

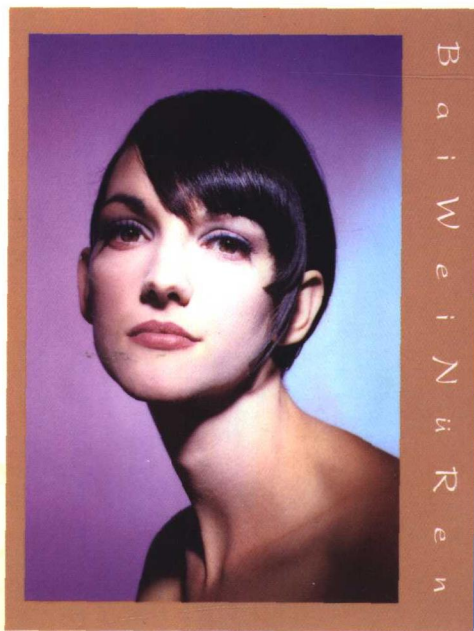
潇洒浪漫
情深迷人

当上帝创造男人的时候，他只是一位教师，在他的提包里只有理论课本和讲义；而在创造女人的时候，他却变成了一位艺术家，在他的皮包里装着画笔和调色盒。

——[印度]泰戈尔

百味女人

- 女人味一百转回肠
- 女人香一赏心悦目
- 女人气一又爱又怜
- 女人性一刚柔并济
- 女人情一温柔似梦
- 女人心一绽放如花
- 女人歌一如泣如诉
- 女人美一含香傲立



Bai Wei Nu Ren

- 爱情要保留一点“自私” ● 女人要学会整治自己的“草坪” ● “一见钟情”会酿成爱情苦果
- 结婚时要签好“婚姻契约书” ● 女人要拥有一颗活跃的开启之心

刘惠洁 葛新 王璟 编著

沈阳出版社

百味女人

刘惠洁 葛新 王璟 编著

沈阳出版社

图书在版编目(CIP)数据

百味女人/刘惠洁,葛新,王璟编著. —沈阳:沈阳出版社,2004.3
ISBN 7-5441-2436-3

I. 百… II. ①刘… ②葛… ③王… III. 女性-爱情-通俗读物 IV. C913.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 016303 号

出版者: 沈阳出版社

(地址: 沈阳市沈河区南翰林路 10 号 邮编: 110011)

经 销: 新华书店

印刷者: 北京翠明文印中心

开 本: 880mm×1230mm 1/32

印 张: 7

字 数: 157 千字

印 数: 1—7000

出版时间: 2004 年 5 月第 1 版

印刷时间: 2004 年 5 月第 1 次印刷

责任编辑: 宫文卓

封面设计: 红十月工作室

版式设计: 王 喆

责任校对: 马 莉

责任监印: 杨 旭

定 价: 10.80 元

联系电话: 024-24112836

邮购热线: 024-24143216

E-mail: sysfax_cn@sina.com

目 录

第一篇 女人味——百转回肠

温柔是一种醇深的情感，温柔的女人懂得如何用温柔去传导自己的爱。当温柔的女人用温柔的眼神、温柔的词语、温柔的动作把信任与爱轻轻掬起，女人自身也就成了一道最动人的风景。

女人的魅力在于有女人味	(3)
新好女人不仅好而且精彩	(4)
女人长久的吸引力在于有内涵	(5)
刚柔相济的女人最动人	(7)
温柔是女人的本色	(8)
美女都自信	(9)
拥有自信的女人最美丽	(11)
羞涩的女人更具诱惑力	(12)
女人的美不在“形”而在“神”	(13)
美德是女人最好的风度	(16)
女性要保持自然之美	(17)
自制是女人的一种美德	(20)

做女人也要学	(21)
女人要保持迷人的个性	(23)
女人不能没有香水	(25)
健身能使女人永葆青春	(27)

第二篇 女人香——赏心悦目

美丽的女人举手投足都美丽，美丽不是因为女人长得美，而是因为女人美丽的韵味散发出的淡淡香气。正如某位大师所言，漂亮的脸庞可以使女人美丽二十年，良好的修养和高雅的气质却可以美丽女人一生。

女人也要有容纳百川的胸怀	(31)
女人要书里书外看世界	(32)
书中自有“颜如玉”	(34)
女人最重要的是要做自己	(35)
梦想会生“利息”	(37)
女人要拥有一颗活跃的开启之心	(40)
女人要学会整治自己的“草地”	(43)
女人的上帝是女人自己	(48)
时尚女性的探险休闲游	(50)
网上的女人很无奈	(51)
女人的“运动鸦片”	(53)
女性在空闲时间最喜爱轻松聊天	(55)
女性喜欢享受独居的妙处	(56)
女性更要信守诺言	(57)

