

最有魅力的女人
是懂得取舍的女人
一生之中，有100件事
你应该懂得取与舍

魅力女人



懂得取舍的

100 THINGS

a ABOUT CHARM WOMAN

100 件事

魅力女人的必读之书

西恩 编著

每个女人都渴望完美
渴望幸福快乐过一生
完美的女人，一生之中有太多追求
但是有100件事，你应该懂得取与舍

海潮出版社

魅力女人 懂得取舍的

100件事

西恩 编著



海潮出版社

图书在版编目(CIP)数据

魅力女人懂得取舍的 100 件事 / 西恩编著. —北京:海潮出版社, 2005
ISBN 7-80213-166-9

I. 魅... II. 西... III. 人生哲学 - 通俗读物
IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 151247 号

魅力女人懂得取舍的 100 件事

西恩 编著

☆

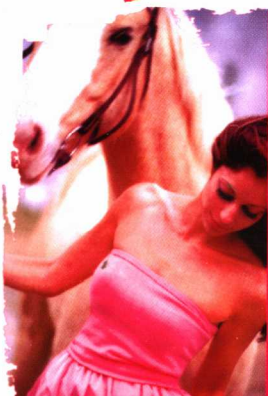
海潮出版社出版发行 电话:(010)66969738
(北京市西三环中路 19 号 邮政编码:100841)

北京市荣海印刷厂印刷

开本:787 毫米×960 毫米 1/16 印张:21.375 字数:190 千字
2006 年 1 月第 1 版 2006 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 7-80213-166-9

定价:26.80 元



女人如花

女人的一生充满了梦幻般的色彩

作为新一代的女性

更懂得爱与被爱

一生之中

泪水与欢笑，激情与迷茫

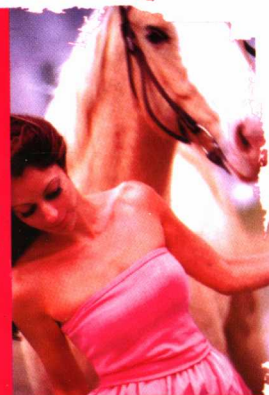
幸福与孤单，付出与得到

都值得认真回味

有50件事，你应该做到

有50件事，你懂得放弃

你就是最有魅力的女人



责任编辑：王惠平

封面设计：红十月工作室

RED OCTOBER STUDIO
TEL: 13901105614

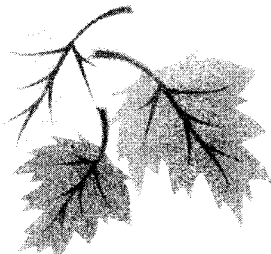


目录



- 
1. 拥有自己的人生梦想 /1
 2. 放弃那个不爱你的男人 /5
 3. 寻找自己的导师 /9
 4. 不要让烟草损害你的健康 /13
 5. 铭记对你有益的忠告 /18
 6. 减肥节食不会塑造完美身材 /22
 7. 拥有自己的事业 /27
 8. 自信的女人不需要整容 /30
 9. 培养自己的兴趣和爱好 /33
 10. 不要嫌弃自己的丈夫没本事 /35
 11. 学会装扮自己 /39
 12. 永远不要做对不起朋友的事 /43
 13. 去看一次大海,并诉说心事 /46
 14. 11类女人不要做 /49
 15. 谈一次恋爱 /53
- 

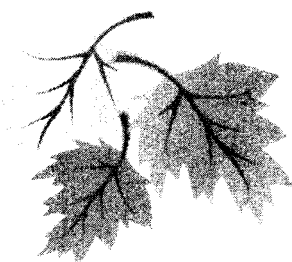
100 Things about a charm woman



目录



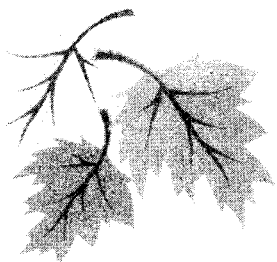
- 
- 16. 只要自己不自卑,没人能让你自卑 /55
 - 17. 与相爱的男子结婚 /60
 - 18. 做个不唠叨的女人 /63
 - 19. 亲手布置自己的家 /66
 - 20. 自然的女人才是最美的 /69
 - 21. 保持身体健康 /71
 - 22. 放弃自暴自弃 /75
 - 23. 培养读书的好习惯 /78
 - 24. 放弃将感情作为享受的投资 /82
 - 25. 珍惜现有的幸福 /84
 - 26. 放弃失恋后的纠缠 /88
 - 27. 放弃失恋就痛不欲生 /92
 - 28. 不要在经济上控制男人 /94
 - 29. 宽容别人便是爱护自己 /96
 - 30. 不做情人 /99



