

让女人幸福一生的九步规划 修炼完美女人

决定女人 命运的 九步规划



Jueding  Niren
MingyunDeJiou buGuihua

让幸福
永续的
9
大规划

张关敏 · 编著

以现代女性的目光，审视现实生活的成功规则，以女性独有的敏感，觉悟、情感、智慧来规划、完美自己的人生。做一个会爱自己的女人，做一个能够掌握自己命运的女人。

内蒙古人民出版社

让女人幸福一生的九步规划 修炼完美女人

决定女人 命运的 九步规划



Jueding  Nüren
MingyunDeJioubuGuihua

让幸福
永续的
大规划

9

张关敏·编著

以现代女性的目光，审视现实生活的成功规则，以女性独有的敏感，觉悟、情感、智慧来规划、完美自己的人生。做一个会爱自己的女人，做一个能够掌握自己命运的女人。

内蒙古人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

决定女人命运的九步规划/张关敏编著. —呼和浩特:
内蒙古人民出版社, 2008. 12
ISBN 978-7-204-09966-5
I. 决… II. 张… III. 女性-人生哲学-通俗读物
IV. B821-49
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 201494 号

决定女人命运的九步规划

编 著 张关敏
责任编辑 王继雄
封面设计 宋双成
出版发行 内蒙古人民出版社
地 址 呼和浩特市新城区新华大街祥泰大厦
印 刷 内蒙古地矿印刷厂
开 本 720×1000 1/16
印 张 16
字 数 250 千
版 次 2009 年 1 月第 1 版
印 次 2009 年 2 月第 1 次印刷
印 数 1—5000 册
书 号 ISBN 978-7-204-09966-5/G·2831
定 价 28.00 元

如出现印装质量问题,请与我社联系。联系电话:(0471)4971562 4971659

目录

第一章 心态

1. 正视自己的不足 (2)
2. 学会欣赏自己 (4)
3. 学会自我调整 (7)
4. 信心让你成功 (9)
5. 做自己的主人 (12)
6. 让自卑离你而去 (14)
7. 合理地对待你的妒嫉 (17)
8. 拥有幸福的 10 个秘诀 (19)
9. 十大妙方让害羞远离你 (21)
10. 笑容是征服世界的锐器 (23)
11. 该出手时就出手 (25)
12. 让自己充满乐观 (27)
13. 快乐女人的心理处方 (30)

第二章 魅力

1. 展现你的神韵之美 (34)
2. 绽放你魅力的花朵 (36)
3. 保持独特的自我风格 (38)
4. 迷人的声音让你更迷人 (40)
5. 用眼神帮你说话 (42)
6. 四种不同味道的女人 (44)
7. 新式美女的 12 种标准 (46)
8. 充满风情使你更成熟 (48)

9. 让衣装流露出你的气韵	(50)
10. 八大妙方让你充满女人味	(52)
11. 独领风骚的魅力	(53)
12. 朦胧的羞涩魅力	(57)
13. 十种魅力女人	(58)
14. 每天都让你与众不同	(60)

第三章 情感

1. 擦亮眼睛,寻找真爱	(64)
2. 做爱情的主人	(65)
3. 聪明女人的爱情	(68)
4. 爱贵在追求而不在探险	(70)
5. 要警惕三种温柔的陷阱	(71)
6. 破译男人是否忠诚的缠绵情话	(74)
7. 做“他”主人的秘诀	(76)
8. 性爱是爱情的催化剂	(78)
9. 破解爱的密码	(79)
10. 让自己的男人围你而转	(82)
11. 辨清婚姻的代价	(85)
12. 巧妙处理新婚危机	(87)
13. 读懂自己的丈夫	(89)
14. 夫妇贵在相处	(91)

1. 人际关系是成功的天然实力	(94)
2. 刚柔相济的交际更具魅力	(95)
3. 让你的人脉之花永不凋零	(97)
4. 心态是成功交际的关键	(99)

5. 聪明女人幽默交际	(101)
6. 让别人欣赏你	(103)
7. 攻破陌生朋友的秘密	(104)
8. 白领丽人人际关系之九忌	(106)
9. 八个“不”字让你的社交如鱼得水	(108)
10. 懂得赞美别人	(110)
11. 营造自己的交际圈	(112)
12. 说服他人的艺术	(114)
13. 向平庸之人走近	(116)
14. 有竞争力的人脉来自何处	(117)