第三篇 女人气——又爱又怜

女人是柔弱的，柔弱的女人随时随地都想躲在男人双臂撑起的空间下，就像男人随时随地都想去拼打天下一样。当女人躲无可躲之时，女人的背影成了一首哀丽凄美的小诗。

女人容易自卑	(63)
女人都爱慕虚荣	(66)
女人喜欢自恋	(69)
女人容易忧伤	(71)
为什么有些女人热衷算命	(73)
女人易于羞怯	(75)
女人常感到孤独	(78)
女人要克服“妇人心态”	(83)
女人更要大气	(86)
女人要学会抵制沮丧	(87)
女人要放弃过强的自我意识	(89)

百

味

女

人

第四篇 女人性——刚柔相济

女人是树汁，也是花粉；女人是根，也是果。女人以牺牲自我的爱心，达到不被击倒的目的。

要从嘴唇看女人性情	(95)
爱做梦的女人又很务实	(97)
女人喜欢胡思乱想	(98)

女人要善于理财	(99)
女人喜欢依赖男人	(101)
女人比男人更溺爱孩子	(103)
离异的女人备感孤独	(104)
女人离异后常常感觉无聊	(106)

第五篇 女人情——温柔似梦

恋爱中的女人似一朵含羞的玫瑰，眼波中
流动着脉脉的柔情，心湖上荡漾着幸福的涟
漪，如梦如幻，美妙如诗。女人的眉眼，女人
的心肠，是爱中最妩媚的部分。

“一见钟情”会酿出爱情苦酒	(111)
女人容易被初恋的火焰烧昏头	(113)
爱情不是过把瘾	(114)
浪漫与爱情无补	(116)
女人不要错过最佳结婚年龄	(119)
女人不要强求失去的感情	(121)
女人都向往浪漫	(122)
女人的情爱总难言	(123)
懂爱的女人不怕痛苦	(125)
女人要学会遗忘	(129)
幸福是一个过程	(130)
爱情要争不能让	(133)
结婚时要签好“婚姻契约书”	(134)
要给感情留点距离	(135)
爱情要保留一点“自私”	(136)
女人要留出一点闲暇给自己	(138)
爱能使女人焕发青春	(139)

第六篇 女人心——绽放如花

女人在婚姻中的爱是多种多样的，正如花园中的每一片花瓣都鲜艳夺目，没有两片会完全相同，白的皎洁，黄的灿烂，红的辉煌。而一切爱的基础都来自于无私和真实。

- 夫妻需要磨合 (143)
- 婚后的女人要注意保持形象 (145)
- 女人要给足男人面子 (146)
- 夫妻之间不宜“冷战” (147)
- 夫妻共患难易，同富贵难 (149)
- 别让男人感到你比他强 (151)
- 婚后的女人更要千方百计赢得丈夫的爱 (155)
- 女人要与丈夫站在同一起跑线上 (156)
- 女人要善于调整夫妻间的心理平衡 (158)
- 婚外情不是情感的最好补偿 (160)
- 再婚的女人更要慎重选择 (164)

第七篇 女人歌——如泣如诉

对女人而言，家庭在左边，事业则在右边。家庭与事业使穿枝拂叶的女人，踏着荆棘，不觉得痛苦，有泪可落，却不是悲凉。

- “问题领导”没什么不好 (169)

业务骨干不等于好领导	(170)
女性要学会成不骄，败不馁	(173)
工作“自由”可以选择	(176)
工作中的女人容易倦怠	(177)
女人可从休闲中放松自己	(180)
失控的情绪会影响你的前程	(182)
女人的“面子”会成为成功的障碍	(183)
女人也能不言败	(186)
危机更是女性展现能力的契机	(188)
女人要先从心理上解决成功的障碍	(189)
主动意识是女性成功的保证	(191)
女人首先要具备成功心理	(193)
运动可以缓解压力	(195)

第八篇 女人美——含香傲立

当狂野的风吹来，事业中的女人像青草般弯下腰去，当风儿终止，她们又象青草般挺起身躯。在凛冽的寒夜里，她们如一枝红梅悄然独立。

女人不成功的原因在自己	(199)
女强人更应该做好母亲	(201)
出色的女人更动人	(204)
女人总是处在家庭、事业的两难境遇中	(205)
职业女性常选择坚强	(206)
女人要卸掉不必要的负担	(209)
职业女性要善于解脱压力	(211)
奉献能使女人超越	(213)

