

培鑫◎编著

天佑红颜

TIAN YOU HONG YAN

智慧女性生存语录

西苑出版社

培鑫◎编著

天佑红颜

TIAN YOU HONG YAN

智慧女性生存语录

西苑出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

天佑红颜：智慧女性生存语录 / 培鑫编著. —北京：
西苑出版社，2006.1

ISBN 7-80108-926-X

I. 天… II. 培… 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 (2005) 第 134826 号

天佑红颜：智慧女性生存语录

编 者 培 鑫

出版发行 西苑出版社

通讯地址 北京市海淀区阜石路 15 号

邮政编码：100039

电话：010-68214971

传真：010-68247120

网 址 www.xycbs.com

E-mail: aaa@xycbs.com

印 刷 利森达印务有限公司

经 销 全国新华书店

开 本 720mm × 960mm

1/16

字 数 300 千字

印 张 18.25

版 次 2006 年 1 月第 1 版

印 次 2006 年 1 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 7-80108-926-X/B · 12

定 价 28.00 元

(凡西苑出版社图书如有缺漏页、残破等质量问题，本社邮购部负责调换)

版权所有 翻印必究

目录 CONTENT

1. 女人成功靠心气

——没有做不到的，只有想不到的



- ◆ 充分激发自己的雄心和欲望
- ◆ 强化自己实现梦想的动力
- ◆ 把自己的雄心壮志与社会需要结合起来
- ◆ 在奋斗过程中升华自己的理想

【1】心高气傲是底气：超级女人心气高……………5

李宇春语录：“我是一个特别自主的人，我做自己就好了。”

——2005 届中国超级女声总冠军

【2】心怀高远见精神：远见和目标是女人心中的灯塔……………8

杨敬德语录：“推动中国早日成为全世界首屈一指的纺织大国，这是我的心愿，也是溢达集团多年来为之奋斗的目标。”

——香港溢达集团总裁、溢达企业有限公司董事长

佛罗伦丝·查德威克语录：“说实在的，我不是为自己找借口，如果当时我看见陆地，也许我能坚持下来。”

——游过英吉利海峡的第一个女人

【3】逆风飞扬是胆识：勇做搏击时代的弄潮儿……………15

吴士宏语录：“风风雨雨一路走来，回过来一看，才发现一路走来有多么的艰辛。”

——原 TCL 集团副总裁

马雪征语录：“通过在香港上市，联想得以顺利进入国际资本市场，在管理上、思维上、业务策略上也更加接近国际化——从长远的发展战略来说，我认为这是比资金更重要的收获。”

——联想集团执行董事、高级副总裁



【4】独立自我是觉醒：百无依傍是男人……………19

洪晃语录：“我这一辈子的信念就是走出一条自己的路，不靠家庭背景吃饭。”

——国际互动传媒集团总裁

【5】挑战自我是气概：发挥极致易成功……………22

祁燕语录：“别人经常问我，这么多事情怎么顾得过来，我告诉他们，我的脑子里有座立交桥。这就是女性组织管理上的优势，你把这些优势用到极致，就是成功者。”

——北京诺瓦企业管理咨询有限公司总经理

乔安娜语录：“人都有擅长和不擅长的东西，就看你如何去发挥自己的才能；而人能否有特别的专长则取决于个人的自觉，这就要靠你自己去发现并将它发展。只有这样，你才能成功。”

——美国著名广告人

2. 女人成功靠魅力

——色艺无间妩媚身



- ◆ 第一招：把自己打扮得妖艳动人
- ◆ 第二招：从骨子里透出娇媚的诱惑
- ◆ 第三招：不要束缚自己的霸气和野性

【1】红颜智本是财富：性感魅力撩人意……………31

玛蒂娜·黛安娜语录：“他必须要用最大的忍耐力来抗拒如何能得到我的诱惑，直到忍无可忍。”

——瑞典著名性感女模特

玛丽莲·梦露语录：“媒体评论我为1949年的挂历拍摄裸体照片，我的错误并没有什么，因为我急切地需要50美元将我的车子从典当行里赎回，我就拍摄了裸体照片。”

