

<<女人的魅力与资本大全集（上下）>>

图书基本信息

书名：<<女人的魅力与资本大全集（上下）>>

13位ISBN编号：9787511332257

10位ISBN编号：7511332250

出版时间：2013-3

出版时间：中国华侨出版社

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>

## <<女人的魅力与资本大全集（上下）>>

### 前言

女人如花，而由她身上所散发出来的独特魅力就好比花之灵魂。

有了它你无须再有其他东西来做点缀；而缺少它，你就算拥有得再多也等同于没有。

索菲亚·罗兰说：“美丽使你引起别人的注意，睿智使你得到别人的赏识，而魅力，却使你难以被人忘记。

”女人是一道亮丽的风景，每个女人都有专属于自己的魅力，也都有自己独特的资本。

女人的一生，就是与各种角色共舞的一生，而不管角色如何变换，女人要想活出精彩，就必须要有自己独特的魅力与资本。

魅力决定着女人在公众心目中的形象，是女性在现代生活的各个领域中获得成功的必要前提；擅用女性资本，则能为女人平添一份底气，更加游刃有余地游走于生活的各个领域。

女人的魅力与资本并非与生俱来，而是内外兼修的结果。

再漂亮的女人，如果缺少了魅力与资本的点缀，也就失却了那最打动人心的灵动与生气。

魅力女人，一生如花。

美丽可能随光阴的逝去而逐渐褪色，魅力却能因时间的流转而更见风致。

如果你很漂亮，高雅的魅力可以升华你的美丽；如果你不漂亮，脱俗的魅力同样能使你楚楚动人。

正如美国女诗人普拉斯所说：“魅力有一种能使人开颜、消怒，并且悦人和迷人的神秘品质。

它不像水龙头那样随开随关、突然进发。

它像根丝般巧妙地编织在性格里，它闪闪发光、光明灿烂、经久不灭。

”美丽只能让女人成为一时的焦点，而真正有魅力的女人却拥有使青春常驻的魔力，只有那些不断追求内外兼修的魅力女性，她们的一生才能在不断完善中成为一部杰作。

有魅力的女人是有品位和内涵的，魅力女人善良真诚、高雅幽默、平和旷达，魅力女人做事收放自如、张弛有度，有着让人羡慕的高贵气质，她们使人禁不住驻足欣赏，却又不由得心怀一份敬畏。

犹如出水的白莲，魅力女人既有外在的柔美，亦不乏内在的风骨，或艳若桃李，或淡若梅菊，却都有一种自然的风貌，冰清玉洁又摄人心魄。

从某种意义上说，每个女人都有独特的专属于自己的资本，因为在今天，资本已不仅仅是金钱或财富的代称，而是涵盖了包括心态、健康、社交、财商等在内的诸多内容，这些正是女性把握成功脉搏的绝对资本。

女人生来就有独特的资本，成功的女人懂得如何利用这些资本，以最大限度地展示和流露自己的潜力，最终成为幸福一生的赢家。

人生最大的悲剧莫过于没有发现自己巨大的潜能而潦草度过一生，而女人一生中最大的遗憾则莫过于没有去发现、发挥和利用自己的资本，最终与精彩的人生擦肩而过。

对绝大多数女人而言，她们并非缺少抵达幸福的愿望，而是不懂得怎样去实现。

如果女人善于发现、培植和发掘自己的资本，并找到适合自己潜在优势成长的土壤，那么女人会比男人更容易得到成功的垂青。

善于运用女人的资本，才能做生活和事业上的幸福的成功者。

《女人的魅力与资本大全集》是一本提升女性个人魅力、打造成功资本、赢得一生幸福的人生指导书。

每位女性都能够在这本书中看到自己的影子，也都可以找到帮助自己提升魅力指数与挖掘成功资本的良方。

全书共分为“魅力篇”和“资本篇”两部分，“魅力篇”主要从女人的性格、气质、形象、健康、社交等方面揭示现代女性的魅力要点；“资本篇”则主要从女人的心理、才智、处世、财商、职场、恋爱、婚姻等方面讲述现代女性获得成功的必备要素。

