

The Superiority of Woman



女人的优势

将你潜在的优势与资本转化成现实的财富和幸福



地震出版社

The Superiority of Woman



女人的优势

将你的优势转化成财富和幸福

The Superiority of Woman

沭河·编著

地震出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

女人的优势 / 洳河编著. —北京: 地震出版社, 2002.5

ISBN 7-5028-2061-2

I. 女… II. 洳… III. 女性—修养 IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 027312 号

女人的优势

洳 河 / 编著

责任编辑: 张友联

出版发行: 地震出版社

北京民族学院南路 9 号 邮编: 100081

发行部: 68423031 68467993 传真: 68423031

门市部: 68467991 传真: 68467972

总编室: 68462709 68423029 传真: 68467972

E-mail: seis@ht.rol.cn.net

经销: 全国各地新华书店

印刷: 北京市顺义康华福利印刷厂

版 (印) 次: 2002 年 5 月第一版 2002 年 5 月第一次印刷

开本: 850×1168 1/32

字数: 260 千字

印张: 10.5

印数: 00001~10000

书号: ISBN 7-5028-2061-2/Z·126 (2616)

定价: 20.00 元

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

序

人是世上万物之灵。

人通过自身的智慧，客观地认识着世界，并试图将世界变得更加美好。

人，从简单的意义上说，只分作两种，那就是男人和女人，年龄最大的男人叫亚当，年龄最长的女人是夏娃！

有个伟人說婦女能頂半边天；有个聪明的作家说男人的一半是女人。

我的数学成绩历来不好，掐着指头算上半天，恍惚觉得女人竟在不知不觉中占了四分之三的空间？

每个人都是母亲生的，所有的女性都值得赞美和歌颂！

女性的自信与坚强，女性的美与温柔，女性的个性与品味，女性的职场拼杀与理财天分，女性的交际本领与领导才能……，无一不是美和魅力的彰显，而且理应得到更深的发掘和更细腻的发挥！

其实，在当今的世界，唱主角的依然是男性，女性犹如一座深藏的宝藏，远远没有被发掘出来，也远远没有占到我掐着手指算的四分之三！

全社会都来关心女性固然是重要的，女性自身的综合修炼更是必要的。

这也正是写作本书的目的。如果女性朋友在闲暇时能从本书中得到一些抛砖引玉的收益，将是作者的万幸！希望如此。

女性是财富，女性是魅力，女性是美的化身，女性是永远写不完的诗篇！

沁河

2002年2月

目 录

第一章 温柔的自信 女人撼人心魄的魅力 1

女性，你什么都可以没有，只要肩头扛着甜甜的自信。

一、温柔的自信，成功女人的爱侣 2

自信，对成功女人而言，有时比男人更重要。早晨起床，自信的女人便有一张小荷初绽般迷人的脸，一抹如旭日般明亮的心。自信的女人是甜甜的女人，两个酒窝里始终盛满着笑意。自信的女人是温柔的女人，一双眸子里涌动的是比温泉还醉人的脉脉柔情。自信的女人是男人梦中最深的怀想。

二、缺乏自信的女人：消极失望看世界 4

一个女人面对失败和挫折所持的心态如何，将决定她一生的命运好坏，而心态的好坏则由人的自信心强弱来决定。积极的心态创造壮丽绚烂的人生，是事业成功的起点，是生命中的阳光和雨露；消极的心态是失败的源泉，是懒惰和颓废的温床。

三、甘当为成功喝彩的观众 7

女人 = 弱者? “女人做事是不易,但我要说,真正妨碍女性发展的正是女性自身。”正是女性朋友缺乏这种“强人”意识,也就很快与弱者为伍了。

四、影响女性成功的五个误区 10

男女对于成就感的需求各不相同,男性追求成就的动力是“我是最优秀的”野心,女人的最大的满足却是“社会的接纳”,而一些漂亮的女子往往认为自己天生丽质,已有了被社会接纳的足够资本,只需用眼去挑选就可以了。

五、女性成功的 10 个心理要素 12

在心中不断重复:“我想要——我能!”并坚持养成习惯。

六、成功女性的 10 种心理素质 14

她们从不找借口,不怪别人,不怨命运,不为往事彷徨。

她们快乐如天使,并使周围的人受到感染。

七、成功女性的 10 种心理调整 16

回报有如回声,每天清晨对着镜子里那个活力充沛的她,高声说:“我很好,我很好,我越来越好!”