——美国好莱坞著名女影星

【2】享受性爱：挑战世俗……………36

西蒙·波伏娃语录：“我时常设想着男人、女人或艳情偷窃者向对方献上一吻或接受一吻的那一幕，我似乎感受到我的眼睑充满了吻。”

——法国著名女作家

伊莎多拉·邓肯语录：“我第一次感受到整夜和爱人缠绵是何等的快乐。清晨醒来，发现自己的头发和他乌黑芬芳的鬃发缠绕在一起，他的手臂环护着我的颈背，顿时感到一种无与伦比的莫大幸福。”

——匈牙利的现代舞鼻祖

【3】新新另类展个性：活出自我真色彩……………40

珍妮语录：“我们在霍根海姆一起吃过饭，随后我们通过信件来联络，上周五是阿隆索的生日，我送去了我的祝福。”

——德国著名的MTV新秀

【4】如花罂粟是奇葩：女人的“坏”与男人的爱……………42

【5】美女影星是尤物：美于心的诱惑……………44

凯瑟琳·赫本语录：她是“影坛常青树”、“奥斯卡女王”。

——好莱坞著名女影星

奥黛丽·赫本语录：她是落入凡间的天使。

——好莱坞著名女影星

秀兰·邓波儿语录：可爱宝贝演绎不老的神话。

——好莱坞著名女影星

【6】巧布机缘是智慧：扼住命运的咽喉……………48

邓文迪语录：“我有时一天收到100多个中国人的商业计划电子邮件，我有时在公司的北京办公室会见企业家，或者在北京最有名的商务聚集地之一，如St.Regis酒吧露面。”

——美国媒体大亨、新闻集团总裁默多克的现夫人

张曼玉语录：“因为贪慕虚荣，参选香港小姐……那时我梦想做明星。我当时没有周详的计划，只是想利用港姐这条最容易的捷径。”

——中国香港著名影星

章子怡语录：“我不得不承认自己是幸运的，假如没有遇上张艺谋、李安导演，我可断根本不会有今天……”

——中国内地著名影星



3. 女人成功靠个性

——标新立异绽蓓蕾



- ◆ 在任何时候都保持自己人格的独立
- ◆ 对自己的魅力和能力有绝对的自信
- ◆ 具有从不认输、百折不挠的意志品质
- ◆ 欣赏自己独特的个性，珍爱自己
- ◆ 保持女性与生俱来的神秘感气息

【1】追求自由是天性：我是美女我怕谁……………60

陈鲁豫语录：“像我这样的个性，如果喜欢，就一定会去学，不考虑将来是不是好找工作，会不会有前途之类的事情。现在想想，我这样的个性也挺危险的。”

——中国香港凤凰卫视著名主持人

徐静蕾语录：“我是一个挺有个性的人，我喜欢‘让我做主’。”

——中国内地著名导演

【2】个性张扬是秉性：喊，我就是我……………64

卡莉·菲奥里纳语录：“我们必须激起创业精神……我们必须有一种真切的紧迫感、一种竞争的精神、一个想赢的愿望。”

——前惠普公司董事长兼首席执行官

田中真纪子语录：“一个人要作出决定，她的头脑就一定要清楚。我不想把我的时间都花在四处奔波上面。”

——日本前女外相

【3】优雅之姿是内涵：高贵典雅的曼妙倩影……………69

葛丽泰·嘉宝语录：“我就像一艘没有舵的船——迷茫、失落而孤独。我笨拙、害羞、紧张、恐惧。这就是为什么我在自己身边筑了一道墙，并永远住在那道墙后面。”

——好莱坞著名女影星

【4】“叛逆”之态是创新：拒绝循规与蹈矩……………72

范徐丽泰语录：“自己认为对的事，只要不偏私，不为个人喜恶，经过客观分析，如果依然觉得是对的，就应该坚持立场，无需顾虑得失成败。”

——中国香港特别行政区立法会主席

叶莺语录：“我的裙子很短，我的高跟鞋很高，从第一天开始工作的时候我就是这样了。我会为这些改变装束吗？不会。这就是我，我不会改变我自己。”

