

<<魅力女人>>

图书基本信息

书名：<<魅力女人>>

13位ISBN编号：9787216044714

10位ISBN编号：7216044711

出版时间：2006-3

出版时间：湖北人民出版社

作者：文竹

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>

<<魅力女人>>

内容概要

尊敬的女性朋友，如果你觉得自己的美还不够完全，这不要紧，你可以从现在做起，因为内在美并不是任何人与生俱来的，而是后天修行、日积月累的产物，是你魅力的升华。

只要你不断吸取知识，做一个知识女性，就不仅能适应时代的要求，而且可逐步消除自身庸俗的痕迹，增加儒雅之气；只要你注意修炼自己的语言和行为，自会有文明而又热情的谈吐，幽默而不浮躁的表达，端庄而不轻佻的举止；只要你怀有健康的心态、丰富的情感、开淘的胸怀，言之有理、行之有道，你自会品位不凡。

若你能将内在的美与外在的美融为一体，你就能青春永驻，魅力长存。

亲爱的女性朋友，我想此刻你也许正渴望着自己能得到幸福，也许正期待着别人能承认自己，欣赏自己。

那么，本书所要告诉你的，正是你渴望所要得到的。

因为它能帮助你揭示魅力的真谛与青春的奥秘。

其实每个女人都有魅力，关键要知道自己的优势和短处，若能通过打扮以扬长避短，就能展现属于自己的魅力。

女人之所以有魅力，不是因为她全身上下无一处不美，而是因为她知道自己美在哪里，并且懂得透过穿衣打扮，让这些富有魅力的地方发光。

让我们静下来好好想想真正打动我们心灵的女性只是因为她有完美的外表吗？

答案显而易见。

真正打动我们的，是她举手投足间的自信，智慧灵动的火花，温柔知礼的气质，同甘苦共患难的情义，乐观向上的人生态度。

<<魅力女人>>

书籍目录

1 魅力女人人格魔力 天使的气质 选择坚强 与自己道“OK” 永远的胜利女神 生活交响乐 不谢的友谊花 魅力“T”型台 李宇春：诠释女性魅力新概念2 魅力女人语言磁力 说出你的个性 说出你的情感 说出你的磁性 说出你的睿智 魅力“T”型台 向菲：千里传音感化逃犯3 魅力女人行为张力 举止如诗 行为似金 动在心灵 行为“三八线” 魅力“T”型台 杨丽萍：率兴而起，随心而舞4 魅力女人神态媚力 回眸一笑百媚生 喜怒哀乐忘关情 此时无声胜有声 魅力“T”型台 钟彬娴身恒的微笑5 魅力女人服饰魅力 现代服饰风景线 让个性张扬 打造自己 暗香浮动 魅力“T”型台 伊丽莎白·赫莉：美艳与性感的化身6 魅力女人社交活力 你是一道风景 交往的“N”个理由 种下一片“合欢树” 礼仪“会客厅” 网络有约 魅力“T”型台 靳羽西：传递东西方文化的使者7 魅力女人爱情神力 相约“伊甸园” 漫步“爱情”海 今夜洞房花烛川 情爱夜话 永远的牵引 魅力“T”型台 约瑟芬：情迷拿破仑8 魅力女人职场法力 机不可失 今日闪亮登场 在上司面前 如果我们是主管 魅力“T”型台 唐雅君：拼出来的奇迹

<<魅力女人>>

章节摘录

书摘选择坚强 绝不放弃 你还记得儿时的一则童话? 猴子到山下玩, 发现了瓜地里的一只大西瓜。猴子摘下大西瓜, 抱着它高高兴兴地往回走。

走到山坡上, 猴子又发现了一块玉米地, 一个个玉米棒子龇牙咧嘴, 上面长着红胡子, 有趣极了。猴子于是丢下西瓜去掰玉米, 然后继续赶路。

不久, 猴子又被许多山花吸引住了, 那些花朵五彩缤纷, 猴子便抛掉玉米去摘鲜花。

这时候, 花丛中蝴蝶纷飞, 很是可爱, 猴子立即又扔掉鲜花去追蝴蝶。

蝴蝶越飞越远, 猴子没有追着, 自己却迷了路, 结果什么也没有得到, 只好空着手垂头丧气地走了。

现在讲起这个儿时的童话, 你们一定会笑话我童心未泯, 然而我要告诉你的是, 这则童话虽然是讲给儿童听的, 但却揭示了我们一生的行为原则: 不要轻易放弃, 否则一无所获! 魅力的修炼讲究外修内炼, 外修指形象的修饰、肌肤的保养、肢体的训练等; 内炼指知识的积累、能力的增强、情感的培养、品位的提升等。

