



Fajueziwoqianneng
发掘自我潜能
Zuochenggongxingfunren
做成功幸福女人

女性励志经典

Li Jin Bian Zhu
李津 编著

The Corpus Of The
Women's Capital

改变女人一生命运的十二大资本

女人的资本

全集

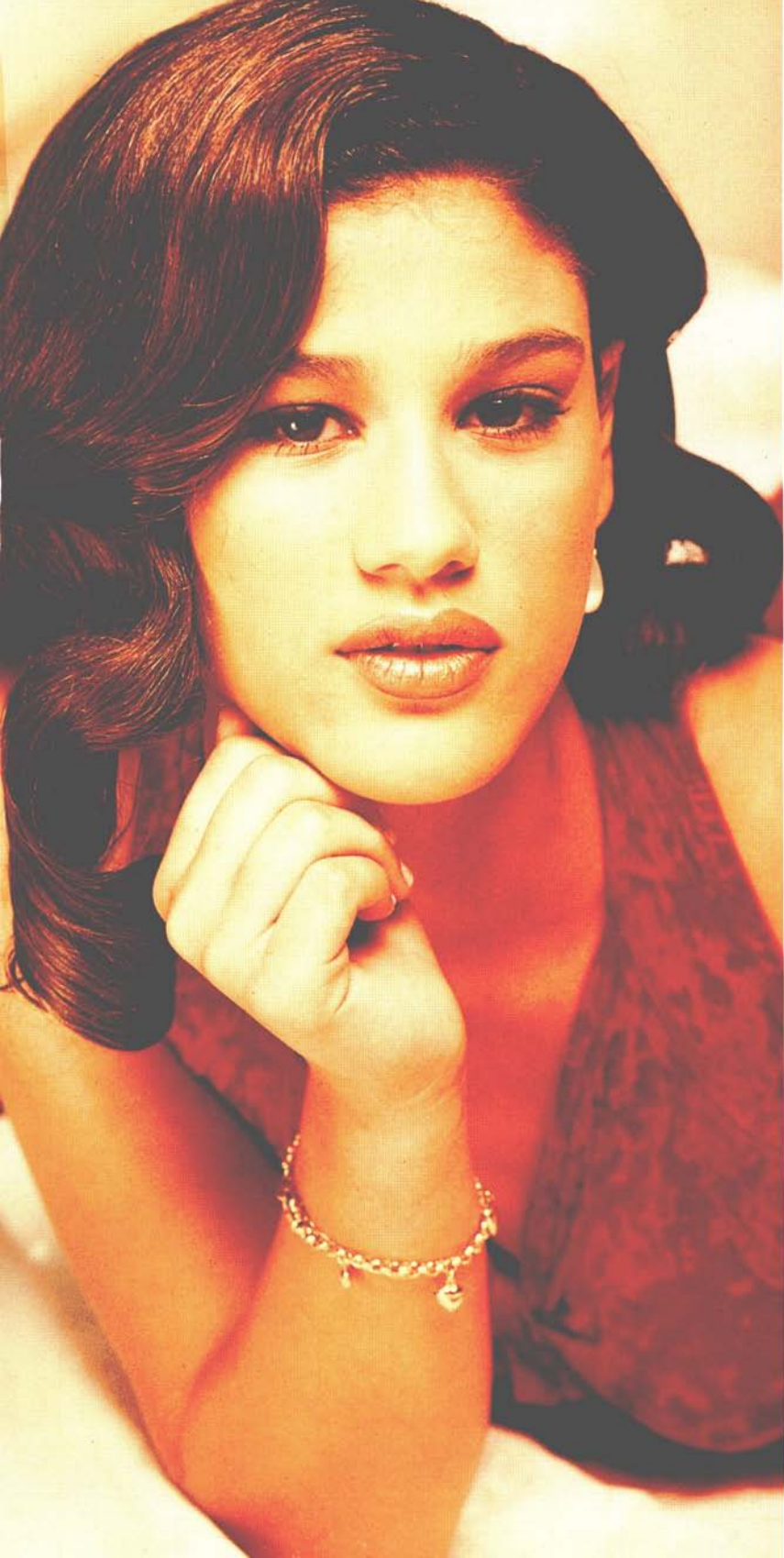
有才华的女人可以吸引男人，善良的女人可以鼓励男人，
美丽的女人可以迷惑男人，有心眼的女人可以抓住男人。

