

<<丑女无敌>>

图书基本信息

书名：<<丑女无敌>>

13位ISBN编号：9787807292999

10位ISBN编号：7807292997

出版时间：2009-1

出版时间：凤凰出版社（原江苏古籍出版社）

作者：李娜，曹博 编著

页数：282

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>

<<丑女无敌>>

前言

给“美丽”革一次命，做自己的先锋女孩“我已经老了，有一天，在一处公共场所的大厅里，有一个男人向我走来。

他主动介绍自己，他对我说：‘我认识你，永远记得你。

那时候，你还很年轻，人人都说你很美。

现在，我是特为来告诉你，对我来说，我觉得现在你比年轻的时候更美。

那时你是年轻女人，与你那时的面貌相比，我更爱你现在备受摧残的面容。

’”这是读过杜拉斯的人都印象深刻的片段，在她的小说中，我们眼睁睁地看着一个美丽的少女在时间里浸泡成老人。

“我已经老了”，这个被王小波称为“无限沧桑尽在其中”的段落，糅合了太多的忧伤、叹息、执著和等候。

于是，我们不得不重新反思，在这个审美迷乱的时代里，究竟应该以怎样的标准来定义一个女孩的美丽与平凡。

无论是在文学还是在生活中，绝大多数的人都会在意一个女孩的外表，而少有人会像扬·安德烈亚和杜拉斯一样，在不可能的爱情中相互依靠。

现实中，如果一个女孩长得不好看，又不爱打扮，也不时尚，更没有显赫的背景和成功的事业，一般来说，就不太招人喜欢了。

那么，假如我们不是美女，怎么办呢？

这也许是所有平凡的女孩们的苦恼。

最近，全世界刮起了一阵“丑女”风。

哥伦比亚情景剧《丑女贝蒂》影响了整个世界，现已在全球130个国家和地区播出和翻拍。

而中国版的《丑女无敌》，更成功地打造了林无敌这一“丑女”形象，并创造了全国第一的收视率。

由此可见，美女能够成为万众瞩目的焦点，“丑女”一样也能给美丽革一次命。

其实，外表的美总是静态的，会在时间的冲刷下一点点消逝。

美貌就像是一款华丽的外套，再高贵的衣服也要有内涵的人来穿才会浑然一体，才不会让人觉得只是一具华丽的外壳。

但真正令人心仪的永恒美丽，往往是一种由内而外的内涵，这种美才会让人念念不忘。

名模姜培琳说，世界上没有丑女人，只有懒女人。

女孩的美丽，不仅来自端正的五官，而更多地来自于生活中的每一个细节。

丰富的内涵，恰当的装扮，再加上自信、健康的心态，这才是真正的女性之美。

在生活中，我们常常看到这样一种女孩，她们长相平凡，也没有过人的才华，但是她们温文尔雅，她们健康乐观，所以很多人都喜欢她们，赞美她们。

这便是来自于内在的吸引力。

即使灰姑娘没有嫁给王子，她的生活也并不是暗淡无光的；只有当她为此终日苦恼的时候，她的生活才彻底与幸福绝缘。

所有的悲伤，总会留下一丝欢乐的线索；所有的遗憾，总会留下一处完美的角落。

美好的东西是残缺的，重要的是看你能不能变为自己的。

真正的美女，能够从心灵深处散发出掩盖外表的华丽气质。

她们并不在意是不是被发现、被认可，她们隐没在茫茫人海中，如同海里的珍珠，沉静中透出典雅柔和的光芒。

对绝大多数女孩而言，她们并非缺少实现美丽的愿望，而是不懂得怎样去实现。

如果女孩善于培植和发掘自己的能力，并能找到适合自己能力成长的土壤，那么即使不是开放在水中娇艳的水仙，也可以做一株山谷中的幽兰，独自享受别样的春天。

为此，我们精心写作了这本《丑女无敌——做一个成功的先锋女孩》，从女孩的性格、气质、品位、健康、社交、心理、才智、处世、财商、爱情、婚姻、职场等角度，全方位地讲述现代女孩获取成功的必备要素。

<<丑女无敌>>

希望本书能让所有女孩有机会重新评估自己的生活方式，修炼出一个美丽的自己！

同时，我们也希望它能给读者带来一丝美丽的灵感，一份成功的自信，一把安身的钥匙，一道立命的光环！我们也祝福每一位女孩一天比一天更美丽，同时也祝愿每一个女孩心中都孕育着一个美丽的世界！