外修也好, 内炼也罢, 都是一个漫长的过程, 我们要有耐心, 要能坚持。

比如你正在减肥, 当自己的体重正逐渐接近理想的标准时, 你却说: 哎, 这真是一种折磨, 我实在不能坚持了! 算了吧, 现在的体形已经很不错了。

于是你放弃了, 再次回到了从前的生活状态。

结果会怎样呢? 哈哈, 你又成肥婆了, 甚至你的肥胖程度会再创历史新纪录。

气质的修炼更是如此, 书读不下去, 做事没有热情, 不能向着自己的理想不懈努力, 你会一生平庸, 还谈何魅力! 魅力的修炼贵在坚持, 绝对不可中途而废。

当你忍受不了痛苦, 或者受到别的东西诱惑时, 你应该对自己说: 我已经起步了, 并且小有成绩, 为什么还得从“0”开始呢? 我要坚持, 绝不放弃, 更大的成功就在眼前…… 绝不放弃, 使你的形体更加纤秀娇媚; 绝不放弃, 使你的气质日臻完美芳醇; 绝不放弃, 使你的事业蒸蒸日上; 绝不放弃, 使你的人生成为风景…… 绝不放弃, 本身就是一种自豪, 一种魅力, 一种永恒的吸引…… 坚持并快乐着 使人感到幸福的不是得到什么酬报, 而是努力去奋斗。

——约翰·汤森·特罗布里奇 这句名言也许会让很多女性感到困惑: 特罗布里奇是不是发疯了? 只是努力却得不到酬报, 这还是幸福的事? 是的, 我当初和你有着同样的想法, 也曾怀疑这句话是否符合生活逻辑, 觉得它很有些不可思议, 但是后来我终于醒悟了, 发现特罗布里奇道出了生活的情趣, 描绘了人类性灵的至高境界。

我们坚持, 我们奋斗, 似乎都是为了得到什么, 但越是有所奢望, 就越是会产生严重的得失感, 这时候, 我们的坚持与奋斗便是在痛苦与担忧中度过的, 毫无快乐可言。

忘却得失, 绝不放弃, 会让我们进入忘我的境界, 只感到生活的充实与精神的轻松。

事实上, 只要坚持, 不可能没有酬报, 即使你坚持、奋斗后遭到失败, 你也得到了一次教训, 它教会你以后不再犯同样的错误。

同时, 坚持与奋斗也使你得到了心情的愉悦, 实现了生命的价值。

坚持不应该是一件痛苦的事情, 当我们失落、忧愁、无助的时候, 我们更加需要乐观的心态来调节自己。

事实上, 不管你有什么理由, 都没有人愿意看你的苦瓜脸, 没有人愿意听你痛苦的倾诉, 没有人真正愿意来承担你的忧愁与损失, 没有人愿意置身于你的抑郁之中……相反, 他们会将你当成丧门星, 担心你的情绪会影响到他们快乐的生活, 因此惟恐避之不及。

坚持, 并快乐着, 你会以自己的好心情感染他人, 得到友情与帮助, 增加自己的一份磁力。

你也许会很吃惊地说: 啊, 这多么艰难! 在痛苦中坚持却要表现出快乐的样子, 只有圣人才能做到, 一个平凡女子, 怎么可能到达这种忘我的境界? 但是, 我却要说, 你能! 问题是, 你一定要试着去做。

●将事情想在失败之前 你能够保证任何事情都会获得成功吗? 当然不能。

既然存在失败的可能, 我们便应该有心理上的准备, 在做事情之前就考虑到失败后的弥补措施, 将损失控制在最小的范围内。

因为有了心理准备, 当失败真正降临的时候, 我们就不会惊慌失措, 无法接受现实了, 当然也就感到

<<魅力女人>>

比较坦然。

不要对任何事都寄予过高的期望值，期望值越高，我们越不能承受失败的痛苦。

- 回味自己成功的滋味 仔细回忆一下，除了失败以外，我们有没有成功的经历？哪怕是一次很小的成功都可能唤起我们美好的回忆，将我们从艰辛与痛苦中解脱出来。

最可悲的人是陷在痛苦中不能自拔的人，一味害十白与忧愁不仅于事无补，也残害了自己的身心。

- 与快乐的朋友去交流 与快乐的朋友在一起会受到他们的快乐的感染，使我们暂时忘却自己的烦恼。

- 准备一次成功的旅行 你很辛苦，很忧伤吗？旅行也许是一剂良药。

异地的风情、自然的景致常常能够使我们的的心灵得到净化，使我们的心胸更为宽广。

湖光山色可以转移我们的注意力，使我们忘却痛苦与不幸。

- 用娱乐释放自己 到舞厅跳舞，去“OK”厅唱歌也不失为排遣忧愁的好方法。

挑我们喜欢的事去做，选那些快乐的场合去玩，我们还有什么烦忧的事情不能释怀？ ● 坚持一下，从头再来 因为失败，我们就轻易放弃了吗？真可惜，有很多宝贵的经验也与失败一起被我们扔进了垃圾

。不要随意另起炉灶，那意味着我们要进行又一次摸索，失败的概率与过去不相上下。

我们应该高高兴兴地坚持做过去没有做完的事，因为有了一次失败，我们会在往日成功的地方轻车熟路，在过去失误的地方倍加谨慎。

这样，我们与真正的成功又接近了一步，开怀大笑的日子便不再遥远了。

现在，让我们再次回过头来看特罗布里奇的名言，它真的充满了哲理。

看透了生活与人生，我们的确会深切感悟到：坚持的确是种幸福，是一种快乐！ P6-7

<<魅力女人>>

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>