——罗曼·罗兰



中央编译出版社
Central Compilation & Translation Press

——漂亮的女人让人爱一时，而内涵丰富的女人让人爱一生。





做个平凡的女人，很好；做个美丽的
女人，更好；做个快乐的女人，最好！



魅力在女人身上就是一朵花，你有了它，别的就不必有了，如果没有，不管你有什么，都无足轻重。

——巴里



女人如花。小巧玲珑的女人是满天星，情趣高雅的是文竹，气质不凡的是牡丹，热情奔放的是玫瑰，魅力四射的是马蹄莲，内心纯洁的是芙蓉。

女人的资本

全集

李津/编著



THE CORPUS OF
THE WOMEN'S CAPITAL

中央编译出版社

图书在版编目(CIP)数据

女人的资本全集/李津编著. - 北京:中央编译出版社. 2004. 12

ISBN 7 - 80211 - 063 - 7

I. 女... II. 李... III. 女性 - 修养 - 通俗读物

IV. B825 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 137739 号

女人的资本全集

出版发行:中央编译出版社

地 址:北京西城区西直门内冠英园西区 22 号(100035)

电 话:66560272(编辑部) 66560273 66560299(发行部)

网 址:<http://www.cctpbook.com>

E - mail: edit@cctpbook.com

经 销:全国新华书店

印 刷:廊坊京华万圣印刷有限公司

开 本:960 × 640 毫米 1/16

字 数:200 千字

印 张:18.875

版 次:2005 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

定 价:25.80 元

序 言



序
言

幸福是每个人都梦寐以求的，女人也不例外，然而幸福的女人却凤毛麟角。之所以会这样少，是因为女人缺少追求幸福的资本。一个女人要想获得幸福，就要不断地积累自己的资本，这样才能在强手如林的社会上立足，进而取得成功。

美国成功学大师拿破仑·希尔曾说过这样的一段话：“人与人之间只有很小的差异，但是这种很小的差异却造成了巨大的差异！很小的差异就是所具备的心态是积极的还是消极的，巨大的差异就是成功和失败。”一个女人如果一直保持积极的心态，那么她一定会追求到幸福。

漂亮的女人让人爱一时，而内涵丰富的女人让人爱一生。内涵丰富的女人，有吸引人的魅力。一个女人的幸福在很大程度上依靠的就是女人特有的魅力。所以，魅力也是成为幸福女人的一大重要资本。

成功学大师卡耐基说：“为什么有的人会从芸芸众生中脱颖而出，为什么有的人又会默默无闻？区别就在于，他们是否已具备了某种完整或适用的人格。而且，这种人格离我们并不遥远。”了解自己的个性，并把握和完善它，个性也会成为一个幸福女人的一大资本。所以，每个希望自己幸福的女人都要学会塑造迷人个性，要让自己与众不同，有自己独特的美丽。

坚强的女人总是能致力于力所能及的或经过拼搏就能胜任的工作，积极地与著名的成功者相比较，把她们当成楷模，努力战胜自己的弱点。在别人说她不具备条件时，也绝不放弃希望和努力。

如果你也是一个渴望成功的女人，那么一定要战胜那些只有

The
women's
capital





女性才有的弱点,如使小性儿、唠叨、嫉妒等,使自己越来越有完美的性格,向着幸福不断迈进。

俗话说:“活到老,学到老。”尤其是在如今科学技术飞速发展的时代,每个人都需要不断地学习新知识,否则,就有可能被别人超过。一个女人只有在不断学习中才能取得进步、获得成功。而且女人的某些天性也注定她们是某些知识领域的高手。

