

人生重塑自我的重要法则

在男性社会中生存，女人通过征服男人征服世界，这就要求女人必须打造自己，重塑自我，展现女人的魅力，这样她们会比男人更易取得成功，获得幸福。



# 女人 重塑自我的 11项法则

● 何嗣虎/编著

甘肃文化出版社

人生重塑自我重要法则

# 女人重塑自我的 11项法则

何嗣虎 编著

甘肃文化出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

人生重塑自我的重要法则 / 何嗣虎编著. —兰州: 甘肃文化出版社, 2003.10

ISBN 7-80608-866-0

I. 人... II. 何... III. 成功心理学 IV. B848.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 095134 号

## 人生重塑自我的重要法则

何嗣虎 编著

---

责任编辑: 温亚莉

装帧设计: 动力图文

---

出版发行: 甘肃文化出版社

印

刷: 兰州奥林印刷有限责任公司

社 址: 兰州市庆阳路 230 号

地

址: 兰州市红山根西路 180 号

邮政编码: 730030

经

销: 新华书店

---

开 本: 850 × 1168

版

次: 2003 年 12 月第 1 版

字 数: 450 千字

印

次: 2003 年 12 月第 1 次

印 张: 22 印张

印

数: 1-10000

---

书 号: ISBN 7-80608-866-0

---

全套定价: 40.00 元

# 前 言

# QIANYAN

在这个世界上，有两类人明显的不同，那就是男人和女人。不但身体不一样，思想、行为以及逻辑思维都有明显的差异。任何女人，即使是女人中的强者也承认这一点。所以才有做女人难，做职业女人更难，做女名人难上加难的说法。

现代文明社会发展以来，一直是男人占社会的主导地位，几乎垄断了社会上的一切职位。然而物极必反，现代科技也给女人打开了一扇大门：体力劳动在社会化的今天慢慢将被脑力劳动所取代，而公共关系、社会服务等需要耐心、细心等阴柔性格的职位越来越多。男人确实创造了很多财富，但是在今天，在社会上工作，女人也有自己天生的优势，甚至是男人所难以企及的优势。所以女人参加社会工作是一种必然。

女人参加工作有优势，同时也面临很多问题，很多问题是工作中的男人也一样面临的，但男人有男人的解决办法，女人要模仿，可以，但是事倍功半。

女人的本性决定了自己不可能像男人那样生活、工作，女人应该有女人的办法。实际上很多事情女人也决不能像男人那样做。男人交际上可以八面玲珑、左右逢源，女人就不行，太玲珑容易被人当作交际花，女人应该六面玲珑，另外两



面不妨是刺。玫瑰带刺，但是男人一样喜欢，就是这个道理。

还有一些女人相貌皎洁、天生丽质，以为这样就可以成为工作中的助力，实际不然，美貌同样可能成为你的阻力。

看看今天成功的女人，固然有貌美如花的，但相貌平常也大有人在。可见相貌并不是女人成功的必备条件。

女人要成功，首先要知道自己和男人不同，待人处世也好，工作学习也好，男人的方法自己不一定能学会。所以聪明的女人一定要明白自己所在的社会是什么样的，自己有什么样的长处，什么样的短处。长处不妨发扬光大，短处则要认识清楚，能提高就提高，否则不妨示之以弱。

本书明确说明女人和男人的不同，分析了女人的各种特点，比较男女的不同优势所在，并且总结了一些成功女性的经验。愿你能掌握女人的独特手段，重塑自我，做一个成功幸福的女人。



## 女人重塑自我的

### 11项法则

目

录

# MULU

## 第一章 在男性社会生存

——女人的性情培养

### 1. 男人终极本质·1

女人可以不了解女人,但是必须了解男人,虽然天下的男人总有很多缺点,但是,没有了他,这个世界确实就不是很完整。作为女人,你必须知道:男人是什么?