第五章 学习

1. 知识女性的快乐攻略	(122)
2. 高处才胜寒	(123)
3. 智慧和知识是孪生姐妹	(124)
4. 有内涵,才能青春长驻	(125)
5. 与时俱进	(126)
6. 当代女性的学习理念	(128)
7. 让你成功的8大行业	(129)
8. 聪明女人的漂亮从何而来	(131)
9. 才女的魅力	(132)
10. 创新让你走近成功	(135)
11. 博览群书铸人生	(136)

第六章 职业

1. 自我认识是初步职场的法宝	(140)
2. 学会让别人欣赏你	(141)
3. 让你职场脱颖而出的黄金定律	(143)

4. 细节决定成败	(145)
5. 魅力使你在职场中笑到最后	(147)
6. 学会“炒作”自己	(149)
7. 职业发展中常见的十大障碍	(152)
8. 一定要“跳”出升来	(154)
9. 敢于冒险才能挑战竞争	(156)
10. 最受欢迎的办公礼仪	(159)
11. 六大法宝让你的事业如鱼得水	(161)
12. 求职事项	(164)
13. 让性格帮你择业	(165)
14. 把握机会的十大攻略	(168)

第七章 理财

1. 将期望转化为黄金	(172)
2. 疯狂的新式消费倾向	(174)
3. 走出理财误区,迈向成功之道	(175)
4. 合理开支,科学理财	(177)
5. 致富路上必闯的“三关”	(178)
6. 合理消费是成功理财的保证	(181)
7. 使你的理财充满魄力	(182)
8. 走向千万富婆	(183)
9. 理财也要创新	(184)
10. 理财妙法	(185)
11. 使你锦上添花的商业忠告	(187)
12. 工作的真谛不是赚钱而是完美自己	(188)
13. 创造职场财富	(190)
14. 多元化的理财策略	(191)

第八章 处世

1. 温柔让你的处世更具魅力 (194)
2. 处世的关键在于体贴 (195)
3. 友谊促进成功 (196)
4. 如何靠近名人 (198)
5. 从失败中自我调整 (200)
6. 远离是非之地 (203)
7. 学会拒绝别人的艺术 (205)
8. 摆脱男性纠缠的十大秘诀 (207)
9. 化解矛盾的4大策略 (209)
10. 巧妙地运用你的“女色”资本 (211)

第九章 健康

1. 健康是成功的保障 (216)
2. 好心态取决于好仪表 (217)
3. 休息也需要艺术 (220)
4. 正确对待工作压力 (221)
5. 战胜各种焦虑情绪 (222)
6. 良好的习惯是健康的前提 (224)
7. 美体贵在锻炼 (225)
8. 让自己坚强起来 (227)
9. 常见的健康误区 (228)
10. 更具活力的新式生活细节 (232)
11. 常规健身项目 (234)
12. 培养合理饮食的健康习惯 (239)
13. 迷人的魔鬼身材是“减”出来的 (241)
14. 评价心理健康的七条原则 (243)

第一章

心 态

1.正视自己的不足

请看一则寓言故事：

森林中，动物在举办一年一度的比“大”比赛。老牛走上台，动物们高呼：“大”。大象登场表演，动物也欢呼：“真大”。这时，台下角落里的一只青蛙气坏了，难道我不大吗？它一下子跳上一块巨石，拼命鼓起肚皮，同时神采飞扬地高声问道：“我大吗？”

“不大。”台下列来的是一片嘲讽的笑声。

青蛙不服气，继续鼓着肚皮。随着“嘭”的一声，肚皮鼓破了。可怜的青蛙，到死也还不知道它到底有多大。

有一位登山队员，一次他有幸参加了攀登珠穆朗玛峰的活动，到了7800米的高度，他体力支持不住，停了下来。当他讲起这段经历时，我们都替他惋惜，为什么不再坚持一下呢？再往上攀一点高度，再咬紧一下牙关，爬到顶峰呢？“不，我最清楚，7800米的海拔是我登山生涯的最高点，我一点也不为此感到遗憾。”他说。