第一篇

女人味——百转回肠



女人一生所犯的最大的错误，就是忘记了自己是女人。

——撒切尔夫人



第一篇

女人味——百转回肠



女人的魅力在于有女人味

在古代传统社会中，妇女的天职就是相夫教子做家务，整天“大门不出，二门不迈”，出嫁之前叫小姐，嫁人之后称少奶奶，讲究的是“三从四德”，最高标准就是做一个贤妻良母。那时候女人绝对不能参与男人的事情。

随着社会生产力的发展，伴随着工业化轰鸣的机器声，职业妇女诞生了。从此，女性开始了在家庭之外的另一番事业。于是，她拥有了两个领域：社会的与私人的；她有了双重角色：职业的与家庭的。但这两个领域和双重角色经常是相互抗拒的。

有些女人曾经以为她拥有了事业就有了一切，但最终她却总是发现，这不过是自己的一厢情愿而已。在现代社会中，一个职业女性不管她介入社会的程度如何，也不管她在事业上是如何成功，却依旧不能丢开女性的传统领地。否则，在他人眼中的女性的魅力会下降。所以，年轻一代的新女性正悄悄地向传统角色回归，而她们加以否定的正是上一代职业女性所珍视的。当然这种否定只是局部的和有条件的，因为没有哪一个年轻的知识女性愿意彻底放弃自己的职业生涯，只是她们不愿像上一代的职业女性那样过分片面地强调工作而忽略其他。

现代的女性讲究的是既具有一定的学识修养，能适应激烈的社会竞争；又要具备一定的情趣，能做一个温柔体贴的

百

bai

味

wei

女

nu

人

ren



第一篇

女人味——百转回肠



小女人。

一个女人应该从里到外方方面面都争取做得更优秀一些。一个现代化的女人的形象应该是博学多才、聪明机智、端庄秀丽、做事细心、善解人意、举止大方、谈吐文雅、礼貌周全。简单地归结为一点，就是女人要有女人味儿。

总之，身为一个现代女性，不仅要让自己在各方面都得到全面发展，还要让自己更富有女人味儿。当然也要具有女性的气质和风范。一个女人味儿十足的女人绝对会是一个魅力十足的女人。

百

bai

味

wei

女

nu

人

ren

新好女人不仅好而且精彩

新好女人首先是人格上独立的女人，这种独立以不再把男人当做生命中的第一寄托和依靠为前提。

新好女人必须有经济自主权，因为丧失了经济权就丧失了起码的人权，若人权都没了，再谈什么新好女人就成了空谈。

新好女人一定要具有高学历和一定的公关技巧。

新好女人不追求浓妆艳抹，但也绝不会素面朝天。既有漂亮的外表，又要有丰富的内涵。

新好女人有自己的事业，但新好女人绝不是张扬的女强人。

新好女人是时尚一族，但绝不会是盲目追赶潮流的媚俗一族。



第一篇

女人味——百转回肠



新好女人随意洒脱，但一定有平易近人的亲和力。

新好女人将自己定位准确，有高素质的心态和全新的价值观。

新好女人就是比好女人多了一点新意——不仅“好”，而且精彩的女人。

新好女人就是出得厅堂，入得厨房，更能畅游于商场的那种女人。

新好女人都是前卫女人，但前卫女人中只有极少一部分是新好女人。

新好女人是失恋后能在情人节那天自信地买一大束红玫瑰送给自己的女人。

新好女人是凭自己的双手和头脑规范思哲的那种女人。

新好女人是天真中见智慧，圆滑中见纯良的那种女人。新好女人是驻颜有术的女人，她们永葆美丽的秘诀是：用独立的经济权、独特的人格魅力把自己变成一棵开花的树。

新好女人是知性而又感性，泼辣而又温柔，精明而又迷糊的那种女人。

新好女人是那种因为“兴趣”将家里收拾得一尘不染，而非因为“贤惠”不得不这样做的女人。

百
bai
味
wei
女
nu
人
ren

女人长久的吸引力在于有内涵

漂亮的女人不见得就是被爱的天使，生活得美满幸福；不漂亮的女人也不一定就没有人疼爱追求，最关键之处在于



第一篇

女人味——百转回肠



女人的内涵及综合魅力。

漂亮美丽只是指容颜身材的协调好看，给人感官上的刺激，而魅力则是吸引人的一种力量。女人的漂亮固然让人喜爱，在多种场合吸引大家的注意力，较姿色平庸的女人更容易受到重视。但这种注意与风光却只是短暂的，只是男人们对女性的一种自然的欣赏，也只是一种暂时性的冲动。要让男人，甚至同性都喜欢自己，则要靠自身长久的魅力。要知道，红颜易老，再漂亮的女人也会有青春不再的时候，时间就是漂亮女人的天敌，而一旦培养出自己高贵的内在魅力，则会具有长时间的吸引力。

