

乎寄托着翻一次身，革一次命，彻底改变自己命运的希望。她们希望通过结婚，能在自己的精神上以及物质在量与质两个方面，有一个很大的跨越。过上自己梦想的生活。俗话说：“女人以家为世界，男人以家。”充分说明了婚姻家庭对于一个女人的重要性。婚姻对于女人来说，永远是第一位的。一个有着辉煌没有美满婚姻的女人不能算是一个幸福的女人。如事业与婚姻，需要用心去经营。事业与婚姻的矛盾解决，这个问题讨论已久，但似乎总没有完美的答案。“牺牲”，给另一方腾出时间；或划分好“承包项目”（家务分配）；你就会看到一个色彩缤纷、神秘多变的男人。有铮铮铁骨的男人、有温存柔情这千姿百态的个性，构成了男人的特殊魅力。往今来，任何一个成就大事的人，都经历了一个“苦其心智”的阶段。这些成功者正是成功地调节了自己的心态，坚定了对自己的信心，才迎来掌声。所以，调整心态的能力是成就大事的首要能力。成就事业的人都明白，人不是生活在真空中。面前的成功与否很大程度上依赖于与各方面的关系，婚姻、人际、人际关系，调动他人乐意帮助自己的意愿向成功的一项重要的能力。谦逊并非自我贬低，而是一种不显山不露水的自我肯定，相信自己的正直与尊严。谦逊是成功与失败的融合，它使我们过去的失败有所警惕、对于现在的成功有所感念。

# 解密



# 魅力个性

JIEMI 易君如 / 主编  
MEILI GEXING

——打造你的魅力

成功之道在于心 解密心理助成功

让你了解自己，看清别人，躲开各种危险，避开各种纷扰  
把握自己的个性，设计自己的人生，在实践中不断提升自己，达到游刃有余的境界

# 解密



# 魅力个性

——打造你的魅力

JIEMI 易君如 / 主编  
MEILI GEXING

成功之道在于心 解密心理助成功

让你了解自己，看清别人，躲开各种危险，避开各种纷扰  
把握自己的个性，设计自己的人生，在实践中不断提升自己，达到游刃有余的境界

图书在版编目(CIP)数据

解密魅力个性:打造你的个性/易君如主编. —  
北京:海潮出版社, 2011. 6  
ISBN 978-7-80213-995-4

I. ①解… II. ①易… III. ①修养 - 女性读物 IV.  
①B825 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 079047 号

书 名:解密魅力个性:打造你的个性

作 者:易君如

责任编辑:王惠平 关月

封面设计:宋双成

责任校对:徐云霞

出版发行:海潮出版社

社 址:北京市西三环中路 19 号

邮 编:100841

电 话:(010)66969738(发行) 66969736(编辑) 66969746(邮购)

经 销:全国新华书店

印刷装订:北京龙跃印务有限公司

开 本:710mm × 1000mm 1/16

印 张:15

字 数:160 千字

版 次:2011 年 6 月第 1 版

印 次:2011 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 80213 - 995 - 4

定 价:29.80 元

(如有印刷、装订错误,请寄本社发行部调换)