目录



- 
- 31. 拥有几个亲如姐妹的闺中密友 /102
 - 32. 修炼气质,绝不做花瓶 /106
 - 33. 记住自己的恩师 /109
 - 34. 提升格调,不做无品味女人 /113
 - 35. 每年给远方的朋友寄上礼物 /116
 - 36. 不要做小气女人 /119
 - 37. 做个感恩的人 /123
 - 38. 浓妆艳抹 只会伤害你的身体 /128
 - 39. 给你的爱人写一封信 /130
 - 40. 放弃盲目的更换工作 /133
 - 41. 爱老公的父母 /136
 - 42. 不要为小事而斤斤计较 /139
 - 43. 为爱人做可口的饭菜 /142
 - 44. 蓬头垢面不修边幅的女人是沒有吸引力的 /145
 - 45. 记下生活中的感动 /149

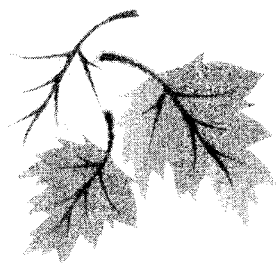


目录



- 
- 46. 放弃凡事依赖别人 /152
 - 47. 体验做母亲的美妙感觉 /155
 - 48. 没有教养的女子的愚昧的 /160
 - 49. 拥有至少一个以上男性的朋友 /164
 - 50. 放弃不喜欢的工作 /167
 - 51. 对爱人大声说:我爱你 /172
 - 52. 朋友只需几个知心的足矣 /175
 - 53. 宽恕有负于你的人 /178
 - 54. 酗酒的女人得不到男人的欣赏和真爱 /182
 - 55. 为自己拍一次 DV /186
 - 56. 放弃那段不愉快的回忆 /189
 - 57. 养一只自己喜欢的宠物 /192
 - 58. 放弃镜花水月不现实的爱情 /195
 - 59. 赞美自己的同事和朋友 /200
 - 60. 放弃不该得到的金钱 /204

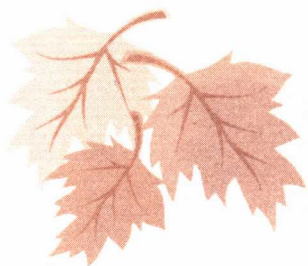




目录

- 61. 做一份自己喜爱的工作 /206
- 62. 学会放弃才会有新的开始 /209
- 63. 拥有自己的汽车 /213
- 64. 打开心灵的枷锁 /216
- 65. 看一次落日 /218
- 66. 认真过好每一天 /222
- 67. 常回家看看 /225
- 68. 放弃抑郁,重建生命的价值 /227
- 69. 偶尔不循常规 /229
- 70. 放弃奢侈 /231
- 71. 至少学会一种乐器 /235
- 72. 爱不是用等待来表达的 /238
- 73. 把浪漫的事变为现实 /240
- 74. 放弃变味的婚姻 /243
- 75. 增进彼此的信任 /247



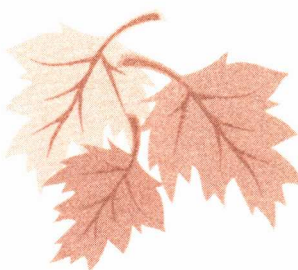


目录

100 Things about a smart woman

- 76. 做第三者是不会有幸福的 /250
- 77. 营造一个温馨的家 /255
- 78. 远离自卑和嫉妒 /258
- 79. 学会关爱自己的丈夫 /262
- 80. 放弃在购物上过多浪费时间 /265
- 81. 保持一颗童心 /268
- 82. 胆怯是成功的最大“杀手” /273
- 83. 为爱留一次长发 /275
- 84. 放弃不和谐的婚姻 /278
- 85. 心情不好时,换一种发型试试 /281
- 86. 与其无休止的等待,不如珍惜现在 /283
- 87. 点燃一盏温柔的灯 /285
- 88. 放弃自杀的念头 /287
- 89. 任何时候,都要有勇气 /290
- 90. 以分手为要挟考验男友只会失去他 /293





目录



91. 学会未雨绸缪,开一个只存不取的户头 /296
92. 要遵守社会公德 /299
93. 给妈妈一个吻 /300
94. 幸福与财富无关 /303
95. 做个“糊涂”的女人 /308
96. 分手了就不要再给他打电话 /312
97. 记得母亲节问候母亲 /315
98. 放弃 19 种不健康的饮食观 /319
99. 为自己写一部回忆录 /324
100. 给你的爱人一定的时间和空间 /330