对一个人的人生而言,群体活动是其中的重要环节,人就是在群体活动中度过的。没有社交,没有群体活动,人生就会变得枯燥无味,甚至到了无情趣。因此,社交问题就成了人生的焦点问题之一。而女人是天生的社交家。女人独特的社交能力可在社交活动中起到举足轻重的作用。然而,许多女人面对社交活动却手足无措,以致失去了许多成功的机会。所以,一个想获得幸福的女人就要把这种天赋的能力挖掘出来,让自己如鱼得水。要做到这一点,就要懂得社交礼仪、举止优雅、刚柔并济……

为什么世界上最富有的人是男人而不是女人呢?许多男人回答说,这是因为男人有卓越的理财能力,男人天生就对财富有一种渴望。女人的回答往往是,我一看到财务报表就头疼,我不善于理财。其实女人的这种观点是错误的,女人是卓越的理财专家,她们仅仅是被一些表面现象蒙蔽而已。在现今这个功利的社会,看你成功与否,从一定程度上是看你积累的财富的多少。所以,一个女人要想成功,就必须把自己卓越的理财能力发掘出来。有人说,婚姻是爱情的果实;也有人说,婚姻是爱情的坟墓。为什么会有这么两种完全不同的观点呢?一个已学会维持、享受美满婚姻的女人无疑同意前一种观点。爱情生活是一个女人不可缺少的一部分,而一个幸福的女人,她的爱情也是幸福的。

如果你想做一个完整的女人,想做一个幸福的女人,那么,你就需要阅读一下本书,从现在开始培养以上的种种资本了。





目录

mulu

第一章

决定命运:独立女人的心态资本

- 1 心态不同命运就会不同 (3)
- 2 珍惜自己已有的生活 (6)
- 3 21 世纪成功新女性的 10 项心理调整 (9)
- 4 凡事要往好处想 (13)
- 5 面对失败时的自我盘整 (16)
- 6 李玲瑶:成功女人是这样炼成的 (21)

第二章

神秘色彩:优雅女人的魅力资本

- 1 展现自己的高贵气质 (27)
- 2 成为有魅力的女人 (30)
- 3 穿出女性的魅力 (31)
- 4 苗条身材展现女性迷人魅力 (39)
- 5 做一个优雅别致有格调的女人 (41)



- 6 成为一个完美的女人 (43)
- 7 魅力测试 (45)
- 8 陈燕妮:优雅的女人 (49)

第三章

高贵典雅:气质女人的品位资本

- 1 旗袍,穿出女人的古典美 (55)
- 2 精品女人的十大特质 (57)
- 3 高品位与媚俗只一线之隔 (60)
- 4 “坐”个风姿绰约的高品位女人 (63)
- 5 做个充满贵气的女人 (64)
- 6 叶莺:一个追寻“致命诱惑”的女人 (67)

第四章

做回自己:新新女人的个性资本

- 1 21 世纪新女性的生存主张 (73)
- 2 塑造迷人的个性 (76)
- 3 10 种类型的女人完善个性的要点 (78)
- 4 做一个智慧的女人 (82)
- 5 做韵味迷人的女人 (84)



6 个性成熟度测试	(86)
7 崔涛:有野心才会成功	(95)

第五章

珍爱自我:成功女人的生存资本

1 成功女性如何面对心理压力	(101)
2 职业女性放松身心 5 法	(103)
3 成功女人的 10 个心理动员	(105)
4 事业失败的女人的 5 个心理障碍	(107)
5 知道要干什么,明白你能做什么	(109)
6 现代新女性的工作	(112)
7 马爱红:我们为你喝彩	(115)

第六章

战胜自己:成熟女人的强者资本

1 战胜唠叨的技巧	(121)
2 控制自己的嫉妒	(123)
3 纠正女人不守时的缺点	(125)
4 让忧伤远离自己	(127)
5 学会控制自己的怒气	(129)



- ♂ 成功女人十大策略 (133)
- 7 女人缺点测试 (135)
- ♂ 张抗抗:女人最重要的是战胜自己 (139)