# 目 录

## 上篇 打造贤淑极品女人

### <<< 第一章

#### 知识是素质之源

用知识提高女人的品位 / 4

不懈地积累知识 / 6

谦虚谨慎方显素质 / 8

读万卷书行万里路 / 10

素质在实践中升华 / 12

思考是做事的根本前提 / 13

信念是女人成功的基本条件 / 15

女人要自我尊重 / 17

高素质女人善于创新 / 20

富有进取心和竞争力 / 21

经历就是一种财富 / 23

### <<< 第二章

#### 好心态造就美满婚姻

过多干预丈夫工作的后果 / 26

与丈夫女秘书相处的诀窍 / 29

注意夫妻平等相处 / 31

安全度过婚后“危险期” / 34

夫妻裂痕从哪儿开始 / 37

侵蚀夫妻感情的六种毒素 / 39

避免走到致命的一步 / 41

牵住自己的丈夫 / 43

永葆你的吸引力 / 46

### <<< 第三章 女人的好品质价值百万

学会经营婚姻 / 52

营造一个惬意舒适的家 / 55

用忍让赢得所有人的尊敬 / 56

对丈夫体贴入微 / 57

学会做一个有“弹性”的女人 / 61

说好恰到好处的一句话 / 64

婆媳对立的原因 / 67

做个好媳妇的九大妙招 / 71

女人要多陪伴老公 / 74

做一个聪明的妻子 / 75

助夫成功的小细节 / 77

### <<< 第四章 职业女性事业与家庭兼顾

家庭是事业稳固的基础 / 80

把企业和家庭都装在心中 / 82

家庭是教育子女的主要场所 / 85

教育女子三原则 / 87

稳定爱的平衡 / 89

处理好家庭与事业的冲突 / 91

事业女性要学会调整“角色” / 93

失败时共同负责 / 97

- 做好不平凡丈夫的妻子 / 99
- 善于与丈夫的朋友交谈 / 101
- 结交新朋友的4种好方法 / 103
- 如何赢得人气 / 104
- 克制女性的羞怯心理 / 107
- 发挥女性社交的优势 / 109
- 对于关怀支持,要给予相当的感谢 / 111

## 下篇 修炼魅力有型男人

### <<< 第五章 男人的个性与优势

- 做个阳光男人 / 118
- 男人的性格特性 / 121
- 男人的豪爽与细致 / 124
- 男人的尊严 / 126
- 做讲义气的男人 / 127
- 男人天生爱工作 / 128
- 男人需要有理想 / 130
- 男人要有自己的信念 / 131
- 男人要顽强拼搏 / 133

### <<< 第六章 好心态助男人成大事

- 成就事业需要健康心态 / 136
- 注重自身形象 / 137
- 注重言谈举止 / 141
- 保持冷静的头脑 / 142

放下你的架子 / 144  
对待生活要有爱心 / 145  
学会处理负面心态 / 148  
拿出足够的勇气 / 152  
正确看待自己 / 154  
以诚实为本 / 155  
学会忍让 / 158  
克服自卑心理 / 159  
一切靠自己 / 162  
做自己喜欢的工作 / 165  
发挥创造力 / 166  
在工作中找快乐 / 170  
细心观察、抓住机遇 / 172  
远大的理想是成功的磁石 / 174  
信念主宰自己的人生 / 176  
经常接受信心的挑战 / 177  
面对挫折要培养坚强之心 / 179  
面对压力要有平常心 / 182

## <<< 第七章 男人要有自己的人际圈子

首先尊重对方 / 186  
及时赞美对方 / 188  
与人交往要把握好距离 / 189  
把握应酬尺度 / 192

先做朋友,后谈工作 / 194  
向人求助也可以赢得友谊 / 196  
谈双方都熟悉的事物 / 198  
记住对方的名字 / 199  
学会和各种性格的人打交道 / 201  
人际网络是男人的财富 / 204  
为朋友建个档案 / 206  
走近对方,微笑是阳光 / 208  
男人的眼睛也会说话 / 211  
善言与恭维 / 213

## <<< 第八章 男人要学会谦虚

谦逊能够保持自我 / 216  
平易近人者,人皆近之 / 217  
高调做事低调做人 / 218  
谦虚低调是为人处世的基本姿态 / 220  
志存高远是取得事业成功的前提 / 222  
保持平常心 / 223  
死要面子活受罪 / 226  
虚心勤奋使人进步 / 228  
低调对待敌意 / 231



**上 篇**

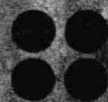
**打造贤淑极品女人**



# 第一章

## 知识是素质之源

ZHI SHI SHI SU ZHI ZHI YUAN



有知识才华的女人，不管走到哪里都是一道风景。也许她貌不惊人，但她的美丽却是从骨子里透出来的，谈吐不俗，仪态大方。爱读书的女人，她的美不是鲜花，不是美酒，她是一杯散发着幽香的淡淡清茶。



## 用知识提高女人的品位

解密魅力个性

打造你的个性

JIE MI MEI LI GE XING

DA ZAO NI DE GE XING

有知识、有品位的女人值得欣赏，这是人们的共识。因此，无论有多少理由，作为一个现代女性，一个期待精彩人生的女性，都应该拥有更多的知识，努力提高你的品位，这样才能赢得他人的欣赏。

男人们都认为有内涵的女性是值得交往的，所以，要让人认为你值得交往，觉得你有内涵，那么最直接的方法就是让知识充实自己的大脑。

那么如何知识充实自己的大脑呢？

### 1. 爱书

人们都认为有内涵的女性是值得交往的，所以，第一步，你要值得他交往。那么有内涵，最直接的表现是你爱书，是知识女性。如果你没看过《追忆似水年华》，最少在书架上要有这么一套。如果你没看全四大名著，起码要看过两遍《红楼梦》。从米兰·昆德拉到村上春树，从杜拉斯到张爱玲，说起来要如数家珍。所谓“腹有诗书气自华”，这话不是没有道理的。