100 Things about a charm woman

1. 拥有自己的人生梦想

一天,爱人从公司抱回一摞书,其中有一本书里,通过“别处人生”、“异域传说”、“沉香如檀”、“过客留字”等栏目,介绍了世界上最富浪漫气息、最美丽的 50 个地方,其中,有我们熟悉的浪漫花都巴黎,富有爱情和浪漫色彩的北非名城卡萨布兰卡,让人可以抛开喧嚣尽情享受阳光的古城丽江和人间仙境九寨沟,等等。

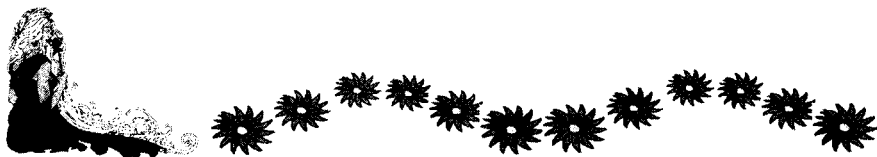
拿过来,我简单的翻了翻,笑着说:“有些痴人说梦啊,恐怕我们穷其一生也到不了这些地方。”

妻子马上抢白说:“也许我们的财力和时间不允许我们到这些地方,但我们何尝不可以做一次精神之旅呢?你知道吗,有梦想的女人最美丽!”

妻子的话引起了我的深思。是啊,每个女人都爱浪漫,每个女人都都有浪漫的梦想。而令人魂牵梦绕的美丽地方,更给她们以似曾相识的亲近感,激发了她们去追逐自己的梦想与浪漫。世界上的美景佳境无数,而哪些地方值得女人去游历,去感受浪漫和梦想的呢?这本书恰如一本梦想地图,使她们在“十一”长假闲暇之时,坐在清静的阳台上,遥望蓝天白云,在想像中轻松背上行囊,去追逐属于自己的梦想佳境,去体验“读行天下”的别样乐趣。

“女人的梦想,确实有着神奇的力量哩!”为充分论证“有梦想的女人最美丽”的观点,妻子给我讲了她的同学雅丽的故事。

雅丽,名字听起来感觉不错,但在生活中却是一个性格内向,缺乏自信心的女子。一直以为自己长得很丑,一直不愿意在穿着打扮上下功夫,一直不愿意在



同事朋友面前展示自己……直到今年春天,公司里要召开一次规模很大的会议,会议传真电报点名她在会上作为时5分钟的发言。穿什么衣服走上台呢?为此她颇犯踌躇。妻子带她跑遍了各大服装店,最后选了一套流行的套装。当她第一次穿着那么名贵的衣服微笑着走上发言席时。顿时,台下一片哗然,“哇,好漂亮啊!”台下都是自己的领导和同事们,有很多平时都很熟悉,30多年来,她第一次听到这么多人赞美她,一时间,她自信心大增,5分钟的发言讲的深入浅出,精彩纷呈,得到的是经久不息的掌声。

开会回来后,雅丽开始用新的眼光看待自己,并开始明白,自己其实长得并不丑,只是30多年来,一直对自己的美丽视而不见甚至故意去遮掩,最关键的问题是,自己的心中缺乏梦想。她决心抓住青春的尾巴,让以后的岁月变得美丽起来。当然,她也知道,一个过了30岁的女人,已经失去了青春的资本。但是,这又有什么呢?美丽并不代表着青春,更不代表着没有皱纹。美丽首先是怡然自得的心情、善解人意的宽容和充满希望的自信,然后才是文雅有礼的举止、美观可体的衣着和宜人心神的化妆。她决心收拾好自己的容貌,带着美丽的心情、美妙的梦想,开始新的人生之旅,使漫长而又短暂的岁月从此变得更加美丽起来。果然,雅丽做到了,从此,她的生活中洋溢着浪漫的诗意和温馨的色彩……

女人一踏上人生路途,便开始追逐一个又一个梦,梦想着成熟,梦想着爱情,梦想着功成名就……

梦是人生的向导。在梦的引导下,我们踏出一条又一条灿烂辉煌的道路,领略着一路属于自己的风光。在这条路上,我们不失斗志,一次又一次拼搏,一次又一次跌倒,再一次又一次爬起来,心中有梦,路在脚下,一生也不会迷失方向!梦是生命的色彩。梦,绚烂着每一个日子。让我们平凡的一生,如一道彩虹,壮丽

横空。失去了梦想,即使是青春少年,也会心枯。拥有了梦,即使是白发满头,也会焕发生命的活力,心中有梦,青春永驻!