女人的力量也如大海,因汇集百川而强大。

八、梁凤仪:爱情和事业双赢的自信女性 23

梁凤仪说:“女人最懦弱的时刻,永远是面对真情之际。因为只有在这时,坚定的意志才会面临最大的挑战,她才会力不从心地愿意屈

服，准备投降。”

第二章 情感直击 做个高情商的女人 29

男人把烦恼搁在心口堵着，让它在酒中、烟中闹腾。女人才不那么傻呢，她们会用针扎气球似把它释放掉，不会为它瞎耽误功夫。

一、女人，勇敢地打开禁锢情感的孤独之门 30

内心世界大门的紧闭，不但阻断了情感的交流，也将友谊冷落在门外。彼此戒备的心态令人窒息，许多女性觉得，自己正被汹涌而来的孤独吞没。于是，她们大声惊呼：“这个世界怎么啦？”

二、女人对沮丧说不 32

沮丧似乎是司空见惯的现象，但如果长年沉溺在沮丧之中不能自拔，却又习惯把责任一股脑全推给别人的话，那么这样的女人便让人不敢恭维了。面子人人都要的，尤其是女人，有时看得比生命还要重要。

三、女人不应只是藤 35

说来令人难以置信，一个伟大的男人曾说妇女能顶半边天，而在一些女人心中，男人依然是她可依可攀的树。

一旦身边没有男人，便无精打采；一旦话题离开男人，就觉得索然无味；一旦离开了男人，就找不着北。如此，倒让男人先得了意。

四、造成女人低情商的10种障碍 38

工作情绪化，是较低情商女人的通病。等你

心情好的时候，成功的机遇已被别人捷足先登。

忧愁哀怨、挫折失败是低情商女人的老朋友。这些“老朋友”成了她们一脉延续的话题。丧气话像座牢笼，把她们束缚其中，从此，阴沉的脸难见笑容。

五、高情商女人这样赢取成功 46

对于成功，干起来才是硬道理。成功是一个缓慢的积累过程。

成功女人之所以成功，是因为她们积极地与著名的成功者相比较，把他们当成楷模，在别人说她不具备条件时，也决不放弃希望和努力，相信只有行动才能把人生引向成功，即使有点灰心，也决不后退。

高情商女人可能并不是人群中最聪明的，但都是热忱满腔、意志顽强的人。对成功而言，不一定要有很高的智商，情商相对更重要。

六、情商测试 51

七、另创辉煌的王思懿 54

用笑脸迎接厄运，用勇气战胜不幸，她就是王思懿。

她的演艺事业蒸蒸日上，在于她能勇于直视失败，从不丧气、灰心，以积极开朗的情绪去另创辉煌。

第三章 个性——女性坚守的财富 57

女性的至美：一方面吸纳各种精华；另一方面保持良好个性。美国思想家、作家爱默生在

《论艺术》中说：“尽管我们走遍全世界去找美，我们也必须随身带着美，否则就找不到美。”谁能说个性不是一种美。

一、成功的女性坚信：我是独一无二的 58

坚守自己的个性，在女性这座百花园中，你同样是朵奇葩！

二、做个“精致”女人 60

“精致”的极致是精致中不露痕迹，点到为止，自然如出水小荷。“精致”女人的修养，来源于由内而外散发的文化气质。

做一个“不锈”的女人成了女人心底最渴望的秘密。其实“不锈”并非想象的那么难，精致就是一个最好的妙方，它本质的含义是：拥有一种雅致的生活情趣，丰厚的文化修养和对是非那种风轻云淡的坦然心境。

三、10种女人个性的完善 63

世界是多姿多彩的，作为万物之灵的人的个性也是如此。

全面地了解自己的个性，并把握和完善它，个性也会成为女性成功的财富。女人的个性就像七彩的服装一样，闪耀着缤纷的风采。

四、你对自己的个性熟悉吗 68

美国人卡耐基说：“在事业成功的各因素中，个性的重要性远胜过优秀的智力。”