有梦就去闯，幸运的女神将会眷顾每一位有梦想的女孩，赐予她一个展示美丽的机会！

<<丑女无敌>>

内容概要

“丑女”只是一个代词，代表的是生活中出现的形形色色，不同性格、不同职业、不同生存状态的女孩，她们大于等于“丑女”、小于等于“美女”这个区间内迷惘、憧憬，寻找幸福的方向。我们将本书送给每一个这样女孩，愿她们能够从本书中找到自己的影子，找到希望。

<<丑女无敌>>

作者简介

李娜，80后幸福小妖，畅销书作家。

长期畅游文学的海洋里，曾给《东西南北中》、《大学生》等多家杂志撰稿，曾在《文苑》杂志社任记者站站长，受聘于《格言》杂志社任责任编辑。

目前自由写作，先后出版《百度幸福的50个关键词》、《20几岁以后这样的女孩最好命》等书，深受读者好评。

<<丑女无敌>>

书籍目录

这不是秘密：女孩们都有“丑女”的影子 一二三，我是丑女我报数 “山寨”丑女，凭什么无敌
 前方告急，丑女需要心理整容我就是天使说的大多数，但我一点也不觉得很残酷 超穷丑女，怎样才能让你的自信不再蓬头垢面 Topgirl，做自信的救世主 梦想，让围女不再围 做个热情的小野猫 进取，舞动你人生的hip-pop 邈邈错乱，背错《论语》也背不错做人的道理 脱去诚信的外套，就只能在谎言里裸泳 自省的眼光里，能找到幸福的倒影 亲爱的，让我们换位思考 敞开胸怀，让你的心灵不再缺氧 活在自己的世界，自己拼自己才最刺激 自我规划，一步步走出平凡的后花园 粉身碎骨，痛过之后就是脱胎换骨 有多少时间能够重来 不怕霉运阻挡，只怕自己投降性格习惯，没有你拯救不了的难题 “她世纪”不要“愁女” 野百合也有春天 想喝高档咖啡，就要倒掉杯子里的速溶 世上没有王子这种动物，还是自己骑上白马才靠谱 理性，不做冲动的邦女郎 “雷人”劣性是你醉生梦死的枕头 没有贾宝玉，谁堪忍受你的眼泪 贪婪是白骨精，不要受了它的蛊惑 自恋的“王婆”，我不要跟你华山论剑 非主流，鹤立鸡群被鸡啄 “山寨”恶习，放任一次就有一次咳嗽 懒惰，你到哪儿毁哪儿 拖沓，将你的暖春变成了寒冬 贪小便宜的女人常被别人占便宜 唠叨，你就这样成了生活KTV的“麦霸”行行业业，“菜鸟”先飞 借事业的枝头成就自己 “干物女”如何挖出“第一桶金” 打破生涩，向着成功九步走 如果你是美人鱼，就不要迷恋人群 职场女性要学会用魅力推销自己 职场旋风需要你练就百变术 责任是成功路上的“东风” 只有Reader才能成为Leader “地才”也能变天才，这才是蔡依林哲学 怎样跟上司提要求，他才不会拒绝 职业青春也需要美容 办公室“菜鸟”升级攻略 Office需要专业化养料 职场女性晋升大法 跳槽：小心成了折翼天使 职场掠影：饮食误区大盘查 你的Office天气如何 摘下有色眼镜看是非 命令口吻抹杀你的阳光形象 跳出办公室的关系陷阱 背后诋毁将引发办公室大战 炮制办公室“老好人”守则灰姑娘，打造高水准“社交经济学” 灰姑娘高标准经营人脉 提高你的交友标准 测试：你是友谊圈中的哪一种花 怎样寻找你的“蓝颜知己” 想翻身就要去坐头等舱 与你的贵人常联系 嘴上学问多，“大门牙”也能出风采 小心“八卦”，不做“八婆” 幽默的女人方可“笑傲江湖” 赞美，给每一位灰姑娘穿上玻璃鞋 大胆说出你的拒绝 莫急，你在通往优雅的路上 礼仪，给人生来一场优雅瑜伽 你在品味饮食的时候，别人也在品味你 没人愿意握死鱼般的手 上帝给了我们一张嘴，却给了我们两只耳朵 别忘了，是女人就有撒手锏 女人撒娇三大禁区 哭的艺术，巧妙利用你的眼泪 吵架有原则精明是开发出来的，财富不会“发霉” 教你怎样花钱的“玉女心经” 精明女孩“SHOPPING”经 理智消费，拒绝做“BUY”金女 新新人类的“卡卡瘦身”计划 别让商家把你当“猴”耍 接住财富女神给你的点金术 消费VS投资，在土豆和熊掌中选择 财富面前没有“宅女” 找到投资的支点，财富会以你为中心转动 看看你适合哪种投资类型 风暴来袭，打响家财保卫战 想要钓金龟婿，就要像金龟一样思考 节省开支，躲开自己的“金融风暴” 你不理财，财不理你 测一测：你是理财高手吗对爱情说：我也可以是幸福的公主 别放过你的“青蛙王子” 皇帝的女儿也愁嫁 相亲相亲，怎么相才亲 会说话的女孩才能搞定“王力宏” 勇敢地去爱值得你爱的人，帅哥也不例外 失去爱情的叛徒，就该为再遇见英雄而欢呼 “笨”女人掀起幸福季风 “笨老婆”让老公颇有成就感 有梦想的妻子永远是“当红花旦” 痴心的脚步追得上变心的翅膀 “红颜祸水”VS“旺夫相”：不能说的秘密 不是“野蛮女友”，就不要“河东狮吼” 和公婆相处之不出“丑”版 丑媳妇如何见公婆 婆媳相处，不要“麻辣过招” 绝对不能对爹娘“活雷泽”，对公婆“周扒皮” “丑”不是错，错在你不懂重划“遗传版图” 穿出你的范儿 邈邈让你成为“剩女” 60分VS90分，你的形象也要打分数 内衣，半公开的隐私 衣服这样穿，矮胖妹也有人追 撩人形象换不停，潮流达人变美神 顾盼生辉，丑女大翻身的完美伎俩 坐姿里也有“美人计” 走猫步，不是猫着腰走路 谁都想成那不老的美妖 容妆，让岁月的痕迹成为别样的魅力 精致娇容，拿掉“黄脸婆”的帽子 拿什么拯救你，我的发型 饰品，为女人岁月系上粉红丝带 没有皓齿，请不要轻易大笑 性感的拿捏：多一分会骚，少一分会寡 气质的回眸，让你忘记时间在走 Speaking，我的声音听我的 撕破风情的画皮 女人味，让你魂牵梦绕

