤感，更容易感受生命中的不快乐，所以寻找快乐对于她们来说，就显得更为重要，更需要智慧的指引。
她们的快乐在哪里？
在与衰老抗争的激情里，在儿女长成的骄傲里，在永不截止的创造中。
只有满怀激情地去拥抱生活，这个年龄段的女人，才能得到最真实的快乐。
人生因为不能恢复才更加精彩，让活着的每一天都精彩，是生命赋予我们的神奇密码，破解这个密码的武器，就是让快乐主宰生命的每一天。
快乐是过一天，不快乐也是过一天，何不选择快乐和自己做伴呢？

生活决不会因为你的不快乐而有任何改变，却会因为你的快乐而变得有滋有味。
女人要想在一生的各个阶段都保有可持续性的快乐，就一定要有知识，有智慧，有养活自己的能力，有内在的精神生活，有独立的情感生活，有工作之外的业余爱好，有读书、运动、听音乐的好习惯，有“宠辱不惊，看庭前花开花落，去留无意，观天边云卷云舒”的达观心境，知道女人外表的美丽只是让人的眼睛舒服，而内涵的丰富、举止的优雅却让人的灵魂着迷这个最朴素的人生真理。
人生的底牌是什么？
法国作家大仲马说：“人生是一串无数的小烦恼组成的念珠，达观的人总是笑着数完这串念珠。”既然世上的每个人的人生都是由这么多的烦恼组成，何不自己让自己更快乐些呢？
笑着数念珠就是智慧的人生态度。
假如说快乐只是女人生命的一种境界的话，女人更高的境界应当是追求幸福。
什么才是女人的幸福？
那就是快乐加上意义。
来自家庭的快乐，只是现代女性生活快乐的一部分，今天的女性更大的快乐应该是自我价值的实现，个人生活品质的提高，个人生命的自我完善。
在这个过程中再加上对生命意义的思考，对生命意义的实践，女人就踏上了幸福生活的道路。
每个女人的生命都走在追求幸福的路途中，让自己的生命获得更多的快乐，这种快乐是物质和精神的高度统一，让自己的所作所为更有意义，这样，女人就会得到更多的幸福。
倘若天下的女人都做到由快乐而及幸福，我们生存的社会就是美丽而又温馨的社会，用我们的双手建造的家园就会更加让人流连忘返。

编辑推荐

《女性智慧书》是每一个女性都应必备的一本书。
做一个优雅的女人光有知识是不够的，还必须有智慧，有自己的情感空间，有属于自己的精神家园。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com