五、重塑成功女性个性的十要素 71

成功女性个性的养成，虽然它的天性成分十分重要，但后天的诸多心理作用，身体状况、

知识学历、经验社交、行为爱好、口才交流等同样起到不可忽视的作用，它们如同事物的内外因，起互相制约和转化的作用，女性朋友如果利用得当，会收到事半功倍的奇效，使它们与你的个性人格“相映成趣”，相得益彰。

六、诠释“性格决定命运”的王妃戴安娜 76

她不是合格的王妃，而是人民的偶像。叛逆的个性，决定了她的人生之旅。

第四章 女人的品味 无穷的魅力 85

女人的品味，如百花园中的鲜花，有的浓郁强烈，有的清幽淡雅，关键不在于你属于哪种香型，而在于……

一、深谙羞涩的女人最有品味 86

含蓄羞涩的美有时比张扬直露的美更具魅力。一触即合的含羞草更能使人浮想联翩，如醉如痴。玫瑰的谦卑羞怯照样撼人心魄。

二、你出色，在于你是个优雅别致的女人 88

端庄的举止，款款的信步，极具迷人的持久魅力。

聪明的女性不是不要镜子，而是以众人的“回头率”作镜子。

她穿她的西服，你着你的唐装，你的别致使你更出众。

三、有力量，在于你是个柔情似水的女人 90

“男人是泥做的，女人是水做的。”水能令泥筑的大堤顷刻瓦解。

四、辣妹像朵山丹花 92

火辣辣的野性，似从山中扯来的一缕春风；
是掬在手中的天然山泉；是嘴含着的口香糖。
火一样的外表，水一样的内心，这是怎样一个
人间尤物？

五、女人的笑：美的爆炸力 94

笑是一朵绽放的花，不但能使人容颜靓丽，
而且有益身心健康，也是事业成功的巨大动力。

六、拥书而眠 96

聪明的女人爱书，爱书的女人更聪明。女人
读书的剪影，是百看不厌的画册。

七、女人品味的五种类型 98

女人的品味大致可分为五类。

八、你的品味测试 100

九、杨澜的魅力在品味 104

杨澜算不上最漂亮的女人，而她却是最有品
味的女人之一。

第五章 敏锐的直觉 女人成功的助力车 107

女人的直觉是神奇的，它是女人打得天下的
利器。

一、相信你的直觉 108

尽管嘴上常说大惊小怪，但女人的良好直
觉，从心底常令男人自愧弗如。女人的预言，
常十分准确，倒不是有人给了她“小道消息”，
凭得全是女人的直觉。

二、直觉，成功女人的利器 111

女人的直觉往往能带来比理性判断更准确更快捷的结论。因为它不受有意识的言语、行为以及感情之外的利弊权衡影响，直觉是一个人无意间暴露出来的真情实感和判断。

三、直觉是首位 113

直觉力强的女人，不是通常意义上的“完美无缺”的女人，在灵感涌现之时，她们的兴奋、冲动、忘情，往往让一般人觉得不稳重，但她们更有灵性，更具创造力。

四、培养你的直觉灵感 116

五、直觉力测试 120

趣味心理测试。

六、依靠直觉成富姐 124

女人独具特色的直觉预测能力，可以说是一笔独特的财富。充分利用这笔财富，即使是普通的女人，也会成为响当当的富姐。

第六章 学海击浪 知识使你更精彩 127

女人是海绵，知识是水；知识使女人更滋润，更坚强，更自信，更有风度和魅力。

一、知识女性是最快乐的一族 128

知识能使女人的内心更充实和健康，内心充实和健康的女人是快乐的女人。

怎样成为一个快乐的知识女性呢？

第一，改变观念和行为模式，营造良好心态是知识女性的必修课。

第二，心理健康的女性才有持久的快乐人生。

二、知识女性适合的八大行业 131

知识女性因其自身特点，决定了她的价值取向与众不同，择业上更愿在适合的空间发展，下面的八大行业比较适合知识女性。

- | | |
|-------|-------|
| 1.服务业 | 2.教育业 |
| 3.传播业 | 4.广告业 |
| 5.会计业 | 6.股票业 |
| 7.律师业 | 8.艺术界 |