### 2. 应该怎样对待男人·2

真正有智慧的女人是充满母爱的女人,她们能永远驾驭住男人。用一颗无私的母爱之心去征服你所有的男朋友,你将会拥有一份永恒的爱。

### 3. 对付男人要有不同的招·5

男人虽然有很多,但是从性格上分,也只有那么几种,了解了这个特点,你可以高屋建瓴,把男人看得一清二楚。同时也能用不同的方法让男人服服帖帖。

### 4. 从接吻看男人的性格·8

亲吻是男女表达情感的一种常用方式,不同的人喜欢亲吻不同的部位,由此可以看出一个人的性格。

### 5. 了解你自己·10



女人的唠叨是一个自疗的过程,是用了欲进先退的策略。

## 6.男人喜欢什么样的女人·11

女人的性格有很多种,男人也喜欢很多种女人的性格,但是,没有一种是男人最喜欢的,男人喜欢的只是你如何对待他。

## 7.磨练你的魅力,女人·13

要把自己从一只丑小鸭变成优秀男人宠爱的小天鹅,你就要打造你的魅力,不断完善自己。

## 8.男人不能侵犯隐私·15

男性对女性隐瞒的秘密,往往是那些足以损害丈夫形象的事情。聪明的女人总是装作不知道,这种假装实际上是对男人的一种很好的安慰。

## 9.从男人的谎言透析男人·16

世界上没有不说谎话的男人。这是女人要相信的经典。

## 10.男人的好处和动物本性·20

好男人是你可以托付终身的人,当然,也许他也有一些让你难以忍受的动物本性。

## 11.你了解这样的男人吗·24

有些话男人不能跟情人说,只能向同声同气的朋友倾诉。

## 12.戏看男人的四个侧面·25

洞察人性的谈谐大师吴承恩老先生把一个男人一剖为四,也就是说,这师徒四人不过是同一个男人(唐僧本人)的不同侧面罢了。

## 13.小测验:从饮食看男人·27

这是一则流传很广的小测验,那一点小意思,你能品尝出来吗?