本书内容全面丰富，语言清新明快，侧重实用。

从时尚妆容到健康养生，从性格、财商到恋爱、婚姻，几乎涵盖了女性生活的方方面面，在给到女性朋友切实指导的同时，书中一些新颖的观点和事例也能令女性朋友们为自己找到一个新的定位，展开自己更为亮丽的人生。

<<女人的魅力与资本大全集（上下）>>

女人的魅力与资本，不仅取决于姣好的容貌、迷人的气质，还取决于温润的性格、处世的智慧。魅力十足的女人未必最美丽，却时时散发出一股神秘的吸引力，倾倒众生；拥有成功资本的女人，同时拥有了一份处变不惊的底气，自如进退于生活的各个领域。

内外兼修的女性，终将成为幸福一生的赢家。

女人，打造专属于你的魅力，积累和用好你独特的资本，绽放生命的精彩！

## <<女人的魅力与资本大全集（上下）>>

### 内容概要

本书内容从时尚妆容到健康养生，从性格、财商到恋爱、婚姻、几乎涵盖了女性生活的方方面面，在提供实用指导的同时，亦不乏理性的思考。

在本书中每位女性都能看到自己的影子，也都可以找到帮助和提升自己魅力与资本的良方，找到那一泓永不干涸的幸福源泉。

## 书籍目录

上魅力篇第一章 女人的性格魅力——完美女人的前提第一节 好性格成就好女人 温柔：魅力女人的终极武器 快乐：让美丽女人更有魅力 独立：精品女人的必备要素 善良：魅力女人的底线 自信：使女人魅力一生的资本 坚强：女人拥抱挫折的后盾 宽容：女人最有魅力的财富 幽默：魅力女人精神品位的最好表现 “糊涂”女人最可爱 善解人意，体贴他人 做一个“柔道”高手第二节 性格决定女人的命运 好性格造就女人的好命运 最是那一低头的温柔 自信的女人最具吸引力 克制猜疑，收获爱与信任 嫉妒心少一点，幸福多一点 保持自我 与人为善会使自己快乐 平静、理智、克制第三节 性格的宽度决定幸福的深度 别有事没事就玩点“小伤感” 怨恨让女人远离幸福 情绪，请到家门口为止 既要有深度，也要有弧度 不嫉妒他人的女人是天使 给你的情绪安一个可控闸门 把自卑踩在脚下 让男人退避三舍的女人 懒惰的女人再美也不惹人爱 第二章 女人的气质魅力——永恒的诱惑-第一节 做最有气质的魅力女人 让自己成为魅力女人 气质是女人美的极致 优雅的气质来自完美的内心 女人味——对女人最到位的赞美 成熟是一道独特的风景 举手投足尽显风雅 做一个有格调的女人第二节 “妆”扮出良好气质 气质女人化妆术 培养良好气质的8个步骤 穿出你的气质来 搭配衣服 搭配完美外表的8个小贴士 恰当的衣着和化妆第三节 女人性感第一 性感是一种气质-“贝蒂”变身“梦露”，一点点性感就足够 撒娇是生活的调味剂 保持女性魅力，是你一辈子的功课 练就余音绕梁的迷人嗓音 培养女人隐形的品位 一脸娇羞胜过无数情话 性感“美妖”修炼法则第四节 优秀的女人胜在平均分高 新时代的女性“入得了厨房，出得了厅堂” 美丽，不是女人的全部身家 精品女人的三个“本”——姿本、知本、资本 清白的名声是最体面的嫁妆 男人，“娶德”胜于“纳色” 品位是时间打不败的美丽 瘦，不是女人全部的畅销元素 才女请打扮，美女请充电 书中自有颜如玉 女人的知性美源于书香 不太漂亮的女人更有福 比漂亮女人聪明，比聪明女人漂亮 气质是一种永恒的魅力 不必会满汉全席，但至少会几道拿手好菜 第三章 女人的形象魅力——让你战无不胜第一节 形象——女人永远的追求 时尚女人的10个特征 时尚女性的星座装扮 香水——魅力女人的无字名片 做一个时尚的女人 珍爱你的“面子” 女人，要让你的青春永驻 掌握化妆品的使用诀窍 呵护女性肌肤的妙方 珍爱自己的脸 梳理养护好你的头发 