日本思想巨匠池田大作这样论述女人的魅力：女性们也许自古以来便注定了希望自己尽量美一些，至于为什么要美，为谁而美，却是从来不曾考虑过的。如果硬要找理由的话，倒不如说是为了自己，为了顾镜自盼时自尊心能得到满足吧。若是为了他人，我想与其精心修饰外表，倒不如在净化心灵、丰富感情和知识方面多下点功夫，后者效果要好得多。这是因为：不管是恋人、丈夫还是朋友，他们如果在你身上感到一种新的魅力，那并不仅仅是因为你外观的美，更是因为你那发自内心的良好人品以及知识与感情的跃动而引起的。

无论怎样美，如果这种美仅限于表面，就很快会使人厌倦。心灵美才是真正的美。

有人说过：“女性的美随着年岁的增长而愈见其光彩。”这句话具有深刻的含义。一般人认为所谓美人，总与年轻有着不可分割的联系。不管什么样的女人，一上了年纪，通常就不会被看做美人了。其实，所谓女性美，理应是十岁有十岁的美，三十岁有三十岁的美，五十岁有五十岁的美。正因



第一篇

女人味——百转回肠



为人们用二十岁的美去要求五十岁的女性，所以一上了年纪便觉得变丑了。如果各种年岁的人都有与之相应的美的标准，那些随着年龄增长而愈发放出内在美的光彩的人，就应算是真正的美人了。懂得并充分发挥这种与自己年岁相称的美，不正是女性打扮时应注意的要点吗？

所谓“色心连持”，“色”是指肉体，“心”是指各人内心的精神世界，这两者既分又合。可以毫不夸张地说，对美的追求先于对自己的彻知。

刚柔相济的女人最动人

其实我们每个人都同时拥有男性化与女性化的个性，这也是了解别人个性的基本原则。东方人的阴阳观念就是个好例子，由相对的两性合成一个互补的整体。西方心理学家荣格也用“男人中的女人”与“女人中的男人”的观念，说明每个人都是男女两性的混合体。

近年来男子气概与女性化观念受到很大的冲击，而且理由相当充分。后天强加给男女角色行为的种种限制，确实会对男女造成伤害。女人不能够太能干太刚强，男人不应该太软弱太温和，这种要求不但无法使我们感到自在，反而倍觉约束。不论男女，心底深处都盼望超越传统所认可的虚假形象，因为这些不合本性的行为准则就像是紧身衣，束缚了每个人可贵的潜能，使我们有志难伸。任何人——不管是男是女——都有表现自己个性的欲望，谁也不愿意被抹煞被压





第一篇

女人味——百转回肠



抑。

依我们的经验，能与男人建立最理想而亲密关系的女人，往往也是最懂得表现个性中男女双重特质的女人，她们既和蔼可亲、教养良好、性感十足，又精明能干、充满自信。

有一部分女性至今还认为男人最欣赏外表性感、卖弄风骚或惟命是从的女人，其实这种观念大错特错。固然性感风骚可以迷惑男人于一时，却难以持久，男女关系必须靠更有力的东西来维系。

一个女人最能够吸引男人的地方，就是真正的刚柔相济，不偏废任何一方。以前女人深怕表现得太强而使男人有威胁感，现在女性终于明白表现一个女人并非弱者又有何妨。

就在女性突破藩篱，无拘无束表现自我的同时，她们也发现了自己母性的一面。表现刚强并不表示放弃温柔，这些不同的特性可以并存，而且最能抓住男人心又能维持长久关系的正是能够兼容并蓄的女人。

温柔是女人的本色

“铁娘子”撒切尔夫人说过这样一句话：“女人一生所犯的最大的错误，就是忘记了自己是女人。”

一位哲人说过：“世界上最美的景色莫过于少女脸上的娇羞。”有一位记者曾对一所大学的青年教师和研究生做过