

<<因为魅力所以美丽>>

图书基本信息

书名：<<因为魅力所以美丽>>

13位ISBN编号：9787504733757

10位ISBN编号：750473375X

出版时间：2010-6

出版时间：中国物资

作者：周洪杰

页数：209

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>

<<因为魅力所以美丽>>

前言

提升女性魅力，做极品女人一直觉得女人是上帝的得意之作。

没有女人，这世界便少了一道绚丽的色彩，因而变得灰暗、单调了。

世间的女人，或温柔可人，或活泼可爱，或娇羞妩媚，或风情万种……每个女人都有她独特的魅力，但并不是每个女人都能发现她自己的魅力所在，并将之放大，作为自己的个性标签。

我们会经常看到这样一些女人，她们天生丽质，面容姣好，但给人的感觉如过眼云烟，看过也就看过了，不会让人记忆深刻，这类女人通常被称为“第一眼美女”；我们还经常会看到这样一些女人，她们虽然没有沉鱼落雁之姿，也没有倾国倾城之貌，但在人群中，她们总是那么夺目，总是能让人一眼就觉得“这个女人不寻常”，这类女人通常有其内在的吸引力，这种吸引力，说白了就是女性魅力。

对大多数人来说，“魅力”是一个玄而又玄的词。

有魅力的女人一定是美丽的，但美丽的女人不一定有魅力。

美丽是外在的，具体的，可见、可说，而魅力则是抽象的，只可意会不可言传。

一个人的魅力虽然可以通过她的穿衣打扮表现出来，但更多的是透过她的内在气质折射出来。

爱美是女人的天性，世上没有哪一个女人不愿意让自己美丽一点儿、再美丽一点儿。

很多女人为了打造完美的脸蛋，不惜让自己的脸经历“刀光剑影”的考验。

但是，那一张张被手术刀雕刻出来的标准美人脸，看起来是多么空洞啊！

爱美是没错的，想让自己更美丽的想法也是正确的，但是要知道，相貌是天生的，是父母给的，是遗传基因决定的，外在力量的刻意改变只能使得整个人变得不和谐。

我作为众多平凡女人中的一员，普通的不能再普通，经常妄想自己某日一觉醒来变成了殿堂级的美女，这种美梦做了N年之后，终于对此彻底不抱希望了。

后来看到整形美女层出不穷，也跃跃欲试，但最终也作罢了，原因有三：一是没钱，二是怕疼，三是总觉得在脸上垫的那些东西，万一哪天它们兴奋了，在脸上上蹿下跳怎么办？

就这样，我的变美梦便慢慢沉寂了。

前一阵子，周洪杰先生给我发了他的一部书稿，书名是《因为魅力所以美丽——成就女人美丽人生的8种魅力》，看到目录，我的眼睛就开始放光了，心中的某个小火花瞬间就被点燃了。

一口气将书稿读完，我的那个模模糊糊的变美梦逐渐变得清晰了。

这本书从女人的妆容魅力、女人的气质魅力、女人的性格魅力、女人的礼仪魅力、女人的情态魅力、女人的语言魅力、女人的办事魅力和女人的自爱魅力8个方面，从外在的修饰，到内在的修炼，全方位指导女人如何让自己更加美丽、更有魅力，乃至成为极品女人。

毫不夸张地说，这本书可称为“在爱美道路上艰难跋涉的迷途女人的福音书”。

本书作者周洪杰先生是我的好朋友，是畅销书界的资深作者，他的书语言老练，风格清新，一扫现今图书的浮躁喧嚣，如同中国山水画，令人耳目一新。

《因为魅力所以美丽——成就女人美丽人生的8种魅力》是周洪杰先生案牍劳形之作，是他对女性的关爱之作。

这本书适合各个年龄阶段的女性阅读，为女性增添自身魅力提供了很好的借鉴。

因此，我想告诉广大女同胞，想让自己更有魅力，想让自己的人生更美丽，不可不读这本“福音书”——选择它，没错的！

资深编辑于彬2010年5月

<<因为魅力所以美丽>>

内容概要

本书从女人的妆容魅力、女人的气质魅力、女人的性格魅力、女人的礼仪魅力、女人的情态魅力、女人的语言魅力、女人的办事魅力和女人的自爱魅力8个方面，从外在的修饰，到内在的修炼，全方位指导女人如何让自己更加美丽、更有魅力，乃至成为极品女人。