三、知识女性必读的四大名著 135

有四本书你必须精读，如果你要做个出色的女人，它们像启蒙老师那样，教你如何看一个男人，如何做一个女人。

四、学习概念的突破 139

信息时代的人们，工作也是学习，学习也是工作，科学的进步注定人们要终生学习。

五、与E时代同步 141

信息时代里，对科技冷漠陌生，是女性成功的一大障碍，也是女性需要通过学习加以克服的难题。

男性经常拿电脑当工作工具，而女性则喜欢用电脑上的电子邮件或网际网络来沟通与获取资讯。

六、学习能力测试 143

七、知识使打工女成老板 147

知识时代里，穷并不可怕，知识的贫乏才可怕。打工女通过求知，使自己有了房子、车子、

票子。

第七章 如花似玉 成就事业的强大支柱 151

仅凭一张漂亮脸蛋的优势是短命的，外美而内秀的女人才最有征服力。

一、出神入化的眼神 152

女人事业的成功，离不开男人强大的支持与通力合作，一枝独秀装点不出满园春色，聪明的女人善于用不同含义的眼神博取男人的青睐。

“眼睛是心灵的窗口”，打开心灵之窗，大胆地把你的爱恋牢牢锁定。

你的明眸不但要看清五色的彩虹及青山秀水，更应看透人的内心。

把自己的眼神当作事业成功的一项技能，并且把它演练得出神入化。

二、摘最红的苹果 156

要摘就摘最红的苹果。

男人的爱人是事业，女人的爱人是男人。

了解了男人的特点和渴望，你就找到了解读男人的密码。

三、怎样赢得爱 161

爱得轰轰烈烈，爱得生死死，大胆的爱，震撼男人心。用计谋诱“敌”，使之上钩，欲罢不能。

既满足男人的自尊心，又悄悄占据他的心。

四、怎样守护爱 165

婚后的女人不要高枕无忧了，你的“俘虏”也许有“反骨”，像冬天的葱一样，根干叶烂还心不死呢。

守护爱情的最好方式是完善自己。

五、做个性感女人 167

女人的性感不是风骚和卖弄，它是女人最抢眼的观点。性感女人是最有魅力的女人。性感是套牢男人的绳索。你的性感应反映在许多方面。

六、有张生动的脸 173

女人的脸是文学家永远写不尽的美。

不管是上宽下窄的瓜子脸，还是面如满月的圆脸，独具特色的长方脸，只要把它“经营”好，它一定会带来丰富的收获。

眼、耳、口、鼻、眉，精妙绝伦的组合搭配，构成你脸上生动的乐章。

七、女性成熟度测试 176

八、颜丹晨的魅力 178

照片上看起来成熟而略带性感的颜丹晨，在日常生活中竟是一个如此清纯可爱、热情开朗的女孩。光滑细腻的皮肤，精致的五官，青春美丽的颜丹晨魅力何在？

第八章 职场纵横 工作的女人最美 183

工作是枯燥乏味的，因女人的加入，而变得诗情画意，饶有兴味。

一、首先对自己正确评估 184

初涉职场，它的意义非比寻常，它不仅仅是一份单纯的工作，更重要的是它会初步使你了解职业，认识社会，从一定意义上讲，它是你的职业启蒙老师。

二、用女人优势择业 187

作为女人，心灵手巧是你的最大特点，这种特有的个性，就是女性择业的优势。

三、向男人学 189

男性主导的职场环境中，自有男性职场游戏规则。女性要分半壁江山，不妨从了解男性的职场游戏规则开始，试着像男性那样思考和行事。

四、白领丽人 196

俗话说：“佛要金装，人要衣装。”服饰能够塑造出女人高雅的仪态，同样也能破坏他们。风度的构成，包括人的言谈、举止、仪容、气质等等，还有一个重要的因素就是服装，好服装会使人风度翩翩。个人穿着打扮，将给人留下深刻的第一印象，就会在人们心里引起一种感觉，可能是愉快的、尊敬的，也可能是厌恶的、鄙弃的。

五、白领丽人的交流艺术 206

六、女色·晋职 213

每一个女人都具有天生的魅力。只要你积极经营它，只要你刻意发挥它，就能吸引异性，也能让同性对你表示友善。

七、注重职场细节 218

具有时间观念的女性是受人欢迎的。一张清