### 2. 爱看电影

喜欢电影，这是一种情趣。喜欢电影的女子，多半都有很多梦想。有梦想的女孩是可爱的，兴趣可以广泛一些，可以是黑泽明、费里尼、安东

尼奥执导的艺术片，也可以是《星球大战》这样的科幻片，至少得看过《勇敢的心》、《红蓝白》这样全球闻名的电影。

要是你对影片没兴趣，也没关系，翻翻《看电影》等杂志，一样可以了解电影最新快讯。

### 3. 掌握一两样乐器

喜好音乐，最好能掌握一两样乐器。想象一下：坐在洁净的大厅，你穿一身黑色长裙，发髻高绾，用纤纤细指弹一曲《致爱丽丝》。这种琴声，这种气氛中的你，有着高雅的气质。如果你现在还不会的话，建议你抽空参加一个能体现女性柔媚气质的乐器速成班。钢琴、长笛、古筝、二胡之类的是上上之选，架子鼓也可以，有豪放的味道。

### 4. 率性而为

有机会与爱慕之人一起出外游玩，例如到海边，说明你已经与他是比较近的关系啦，这个时候更是你进一步抓住他的心的良机。不敢或不愿外露真我个性，凡事不冷不热、无可无不可的温吞姿态，又处处约束着自己情感的女人，无性感可言。而敢爱敢恨、率性而为、想哭就哭、想笑就笑，对生活充满热情与敏锐的女人更讨人喜欢。

### 5. 到运动场去

在网球、高尔夫球场上，在游泳池里，一个健康美丽的身体，一张充满活力的脸，对于男性来说，这意味着多么大的吸引力！他会认为，运动的女性是最具生命活力的。

所以，如果你擅长运动，那就太好了。如果不擅长，那也没关系，更

关键的在于运动的那份感觉。而这种感觉，是可以营造出来的。首先是着装，你可以球打得不好，但球衣一定要合身漂亮，勾勒出你完美的曲线。其次是姿势优美，你可以球打得不到位，但姿势一定要好——放心，练出优美比练出好球要容易得多。在这方面尽可以表现得“绣花枕头——草包”，还更可能引起男性来教你的热情。



## 不懈地积累知识

一个刚跨入社会的年轻女人随着自己地位的逐步升迁，一定有很多学习机会，假如能抓住这些学习机会，积累知识，成功是早晚的事。

一个现代女性无论目前职位多么低微，汲取新的、有价值的知识，将对自己的事业大有益处。一些公司的女职员，尽管薪水微薄，却愿意利用晚上和周末的时间到补习学校去听课，或者买书自学。她们明白越是努力学习，知识储备越多，发展潜力就越大。

从一个人怎样利用零碎时间学习，积累知识就可以预见她的前途。自强不息、随时学习知识追求进步的精神，是一个女人卓越超群的标志，更是一个女人成功的征兆。

有一句格言说：“只因准备不足，导致失败。”这句话可以写在无数可怜平庸者的墓志铭上。有些人虽然肯努力、肯牺牲，但由于在知识和经验上准备不足，做事大费周折，始终达不到目的、实现不了成功的梦想，实在是令人惋惜，徒留遗憾。

看看职业中介机构的待业女性吧，有很多身体健康、受过高等教育的女性在这里登记。其中大部分人，因缺乏进一步发展的能力而驻足不前、被人超越、丢了饭碗。这些女性本来就没有深厚的根基，工作期间又不注意积累经验，增加才能，当然会被淘汰。例如很多女孩在商店里工作多年，只会按顾客的要求拿东西，对商业知识一窍不通。她们只是在挣钱糊口，不思考，不关心商品的特点和顾客的需求，如果她们不被淘汰的话，只能当一辈子售货员。那些精明强干、善于思考的女人，却能在短时间内发现一个行业的秘密，时机一旦成熟，就能独当一面。

有一位女孩在一个律师事务所任职3年，尽管没有获得晋升，但她在这3年中，把律师事务所的门道都摸清了，还拿到了一个法律进修学院的毕业证书。一切都是为了开办她自己的律师事务所。