毫不夸张地说，这本书可称为“在爱美道路上艰难跋涉的迷途女人的福音书”。

本书作者周洪杰先生是畅销书界的资深作者，他的书语言老练，风格清新，一扫现今图书的浮躁喧嚣，如同中国山水画，令人耳目一新。

本书适合各个年龄阶段的女性阅读，为女性增添自身魅力提供了很好的借鉴。

<<因为魅力所以美丽>>

作者简介

周洪杰，毕业于山东大学经济信息管理系，早年从事企业基层管理工作，后投身文化传播事业，秉承“对读者高度负责”“要打动读者须先打动自己”的创作理念，坚持提供思想性、实用性和趣味性兼备的读物，形成了清新自然、亦庄亦谐的写作风格，在成功励志类、身心灵修养类图

<<因为魅力所以美丽>>

书籍目录

第一章 淡妆浓抹总相宜：女人的妆容魅力 1.一双瞳人剪秋水 2.红唇透射无限美 3.暗香浮动识女人 4.锦上添花靠服装 5.“第二肌肤”秀风情 6.饰物最是“点睛笔” 第二章 丹青难写是精神：女人的气质魅力 1.自信是最美的“颜色” 2.腹有诗书气自华 3.性感其实是一种气质 4.有神秘感必有魅力 5.娴静女人最“惹眼” 第三章 谁爱风流高格调：女人的性格魅力 1.热情如火者无往不利 2.温柔指处皆“绿洲” 3.如“铿锵玫瑰”般绽放坚强 4.好一个“心灵捕手” 5.青春常驻在乐观 6.宽容闪耀母性之美 第四章 态浓意远淑且真：女人的礼仪魅力 1.举手投足皆是“闺秀风范” 2.拉近心灵的握手 3.西餐桌旁“循规蹈矩” 4.美酒佳人相映红 5.与“仪态”共舞 第五章 回眸一笑百媚生：女人的情态魅力 1.微笑像花儿一样绽放 2.妩媚成就“万人迷” 3.可爱让女人更美丽 4.一招撒娇足以“制敌” 5.“健康调情”独领“风骚” 第六章 言语巧偷鹦鹉舌：女人的语言魅力 1.幽默给女人添人缘儿 2.自嘲让女人更富情趣 3.赞美最是得人心 4.语言魅力就是说服力 5.能说会道真女人 6.说“不”也有艺术性 7.“谢谢”两字最动听 8.会聊天的女人有魅力 第七章 英雄难过美人关：女人的办事魅力 1.打好“女人味”这张牌 2.人情练达则心想事成 3.公关场上显身手 4.“以礼相待”是艺术 5.与男人“职场共舞” 6.用“心”工作必胜出 第八章 众芳摇落独暄妍：女人的自爱魅力 1.爱自己不容忽视 2.以快乐心对身边事 3.善交朋友可提升自我 4.必须“自己花钱买花戴” 5.用理财架设“保护伞” 6.爱情贵在“自作主张” 7.留出“精神空间”

<<因为魅力所以美丽>>

章节摘录

2.腹有诗书气自华台湾作家林清玄在《生命的化妆》一书中说，女人的化妆有三个层次：第一层化妆是脸上的化妆；第二层化妆是改变体质，即改变自己生活的方式——睡眠充足、注意运动与营养，这样她的皮肤得到改善，精神充足，比脸部化妆有效得多；第三层化妆是改变气质，即多读书，多思考，自爱而有尊严，对生活乐观，关怀别人等，这样的人就是不化妆也丑不到哪里去。

一个只知穿衣打扮的女子，她生活的内涵是虚空的，她人生的底蕴是单薄的，她的美丽也是短暂的。只有多读些书，不断用知识充实自己，用智慧打造自己，才能把一个优秀的现代女性诠释得到位、出彩。