**女人**重塑自我的

// 项法则



#### 14. 不吃醋,男人就不是人·28

男人很多时候比女人更能吃醋,而且,还是那种说不出口的,因为男人的自尊让他不愿意说,这也是男人的一种特点。

#### 15. 你应该喜欢什么样的男人·30

中年男人,因为种种原因,最能让少女迷恋,实际上,中年男人也有自己的很多缺点,对于少女来说,也许,最不应该爱的就是这一类男人。

#### 16. 怎样探知男人性格?·31

据心理学家研究表明,男人对色彩的喜好不同,所表现的性格特征也有差异。

## 第二章 独一无二的自己

——女人的个性成长

### 1. 爱你的他眼睛里面的你·33

一个人只要爱你,就足够了,不必要去在乎他说你有多么漂亮,在他眼中,也许你并不漂亮,但是你永远是他心中的牵挂。

### 2. 独身不等于独一·34

没有婚姻的人生是不完整的人生,可都市女白领中却有一部分人保持独身,总有个人的原因,但是,独身并不是女人出类拔萃的光环。

### 3. 别想做丈夫永远的恋人·35

妻子总是抱怨男人不把自己当作永远的恋人,实际上,这种想法最好不要想,毕竟,这是在和人类的心理作斗争,胜利的可能性很小。

### 4. 有个性才有灵性·37





黄蓉是活生生的、有优点、有缺点、会长大、会衰老的真人，音容体态历历在目，恩怨个性透彻分明，所以灵气十足。

### 5. 性如林黛玉·42

不掩饰自己的感情，哪个男人能抵抗得了，不管旁人冷言冷语。她的多愁，亦是她动人之处。

### 6. 亦妻亦友的任盈盈·43

她敬重令狐冲，敬重他的情操，不以自己能否占有他的角度出发，赢得了令狐冲的心。

### 7. 貌似天仙和心狠手辣·46

貌似天仙、心狠手辣的女子是个很有戏剧效果的典型，在金庸小说中不时出现，李莫愁是一个，在她之前还有《碧血剑》的五毒教主何铁手。

### 8. 既爱且恨的殷素素·47

对于感情来说，单一的爱或者单一的恨，肯定难以让人印象深刻，而爱恨交加肯定会让人难以忘记。男人或女人最难忘的是过去的初恋，原因就是她（他）让自己既爱且恨。

### 9. 沈三娘的魅力·49

女人的魅力不仅是容貌，还有品德、学识、性格，能和男人志同道合，一起享受人生，才最让男人难忘。

### 10. 个性培养靠自己·50

学习的方法是多种多样的，很多人以为学习就是一副苦兮兮的样子，完全错误，学习可以是轻松的，甚至可以是一种娱乐。

### 11. 向美好的明天进发·52

培养自己，从经济的角度来看，是一种智力投资，既然是一种投资，当然要有一定的目标。



**女人**重塑自我的

// 项法则

## 12.美丽的号角鸬·55

号角鸬是北美的一种鸟,叫声非常宏亮,这种鸟“具有天赋异常的创意才华和振奋人心的领导力”。

### 第三章 润物细无声

#### ——展现女人的魅力

##### 1.月亮的象征·59

为什么人们用月亮来象征女性。从心理学来看,人们对于女性的角色定位就是一种柔美的色调。

##### 2.淑女不缺乏竞争力·60

淑女的平和内敛,从容娴雅,不矫揉造作,不喜张扬,并不意味着丧失自我,平庸乏味,放弃自立,相反恰恰说明了她们内心的开阔和明亮。

##### 3.适当的聪明与技巧·63

女人的一些聪明和技巧都需要一个度,过了这个度,虽不能说不好,而是会让男人望而却步。

##### 4.是否爱上一个人·65

是否爱上一个人会有很多表象。检验这些硬指标,你就会发现你是否爱上某人。

##### 5.恋人的性格·67

有时候,一些外人看起来郎才女貌的神仙伴侣,最后总会突然分开,实际上这就是性格的差异。

##### 6.冷静的异趣·70

理性和感性是不矛盾的,最成功的人都是最感性和最理性的一部分。



## 7. 刚强自尊赢得婚姻·75

女人在婚姻中，需要学会的东西太多了，在丈夫不如意的时候，需要帮助丈夫创业，在丈夫事业有成的时候，需要注意的不是少了，反而是多了。

## 8. 女性情感自我解脱·77

在情感的世界，一个人如果能够做自己的主人，往往在任何事情上都能够做到独立，如果不能，那么在任何一件事情上都不能让自己高兴。了解自己的情感，对于女人来说，是最重要的。