青蛙不了解自己，受到了命运的惩罚；登山队员了解自己，所以他安然无恙。了解自己，这是一种明智，是一种美好的境界。

现代人都有一种通病，那就是不了解自己。我们往往在还没有衡量清楚自己的能力、兴趣、经验之前，便一头栽进一个过高的目标——这个目标是比较得来的，而不是了解自己之后定出来的，所以每天要受尽辛苦和疲惫的折磨。

人如果在生活中总是与别人比较，总是希望获得他人的掌声和赞美，博取别人的羡慕，那么，他就慢慢地迷失自己，否定自己。一个人成天乞讨获得别人的掌声，他的生活必然是空虚的。久而久之，他的生活就变成了负担和苦闷，而不是充实和享受。所以，人贵在了解自己，根据自己能力去做人做事，那才有真正的喜悦。人彼此都不相同，有的人聪明，有的人平庸；有的人强壮，有的人羸弱；每个人的性格、能力、经验也各不相同。我们只有依照自

己的潜能去发展,那才有真正的快乐。

你了解自己吗?你了解自己的长处吗?你了解自己的短处吗?

做人,需要了解自我之“短”。知其不足而后改之,乃是一种公认的美德。但是,常有一些人,做人或则只知其长,不知其短;或则虽知其短,但却自谅,而不知其短之害;或则视“短”为“长”,甚至孤芳自赏。项羽力能扛鼎,才气过人,少有大志。他的叔父项梁要他读书,不成,又学剑术,不成,遭到叔父怒斥,项羽说:“书足以记名姓而已,剑,一人敌,不足学,学万人敌。”意谓自己将来要指挥千军万马,驰骋疆场,名垂竹帛,不学书剑又何妨。项羽不知其短,常有可谅,而不知其短之害,甚至视“短”为“长”则是一个大错误!这也正是他后来虽有雄心,而无雄才,终至事败的重要原因之一。

做人了解自己的短处不容易,了解自己的长处也很难。虽然有不少人自恃其长,炫耀于众,但也确有不少人不知其长,只知其短,有的甚至因其短而对自己全盘否定,悲观失望。一代武侠小说大师金庸先生写的《射雕英雄传》中说,二次华山论剑,西毒欧阳锋气血逆行,武术倒练,结果两手着地,成为战无不胜的武林邪士。然而,欧阳锋武功虽强,神志却不甚清醒,根本不知己长。刚好黄蓉抓住这点,开口便问:“谁说你是天下第一?有一个人你就打不过。”欧阳锋大怒,连问是谁?黄蓉道:“他名叫欧阳锋。”欧阳锋不觉迟疑,不禁又问,黄蓉又说:“不错,你武功虽好,却打不过欧阳锋。”欧阳锋心中愈是糊涂,只觉“欧阳锋”这名字好熟,定是自己最亲近的人,可是自己是谁呢?黄蓉冷笑道:“你就是你,你自己却不知道,怎来问我?”欧阳锋心中一寒,便神魂颠倒,狼狈而去。此节描写虽近乎离奇,但也说明一个问题,即:一个不知己之所长的人,也等于不认识他自己,更不能发挥其长,甚至视“长”为“短”,落得个狼狈而去的结局。

你所表现的行为,都和你对自己的了解有关系。如果你认为自己有表演的才能,你就会找机会在人前显露一下;如果你觉得自己没有领导的才干,你就会乐于接受别人的指挥。对自己的了解越明确,你所表现的行为将越适合其本身的情况;你的表现也会越自然,越能给予旁人一个正确的印象。同时旁人根据那些印象来与你交往时,将不致引起什么困难。就你自己来说,对本身有一个明确了解时,你等于也有了一个做人的准绳;在不同的情况之下,你还能表现颇为一致的姿态与行为模式,别人也知道该怎样和你来维持适当的关系。



2.学会欣赏自己

如果我们自己对自己都没有好的评价,还能期望别人对我们有好的评价吗?别人对自己的评价会通过言行举止泄露给与他交往的人,从而形成别人对你评价的基础。所以,要让别人喜欢你、信任你,你必须首先自己肯定自己,自己喜欢自己,自己信任自己。

有一对孪生姐妹,姐姐特别漂亮,妹妹则长相一般,从小,家里人和邻居亲友都特别宠爱姐姐,夸赞姐姐长得像电影明星,而忽视了妹妹。久而久之,妹妹产生了自卑心理,每天早晨一照镜子,就厌烦自己的长相,并因此觉得自己什么都不好,羞于到外面去和别人交往。而别人从她的这些行为中觉得她是一个孤僻古怪的女孩,不善言谈,没有少女应有的青春气息,也愈加地漠视她。