<<丑女无敌>>

<<丑女无敌>>

章节摘录

这不是秘密：女孩们都有“丑女”的影子——二三，我是丑女我报数最近，一部热播剧《丑女无敌》掀起了一股“丑女”狂潮，不仅仅是因为这部电视剧的收视率一直处于飙升状态，更因为它直接影射到人们的生活，并引发了一场“女人的智商重要还是脸蛋重要”的话题讨论。

不过是一道选择题，却让女人陷入了两难的境地，也让我们曲解了女人本身。

我们不禁要问，什么样的女人才是丑女？

是有什么特质，让我们成为路上的甲乙丙丁？

看了电视剧的人，也会因为意见不同而分成两派：一派是挺“丑”派，认为林无敌就是地地道道的丑女，虽然她的长相未必是最丑的，但是她有着不讨人喜欢的习惯和生活作风：邋遢、粗鲁、落伍……有句话说，“没有丑女人，只有懒女人”，把自己的形象弄成“万人唾骂”，将自己的粗鲁当成个性，将恶习作为别人的笑柄，这无疑违反了人们的审美观。

可是，还有一派是倒“丑”的：林无敌算什么丑女啊？

虽然她戴着大眼镜和牙箍，头发弄得乱糟糟的，衣服更是怎么土气怎么来，可是那些只能说是不入时，而不是真正的丑陋。

别忘了，林无敌的扮演者李欣汝还曾经是“红楼选秀”中黛玉组的八强选手之一，这样一个“丑女”无法让人信服。

且不论讨论的人观点是对是错，我们至少能从中看出，每个人的心目中都有一个对美丑的定义，但是因为每个人的人生经历和性格都不同，所以对于美丑的审视目光也是不尽相同的。

就好像很多人都是追星族，但是喜欢的类型不同，你可能喜欢容祖儿，她可能喜欢林依晨，而另一个人可能喜欢大S。

审美观点的不统一，让我们失去了大众对于美丑的评判标准。

那么，到底什么样的女人才是真正的丑女呢？

评判的标准唯有日常的生活作风和行为习惯，唯有你通过自己的努力而给人们留下的心理上而非视觉上的印象。

也许你觉得自己长得不漂亮，你为此而十分自责，但是，你将目光投向我们一直关注的娱乐圈：有些整容女星，为了追逐美丽宁愿挨刀，吃尽了苦头，就为了让自己变得光鲜靓丽，可她们还是不为人们所接受。