## 9. 对待曾经“受伤”的男人·81

男人也有脆弱的时候，任何坚强的男人都曾经受过“伤”，知道怎么关心男人的“伤口”，就掌握了对付男人的武器。

# 第四章 女人和男人不一样

## ——女人性别的奥妙

### 1. 鲜花为什么总是插在……·87

一个破旧的钱包里装满了钱，你只管花里面的钱就是了，又何必在乎装钱的工具呢？

### 2. 爱情不论美丑·88

男人的相貌到底重不重要，答案当然是肯定的。不过这个答案需要你自己来回答，因为眼睛长在你的身上。

### 3. 钱，当然是越多越好·92

经济的压力，是单身一族首先要面临的。

### 4. 有钱就幸福吗·93

女人的幸福，不应只是简单的物质化和数字化。毕竟，感情的满足不是一些数字可以取得的。

# 女人重塑自我的

## 11项法则



## 5. 嫁个同行好不好·96

感情一事最难说,固然为了感情不惜江山是爱情的典范,但嫁给同行却不同,这件事肯定会影响到婚后的生活。

## 6. 我自翩跹舞·99

投资不是玩纸上的游戏,对于国际投资者,哪里风险大,哪里机会就多。

# 第五章 长袖善舞

## ——女人的快乐生存法则

### 1. 快乐女孩,健身让你更快乐·105

运动时穿上漂亮的运动装,洒上味道清新的香水,你一样会显得女人味十足。

### 2. 办公室椅上健美操·107

一些运动即使在办公室,也可以完成,没有时间的你,可以选择这个让你的身体健美起来。

### 3. 消瘦女孩应该如何锻炼·109

锻炼没有胖瘦之分,只要合理安排运动,调节饮食,你也可以健美起来。

### 4. 大忙人的随时锻炼法·112

对于太忙的人,而且在办公室的时间也不能分心的人来说,还有另外一种很好的方法。

### 5. 健美需要注意的盲点·113

器械训练、健美操:咱俩“井水不犯河水”。  
女人忧心忡忡:我会不会练成施瓦辛格?