后来,姐妹俩都考上大学,在不同的城市读书。妹妹在一个新的环境里,结识了许多新的同龄人,由于没有姐姐漂亮对她造成的暗示作用,妹妹变得较为开朗,和同学们都很谈得来。在交谈中,同学们发现她知识特别丰富,而且分析问题、处理问题的能力也很强,都很喜欢她,乐于和她交往。而妹妹也不再只注意自己不如姐姐长得漂亮这一点,逐渐发现了自己的许多优点,变得较为自信。

假期回家后,妹妹不再躲在自己的小屋里,而是饶有兴趣地向大家讲述学校里的趣事,结果,大家都夸她很有见识,能说会道,还很幽默。以后再有亲友来访,都主动询问妹妹在不在家,并邀请妹妹去他们家做客。姐姐惊奇地说妹妹像换了一个人似的,不仅性格大变,而且比以前漂亮了。

为什么同样一个人,前后会相差那么大呢?是她真的变漂亮了吗?当然不是,众人对她从漠视到喜爱、关切,主要是因为她对自己前后不同的心理暗示,影响了她的行为和别人对她的看法。亲友们从她的身上,发现的是自信、快乐、热情和乐于与人交往的信号,而不是以前的自卑、忧郁、拒绝交际的信号,因此,乐于与她交往,并开始喜欢她。

肯定自己,喜爱自己,这是社交成功的基础。

喜欢你自己,因为你是自然界最伟大的奇迹,你是独一无二的。你有许多缺点,这是每个人都会有的;你有许多优点,这些优点不是每个人都会有的,而且,你是独一无二的,你的心是独一无二的,你拥有这个世界上独一无二的智慧、独一无二的言行举止。你不漂亮,但你灵巧的双手可以编织出最漂亮的饰物。你没有考第一,但你可以把王子与公主的故事讲得栩栩如生、如泣如诉。你不健谈,但你温柔的笑容可以给人最强有力的支持和最温暖的安慰。你确实是一个很特别的人,值得自己珍惜,足够赢得朋友的友情和尊重。

千万不要把你的优点埋藏在不为人知的地方。你不漂亮,但有嘹亮的歌喉,那就大大方方地在元旦晚会上放歌一曲,你会觉得自己很棒的。你是一个因为可爱而美丽的女孩,虽然班花吉娜比你漂亮,但她没有你的美妙歌声,也没有你博学多识。所以,你喜欢的帅哥大卫也会喜欢你的,这不是什么不可能的事情,你可以试着向他表白,这样,至少他还会发现你是一个勇敢热情的女孩。

人们有权利按照我们看待自己的眼光来评价我们。一旦我们走出房门,人们就会从我们的脸上、从我们的眼神中去判断,我们到底赋予了自己多高的价值。很多人都相信,一个走上社会的人对自己价值的判断,应该比别人的判断要更准确,更真实。

有一个寿险业务员,每天戴着一只8克拉的钻戒,那是他与客户洽谈、招揽业务时的幸运符。他的业绩是全公司最好的。

有一次,他把钻石送回珠宝公司重新镶过,需要几天的时间才能取回。这一段时间里,他比平时更卖力工作,却徒劳无功。他说,只要他开始向客户介绍产品,他就会不自觉地看到光秃秃的手指,内心似乎有一个声音在说:“他不会签,他不会签。”

结果,他一张保单也签不成。而等他一拿回钻戒,当天约了6个客户,就签了6张保单!

真的是钻戒起了作用吗?不是,但也是。钻戒不是神奇的幸运符,却给了他积极的心理暗示,增加了别人对他的信心,从而提高了签单的成功率。

人之所以会对某件事采取行动,源于心中对某件事寄予一定的希望,而这种希望,会在他的心理上造成一种可行的态势,也会激发并引导他产生具

体的行动,让其获得成功的事实暗示,对别人心理造成影响,增加成功的可能性。

如果你认定自己毫无魅力可言,你的表情会失去应有的光彩,你的言行会缺乏热情给予的生动,你的社交又怎能成功?反之,如果你认为自己魅力十足、人见人爱,你的眼睛会闪烁出迷人的光彩,行动更加优雅,语言更加富有感染力,而这一切,会感染你身边的每一个人,让他们被你的魅力所迷惑,会让你像社交明星一样光彩照人。

可是你就是觉得自己不如人,认定自己是四处碰壁的丑小鸭,那又该怎么办呢?