——柯达公司全球副总裁

4. 女人成功靠交际

——百花齐放路路通



- ◆ 提高你的心理素质，展示开朗的你
- ◆ 让别人对你产生好感，把快乐带给别人
- ◆ 善于制造愉快的谈话气氛，提高灵活的应变能力
- ◆ 打造成功的人际关系网
- ◆ 保持自己高尚的人格，充分展示如花香般的魅力

【1】水滴石穿是韧性：至柔之水可克刚……………82

埃娃·庇隆语录：“全世界都看着我们，国内的报纸和反对派也盯着我们，等着我们犯错误，看笑话。我们一定要有最上乘的表现，不耻做傻事。”

——阿根廷第一夫人

【2】珠圆玉润是灵性：左右逢源养人脉……………84

郑露莹语录：“少帅，我们同是中国人，相信我这一次吧！”

——中国近代著名交际花郑露莹

【3】清纯淡雅是慧根：扮男人终身研读的天书……………87

林徽因语录：“我想我要用一生来回答这个问题。”

——中国近代著名才女

【4】舌绽莲花是精灵：莺声燕语与温柔地“杀你”……………90

彭莉语录：“您的中国话不也只会这么一点？您可以在这里做总经理，我也可以当个服务员吧？”

——国际名模

5. 女人成功靠气质

——气质如兰显神韵



- ◆ 学会爱自己
- ◆ 坐拥书城魅力永恒
- ◆ 展示女性温柔的性格
- ◆ 培养高雅的兴趣
- ◆ 展示最真实的自我
- ◆ 不断地充实自我

【1】如金教育是阶梯：学识气质慢养成……………97

李冰语录：“首先她的英语就胜我一筹。”

——第51届“世界小姐”大赛中获得“亚洲美皇后”奖的中国小姐

罗莎琳·苏斯曼·雅洛语录：“我们妇女必须开始向自己的目标迈进，我们必须相信自己，否则就没有人会相信我们；我们必须使我们的抱负与取得成功的毅力、勇气和决心相匹配；必须意识到人人都有为后人开拓道路的责任。”

——诺贝尔生理学和医学奖获得者

【2】海纳百川是包容：文化“杂文”是优势……………100

杨澜语录：“在美国那几年，我最大的收获就是思维方式的转变。我发现了世界上原本有各种各样的人，各种各样的思维方法，完全出自不同角度来看同样的事物。”

——阳光文化网络电视控股有限公司主席

李英爱语录：“各地观众也会有文化上的差异，但我觉得人们基本的情绪和感情是相同的。”

——韩国著名女影星

【3】红袖添香是缘分：好书伴伊增智慧……………104

曾子墨语录：“我只是把阅读视为享受生活的一种方式”。

——香港凤凰卫视著名主持人

【4】高雅气质是神韵：内涵女人有灵性……………108

刘若英语录：“我出了6张专辑，很多人都会评价我的歌词是专辑里最精彩的东西。”

——中国台湾著名歌星

6. 女人成功靠心态

——心态即命运



- 充实自己的生活
- 多想想开心的事
- 凡事要注好处想
- 在日常生活中，表达出你的快乐感受
- 从事有益的娱乐与教育活动

【1】简单心态即纯洁：对生命感恩应珍惜……………115

瞿颖语录：“很多人说我傻，说我说话直接，为人太透明。我希望自己保持一个单纯的心态。如果说成长就是需要不断地变得圆滑的话，那么我宁可不要这样的成长。对我而言，调整好自己的心态最重要。”

——中国内地著名模特、演员瞿颖

董洁语录：“我们经常有一些这样的演出，大多是跳自己团里编的舞蹈。跳的时候我不知道那会是，可敲真的是最后一次在团里的演出。”

——中国内地影星

【2】成败豪迈是勇武：名利瞬间转头空……………122

凯瑟琳·赫本语录：“我不想在观众面前显示自己是一个弱小的女性，如果有一天我认为自己对大家都没有任何用处，我会找到合适的方式来结束自己的生命。”

——好莱坞著名影星

【3】传递快乐为逍遥：只留欢乐在人间……………125

李湘语录：“做了节目主持人之后，我才发现这一行更适合我。《快乐大本营》以娱乐游戏节目为主，又是现场直播，在台上能和现场观众直接交流，觉得过瘾。我这人用北京话来说叫‘人来疯’，现场观众越是热烈，我就越是来劲儿，我们的节目每次直播前不排练，即兴激情的东西很多，因为注注一排练，直播时再演就假了。”