### 6. 男性的结婚心理·115



男性结婚后有可能会忽视感情生活,这时,巧妙的提醒就是女人的责任了。

## 7. 如何保持婚后苗条·118

很多女人婚前还能保持好体型,婚后就完全忘了。实际上结婚的女人更应该注意一些细节。

## 8. 已婚女人的危险话题·119

当你跟异性朋友,特别是相互之间都有好感的异性朋友交谈时,要尽量避开婚姻这个话题,切忌把自己婚姻的不幸向对方说得太多,或顺着对方把他的配偶说得一无是处。

## 9. 女人不要改造男人·120

爱情是一件易碎品,不能看着不舒服就想把它打磨平整。

## 10. 潇洒、快乐的女富翁·125

德国经济发展缓慢,但是宝马汽车公司和阿尔塔纳制药公司却比过去更赚钱,这一切都因为一个女人。

## 11. 适应职场的五大法宝·127

①不能一厢情愿;②不能追求完美;③尝试孙子兵法;④团队、角色和职责;⑤技能、性格和人品。

## 12. 笑看男人的A片情结·131

男人总有各种缺点,女人往往不理解。对这些,你不妨幽默地看。

## 13. 无悔的爱·133

如果婚姻走到山穷水尽,与其吵闹,不如淡淡分开。所谓行到水穷处,坐看云起时。

## 14. 媒体之花·137

姜丰:我对职业,像好男人对待老婆,不管爱不爱,总是尽心尽责的。幸运的



**女人**重塑自我的

// 项法则

是，我恰好爱这个“老婆”。

## 第六章 知识、财富一个都不少

### ——女人的独立生存法则

#### 1. 追求知识的女人·143

不少女人重新回到校园，重新开始自己的求学道路。白天整天都泡在学校，晚上10点半从自习室出来。

#### 2. 新女性的交际圈·145

“一个自己的圈子”，则是获得自我的女人以开放包容之心重新走向人群，但又同时保持空间纯净性的开始。

#### 3. 女人如水，无所不包·149

如果比体力，女人不如男人；比社会地位，女人也不如男人，但是，现在的女人在很多方面超过了男人。老子说：上善若水。

#### 4. 属于女人自己的快乐·152

女人的快乐很复杂，也很简单，有时候一句话，有时候一个微笑都可以让女人幸福半天。

#### 5. 家庭、事业哪个重要？·155

对于女人来说，事业和家庭很难说那个更加重要的，实际上，如果一个人在这两方面只能得到一个的话，那么她的生活肯定不是很幸福。

#### 6. 快乐的早晨·157

每天早上快乐地起床，充满干劲地工作。这样的人难道不幸福吗？

#### 7. 什么是生活的真谛·159

乐观地面对生活，生活同样会原样回报你。

#### 8. 独立女性更应该勇于尝试·161



对于女人来说,尤其是现代的女人,很多东西都是全新的,所以,在很多方面更应该勇敢。

### 9. 独立女性的金钱观·164

独立的女性更知道金钱的重要性。所以一分钱要省,一万块要花成了她们的座右铭。

### 10. 财富女人,还需要自信·166

感情的事情,只能是随缘,没有必要强求的。这和商业上的情况一样。幸福,有时候,也需要等待。

### 11. 敢做敢为的李亦非·168

不懈努力,从不放弃,从不拖拉,从不允许自己懒惰,并且不断激励自己克服对失败的恐惧。

### 12. 女人致富的秘籍·172

想致富,女人应该学习李嘉诚的致富“秘籍”——即使一分钱也会捡起来。

### 13. 喜欢做梦的女强人·173

叶莺是一个让时间停止的女人,一个让人觉得梦一般的女人。

## 第七章 美能征服一切

### ——女人处世的法则

#### 1. 美丽,是女人的武器·177

这个世界,基本上是男人的世界,但是女人只要有了美丽,就好像过了河的小兵,威力赛过车。美丽是女人的武器。

#### 2. 没有男人喜欢“太平”公主·179

这个社会可以说绝大多数男人都欣赏乳房。不要被那些道貌岸然的男人那句“不介意”所迷惑,他们内心的深处,或说潜意识里一个个仍然渴望着丰满的乳房。

**女人**重塑自我的

11 项法则



### 3. 自信的“波”涛更汹涌·182

虽然你是穿A罩杯的，还是记得抬头，收下巴，挺胸，让肢体的语言好像告诉别人，我是穿B罩杯的，一副“我最大”的样子。

### 4. 你的脸蛋才是红花·184

化妆是一门学问，它不仅能使面部有缺陷的人得到弥补，而且能使面容本就姣好的人更加光彩照人。不要忘了，化妆品是绿叶，而你的脸蛋才是红花。

### 5. 男人无法抗拒的魅力·187

天下所有的胖女人都是与男人隔离的——被自己的脂肪隔离。不管你怎样，别人总认为你有点滑稽，好像胖女人天生就应该成为调侃的对象。

### 6. 美女经理人·190

“美女经理人”在成败之间进退裕如，企业也愿意接受这样的结果：美女经理人在市场上的“成功”也意味着经营企业的成功。

### 7. 因为美丽而飞翔·191

用“完美无缺”来形容关之琳可谓再恰当不过。那种淡淡的属于关之琳式的微笑，质地绵软而温柔，却很有一股无名的杀伤力。

### 8. 美丽女人需要注意的事情·196

美丽是上帝送给女人的第一件礼物，也是第一件收回的东西，但看见女人失去美丽后那痛苦悲凉的表情，上帝心软了，又给了她们另一件法宝，那就是睡眠。

### 9. 你也可以实现明星梦·198

拥有一张美丽的脸庞自然会成为万众瞩目的焦点，美丽同样也意味着财富。

### 10. 美女CEO·199

一头飘逸别致的短发、优雅端庄。王树彤最喜欢的一句话是：梦想高远，脚踏





实地。

## 11. 看透男人的法则·203

想寻找属于自己的男人,就要知道如何看透男人,而男人并不难认识,但是却很难认清楚,不过,如果你用下面的方法,就可以看个八九不离十。

# 第八章 婚姻守则

——女人婚姻必读书

## 1. 已婚妇女更应瘦身·207

许多女人走进婚姻后,婚前的窈窕身材便极易走型,实际上,保持好体型,对于女人自己以及家庭,都是一件好事。

## 2. 什么样的男人可以给你带来幸福·208

男人与女人在认定对方是“此生惟一”的想法之前,事实上都是有那么一点骑驴找马的心态。

## 3. 花心男人的自我批评·210

不管如何,女人对于男人应该再认识。尤其是男人看似有理的辩解。

## 4. 女性婚前性行为的误区·213

尽管从理论上男女对性是平等的,但因为社会习惯、生理特点等原因,女性总是处于相对较弱的一方。关于婚前性行为,很多女人的认识并不全面。

## 5. 天雷勾动地火·218

当你和你的男友一时情不自禁,马上就要越过雷池时,你会怎么想,怎么办?

## 6. 破解花心男人的方法·219

女人最痛恨花心男人,很多花心男人平常也会伪装成纯情的模样。不用怕,一些简单的方法就能让他们露出本来面目。

**女人重塑自我的**

**11项法则**