美的含义，是精神上的享受，而不仅仅局限于视觉。

所以，人们在乎的，并不是你有没有娇嫩的脸蛋和迷人的身材，而是你是否对幸福有追逐的信仰，是否能够热情地对待他人、诚实地对待自己，你是否有勇气去战胜生活的挫折，你是否能在经历痛苦的时候不放弃……问世间能有几个“林志玲”？

那些凭借相貌来给女人分类的人，其实自己也不过是人生路上的甲乙丙丁，也在扮演着默默无闻的角色。

如果我们每一个女人都以相貌来评价自己，那么，我们都会是美的奴隶，都会为了追求那块可望而不可即的精神圣地而迷失自己。

就且看精神世界，如果我们把它作为评价美丑的标准，那么又有谁能够十全十美呢？

每个人身上都有丑女的影子，只是当我们将眼光投放到别人的身上时，忘记了审视我们自己。

“山寨”丑女，凭什么无敌我们喜欢读安徒生的《丑小鸭》，不是因为丑小鸭最后变成了美天鹅，而是因为丑小鸭在丑的环境里也一直没有放弃自己。

人生，也许会遇到很多的坎坷，也许我们每个人都存在不足，并可能因此遭受挫折，但是我们要拿出勇气面对那些挫折，即使处于被人嘲笑的压力下，也要勇敢地挺起胸膛，做一个自信的自己。

胡皮·戈德堡成长于环境复杂的纽约市切尔西劳工区。

当时正是“嬉皮士”时代，她经常身穿大喇叭裤，头顶阿福柔犬蓬蓬头，脸上涂满五颜六色的彩妆。

为此，她常遭到住家附近人们的批评和议论。

一天晚上，胡皮·戈德堡跟邻居友人约好一起去看电影。

时间到了，她依然身穿扯烂的吊带裤，一件绑染衬衫，还有那一头阿福柔犬蓬蓬头。

<<丑女无敌>>

当她出现在她朋友面前时，朋友看了她一眼，然后说：“你应该换一套衣服。”

“为什么？”

“她很困惑。”

“你扮成这个样子，我才不要跟你出门。”

“她怔住了：“要换你换。”

”于是朋友转身就走了。

当她跟朋友说话时，她的母亲正好站在一旁。

朋友走后，母亲走向她，对她说：“你可以去换一套衣服，然后变得跟其他人一样。

但你如果不想这么做，而且坚强到可以承受外界嘲笑，那就坚持你的想法。

不过，你必须知道，你会因此引来批评，你的情况会很糟糕，因为与大众不同本来就不容易。

”胡皮·戈德堡受到极大震撼。

她忽然明白，当自己探索一条可以说是另类的存在方式时，没有人会给予鼓励和支持，哪怕只是一种理解。

当她的朋友说“你得去换一套衣服”时，她的确陷入两难抉择：倘若今天为了朋友换衣服，日后还得为多少人换多少次衣服？

她明白母亲已经看出她的决心，看出了女儿在向这类强大的同化压力说“不”，看出了女儿不愿为别人改变自己。

人们总喜欢评判一个人的外形，却不重视其内在。

要想成为一个独立的个体，就要坚强到能承受这些批评。

胡皮。

戈德堡的母亲的确是位伟大的母亲，她懂得告诉她的孩子一个处世的根本道理——拒绝改变并没有错，但是拒绝与大众一致也是一条漫长的路。

胡皮·戈德堡这一生始终都未摆脱“与众不同”的议题。

她主演的《修女也疯狂》是一部经典影片，而其扮演的修女就是一个很另类的形象。

当她成名后，也总听到人们说：“她在这些场合为什么不穿高跟鞋，反而要穿红黄相间的快跑运动鞋？”