——湖南卫视著名主持人

【4】平和本色是真我：宠辱皆忘，把酒临风……………128

朱媛媛语录：“我很早就悟出来，你的每一条路实际上都是自己走出来的，你现在做这件事，可敲是为你以后在铺路。演戏一定先要做人，人做好了，机会慢慢会来找你，我自己就是这样一步步走过来的”。

——中国内地影星



赵薇语录：“当时明知道这个世界如果只有真的东西而没有虚伪肯定也会乱套，可我觉得只要是能保持住善良和纯洁，即使世界大乱了，也是美好的！”

——中国内地著名影星

【5】积极心态是努力：成败不必在我……………132

谢丽华语录：“要有一个积极向上的心态，人说话就活一个心情，心态很重要，如果总有负面的东西影响着你，或者你的心态是不健康的，或者消极和被动，就很难成功。”

——《中国妇女报》著名编辑、记者

7. 女人成功靠爱情

——爱情伴随伊人飞



- 学会宽容，不要轻易抱怨
- 对男人做的事一定要以鼓励为主
- 在爱情中也要有自己的主见，不要一味迁就对方
- 坦诚地跟恋人谈心
- 给男人空间也给自己自由

【1】梦中相挽情人归：天若有情天亦痴……………139

张爱玲语录：“于千万人之中遇见你所要遇见的人，于千万年之中，时间无涯的荒野里，没早一步，也没晚一步，刚巧赶上了，那也没有别的话可说，唯有轻轻地问一声：‘噢，你也在哪里吗？’”

——中国现代女作家

三毛语录：“将来长大了，去做毕加索的另外一个女人……请他留住，不要快死，直到我去献身给他。”

——中国台湾现代女作家

【2】身陷情网何需知：直教人生死相许……………146

凯瑟琳·赫本语录：“理想的美国男人的形象肯定是屈塞那样的，他喜爱体育运动，外表强壮，头脑敏捷，我想我代表了理想中的美国女人的形象，即试图以柔克刚来征服屈塞那样的男人，但却总是无法在与他的争斗中占到上风，我们之间的关系是罗曼蒂克式的，也是美国观众想像中期许的那种关系。”

——好莱坞著名影星

陆小曼语录：“他那种倾心相向的真情，才使我的生活转换了方向，而同时，也就跌入了恋爱。于是烦恼与痛苦，也就跟着一起来了。”

——著名诗人、画家徐志摩的妻子

【3】梦醒时分心不醉：重续前缘与幻曲……………150

黛安娜·斯宾塞语录：“我还是个小女孩的时候，有过许多梦想，我希望有个照顾我的丈夫，他就好像我的父亲一般，支持我、鼓励我，对我说‘做得好’，或者‘还不够好’。但我什么也没得到。”

——前英国王妃

舒淇语录：“在经历过好多事情以后，我对爱情早已没有幻想了。我觉得最伟大的爱情是平平淡淡的，很踏实、很舒服。”

——中国港台影星

【4】亲吻丘比特：我的爱情我做主……………156

西蒙·波伏娃语录：“人们为何钟情？没有什么比这更复杂了：因为是冬天，因为闲暇无度，由于意志薄弱，由于孤独难忍，由于需要安全感，由于偏好冒险，由于失望、希望或绝望……”

——法国著名女作家

陈希梅语录：“和陈纳迪相爱的10年，是我们都深爱对方的10年。我再也不会结婚，可是我有自己的感情生活，因为生活有很多乐趣。”

——美国国际合作委员会主席

8. 女人成功靠家庭

——女人的一半是男人

- ◆ 继续保持女人的魅力
- ◆ 要有自己的事业
- ◆ 与你丈夫一起发展
- ◆ 要有自己的社交圈
- ◆ 亲近孩子，善待老人



【1】惠质兰心全能女：八面玲珑巧女心……………166

林徽因语录：“我是女人，理所当然变成一个纯净的“糟糠”典型，一起床就洒扫、擦地、烹调、课子、洗衣、铺床，每日如在走马灯中过去。”