穿好高跟鞋，走路添风采第二节 打造良好形象，追求真正的时尚 时尚与健康同行 时髦不等于时尚 追求时尚的正确方式 让你的美丽性感而不越位 成就美丽女人的10个条件 运用形象攻势的最佳策略第三节 女人就是要美丽 生命如花，女人就是要美丽 美丽是生产力，要舍得为它投资 邋遢的女人没人看得上 没有品位就不会有地位 不要把艳俗当成惊艳 别把性感误解成裸露第四节 “漂亮”赢天下 栽培外貌也是栽培人生 屋子里脏乱的女人，会变得越来越难看 一味标榜内涵而轻视门面也是肤浅 衣服这样穿，不是美女也动人 选对发型，才能拯救你的美丽 会化妆也是女人的资本 巧借饰品，为漂亮加分 贴身衣物要穿上等品 优雅是一种恒久的时尚 第四章 温婉的女人有魅力——女人的温婉总能以柔克刚第一节 做一个会爱的女人 爱人就是爱人 不要总摆脸色给对方看 别戳破他的牛皮泡泡糖 以柔克刚第二节 做他最忠实的倾听者 善于倾听的女人最受欢迎 忠实倾听者的态度 倾听不意味着沉默 张开“会听”的耳朵，闭上“会说”的嘴 用哪一只耳朵听他说话 帮丈夫保守秘密第三节 温柔是女人最大的美德 温柔的妻子让丈夫最有成就感 学会向丈夫示弱第四节 营造轻松和谐的家庭氛围 让丈夫感到身心彻底的放松 保持舒适和整洁第五节 创造一个有情调的家 让家成为你们的天堂 居室的整体美化 给家注入“温馨” 花卉——“情调”的宠儿 小饰品——画龙点睛之笔 第五章 女人的体贴魅力——贴心的女人有人疼第一节 发挥母性与妻性的力量 内心不想长大的丈夫 男人的恋母情结 体恤男人的辛苦第二节 好妻子是丈夫的避风港 好女人如“复苏丹” 对男人不要轻易抱怨 对男人一定要多说好话多鼓励 不计代价地向家庭付出第三节 一个善解人意的妻子胜过一百个国色天香的美女 美貌不是一切 善解人意的妻子让人无法抗拒第四节 读懂丈夫的身体语言密码 男人VS打火机 男人和抽烟的方式 领带中的千言万语 从时间观念看男人的性情 从手部动作摸透男人心思第五节 对他的健康负起责任 制订科学的家庭饮食计划 试试早晨一小时计划 预防是最好的医生 拉他到户外去呼吸一下新鲜空气 第六章 女人的优雅魅力——让优雅从内心绽放第一节 一分舒适感胜过十分性感 男人都爱能带来舒适感的女人 随和体贴 善于适应 乐于做真实的自己 为作为一个女性而自豪 要能干，但不要表现得太能干第二节 你的微笑。世界的灵丹妙药 微笑着的女人最具吸引力 微笑有魔力 像蒙娜丽莎那样微笑第三节 好妻子的魅力密



码 赢得属于你的尊重和爱 拥有创造力

第四节 优雅的声音 培养女人优雅的声音 用声音征服男人 美好声音的训练方法 优雅地用词造句

第五节 有内涵,更美丽 知识就是力量 学习是一种生存方式 规划你的学习生涯

第六节 做个理性的天使 远离冲动的魔鬼 发脾气令你远离安宁 对付怒火

第七节 掌控你的情绪 学会控制情绪 卸下情绪的重负,对自己说“没关系” 情绪低落时不妨假装快乐 以安全的方式,发泄出你对某人的不满 用运动来驱散心头的郁闷

第七章 女人的坚强魅力——做男人最坚实的后盾

第一节 好妻子是一所好学校 好妻子成就丈夫 成功男人背后的成功女性 你的态度影响他的成功

第二节 给丈夫一个梦想 帮你的丈夫确定目标和方向 激发他的热忱 给他一顶高帽子,并让他努力达标

第三节 帮助丈夫成为“理想的自己” 妻子的职责:使他成为理想的自己 鼓励丈夫去达成理想 做好丈夫的谋士

第四节 与丈夫并肩应对生活的挑战 相爱,朝同一个方向眺望 男人的打拼,女人的陪伴 当丈夫在事业上失意时 与丈夫一同发展 支持他,和他站在一起 当你与丈夫的职业发生冲突