说服自己!

(1)寻找自己的优点,不要疏忽任何一点,即使你认为它微不足道,不值一提。从你以前的成功经验里寻找。你从小自卑,不善于和人交往,可是家里的小猫小狗最喜欢你,因为你给它们喂食喂水,清洁卫生,这就说明你很善良,很有爱心,乐于照顾别人,而且做得不赖,还说明你很细心……细心地想一想,你会发现自己的优点不止一箩筐呢,你会发现自己简直是一个可爱的天使,如果是这样,你还不爱自己吗?

(2)了解自己的缺点,注意改正。你说话声音低哑、不清晰,那么找找原因。如果可以纠正,那就尽量纠正,也许需要经过长期的发音训练,但产生功效的那一天终会到来的,为了那一天,吃点苦又算什么。如果是生理原因,也大可不必烦恼,有许多东西可以替代声音的:和朋友相遇时一个真诚的微笑,足以胜过千言万语的问候;一封文笔优美、情真意切的情书,也足以打动你暗恋对象的心;好友聚会,大家侃侃而谈,你享受那一份倾听的愉悦,并且适时送上一杯浓浓的热茶,你虽沉默却不会被忽视。

(3)每天的自我提示法。每天一睁开眼睛,就告诉自己:“我是一个魅力十足、人见人爱的社交明星,所有的人都会喜欢我,我很温柔,我很慷慨,朋友们都信任我……我有缺点,但我会努力改正,我今天会是公司最受欢迎的人,今晚的同学聚会中我也会是最有人缘的一个,今天一切都很好,我对自己十分满意……”

记住了,对自己十分满意,然后,你就可以开始美好的一天了。



3.学会自我调整

康倪氏是一个很不幸的女人,由于命运的安排,她几乎遭遇了一个女人可能遭遇的一切不幸。18岁那年,她嫁给了邻村跑生意的阿旺,可婚后不久,在一次长途货运时,阿旺便如同泥牛入海,再也没有了音讯,村邻们纷纷猜测:有人说他死在了土匪的枪下,有人说他被抓到前线打仗去了,还有人说他可能是病死他乡了,或是让有钱人家招赘为养老女婿……而在当时,她已经怀了身孕。

丈夫不见踪影几年以后,村里人都劝她改嫁,没有了男人,孩子又小,这寡守到什么时候是个头?她没有走。她说,丈夫生死不明,也许在很远的地方做了大生意,没准哪一天发了大财就回来了。她被这个念头支撑着,带着儿子顽强地生活着。她甚至把家里整理得更加井井有条。她想,假如丈夫发了大财回来,不能让他觉得家里这么窝囊寒碜。

这样过去了十几年,在她的儿子17岁的那一年,一支部队从村里经过,她的儿子跟部队走了。儿子说,他到外面去寻找父亲。

不料儿子走后又是音信全无。有人告诉她说儿子在一次战役中战死了,她不信,一个大活人怎么能说死就死呢?她甚至想,儿子不但没有死,而且做了军官,等打完仗,天下太平了,就会衣锦还乡。她还想,也许儿子已经娶了媳妇,给她生了孙子,回来的时候是一家子人了。

尽管儿子依然杳无音信,但这个想象给了她无穷的希望。她是一个小脚女人,不能下田种地,她就做绣花线的小生意,勤奋地奔走四乡,积累钱财。她告诉人们,她要挣些钱把房子翻盖了,等丈夫和儿子回来的时候住。

有一年她得了大病,医生已经判了她死刑,但她最后竟奇迹般地活了过来,她说,她还不能就这样死了,儿子回到哪里找家呢?康倪氏一直健康地生活着,直到满百岁那年,她还在家里做着绣花线的生意。她天天算着,她的儿子生了孙子,她的孙子也该生孩子了。而想着这一切的时候,她那布满皱纹的核桃壳一样的脸上,总会变成绣花一样绚烂多彩的花朵。