——中国近代著名才女

李亦非语录：“我从来不把自己放在一个弱者的位置上。如果那样做了，你就是弱者。做女人很好，有许多优势，并不像外界呼吁的那样，女人好像是个脆弱的需要保护的群体。”

——MTV 音乐电视频道中国区总经理

【2】爱情生生不息：生命的延续与母性的光辉……………171

池莉语录：“人生有各种事业和作品，我想作为一个女人，她有个最重要的作品就是生儿育女。”

——中国当代女作家

倪萍语录：男人给女人最大的承诺就是婚姻。

——中央电视台著名主持人

【3】进退自如 VS 贤妻良母：下得了厨房与上得了厅堂……………175

陈燕妮语录：“我宁愿在社会上拼搏，争夺自己的天空，也不愿整天在家洗洗涮涮，开无聊聚会，等老公回家。”

——中国当代女作家

【4】两情相悦身相依：做老公的红颜知己……………177

三毛语录：“用旧的汽车外胎，我拾回来洗清洁平放在席子上。里面填上一个红布坐垫，像一个鸟巢，谁来了都抢着坐。深绿色的大水瓶，我抱回家来，上面插上一丛怒放的野地荆棘，那感觉有一种强烈的痛苦的诗意。”

——中国台湾现代女作家

俞渝语录：“在创业的时候，对市场、对前景、对很多东西都会有自我怀疑的时候，也会受到挫折。这时候，夫妻间互相鼓励，彼此说一句打气的话很重要，因为创业很寂寞。”

——当当网联合总裁

9. 女人成功靠敬业

——丽人追梦千万里



- ◆ 遵守上班时间
- ◆ 在预定的时间内完成工作
- ◆ 在工作时间内避免闲聊
- ◆ 执行任务要细心
- ◆ 做琐事时要有耐心
- ◆ 不断学习，提高自己的业务能力

【1】矢志不渝地追求：职涯绵绵无绝期……………187

芭芭拉·麦克林托克语录：“你对其他事情根本没有感觉，你是如此地全神贯注，以至极微小的事物也会变大，你就会慢慢地注意到大多数人没有注意到的事物……当你这么做时，你就会有一定的思考深度，并且具有非常的洞察力。”

——诺贝尔生理医学奖获得者

布兰妮语录：“我希望音乐一直是我生命的一部分，希望随着每次新专辑的发行大家都能看到我的成长，音乐永远是我的重心”。

——英国著名歌星

梁静茹语录：“其实我很满意在每一个阶段中，都可以做自己想做的，入行至今觉得自己属于按部就班的人，不会特别快或特别慢。”

——中国港台歌星

【2】化蛹为蝶的浪漫：身心合一地进取……………193

康朵莉莎·赖斯语录：“热爱是在你遇到困难时前进的动力，在你集中精力完成一件事时，你也能够在所做的工作中得到快乐。”

——美国国务卿

阿罗约语录：“我觉得自己很卑微。我不是一个野心勃勃的人。我没有要当一个伟大总统的宏伟梦想。但我想当个好总统。”

——菲律宾总统

【3】女人也顶半边天：红粉紫衣舞商潮……………196

玫琳凯·艾施语录：“在我的整个事业中最大的成就感，就是看到许多女性成功。”

——美国著名化妆品品牌“玫琳凯”的创始人



可可·夏奈尔语录：“我爱的两个男人从来不了解我。他们很有钱，却不曾了解过，女人也想做些事。我永远无法放弃夏奈尔公司，它是我的孩子，是我白手起家缔造了它。我不希望自己在男人心目中的分量，仅仅是一片羽毛而已。”

——国际著名时装品牌“夏奈尔”的创始人

10. 女人成功靠理财

——富婆发家手段高



- ◆ 相信自己的能力，关心自己的钱就像关心自己的容貌
- ◆ 明白自己的需要，拟定理财计划
- ◆ 学习理财知识，避免盲从盲信
- ◆ 专注工作，投资自我

【1】精明女人精细心：于细微处见匠心……………204

何丽玲语录：“我所规划的事首先大方向必须是对的，做之前深入了解，一启动就必须成功。可老天对我比较好，让我有一个理想去奋斗，其实每一个人应该都可以做到，就看付出多少努力。我对自己有一窍不通的压力，因为这么多人在看，我要很谨慎，很小心。”