第七章

跟上潮流:智慧女人的学识资本

- 7 做一个快乐的知识女性 (145)
- 2 走向 E 时代 (148)
- ♂ 女人需要提升技能 (152)
- 7 职场女性“充电”意识要增强 (155)
- 5 学习能力测试 (157)
- ♂ 姜丰:从辩手之花到媒体女强人 (160)

第八章

优雅生动:温柔女人的社交资本

- 7 举止优雅——尽展女人的社交风采 (167)
- 2 社交场合中女人的 8 种禁忌 (170)
- ♂ 社交礼仪显现女人魅力 (173)
- 7 女人先天具有交际的能力 (179)
- 5 刚柔相济是女人最有力的交际手腕 (181)
- ♂ 男女沟通的不同之处 (183)



7 不要陷进是是非非	(185)
8 人际交往能力测验	(188)
9 郑李锦芬：“三项全能”的幸福女人	(191)

第九章

巧织人网：机智女人的处世资本

1 简单而实用的 10 种交流技巧	(199)
2 成为会说话的女人	(201)
3 温柔是女人处世的法宝	(205)
4 关系网是女人处世的重要资源	(208)
5 处世能力测验	(210)
6 章启月：巾帼不让须眉的外交“名嘴”	(213)

第十章

理财高手：事业女人的财商资本

1 观念决定财富	(219)
2 女性，你适合做什么	(222)
3 女人最赚钱的十大行业	(226)
4 给经商女人的建议	(230)
5 女人贫穷的 5 个原因	(232)



♂ 财商综合测试 (234)

♂ 张璨:生命因挫折而精彩..... (238)

第十一章

坐拥爱情:浪漫女人的恋爱资本

♂ 抓住男人心的恋爱秘诀 (247)

♂ 从 10 个方面观察与你交往的男人..... (249)

♂ 不在意的动作暴露男人的内心 (252)

♂ 女人要有识别男人谎言的能力 (256)

♂ 测试女人是否了解恋爱中的男人 (258)

♂ 于红岩:美丽的红宝石 (263)

第十二章

硕果累累:忠诚女人的婚姻资本

♂ 让丈夫更爱你的 25 个“金点子”..... (269)

♂ 多说一些甜言蜜语讨婆婆的欢心 (271)

♂ 将爱情激活的 40 种方法..... (273)

♂ 拴住男人心的秘诀 (276)

♂ 女人在婚姻中常犯的错误 (278)

♂ 对爱人了解度的测试 (282)

♂ 吴小莉:幸福的女人..... (290)



第一章 决定命运： 独立女人的心态资本

THE CREDIT OF
THE WOMEN'S CAPITAL



心态不同命运就会不同

一个人想着幸福,就可能幸福;想着不幸,就会不幸。一个人期望的多,获得的也多;期望的少,获得的也少。幸福产生在那些能自我调节心理的人身上,不幸根源于那些不自觉地让自己产生不幸的人身上。

意识和潜意识具有操纵人类命运的巨大能力,这种能力也毫不例外地在每一个女人身上体现。

传说,有个勤奋好学的女裁缝,一天去给法官缝补法袍,她不但缝补得很认真仔细,还对法官穿的法袍进行了改装。有人问她其中的原因,她解释说:“我要让这件袍子经久耐用,直到我自己作为法官穿上这件袍子。”心想事成,这位裁缝后来果真成了一名法官,穿上了这件袍子。

相信自己能够成功,往往自己就能成功,这是人的心理在起作用。人的心灵有两个主要部分,就是意识和潜意识。当意识做决定时,潜意识则做好所有的准备。换句话说,意识决定了“做什么”,而潜意识便将“如何做”整理出来。意识就好像冰山浮出水平线上的一角,而潜意识就是埋藏在水平线下面很大很深的部分。有人还用科学术语比喻:人体的神经系统,特别是大脑,就相当于电脑的“硬件”,意识就是这部无比精密的电脑的“操作者”,潜意识就等于电脑的“软件”。读了这些生动的比喻,你就会明白意识和潜意识的关系和奥秘。我们从古今中外许多科学家身上发现,