康倪氏一生的不幸,我们无法用语言评述,然而一直处于不幸遭遇中的她,却用别人无法想象的“快乐思维”,使自己不但顽强地生存了下来,而且到了百岁的时候还是那样健康,那样的美丽。可以说,这全都是心灵作用的结果。

一位职业妇女。她因为自己的鼻子有些缺陷,所以她对于喜欢的异性,一直无法表达出真正的感觉。

有一天她下定决心,决定去做整容手术。从此她一扫过去灰暗的形象,变得开朗,并且还经常受到男士们的瞩目,终于她找到了理想的对象并且结了婚。

婚后她告诉先生她曾去动过整容手术,可是令人感到惊讶的是,她的先生根本就没有把她的鼻子当过一回事,于是她就追问,为什么在她动过手术之后他才来和她交往呢?而她所得到的答案是,因为她变开朗了,所以就让人感到容易亲近。

在这个例子当中,女主角一直认为自己交不到男朋友是因为鼻子的关系,然而事实上别人根本就没有注意到她鼻子的缺陷。

如果你对自己有所谓的心理障碍,其实就像这位女主角一样,一切都想得太多了。因为你自以为是问题的地方,对别人而言可能根本就不是问题。

所以,为一些无谓的心理障碍伤脑筋是很划不来的。也许你应该积极地表现自己健康开朗的一面,这才是对的。这里要劝那些与人交往采取消极态度的女人,尽可能地赶快改变她们的处事态度。

也许你会觉得要改变自己的性格并不是那么简单。这时候你不妨从模仿你所羡慕的人开始,例如前面所讲的那个康倪氏,也就是以套公式的方法来改变自己的性格。

当然套公式只不过是一个开始而已,最终目的还是要你打破那个框框,走出属于自己的风格来。如果你能够做到这一点,那就太好了。那些在工作上表现得相当杰出的上班族,其实有一大半都是这类型的人。她们很容易就会找出一种方式或一种理由,来化解心中的迷雾和不快乐情绪。就像除夕之夜时,家里的小孩因一时疏忽而打碎了一只盘子或碗,这原本不是什么大事。可做母亲在处理这类事情时却大不相同,有些母亲会认为这样很不吉利,于是大光其火,打了孩子,结果一家人也过了一个赌气年;而聪明的母亲却会立马笑着说:“哇,好呀,这叫碎(岁)碎(岁)平安,说明今年很吉利呢!”结果大

家当然都变得更加开心了。



4.信心让你成功

有时候,你可能会听到这样的话:“总是像阿里巴巴那样喊:‘芝麻,开门!’就想把山真的移开,那是根本不可能的。”说这话的人把“信心”和“希望”等同起来了。是的,你无法用“希望”来移动一座山,也无法靠“希望”实现你的目标。但是,只要有信心,你就能移动一座山。只要相信你能成功,你就会赢得成功。关于信心的威力,并没有什么神奇或神秘可言。信心起作用的过程是这样的:相信“我确实能做”的态度,产生了能力、技巧与精力这些必备条件,每当你相信“我能做到”时,自然就会想出“如何做”的方法。

信心是成功的秘诀。拿破仑·希尔曾经说过:“我成功,是因为我志在成功。”如果没有这个目标,拿破仑·希尔必定没有毅然地决心与信心,当然成功也就与他无缘。

当然,信心毕竟只是一种自我激励的精神力量,若离开了自己所具有的条件,信心也就失去了依托,难以使希望成为现实。大凡想有所作为的人,都须脚踏实地,从自己的脚下踏出一条远行的路来。

信心对于立志成功者具有重要意义,成功者大都有“碰壁”的经历,但坚定的信心使他们能通过薄弱环节,搜寻到隐藏着的“门”或通过总结教训而更有效地谋取成功。有人说:成功的欲望是创造和拥有财富的源泉。人一旦拥有了这一欲望并经由自我暗示和潜意识的激发后形成一种信心,这种信心便会转化为一种“积极的感情”。它能够激发潜意识,释放出无穷的热情、精力和智慧,进而帮助其获得巨大的财富与事业上的成就。所以,有人把信心比喻为“一个人心理建筑的工程师。”

在每一个成功者的背后,都有一股巨大的力量——信心在支持和推动着他们不断向自己的目标奋进。

拿破仑·希尔曾说:“有方向感的信心,可令我们每一个意念都充满力量。当你有强大的自信心去推动你的成功车轮,你就可平步青云,无止境地