——台湾著名企业家

苏珊娜·克拉滕语录：“美女并不是花瓶的代言词，善于理财，可以说是女人的一种天赋，只要勇于学习，你也可以成为理财高手。”

——德国宝马公司大股东

【2】挥金如土与智慧淘金：女人理性投资最重要……………207

吕璧莹语录：“我是投资狂，最终会把话题引到投资上去。让富豪相信可以赚到钱并最终赚到了钱才是最重要的。”

——中国香港高诚财富管理公司董事总经理

罗亚军语录：“盲目投资加上不了解娱乐产业，是我失败的主要原因。可当时却只顾着挣钱，一直往前冲，根本就没有意识到这一点。”

——中国四川昔日女富婆

11. 女人成功靠健康

——健康体魄百魅生



- 提高生命质量，关爱自己身体
- 学会自我评估身心是否健康
- 排解压力，梳理健康
- 注意自己的身材

【1】女人塑身似雕玉：练出性感小蛮腰……………216

小S徐熙娣语录：“减肥这件事，不狠真的不行，但不要以为‘狠’就是一点儿东西都不吃，那样只会让你面无血色、精神不济；要发狠地只吃该吃的东西，在该吃的时间吃，最重要的是要发狠做运动。”

——中国台湾健身明星

大S徐熙媛语录：“我曾找过整形医师，想抽眼袋、想隆胸，但医生告诉我，我不需要整形。”

——中国台湾健身明星

【2】女人运动展英姿：青春曼妙俏佳人……………220

陈中语录：“我什么苦都要吃，我到最后一定要拼，一定要夺得这块金牌。”

——2004年雅典奥运会跆拳道冠军

莎拉波娃语录：“这些平来的刻苦训练和家人付出的各种代价随着我成为世界第一而变得具有意义。也让我感觉这么做是值得的。”

——俄罗斯网坛名将

【3】女人健康是根本：健康才能助成功……………223

姜培琳语录：“希望通过搜狗美女野兽登山队的行程能够对于中国的慈善事业起一个推动的作用，希望对于整个西藏的旅游还有关注程度更加推动。”

——中国模特

张欣语录：“现代人重视健康的心态很重要。我每天都去运动，去健身房。”

——SOHO中国有限公司联合总裁



【4】美女淡泊是觉醒：平平安安送福音……………225

李瑛语录：“中国的舞台很大，普通的观众更渴望艺术。”

——中国内地女歌星

市槐语录：“最重要的是踏踏实实做些事，做自己愿意做的事。作为女人，如果社会需要我们，我们就尽力为社会做工作，如果不需要我们，我们还可以回到丈夫、孩子身边去。”

——安徽大学副校长

12. 女人成功靠时尚

——百变美女四时新



- ◆ 保养好自己的皮肤
- ◆ 通过美容使自己容光焕发
- ◆ 勾勒女性绝美体型
- ◆ 用服装来突出自己的优势，掩盖自己的劣势，使自己更加有魅力

【1】(宝石型)时尚美女：天使脸蛋魔鬼身……………236

蔡依林语录：“女生都会对自己身体的某部分特别自信，我的嘴唇比较丰厚红润，平常我都不上口红，如果嘴唇保养好，将来见心爱的人时就不用画口红了。”

——中国台湾女歌星

李玟语录：“我以我的方式，回报如此热情的歌迷。”

——中国台湾女歌星

【2】(玉石型)天生丽质：出水芙蓉天自成……………239

靳羽西语录：“中国女性接受能力强，特别是年轻一代。她们与外国年轻人一样勇于尝试，比如把各种颜色放在脸上、头发上玩，敢于冒险，这是好事。但是也要注意不要盲目追求潮流，要按自己的特点打扮，一味跟着潮流走，会成为潮流的牺牲者。”

——羽西化妆品创始人

杨紫语录：“女性为了美而去做整容手术无可厚非，这是她们的权利，但我想她们不应该只为了迎合别人而去上手术台，一个女人美与不美很多时候并不仅仅取决于她们的外貌。”

——英国足球明星贝克汉姆的妻子