女性能通过各种途径汲取知识，才能使自己的学识更加广博、深刻，使自己的胸襟更加开阔，也更能应付各种各样的问题。

一个前途光明的年轻女性随时随地都注意磨炼自己的工作能力，任何事情都想比别人做得更好。对于接触到的一切事物，她都细心地观察、研究，对重要的东西务必弄得一清二楚。她随时随地把握机会来学习，珍惜与自己前途有关的一切学习机会，对她来说，积累知识比积累金钱更要紧。她随时随地注意学习做事的方法和为人处世的技巧，即使是极小的事情，也认为有学好的必要，对于任何做事的方法都仔细揣摩、探求其中的诀窍。她所获得的内在财富要比有限的薪水高出无数倍。希望每个职业女性都能做个这样的人，把在工作中积累的学识作为将来成功的基础，作为一生中最有价值的财富。

作为现代女性，如果你真有上进的志向、真地渴望造就自己、决心充实自己，就必须认识到，无论何时、无论何人都可能增加你的知识和经

验。假如你有志于出版业，那么一名普通的印刷工会帮助你了解书籍装帧的知识；假如你热衷于机械发明，那么一名修理工的经验也会对你有所启发。



## 谦虚谨慎方显素质

一项题为“最受欢迎的人和最不受欢迎的人”的社会调查，结果列“最受欢迎的人”之首的是富有才干而为人谦虚的人；列“最不受欢迎的人”之首的是自命不凡、目空一切、夸夸其谈的人。

这项调查充分显示出谦虚对一个人多么重要。尤其是在学习阶段，你需要向别人学习，需要“踩着巨人的肩膀”前行，如果不懂得谦虚，没有人会把成功的经验传授给你；如果刚学到一点皮毛就以为自己已是行家里手，飘飘然自以为是，那么，你永远也不可能达到成功的顶端，你永远也不可能走向生命的巅峰。“越成熟的果实，头垂得越低”，这是真正懂得了生命的意义后表现出来的谦虚的态度。成熟的果实知道它没有花儿那么艳丽多姿，它要把自己奉献给人们，并且留下金色的种子，为来年的丰收出力；只有那些半青不黄的果子才会得意洋洋地挂在梢头，其实，它最没有价值。

谦虚指虚心、不自满，能接受别人的意见和批评。它包括两个要素：虚怀若谷的精神和实事求是的态度。谨慎则是指细致严谨、小心慎重，有严密的科学态度和很强的责任心。《尚书·大禹谟》中说：“满招损，谦



受益。”意思是骄傲自满会招来损害，谦虚谨慎能得到益处。古往今来，对人类做出重要贡献的思想家、政治家、科学家，大都是谦虚谨慎的人。

为什么要提倡谦虚谨慎呢？因为，人们对于新事物总是有一个从无知到有知、从浅入到逐步认识的过程。人们对世界的认识和所要掌握的知识、技能是无限的，而一个女人无论多么聪明，多么有才华，她的知识和本领也是非常有限的。因此，应持有谦虚态度，不断学习，不断进取的态度。一个女人无论经验多么丰富，在错综复杂的客观事物面前，对问题的认识和处理也难免失于偏颇。因此，在待人接物和处理问题时，一定要持谨慎态度，切忌急躁轻率、鲁莽冒失。

一个谦虚的女性，有自知之明，能够比较清醒地认识自己的优点和缺点，能够虚心接受别人的意见，能够正确处理个人和他人、个人和集体的关系。一个谨慎的女性，为人严谨慎重，观察事物深入细致，分析问题缜密周全，待人接物热情而不轻浮。

谦虚的态度、学习的态度应该是我们生活的常态，生命的过程就是学习的过程，知识越渊博，会越觉得自己无知。这样，成功就会在你坚持不懈的学习中向你微笑。

女性在为人处世上要讲究谦虚谨慎，同样，在学习知识上更应该保持谦虚的态度。因为只有这样，才能聆听到良师的教诲。你向他人学习证明你艺不如人，你要尊重他人的学识、真心地觉得自己在某些方面是有待学习提高的，谦虚的态度才是学习的态度。谦虚的态度是女性叩开学习大门的敲门砖，是不断学到新知识、为成功铺路搭桥的前提。

要想获得成功，就要始终保持谦虚的态度，保持学习的热情，要时刻对自己说：“我还需要学习，学习，再学习。”甚至在已经获得成功之后，仍然不能为自己终于能“傲视群雄”而沾沾自喜，仍然要谦虚、要学习，