



## 书坊周刊·书香

编辑 曲鹏

又是一年三八时。女性的话题在这个节日里被提上日程,得到关注。作为女人,一生中要经历从女孩到母亲角色的转变,涉及婚姻、家庭等方面。不管你是已婚还是未婚,不管你风华正茂还是年华老去,在生活和事业中,你要想成为一个出色的女人,就要学会把握自己。

作为女人,时常要面对各种各样的人生,也许你正遭遇着婚姻困境,也许你正在为钱财发愁。如何在情感、生活、理财、教子方面做最优秀的自己,让我们听听当下畅销书女作家们的见解,也许不经意间,她们的某一句话,会让你的生活发生转折,呈现出柳暗花明又一村的开阔。

畅销书女作家谈女人

# 女人,做最优秀的自己

整理 李啸洋

## 金韵蓉谈成长:斟满杯子,悦纳自己



●金韵蓉,心理治疗师,精研婚姻家庭问题与儿童心理教育。著有《先斟满自己的杯子》、《女人30+》、《谁能写出玫瑰的味道》等。

前些时候一个讲座上,有位年轻女孩带着困惑问了我一个问题。她花了一年时间参加了专业的营养学课程,也取得了相关证书,今年她准备参加心理学专业课程,打算在年终考到心理咨询师的执照。她的困惑是,这些学习都是利用业余时间完成的。对她来说,学习不是问题,休息不够也不是问题,问题是她总担心自己的时间太少,而需要学习的东西又太多,以致自己薄弱的实力跟不上实现梦想的需要。

生命中需要学习的东西确实很多,但如果学习的目的只是为了积累知识,获得文凭,并且在达到一个目的之后,就立即奔赴下一个目标,那么学习最终就只是一种知识的堆积,而不再是能滋养生命的养分了。我建议她除了学习之外,学会把脚步放慢,用心感受旅途中野花的缤纷,青草的香气,天空的云彩。

年轻时,我曾经执著迷恋于加缪、卡夫卡这些西方存在主义哲学家的理论中不能自拔。年少时,我生吞活剥了这些似懂非懂的著作,在虚无缥缈中把简单的日子过得沉重而苦涩。一直到逐渐长大,体认了更多的生活,接触了中国思想家的著作后,我才从这些富有生命智慧的对话中,把自己从几近窒息的密网中解救出来。“云在青天水在瓶”的道法自然,就是我面对生命时举重若轻的最高指导原则。现在别人再问我怎么过日子,我会轻描淡写地说:走一步算一步,把今天好好地走完再说。这就是我的“杯子”理论:先斟满的,是对自我价值的悦纳,是对自己生命幸福的主导,需要先斟满的,还有懂得享受当下的乐趣,以及轻松面对生活的智慧。

### 【相关阅读】

- A《优雅是女人最美的外衣》 欧石楠 著 广西科学技术出版社
- B《蔡康永的说话之道》 蔡康永 著 沈阳出版社
- C《好好爱自己》 素黑 著 天津教育出版社

## 苏岑谈情感:做知性女,不做理性女



●苏岑,女性问题专家,“新女学”发起人,女性文化研究者,媒体情感专家顾问。著有《20岁跟对人,30岁做对事》、《7天女学馆》、《20岁定好位,30岁有地位》等。

不少高学历高条件的女人在情路上落了单。她们不解,周围人也不解:“聪明漂亮学历出众家教良好理智好强的女孩子,怎就偏偏没人追?男人到底怎么了?为何偏偏看不见?”瞥一眼她们从头到脚的理性气质,心中已然有数。没有男人追,大概,这些都是擅长讲道理的女人。

按照心理机能分类,人的性格可分为理智型、情绪型、意志型。理智型的人用理性来评价一切,用理性来控制言行。情绪型的人一味感情用事,不管不顾。意志型的人意志强硬行动主观,不达目的不罢休。但凡那些受过系统完整的高等教育的女人,大都是极理性的女人,都擅长与男人沟通、对话,慢条斯理讲明自己的观点。

很多人说:“这不是很好嘛!现如今不正流行知性女子吗?”可是你要知道,知性女≠理性女。男人不喜欢理性美女,男人喜欢知性美女。

从字面上可以这样去讲:知性,就是知道很多事情,可以充当有趣的谈资;理性,就是事事讲理,公事公办,铁面无私。这不光是男女交往的定律,也是人际沟通的潜规则:太讲道理就是一种不讲理。因为,中国的“理”,就是“情”。凡事只讲理,就是无情。无情,自然就是无理。