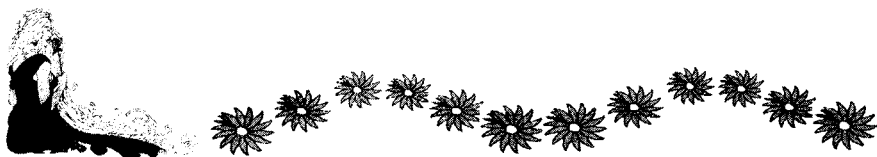
在我们长长一生中,有着许多平平常常的梦,有着许多美梦,亦有着许多噩梦。我们既要抵制美梦的诱惑,又要经得起噩梦的打击;在我们长长的一生中,许多旧梦不断消退,许多新梦不断再生。

梦想的力量真是不可思议。记得一位哲人说过一句话:“一个女人可以没有美好的生活,但万万不能没有美好的梦想。”梦想,是黑夜里的一豆烛光、一盏昏灯、一岁月里的一缕清风、一滴露珠、一丝细雨;梦想是轻盈飞的风筝,是飘扬的柳絮,是飘逸的裙裾,是曼妙的舞姿,是张扬的灵魂。

是啊,有梦想的女人最美丽。梦想,是女人一生中,永远在寻找,永远萦绕心间一个美丽的梦……看看下面7大梦想哪个是你的梦想:

1、七大梦想之首当然是找到心中的白马王子,最好是青梅竹马,两小无猜;长大了便情投意合,两心相知;成年了举案齐眉,相敬如宾;到了两人发如银丝时,依然是相知相契,相依相伴。这就是所谓的地久天长了,有多少人才有这样的幸运呢?





2、如果没有,那我们来做第二个梦:想象自己是那个童话中的睡美人。他没有出现的时候,静静地安睡,像是朵含苞的花;终于,他来了,于是自己在他的深情一吻中醒来。

3、如果真的要现实一些,那就让我们祈求有一个人来爱自己,有一片无风无雨的天空,有一个可以忠实依靠的宽大肩膀——当然他要有物质的支持才能担当这么重大的职责,比如有一幢豪宅,比如有香车来配美人……

4、可惜生活不是梦想,那我们只能幻想平静无波的生活中有一两朵浪漫的浪花吧。邂逅在在春天暖暖的午后,他静静地读懂了你双眸里沉静的温柔;或者在某个月夜聆听你激情的表白,火烫的言语从此点亮了人生的每一处弯路;抑或突然从墙角跳出一个温柔沉默的家伙,捧上一束鲜艳欲滴的玫瑰……

5、如果注定只能拥有平凡的生活,也希望至少能碰上一个不那么讨厌的人吧,起码体格匀称,40岁之前不要谢顶,有一点小小的幽默,不要听不懂你的笑话;愿意在你哭时无偿地充当抹布。也许,有这些优点,两个人还是可以安安分分地走一辈子的吧。

6、还有些人,有着大起大落的人生,却没有童话里的好结局。不相信也不再期待着世间还有叫“爱情”的玩意。没关系,你还有机会当个女强人,事业上的风光无限也许能弥补些许遗憾,尽管没有爱情滋润的脸会日益憔悴。

7、没有生就聪明能干的素质,注定与女强人无缘?那也不怕,请回过头去重温第一个梦想——反正是没希望了,做梦当然要挑最好的啦!

2. 放弃那个不爱你的男人

女人不会轻易爱上一个男人，可是一旦爱上就不会轻易放弃，她的爱就像连绵的雪山、就像奔流的长河、就像散着光热的太阳，永远不会止息；有些男人会很容易的爱上一个女人，一旦爱上总想得到，一旦得到，那么眼前的女人也就失去了神秘，他的眼光会再次漂移到别的女人身上，不会也不可能对别的女人毫不动心。

一个女人若对男人有了情意根本就不必有什么理由，而且，女人的理由是永远也不会明白的。这就是男人和女人最大的区别。

可是，一旦女人爱上了不爱自己的男人，爱情的结局会是怎样的呢？

自从知道老公有了外遇那天起，艾比天天以泪洗面。她实在不知道该如何做才好，只是日渐消瘦，整个人也变得日益憔悴。作为好友的阿比盖尔也不知道该如何安慰她。每次见面艾比都会无助地问阿比盖尔该怎么办，而阿比盖尔总是会斩钉截铁地告诉她：离婚。可艾比听了总是摇摇头，很凄然地说：“我知道，可我舍不得啊！”

在恨铁不成钢的同时，阿比盖尔却又非常理解她。艾比的老公毕竟是她从21岁起就爱上的男人啊，为了这份爱，她舍弃了自己的事业、爱好，心甘情愿地成为丈夫身后一个再平庸不过的女人。可是就是这样一对大学相恋、同甘共苦、一同奋斗的爱人，丈夫却在他事业取得成功时有了外遇。

很多时候，艾比对阿比盖尔说起她们曾经有过的美好爱情。说起她是如何被男友一天一首的情诗所俘虏，头昏脑热地随男友走东闯西。说起她们是如何在