

男人



[男人_下载链接1](#)

著者:东方齐天

出版者:中国石化

出版时间:2009-10

装帧:

isbn:9787511401083

《男人如何打造你的魅力》集中概括了魅力男人出色的九种素质，重点介绍了修炼男人

魅力的九大途径，以帮助男人们塑造个性品牌，提升自我价值，走向人生成功。借鉴《男人如何打造你的魅力》的指导，你会懂得和学会：好风度让男人形象更潇洒，好气质让男人更风采传神，好个性让男人本色更迷人，好习惯让男人生活更精彩，好修养让男人人格更高尚。魅力男人从不是少数人的“专利”。即使你平凡普通，学会运用《男人如何打造你的魅力》所介绍的修炼方法，你同样可以充满魅力。是男人就要做魅力男人。魅力男人是男人出色的标志，是男人一生的追求。

作者介绍:

目录: 一、好风度：让男人的形象更潇洒	1. 好风度的根基是人的修养与品格/2
2. 男人的好风度源于内在美和善良的心/3	3. 将内在美通过优雅的举止表现出来/5
4. 以美好的仪表给人留下良好的印象/6	5. 打造亮丽自我，使你的风度有所依托/8
6. 塑造个性形象，彰显男性特有的美/12	7. 将领带搭配出你的时尚风度/14
8. 魅力男人的五大秘密武器/15	9. 将你的“衫”情魅力进行到底/18
10. 良好的习惯让男人更潇洒/20	11. 女人所欣赏的男人风度/22
12. 握手瞬间，尽显男人风度/25	二、好气质：让男人的风采更传神
1. 好气质是好形象的第一内涵/30	2. 气质可以分为哪几种类/32
3. 男女气质有哪些不同差异/35	4. 不同的气质演出多姿的人际关系/37
5. 多彩的气质孕育出多彩的爱情/47	6. 自信及自我暗示：培养自我控制的气质/55
7. 战胜羞怯和善于控制：气质修养的要求/57	8. 幽默与取悦别人：取得气质修养的主动权/59
9. 音乐与笑：气质改善的调节剂/63	10. 疏导与反馈：保持你的良好气质/66
11. 多血质人的韧性与集中力培养/68	12. 胆汁质人的思考力与集中力的培养/69
13. 黏液质人的决断力与行动力的培养/71	14. 抑郁质人的表现力与活动力的培养/72
三、好口才：让男人的语言更悦耳	1. 好口才，“说”不尽的男人魅力/76
2. 以幽默展示个人的才华与魅力/78	3. 注入情感，用激情感染听众/80
4. 发自内心的美誉之词最显口才/82	5. 恭维女性首先要理解女人的心态/86
6. 善说“趣”话：情趣与哲理的优一/88	7. 会说“笑”话：开心与风趣的结合/94
8. 巧说“话”话：灵活应变妙语补遗/101	9. 狡说“歪”话：看似荒诞实则正经/103
四、好个性：让男人的本色更迷人	1. 良好的个性能使你的形象大放光彩/108
2. 走自己的路，用个性为人生拓荒/111	3. “我”就是个性，个性就是“我”/115
4. 保持真我本色，做独一无二的自己/117	5. 培养成熟个性，张扬男人的魅力/121
6. 翩翩风度展现出你的与众不同/124	五、好心肠：让男人的情操力更感人
1. 美丽的人性是男人最有价值的形象/130	2. 情感真诚是提高男性魅力的源泉/132
3. 良心胜于自由，贪婪遗失幸福/134	4. 在生活中勤于播细爱的种子/136
5. 宽容大度，善于谅解他人/138	6. 慷慨仗义，做成人之美的君子/140
7. 为自己开设一个感情账户/143	8. 建立真正友谊，与朋友分享快乐/146
9. 助邻为乐，亲仁善邻德不孤/149	10. 平等尊重，以真情善待同事/151
六、好心态：让男人的内心世界更阳光	1. 心态是世界上最神奇的力量/154
2. 积极的心态是人生成功的催化剂/156	3. 平和的心态使人从容有致/159
4. 告别和改变消极的心/161	5. 做一个永远充满自信的人/163
6. 甩热忱构筑人生的乐园/166	7. 用理智锁住浮躁的心态/168
8. 消除抑郁的几种方法/171	9. 淡泊名利，破除贪婪的枷锁/172
七、好习惯：让男人的生活更出彩	1. 好习惯是一把成功的金钥匙/176
2. 良好的习惯是后天养成的/178	3. 养战时节俭的好习惯/181
4. 敬业习惯使人一生受益无穷/182	5. 镇定的习惯使人遇事不慌/184
6. 养成自纠自省的好习惯/186	7. 养成良好的生活习惯/188
8. 摆脱不良习惯的影响/190	9. 改变讲粗话的不良习惯/192
10. 克服办事拖拉的不良习惯/194	11. 养成不撒谎、不欺骗的好习惯/196
12. 养成不在背后议论人的好习惯/198	八、好才华：让男人的能量更充盈
1. 时代要求魅力男人不断丰富自己的知识/202	

- 2. 自主地学习，不断地给自己充电/204
 - 3. 不断地开发你的学习潜能/207
 - 4. 用闲暇时间换来宝贵的知识/210
 - 5. 读书需要选择，不能读有害之书/212
 - 6. 培养和建立良好的阅读习惯/214
 - 7. 善于在实践中不断地学习/216
 - 8. 了解音乐基本知识，丰富你的艺术修养/218
 - 9. 学会欣赏舞蹈艺术，丰富你的学识魅力/224
 - 10. 懂点电影知识会使你更有魅力/229
- 九、好修养：让男人的人格更高尚
- 1. 修养是一种内在的魅力/236
 - 2. 高尚的品格是人生最宝贵的财宝/237
 - 3. 失去道德标准必将偏离人生航向/239
 - 4. 诚实：立身处世之本/242
 - 5. 宽容：比大海还广阔的胸怀/243
 - 6. 善良：人性中最好的一面/246
 - 7. 沿着谦逊的阶梯一步步攀升/247
 - 8. 讲信用可以使男人更强大/249
 - 9. 勇于改过，常省自身，好男人/250
 - 10. 洁手清心，不断对自己的心灵进行洗濯/252
- · · · · · [\(收起\)](#)

[男人_下载链接1](#)

标签

魅力

素质

励志

修养

一般

外表

习惯

评论

从优秀到卓越，我们还远着点。

[男人_下载链接1](#)

书评

[男人_下载链接1](#)