如果你说:“我想有人追,我想受人宠,我想命里桃花时时开……怎样办得到?”那么好啊,做个知性女,别做理性女。

### 【相关阅读】

- A《辣笔,小心!》 庄雅婷 著 华文出版社
- B《男人来自火星,女人来自金星》 [美]格雷 著 吉林文史出版社
- C《婚恋潜规则》 柯云路 著 中国友谊出版公司

## 陈昱谈理财:会花钱的女人最美丽



●陈昱,财务规划专家,中央电视台证券资讯频道特聘理财专家,CCTV-2《为您服务》栏目理财策划师。著有《暖财安生》、《女人就要会花钱》等。

《杜拉拉升职记》里,拉拉失恋了,一气之下去了国贸名品店血拼,还刷爆信用卡买了辆爱车。女人是个情绪化的动物,花钱消费即是典型例证。人的欲望是无穷的,收入是有限的,物价是飞涨的,怎样让自己在这三者之间找到平衡,消费更加趋于理性,一直是困扰女人的问题。

钱本身是不会增加或减少的。对于工薪阶层来说,将自己的时间转化成了工资,用这些钱支付日常生活费用,保持生活质量,然后再用时间继续换成钱。这个过程中,每个人都像在进行一场马拉松赛跑,只有少数会花钱的人才有机会脱离这样的慢行道,而进入资产交换的快行轨道中——用钱来赚钱。没有一个有钱人能逃离花钱的过程,越会花钱的人才会有机会获得价值的增长。单单依靠压抑自己的欲望,逼迫自己过着“百元周”的生活是不能帮我们创造财富的。

真正的财富差别不是你有多少钱,而是一段时间内你在持续的交换中增加价值的的能力。消费和投资最大的差别是,前者只能减少我们兜里的钱,而后者是增加我们兜里的钱。我鼓励女人消费,鼓励女人精明花钱,把消费转化成一种投资。

好消费可以换来更多的钱,比如投资、学习、健康食物。坏消费则让我们陷入财务困境。如果你把自己的财富梦想放在投机上,放在嫁个好老公身上,放在别人身上,都不能让我们成为真正的小富婆。因为钱袋上有窟窿的人,无论如何努力,无论别人给多少钱,最后都还是会在财务的困境中。

### 【相关阅读】

- A《我最想要的理财书》 李南 著 广西师范大学出版社
- B《30年后,你拿什么养活自己》 [韩]高得诚 著 广西科学技术出版社
- C《小气达人的奢华生活:月入千元做贵族》 刘迎迎 著 古吴轩出版社

## 闫江敏谈教子:母爱无言,教子有类



●闫江敏,教师。从事高中一线教学和班主任工作,带出了一批优秀学生。著有《妈妈不生气,孩子很争气:考上北大清华最强教子方案》。

易中天说过:“无为即有为,不教即家教。”这道出了家教的真谛:不是不教,不是跟孩子生气较劲,而是要用心教,用合适的方式方法教;不是什么都不做,而是少干预孩子,通过身教和鼓励支持来影响孩子。

对于多数母亲来说,最揪心的事莫过于教育孩子了。是的,教育无小事。20年来,我培养了自己优秀的孩子,也带出了一批重点大学的尖子生,感觉最深刻的一点是:没有不好的孩子,只有不好的妈妈。一个沉默的眼神可以激励孩子,也可以伤害孩子。也许在不经意间,我们就决定了孩子一生的命运。

孩子有多种类型,虚心的孩子能心领神会老师的要求,聪明的孩子爱动嘴,不爱动脑筋,容易走弯路。教育孩子,就要亲其师,懂得用心品味老师对学生的爱,感受老师的无私与真情。

学习是一项艰苦劳动,学校的课业本身已经很重,再利用业余时间给孩子补课辅导,最后只会让孩子产生厌烦心理。补课辅导,不如增添孩子的内驱力,塑造孩子的品格。家长不能只关心孩子的学习成绩,还要适当培养孩子的责任心,增强孩子的责任意识。身教代替言教,父母树立榜样,是最有效的家教。父母的主要任务是在外努力工作,回家常与孩子交流,事事用行动说话。孩子在耳濡目染之下,也会加紧学习,不需要督促。一旦学习成为孩子生活中的主要组成部分,家长就会非常省心。如果父母多欣赏孩子,与孩子共同成长,默默地关注和关怀,亲子之间就不会产生代沟。“无为”的快乐真好,妈妈也不用再充当“恶妈”的角色了。

### 【相关阅读】

- A《好妈妈胜过好老师》 尹建莉 著 作家出版社
- B《用尊重成就孩子的一生》 蔡真妮 著 漓江出版社
- C《爱在左,管教在右》 金韵蓉 著 中信出版社

本版更多内容  
请上大众网读书频道  
book.dzwww.com