第五节 高效率处理好家务 如何更快地做好家务 把要做的事列下来,逐项完成 试试“神奇的3小时”

第六节 持家有道的好主妇 爱情与面包 拥有自己的“小金库” 时刻具有节俭意识 不做商家的俘虏 戒掉让你欲罢不能的消费恶习 养成每月记账的好习惯

第七节 教育孩子责无旁贷 做父母是一件多么幸福的事 做好孩子的第一任老师 经常陪孩子一起学习和玩耍

第八章 女人的自信魅力——释放自我,本色生活

第一节 做一个自信的女人 自信的内涵 不可思议的信心 卡耐基夫人给女性树立自信的黄金法则 你是个自信的人吗

第二节 独一无二的你 保持自己的个性 看重自己 认识女人 释放自我,本色生活 善待自己,为自己活着

第三节 真正爱上一个人——你自己 接受真实的自己 你不需要活在别人的认可里 大胆地做个“利己主义者”

第四节 有梦想的妻子永远是“当红花旦” 婚后也别丢了你的梦想 为梦想而努力 为梦想随时准备从零开始 每天给自己一个希望

第五节 不做纯粹的家庭主妇 别让主妇身份限制了你 太“恋家”的女人容易老 全职妈妈,你准备好了吗 全职太太不是保姆

第九章 女人的健康魅力——让女人受益一生

第一节 女性健美 美是一个多面体 健美 美胸让你丰满自信 美腰法则 快速消除小肚腩 美腿凸显修长身材 臀部:圆润健美的方法 青葱玉指柔嫩法 美足令双足柔软、白皙、精致 香肩美背锻造法

第二节 食物营养知识 什么是食物营养素 维生素的主要功用及来源 人体能量从哪里来 蛋白质是生命的物质基础 哪些食物含蛋白质高 锌是人体不可缺少的营养素 脂肪是什么 脂肪酸 必需脂肪酸 组织脂肪和贮存脂肪 动物油与植物油哪个好 人体必需的微量元素 微量元素与健康有何关系 食物纤维素是第七营养素 什么叫平衡膳食

第三节 饮食养生必知 延长青春期的10种食物 健康长寿的饮食忠告 预防早衰的7种食品 哪些食品能健脑益智 食用菌——健康食品 最佳保健品——螺旋藻 吃早餐等于吃补药 粗茶淡饭胜过高级补品 为什么说杂吃就是营养 10种最好和最差的食品

第四节 常见食物的营养及功效 黄豆是微量元素库 鱼类含有哪些营养成分 营养丰富的鳕鱼 蛋类有哪些营养成分 蔬菜有哪些营养成分 西红柿是夏蔬佳品 冬季多吃黄豆芽好 受欢迎的茼蒿 野生佳蔬——蕨菜 珍馐良药话香菇 新鲜水果有哪些化学成分 吃西瓜好处多 为什么核桃又叫“长寿果” 木耳的营养成分和作用 银耳的营养成分和作用 大蒜祛病强身 家备生姜,小病不慌 清热补虚话苦菜 冬季话榛子 枸杞子能够抗衰老

第五节 运动:生命的旋律 自行车旅游 郊游 露营 野炊 攀岩 登山 游泳 泛舟 划船

第十章 女人的社交魅力——尽情展示女性风采

第一节 魅力女人的社交须知 “第一印象”很重要 微笑是最美丽的语言 在社交中展示优雅的风度 魅力女人不可不知的社交礼仪

第二节 女人需要具备的社交智慧 接受他人的称赞,并称赞他人 做个优秀的倾听者 结识新友 成为别人的知心朋友 建造友谊的长城 扩大交友范围

下资本篇 第一章 女人的心理资本——获得成功的基础

第一节 心态决定人生 心态决定命运 女人心累人才累 积极的心态塑造女人迷人的个性 职业女性如何保持心理健康 化解压力的妙法 成功女人的10种心理调整 给自己营造宽松的心理环境