她为什么不穿洋装？

她为什么跟我们不一样？

”可是到头来，人们还是接受了她的影响，学着她的样子绑黑人细辫子头，因为她是那么与众不同，那么魅力四射。

倘若今天为某个人换衣服，日后还得为多少人换多少次衣服，换来换去，还有自己吗？

做人亦如同穿衣，不能改来改去，否则，就不是自己了。

做人永远要坚持做自己，不要总是效仿别人，必须懂得坚持自我，按自己的方式生活。

如果你一味地遵循别人的价值观，想要取悦别人，最后你会发现“众口难调”。

每个人的喜好都不一样，失去自我，是人生中痛苦的根源。

其实，生活中原本就没有什么一成不变的条条框框，如果你觉得我是丑女，那就随你好了。

不管现实生活会给丑女带来多大的压力，不管别人有多少嘲笑的目光，都不能动摇自己追求幸福的信念。

挺起你的胸膛，向世界宣布：丑女无敌！

纵使压力再大，我也要做快乐的自己！

前方告急，丑女需要心理整容不管你是受“捧”影响的FANS，还是受“骂”影响的跟风，反正你在关注，这就是效果。

同样的道理也可应用于丑女，也许有人为我们献了很多口水，但我们还是要感谢人家对我们的关注。

同时，我们也要适当地改变自己，不要让一些生活上的陋习将我们定格为别人生活中永远的“笑料”。

那么，丑女怎样才能完成大变身，成为一个所向无敌的魅力女人呢？

女人，首先要学会自我肯定，发现自己的种种可爱之处，让自己的每一个早晨都滚动着快乐的露珠，

<<丑女无敌>>

每一个日子都有新鲜的花朵纷纷盛开！

女孩要有清醒的头脑，让身体、家庭、事业统统隶属于你的灵魂，你就是统管这一切的至高无上的尊贵女皇，它们从各个层次、各个方面构成了你那丰富多彩的女性世界。

你支配它们、调度它们，让它们齐心协力为你弹奏出一曲优雅、华美、浑厚的生命乐章。

女人要会打扮自己，还要善于保持个性风采；要挚爱丈夫和孩子，也要拥有自己的情感空间；要认真读书，却犯不上发疯；要让工作成为一种生命的享受，在增长才干时散发不可遏制的吸引力与创造力

。魅力好比一杯红酒，女人完全可以按照自己的口味亲自调制。

下面就是帮助女人打造魅力的方法：1．不贪图安逸有魅力的女人总是会离开让自己感到安逸的生活环境。

快乐有时是女人离开了安逸的生活之后积累出的感觉，从来不求改变的女人自然缺乏丰富的生活经验，也就难以感受到快乐。

2．不抱怨生活有魅力的女人并不比其他人拥有更多的幸运，只是因为她们对待生活和困难的态度不同。

她们从不问“为什么”，而是问“为的是什么”；她们不会在“生活为什么对我如此不公平”的问题上做长时间的纠缠，而是努力去想解决问题的方法。

她们从不抱怨生活，所以她们能比别人拥有更多的快乐。

<<丑女无敌>>

编辑推荐

《丑女无敌》由凤凰出版传媒集团、凤凰出版社出版。

丑女宣言书：告别山寨恶习，雷人劣性、邋遢错乱，幸福播种机：向愁女王婆，剩女八波Saygoodbye，即使丑小鸭没有变成白天鹅，她的生活也不会毫无希望。

但当她终日抱怨，山寨雷人……的时候，她的幸福就会彻底沉入湖底。

《丑女贝蒂》、《最美丽的丑女孩》、《丑女大翻身》、《我叫金三顺》、《穿普拉达的女王》、《美女的烦恼》、《丑女无敌》、《猪扒大联盟》、《女人不坏》……丑女时尚风靡全球，姐妹姐妹站起来，做我们的Topgirl，做自己的救世主！

前方告急，丑女需要心理整容，Topgirl，做自信的救世主，想喝高档咖啡，就要倒掉杯子里的速溶，没有贾宝玉，谁堪忍受你的眼泪，小心“八卦”，不做“八婆”，财富面前没有“宅女”，“笨”女人掀起幸福季风，绝对不能对爹娘“活雷锋”，对公婆“周扒皮”……。

<<丑女无敌>>

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>