对于女性来说，读书是气质、精神“永葆青春”的源泉，知识是“美容佳品”。

书是女性气质的时装，书会让女性保持永恒的魅力：优雅的谈吐超凡脱俗，清丽的仪态无须修饰。

林小姐同丈夫一起开了一家小公司，随着生意越做越大，利润越来越高，公司也扩展为三个公司。

看到公司走上正轨，加之自己怀孕生子，林小姐告别了职业女性的生活，做起了全职太太。

在家养尊处优的日子里，她不读书，不看报，不学习——慢慢地变得不拘小节，身体也开始发胖了。

丈夫开始挑剔她，嘲笑她“不学无术”。

经过反思，林小姐决定复出工作。

回到公司后，她发现自己什么也不会，什么也不懂了。

难过了好久，她决定去充电。

她报了一个“电脑班”，一个“财会班”，时间被安排得满满的。

渐渐地，林小姐管理公司事务又像原来那样得心应手了，同时，丈夫看她的眼神也和原来不一样了——充满了柔情。

由此，林小姐悟出一个道理：女人不能放弃读书学习，否则就等于放弃了自己。

大学毕业后，葛小姐进入事业单位工作。

因为长得漂亮，她常受到别人的关照，但她生性好强，总想凭自己的真才实学干出点事来。

于是，她自学了计算机课程，并到一家网络公司任职。

在新的事物面前，葛小姐感受到了前所未有的压力。

为了减轻压力，她又一次选择了读书进修。

每天下班后，她便匆匆地吃口饭，或泡一包方便面下肚，就直奔各个学校参加学习班：周二、周五、周日学计算机，周一、周三、周六学高级英语口语。

结果，只用了三年的时间，葛小姐就拿到了硕士学位和计算机第二学历。

工作中，她把所学的知识因地制宜地加以运用，就有了突出的工作业绩，也因此被提拔为部门经理。

当朋友问葛小姐怎么变成了“学习狂”时，她说，读书充电对于女性来说非常重要，她之所以拼命学习是为了充实自己，还有，她不想背个“花瓶”的名声。

不读书的女性，最多只能是一个“花瓶”，没有生命的张力，经不起时间的淘洗，必将褪色而“贬值”；相反，读书的女性，即使不施粉黛，走在穿金戴银、浓妆艳抹的女性中间，也会格外引人注目——是流溢全身的书卷气使她显得与众不同。

真正能长期、有效地吸引住有思想、有内涵的男人的，不是只有美丽外表的女性，而是拥有高雅的气质、纯洁的心灵和独立的思想的女性。

女性真正的美，来自书卷气的熏陶，“腹有诗书气自华”，那是内在的灵秀聪慧与深厚的文化修养在形体和容貌上的自然流露。

读书的女性是理性的。

女性读书，会蜕去愚昧与狭隘，多份理智与宽容；女性读书会知羞耻与善恶，从而明辨是非，洁身自爱；女性读书更会懂得如何去做人，从而获得和他人一样的平等地位。

读书的女性自有一种美丽，她的美不是鲜花，不是美酒，而是一杯散发着淡淡香气的清茶。

读书的女性是成熟的。

读书让女人好似经历过几度人生，她会知道生活中什么是值得尊重、值得珍惜的东西，她会真诚地对待别人和自己；她做事会思考，能从纷乱无序的表象里理出头绪，抓住要害，提出解决问题的方法，

<<因为魅力所以美丽>>

一改男人心中“头发长见识短”的印象。

读书的女性是娴静的。

在芸芸众生中，你一眼就能认出她那份离尘绝俗的恬淡气质、舒卷得体的宁静安然。

从读书女性的眼里，你最容易看到的东西是平和，是当今物欲横流的时代里极为少见的平和，是静视人生的平和。

凝视读书女性的双眼，你可以感受到从她心灵深处流泻出来的宁静，就像走进了世外桃源。

女性身上散发的书卷气，胜过任何名贵香水，因为香水毕竟是外在的喷涂，香味无本无续，会随着岁月的流逝而渐淡渐消，但读书的女性发自内心的书香，会随着年岁的增长积厚流广，更显浓郁，足以伴随她一生。

台湾作家林清玄在《生命的化妆》一书中说，女人的化妆有三个层次：第一层化妆是脸上的化妆；第二层化妆是改变体质，即改变自己生活的方式——睡眠充足、注意运动与营养，这样她的皮肤得到改善，精神充足，比脸部化妆有效得多；第三层化妆是改变气质，即多读书，多思考，自爱而有尊严，对生活乐观，关怀别人等，这样的人就是不化妆也丑不到哪里去。