第二节 不要被消极情绪左右 与爱人·“和平相处” 释放忧虑 驱散抑郁 停止抱怨 战胜悲伤 莫让嫉妒毁了你 化解怒气 原谅伤害过你的人 掌握争辩的艺术 增强控制感

第三节 幸福由心生 改变自己 保持开朗乐观的心境 无拘无束,随心所欲 做个理性的女人 维护自尊 面对不幸和灾难,要坚强不屈 切莫沉醉

第四节 好命女人不抱怨 永远不要做个“怨妇” 苦水,只会越吐越多 自认倒霉的女人总是会倒霉 越是不幸的时候,越要化好妆再出门 快乐永远属于自找快乐的女人 别让自己成了祥林嫂 假装快乐,就会真的快乐 倾诉可以避免痛苦发酵 让自己成为“无毒美人” 把烦恼轻轻放下 用感恩之心体味生活

第二章 女人的处世资本——人脉为你搭桥铺路

第一节 会交际才能生存 女性要拓展自己的生存空间 学会与陌生人打交道 要善于“推销”自己 精心营造自己的人际关系 白领丽人交际术 办公室生存的人际规则

第二节 女人处世的技巧 戒除批评、责

怪和抱怨 真诚地赞赏、喜欢他人 不要争论不休 发自真心地请别人帮忙 建议永远比命令更有“威力” 别忘了,保全别人的面子很重要 承认错误一点都不丢人 宽容别人是对自己的解救 不强加于人 千万不能心存报复 守住隐私好为人 闲来切忌无事生非

第三节 女人办事必知的方法 增强意志力,关注生活细节 远离懒散 明智申诉,维护自己的利益 革除办事拖拉的不良习惯 守时 花好每一分钱 不要轻易评论别人 掌控自己的生活

第四节 女人用交际定胜负 30岁前靠自己,30岁后靠交际 孤芳自赏的“冷美人”是交际场上的失败者 学会用“弱点”来交朋友 获得友谊有捷径 要真诚,也要保守自己的秘密 借助高质量的朋友提升自己 交际要学薛宝钗 机会总会留给那些印象深刻的人 借助贵人的力量往上走 不要忽视“小人物” 别让你的前程毁于糟糕的人际交往 与你的贵人常联系 别陷入“熟人越来越多,朋友越来越少”的怪圈 性格内向的女人怎样交朋友 越较真越令人讨厌

第五节 如何说。别人才会愿意听 话多不如话少,话少不如话好 说服别人时,要给对方台阶下 赞美男人的技巧 赢得丈夫之爱的说话艺术 舌头多抹蜜,婆婆不挑剔 如何婉拒男人的爱 背后赞美有奇效 能言善道,让口才为魅力加分 学会倾听 真诚的谎言比真实更有力量 在别人伤口上撒盐,苦的是自己 从场面话里听出点儿“门道” 委婉含蓄,学点语言“软化”术 说话别说绝,给别人留点儿余地 多说“我们”少说“我”

第三章 女人的财商资本——让你更踏实

第一节 改变观念,热爱财富 认识金钱,才能驾驭金钱 流动的金钱才能创造价值 经济独立的女人更安全 财商决定贫富 节俭是一种悖论 期望富裕,才能创富 行动永远是第一位的 自己的命运自己主宰 梦想创造奇迹 创富不只是男人的事 正视对金钱的恐惧 尊重金钱才能吸引金钱 绝不能成为金钱的奴隶 相信自己能做到

第二节 绘制希望的地图。做好规划 提前计划退休后的生活 绘制一张希望的地图——目标资金的准备 建立退休生活计划——计算出退休生活费用 建立晚年计划——社养老金的预计收入 审视目前的资金状况——了解你的资产和负债情况 审视目前的财务状况——分析自己的财务状况 推算自己的劳动时间 退休生活的完美方案

第三节 富足退休。从现在开始准备 30岁前方向不对,30岁后努力白费 别在钱面前“装清高” “富婆”的钱都是理出来的 最重要的不是收入,而是理财的方法 把握未来的最好方法就是把握现在 对钱的消极态度堵住了钱的流通渠道 停留在思想中的决定没有意义 不要只当是建议,而要开始去做

