

<<智慧女人一生要做的108件事>>

图书基本信息

书名：<<智慧女人一生要做的108件事>>

13位ISBN编号：9787802138698

10位ISBN编号：7802138698

出版时间：2010-5

出版时间：尤洁 海潮出版社 (2010-05出版)

作者：尤洁

页数：250

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>

## <<智慧女人一生要做的108件事>>

### 前言

做女人，需要智慧。

有智慧的女人总是能让人眼前一亮。

一个外表再怎么漂亮的女人也经不起时间的打磨，她的外在光泽会日渐褪去，然而智慧的女人则犹如钻石一样闪烁着光芒，越久越添光彩。

女人可以不漂亮，但却不能缺少智慧，唯有智慧才能弥补任何不足之处。

女人的智慧，可以使自己魅力四射，让自己成为这个世界最美丽的风景；女人的智慧，可以给自己一个快乐的心境，豁达的襟怀；女人的智慧，可以使刚强的男人为之折服；女人的智慧，可以给家庭带来温馨，让老公永远疼爱自己……所以，女人在身体上是弱者，在精神上却可能成为强者。

智慧的女人是美丽动人的，是无价的珍宝，世界因为她们而更加美好。

智慧女人之所以智慧，表现在生活的方方面面。

那么，女人应该怎么做才算是智慧女人呢？

首先，女人要让自己变成美丽的白天鹅，从骨子里让自己美丽起来。

一个女人可以不够漂亮，但她的气质、教养、品味却可以为她赢得很多魅力！

女人特有的气质在很大程度上决定了女人一生的幸福。

智慧女人是最有魅力的女人，她们优雅而不矫揉造作，独立而不孤立，自信却不孤芳自赏，气质渗透整个身心，永驻于他人心中！

其次，女人要关心自己的健康，善待自己，爱惜自己。

健康是女人最大的财富，也是女人获得成功的资本。

## <<智慧女人一生要做的108件事>>

### 内容概要

《智慧女人一生要做的108件事》详细解析了智慧女人一生应该明白的事，从魅力、处世、心态、事业、爱情、家庭等方面，教会女人如何运用女性特有的智慧恰当地处理好生活中的点滴，营造和谐幸福的生活！

女人的智慧是幸福生活不可缺少的养分，女人的智慧会使自己不会随着岁月流逝而渐失光泽，反而会越发芬芳四溢、耀眼迷人。

智慧女人清楚地知道自己需要什么和不需要什么；她们充满自信却不自大，谦和却不自卑，性格独立却不霸道；她们一心追求美丽前程却没有忘记丈夫和家庭；她们总是精神焕发，昂首挺胸，神采奕奕，满怀希望地活着。

## &lt;&lt;智慧女人一生要做的108件事&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 丑小鸭是怎样变成白天鹅的——把美丽修炼到骨子里一个女人可以不够漂亮，但她的气质、教养、品味却可以为她赢得很多魅力!女人特有的气质在很大程度上决定了女人一生的幸福。

智慧女人是最有魅力的女人，她们优雅而不矫揉造作，独立而不孤立，自信却不孤芳自赏，气质渗透整个身心，永驻于他人心中!从骨子里做一个气质美女 / 3积淀内涵，让你的言行尽显修养 / 5提高品味，做一个高贵的女人 / 7打造时尚，让女人永远成为焦点 / 9培养风度，优雅的女人永远怡人 / 10塑造仪态，尽显你的端庄气质 / 13打造个性，做一个别样的女人 / 17第二章 做一个内外兼修的知女——智慧女人善用知识来武装自己一个女人若长相平凡，可是学富五车，在风度、涵养、工作能力上样样都行，这种气质不亚于外貌沉鱼落雁的女子。

这就是智慧的魅力，也可以说是知识的力量。

女人要想成为优秀的人，必须要富有渊博的知识，必须用知识来充实自己，这样才能成就自己的事业!腹有诗书气自华 / 23阅读可以让你保持永恒的魅力 / 25把书籍当做你的情人 / 28读书有助于女人成功 / 30女人的睿智来自不断地学习 / 32美丽源于你的底蕴 / 34知识需要不断地积累 / 36第三章 关爱自己的健康——智慧女人永远都会疼爱自己健康是女人最大的财富，也是女人获得成功的资本。

每一个女人都应该学会爱自己，精心经营自己的美丽，关爱自己的健康。

试想，如果自己都不爱惜自己，你还能指望谁来疼爱你呢?健康让女人更美丽 / 41让你身体健康的几个小秘诀 / 43怎样保持你的身材 / 45让你的肌肤水嫩起来 / 49女性眼部皮肤的护理 / 55第四章 与人相处的秘密“武器”——修炼好人缘是女人成功的保证拥有良好人际关系的女人总会拥抱成功。

智慧女人在为人处世中，她们的一个重要特点就是善于打造自己的交际圈，并且周旋自如，这不但是女人的自信，也是女人魅力的表现。

融洽的人际关系不仅能在关键时刻助她们一臂之力，而且还能给她们带来心理的满足感和幸福感!女人要想成功，不能没有好人缘 / 61社交中做个聪明的“傻”女人 / 63与人交往，吃点小亏又何妨 / 65像蒙娜丽莎一样微笑，会让你很亲近 / 67女人因为善良而美丽 / 69男女交往中应该注意什么 / 71与人交往第一印象很重要 / 73用豁达的心赢得他人之心 / 75原谅别人，你也才能活得更轻松 / 78懂得感恩，生活才会更美好 / 80第五章 巧妙说话，圆满办事——智慧女人说话办事有策略言谈的力量是巨大的，想要在纷繁复杂的人际关系中脱颖而出，关键在于掌握好说话的学问和技巧。