3.性感其实是一种气质如果说女人是花，容貌是形、是色，那么性感就是香味、是灵魂、是诱惑。

那些楚楚动人的女人，都惯用身体语言（如抛媚眼、无奈或惊叹时的扬眉、嘟嘴等）来表现性感。

真正的性感，其实是一种气质，是一种“全感官”的表达与享受，它已超越视觉的层面。

对于男人而言，女性的性感首先是由其形体引发性冲动的感觉。

身材呈现适度的凹凸感和玲珑有致曲线的女性比较性感：从侧面看，女性的胸、腰、臀和大腿，组成了一个美丽光滑的“S形”曲线，它使女性婀娜多姿，妩媚动人。

尽管女性形体上的性感引人遐想，女性精神气质上的性感却更迷人、更耐回味。

最耐人寻味的性感，从来都是超越视觉，成之于内而形之于外，可谓“性感在骨子里”。

所以，更多的时候，性感与女性的身材和衣着无关，而与其知识、气质和举止息息相关。

社会更愿意理解和接受的女性的性感，是一种特有的气质、精神和形象。

《威尼斯日记》里有这么一段：“忽然天就亮了，早起的威尼斯人的开门声、皮鞋声远远响起——是个女人，只有女人的鞋跟才能在威尼斯的小巷里踩出勃朗宁手枪似的射击声。

”试想，有这种勃朗宁手枪射击声似的脚步声的女人，该具有怎样风情万种的性感！

女性由内而外的性感，第一眼看到的时候，你可能不会觉出，但相处的时间越久，就越容易感受到，她的言谈举止中似乎有什么特别的东西，持续吸引着你。

从内在气质性感的角度而言，每个女人都可以是性感的。

在男人的眼里，女人如花的笑靥、天真或带媚态的眼波、沉浸于思索或想象时忧郁的神情、半嗲半软的语调、含蓄婉约的言辞以及幽雅的举止，都具有性感之美。

女人的性感是一种气质。

做一个性感的女人，不能只注重自己的身体，更需要丰富自己的知识，纯洁自己的灵魂，拥有一颗爱自己、爱社会、爱生活的心。

如果想学会从内至外，从头到脚去发掘、释放及表达潜藏着的性感魅力，下面的几点建议可供女性参考：第一，自我触摸的小动作心理学家发现，在各式身体语言中，不经意的自我触摸，正是最叫人销魂的性感表现，如不经意地咬手指、托腮，不经意把头发潇洒地向后拨，双手轻轻地捧着脸庞，无奈时耸耸肩膀，交叉双手轻抚着肩头或后颈，以及把手伸到毛衣内等，都是些具有性感魅力的小动作。

第二，在性感区戴配饰女性身上有多个性感区，如脚踝、耳垂、肩膀、后颈、手臂和喉部等，而在脚踝部位系条小绳、小脚链，在耳垂处吊个大耳环或小圆圈，在手臂上带个臂环或印个小刺青，在颈部戴条精巧的项链，都能令女性的性感指数明显飙升。

第三，穿高跟凉鞋女性的脚踝及脚部早已被性学专家认为是重要的性征，而凉鞋及高跟鞋向来就是女性用以“张扬”腿部性感的武器。

男人喜欢凝望女人穿着凉鞋时裸露的脚踝和穿高跟鞋时婀娜的姿态。

第四，保留性感小痣若脸上出现小痣，请不要去之而后快，在适当位置如耳垂、唇边附近的小痣，都可以称得上是“美人痣”！

说来奇怪，本身性感的人，如名模辛迪·克劳馥、名作家林燕妮等，都在这些部位有颗小痣，小痣使

<<因为魅力所以美丽>>

她们看上去更加性感。

第五，为身上添一点红配合得宜的黑色固然能添一点儿神秘的魅惑，而适度涂上一点红色，也令人觉得你是一个爱冒险、喜挑战并充满热情的人。

有人更是大胆放言，美丽的女人当众涂口红，尤其是涂一口湿润的红色口红，顿时能画出性感和风情，叫男人看得如醉如痴。

第六，巧用内衣和花边在裙衫上加上一点内衣的元素或点缀上一点儿花边，就足以显现温柔感的高级别性感。

内衣元素作为表现成熟女人味的情结，不以“露”出位，而是以意念的美感为主，含蓄中有大胆，大胆中又多了几分可爱、稳重；蕾丝不再是大面积的使用，成了让服装多一点儿温柔和性感女人味的画龙点睛之笔。

如果说女人是花，容貌是形、是色，那么性感就是香味、是灵魂、是诱惑。

那些楚楚动人的女人，都惯用身体语言（如抛媚眼、无奈或惊叹时的扬眉、嘟嘴等）来表现性感。

真正的性感，其实是一种气质，是一种“全感官”的表达与享受，它已超越视觉的层面。

<<因为魅力所以美丽>>

编辑推荐

《因为魅力所以美丽:成就女人美丽人生的8种魅力》：女人都希望自己美丽，也都希望人生美丽，美丽是女人一生的追求，女人愿为之付出所有的财富和精力，却常感觉“美中不足”。其实，美丽的核心是魅力，女人只要拥有了足够的魅力，就能塑造美丽自我，成就美丽人生。因为魅力所以美丽，这就是美丽的真谛，已经并将继续为无数女人所印证。一本献给女人的生命化妆书有一种女性美蕴涵着知性的温柔，散发着心灵的芬芳，体现着生命的灵动，清新、清逸而又优雅，这是由魅力而生的美——魅力已成为女人成就美丽人生的“软实力”。

<<因为魅力所以美丽>>

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>