第四节 毕业之后先上班,别着急嫁人 毕业之后,上班还是嫁人 进大公司还是小公司 进国企、民企还是外企 当公务员还是当职员 挑选一份能“增值”的工作 别当“塑料碗”,创造加薪的机会 低薪不低“心”,才会“钱”途无量 善抓核心,事半功倍 让自己成为受到一致肯定的“专家”

第五节 投资自己是最稳当的赚钱方法 你的形象价值百万 用“知本”创造“资本” 女人一定要有一技之长 用实力为自己增添魅力

第四章 女人的职场资本——你可以做得更好

第一节 顺利进入职场 选择理想的职业 找工作时必须遵循的一些规则 面试前要做好准备工作 抓住面试的机会 征服面试官 面试后要做后续工作 关于工作中要做的和不要做的

第二节 做可人的职场女人 战胜孤独 贪婪蛀蚀快乐

第三节 轻松应对职场问题 成功职业女性应具备的基本素质 魅力女人与高薪 与上司交往的艺术 职业女性如何保持快乐 做一个幽默的“魅力女主管” 逛商场提升你的职场魅力 育后女性速入职场有绝招 职业丽人形象塑造 职场压力调节法

第四节 职场如战场,女人要踮脚前行 办公室里无闺蜜,谈公事不谈私事 拒绝上司性骚扰时,一定要使用“软性对抗” 和挑拨离间的同事保持一定的距离 宁愿吃点亏,也不要与同事发生正面争吵 别找借口,找方法 频繁跳槽是你简历上的败笔 与上司关系再好,也要保持距离 吐苦水,别找公司里的人 “青春期”的女职员遇到“更年期”的女上司 筑起与异性上司之间的“防洪堤”

第五章 女人的恋爱资本——通往幸福的起点

第一节 顺利俘获意中人的心 做有情调的女人 为悦己者容 羞涩的诱惑力 眼神效应用柔情结网 保持独特魅力,让男人着迷 挑战成功男人的爱情 多谈论他感兴趣的话题 认可他,崇拜他 让他获得从未有过的关爱 机敏地抓住幸福

第二节 情场非常道:“坏女人有人爱” 美丽让男人停下,智慧让男人留下 从受气包到梦中情人 男人为什么对“坏女人”着迷 让他追你,直到你得到他 约会也有游戏规则 及时启动你的人格魅力 找到征服男人的按键 制订一个“作战”计划 做他最好的朋友 结束未尝不是一件幸事

第三节 赢得情场胜利要靠智慧 辨识“坏”男人 揭穿男人的谎言 选对男友的策略 如何和男人聊天 寻找心目中的白马王子 友好地与男友分手 走出感情破裂的阴影 拔除怨恨报复的情感毒苗 给爱情输送新鲜的血液

第六章 女人的婚姻资本——如鱼得水,享受人生

第一节 婚姻决定女人一生的幸福 女人干得好是基础,嫁得好是必须 一百分的女人碰不到一百分的男人 最好的那个人,往往出现在自己好高骛远的年纪 “非富即贵”不是嫁人的真理 父母反对的婚姻,务

必要三思 合适比爱更重要 没有面包的爱情万万不行 嫁人就嫁“灰太狼” 让婚姻成为梦想的推动力 托付终身前，仔细看看他的家人 当心，他有“新大男子主义”的倾向

第二节 婚姻需要用心经营 婚姻，只有通过不断的努力才会成功 做他人人生旅途的伴侣，而不是他的行李 女人追问男人的“实话”，是一种自断后路的做法 女人一成不变，男人就会变心 在他知错的时候给他一个台阶下 把对方的优点数一数，再放大 幸福家庭的秘诀 一个善解人意的女人，抵得过100个国色天香的女人 性格差异要在结婚初期调整好 “七年之痒”是可以跨越的

第三节 不伤感情地改变他 最笨的女人才强迫对方 先赞扬，再批评 切忌直截了当地指出他的错误 鼓励更容易使人改正错误 戏剧性地表达自己的意图 给他一顶高帽子，并让他努力达标 激发他的高尚动机 授权给他，使他乐于做你所建议的事