说话办事不仅是一门学问，更是一种艺术。

随着社会的发展，女性交际范围也在不断扩大，所以口才的高低和办事的能力越来越为女人所重视。

谁能有效地运用这种艺术，谁便会左右逢源，谁就会获得成功。

智慧女人谈吐的技巧 / 85并非人人都能说会道 / 87杜绝不好的讲话习惯 / 88文雅的谈吐让你更有魅力 / 90做一个受欢迎的倾听者 / 91说出的话要能够打动人心 / 94多说几句好听的话能让你更深得人心 / 96学会沟通，可以让你柔韧有余 / 97微笑真诚好办事 / 99与人商量好办事 / 100委婉地寻求帮助 / 102见机行事妥办事 / 103第六章 好心态的女人好运一辈子——驾驭心情，做一个快乐的女人心态良好的女人，少忧伤，少悲愁，少烦恼，少惊惧，少慌忙，自然也少有失意和绝望；她们敢站在巨人的肩膀上，也能融入芸芸众生；她们能站在成功的舞台上，也能站在失败的废墟上。

对于心态好的女人而言，欢乐多而愁苦少，她们活得轻松舒适，自由自在。

好心态让你有好命运 / 109不做情绪的奴隶 / 110让乐观主宰你的人生 / 113很多烦恼都是我们自找的 / 114心态好，才能创造美好人生 / 117凡事多往好处想 / 119永远不要失去生活的热情 / 120每天都在微笑的人最快乐 / 122第七章 珍惜独一无二的你——智慧女人总会为自己喝彩自信的女人，总是精神焕发，昂首挺胸，神采奕奕，信心十足地投入到生活和工作中。

自信的女人最有魅力，这种魅力会深深吸引她身边的每一个人。

所以，女人一定要学会自信乐观，这样才会在今后的道路上永不言败，而且能在性格上重塑自我，增添人格的魅力!肯定自己才会成功 / 127千万不要贬低自己 / 129不要太在意别人对你的看法 / 131不要拿别人做自己的镜子 / 133信心能够帮你重获新生 / 136.....第八章 做一朵铿锵玫瑰——智慧女人不会把自己当成弱者第九章 敢于做职场“女超人”——智慧女人都会设计好自己的宏伟蓝图第十章 让你的钱包鼓起来——女人有财，才能活出自己的美丽第十一章 练就一副“火眼金睛”——智慧女人婚前

一定要认清的事第十二章 将婚姻进行到底——好女人应该有一个幸福的家

## <<智慧女人一生要做的108件事>>

### 章节摘录

在现实生活中，许多女性只注意化妆及穿着打扮，并不怎么注意自己的气质是否合乎美的标准。诚然，俊美的面貌、入时的服装、精心的打扮，确实能给人以美的享受，使人精神愉快，给人留下美感。

但这种外表的美总是最初的、静态的、肤浅的，似天空中的流星，倏忽即逝，没有生命力。一个女人的容貌形体，外部装饰所表现出的美在整个人体美中只能占一部分，甚至是一小部分，而气质给人的美感不受年龄、服饰和打扮的制约，有许多女性并不是大美人，但在她们身上却洋溢着令人瞩目的气质美，科学工作者的认真、执著；教师的博学、聪慧、安详；作家、诗人的洒脱；敏锐企业家的精明、干练；个体劳动者的顽强、自信；大学生的好学上进、朝气蓬勃……这才是真正的美，和谐统一的美。

所以，漂亮女人只会让人爱一时，气质女人却会让人爱一世。

女人特有的气质在很大程度上决定了女人一生的幸福。

从这一意义上说，气质就是女人获得幸福的一大资本。

气质是厚重的、内在的；气质是文化底蕴、素质修养的升华。

我们知道，“造物主”并不公平，在容貌上有人俊美，有人丑陋。

但是，世上只有懒女人，没有丑女人。

每个人都有潜在的“美”。

作为女人，不仅要有发现这种美的能力，还要使自己的“美”发扬光大，成为气质的起点。

入时的发式、俊美的容貌、适中的身材、端正的步态、优雅的姿势、宜人的举止、悦耳的声音、动听的语言、得体的服饰如此种种，令人刮目相看；而优良的品质、渊博的学识、宽阔的心胸、坚强的意志、豁达的性情、远大的理想、真诚的关心，又颇有感染力，备受人们的欢迎。

气质美看似无形，实则有形。

它是通过一个女人对待生活的态度、个性特征、言语行为等表现出来的。

气质美还表现在举止上，一举手，一投足，待人接物的风度，皆属此列。

朋友初交，互相打量，立刻产生了好的印象，这个好感除了言谈之外，就是举止的作用了。

举止要热情而不轻浮，大方而不造作。

女性的气质美还表现在温柔的性格上。

这就要求女性注意自己的涵养，要忌怒、忌狂，能忍让、体贴人。

那些盛气凌人、傲气十足的“铁娘子”，会使大多数人敬而远之。

温柔并非沉默，更不是逆来顺受、毫无主见。

相反，开朗的性格往往透露出天真烂漫的气息，更易表达内心感情，而富有感情的人则更能引起别人的共鸣。

## <<智慧女人一生要做的108件事>>

### 编辑推荐

《智慧女人一生要做的108件事》编辑推荐：一本写给女人的幸福书。  
女人可以不漂亮，但却不能缺少智慧，唯有智慧才能弥补任何不足之处。  
智慧的女人是美丽动人的，是无价的珍宝，世界因为她们而更加美好。

br 女人，如果懂得书中的108件事，可以让渴望幸福的你少走很多弯路；做好了书中的108件事，你将活得更轻松，更美丽，拥有更加完美的人生。

<<智慧女人一生要做的108件事>>

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>