第四节 做丈夫事业上的好帮手 鼓励他从事合适的职业 帮丈夫确定目标 称赞他的进步，激励他获得成功 做他的忠诚伴侣 帮助他受到欢迎 鼓励他不断学习 支持并理解要经常加班加点的丈夫 当丈夫的工作出现突然变化时

第五节 携手创造属于你们的未来 最好的婚姻是肩并肩的婚姻 有共同目标的夫妻，爱情不会冷却 妻子的职责：使丈夫成为理想的自己 你的态度影响他的成功 做丈夫的好帮手 和他站在一起，并且能够帮助他 做丈夫的宣传大使 使他成为一个处处受欢迎的人 帮助丈夫展现出他的才华 妻子是丈夫失意时最有力的支撑 支持他，和他站在一起 当你的职业与丈夫发生冲突

第六节 幸福婚姻是终极秘诀 你怎样对待生活，生活就会怎样对待你 幸福婚姻的秘诀：拥有成熟的爱 无穷的赞美是婚姻美满的源泉 单纯的爱最长久 让珍惜成为主旋律 男人和婚姻，永远不是你生活的全部 没有积极的目标，幸福也会变不幸 机会不会站在那里等你 热情地对待生活 拥有幸福婚姻，你需要一颗宽容的心 你的命运永远在自己手里



## <<女人的魅力与资本大全集（上下）>>

### 章节摘录

温柔：魅力女人的终极武器 谈起“温柔”，人们总是给它插上自由飞翔的双翅，把它喻为闭月羞花、沉鱼落雁、轻歌曼舞、雅乐华章，还有人把它喻为最纯洁的“水”。水——那一汪汪清冽粼粼、盈盈的水，是那么的明净透彻、可亲可爱，多少人为它发出了由衷的感叹，多少人对它表示了惊喜的礼赞——温柔之美啊！

美就美在柔情似水。

著名学者朱自清在《女人》一文中对女性的温柔作了绝妙的描绘：“我以为艺术的女人第一是她的温醉空气，使人如听着箫管的悠扬，如嗅着玫瑰的芬芳，如躺在天鹅绒的厚毯上。

她是如水的蜜，如烟的轻，笼罩着我们。

我们怎能不欢喜赞叹呢……”由此可见，女性品格的这种温柔的美，是多么的令人陶醉，多么的令人沉湎，多么的令人神往！

女人最能打动人的就是温柔。

当然，这种温柔不是矫揉造作，温柔而不做作的女人，知冷知热、知轻知重。

和她在一起，内心的不愉快也会烟消云散，这样的女人是最能令人心动的。

一个女人站在面前，说上几句话，甚至不用说话，你就能感觉出这个女人是不是温柔。

这种女人味与年龄无关，甚至与外表也没有特别大的关系。

“现在的女孩子都一副咄咄逼人的样子，一点儿也不温柔！”

经常可以听到一些男士对现代女性发出类似的怨言。

的确，与过去的女性相比，有些现代女性很少有柔顺体贴、小鸟依人的时候了。

取而代之的，是作风像男性、满不在乎的所谓“新潮女性”。

对于男士的“悲叹”，你可能会柳眉倒竖、杏眼圆睁、气势汹汹地反驳：“时代不同了，现在我们是和男人‘平起平坐’的。

你大学毕业，我还念过研究生呢；我干吗对你百依百顺，作出一副可怜兮兮的‘柔弱’状？”

这些话虽然言之有理，但是不论中外，雄性都是代表阳刚，雌性则代表阴柔，有学问、有能力的女性固然令男士倾慕，但也不应该因此而失去女性特有的温柔。

所谓女人味，是指那种看起来含蓄、优雅、贤淑、柔静的女人的味道，也是一种令一般男性不可抗拒的力量。

尤其是处于保守的东方社会，男人所期望的仍然是富有母爱温柔的女性，如果女性的行为太开放，言语太大胆，只会令男士们望而却步。

在生活中，男性的严肃常常显示出一种深沉、成熟、沧桑、刚毅之美，而女性的严肃则更多地给人以冷漠、严厉的感觉，甚至会得到“不像个女人”的评价。

观察你身边的女人，你会发现：讨人喜欢、人缘好的往往不是那些“冷面美人”、“病态西施”，而是那些面相随和、温柔的女性。

即使她的五官不精致，身材欠婀娜，但她洋溢着善良与爱心的神情气质，却能给人一种精神上的美感和情感上的抚慰。

因为人是有思想的，需要的是鲜活生动的、感情上的相互交融与关爱。

对于女性，人们期待的更多的是一种蕴含着母爱的美，这是一种崇高的美。

这种美能够弥补先天的缺憾，使年轻的女性可爱，年老的女性伟大。

温柔是女人的终极武器，哪个男人不愿意被这样的武器击倒？

温柔有一种绵绵的诗意，它缓缓地、轻轻地蔓延开来，飘到你的身旁，扩展、弥散，将你围拢、包裹、熏醉，让你感受到一种宽松，一种归属，一种美。

温柔是女性独有的特点，也是女性的宝贵财富。

如果你希望自己更完美、更妩媚、更有魅力，你就应当保持或挖掘自己身上作为女性所特有的温柔性情。

那么，在日常生活中，女性怎样才能让自己的表现更温柔更有魅力呢？

你可以从以下7个方面来培养并释放自己的柔性魅力。

## <<女人的魅力与资本大全集（上下）>>

1. 通情达理 这是女性温柔的最好表现。

温柔的女性对人一般都很宽容，她们为人谦让，对人體贴，凡事喜欢替别人着想，绝不会让别人难堪。

2. 富有同情心 这是女性的温柔在为人处世方面的集中表现。

对于老、弱、病、残、幼及境遇不佳者，女性都应表现出应有的同情，并尽自己最大的努力去帮助他们。

3. 吃苦耐劳 这是东方女人的传统美德，特别表现在家庭生活方面。

已婚女人要相夫教子、孝敬长辈、勤俭持家，同时还要兼顾自己的工作，这就更需要女人有吃苦耐劳的精神。

4. 善良 就是要有爱心，对人对事都抱着美好的愿望，乐于关心和帮助别人。

对家人，尤其是对子女要表现出更多的关爱。

5. 性格柔和 温柔的女人绝对不会一遇到不顺的事就暴跳如雷或火冒三丈。

以柔克刚，这是温柔女人的最高境界。

6. 温馨细致 让人心动的不只是一个女人做出了多么惊人的业绩，更多的情况下，是女人那种适时适地的细心关怀和体贴，最能叫人怦然心动。

和她一同出门时，你吃东西弄脏了手，她将备好的纸巾递上；衣服扣子掉了，细心的她正好带着针线……这些细微之处充分体现了女人难以抗拒的温柔魅力。

7. 不软弱 温柔绝不等于软弱。

温柔是一种美德，是内心世界力量和充实的表现，而软弱则是要克服的缺点，二者不可混淆。

总之，温柔可以体现在各个方面，在聪明女人的生活领域，处处都能体现出温柔的特征。

而且值得回味的是，女性的温柔不但能够超越国家的界限，把它的芳香洒向世界各地，而且还可以突破时间年龄的约束，永远贯穿于每个女性的一生。

女性正是依着自己那千种风流、万般妖娆的温柔性格，才给男士开辟了一个可以置身于其中的温馨世界，从而达到了爱情生活的美好和谐；才给男士创造了一个可以感受其内在的审美对象，女性从而在同阳刚之美的对立统一中看到了自身存在的价值，使自身的美感境界得以自由伸展和全面升华。

所以作为一个现代女性，不仅要保留自己独立的个性，也要保留那传统的温柔之美，这会让你受益无穷，也是你一生的魅力所在。

P3-5

## <<女人的魅力与资本大全集(上下)>>

### 编辑推荐

《女人的魅力与资本大全集(上下)》由翟善从编著，一部改变女人前途和命运的智慧宝典。  
一部提高女人生活品质的幸福指南。

女人的魅力与资本，不仅取决于较好的容貌、迷人的气质，还取决于湿润的性格，处世的智慧。  
拥有专属于自己的魅力和资本，就拥有了一泓永不干涸的幸福源泉。  
内外兼修的女性，终将成为幸福一生的赢家。

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>