

<<做自己的女王>>

图书基本信息

书名：<<做自己的女王>>

13位ISBN编号：9787515501307

10位ISBN编号：7515501308

出版时间：2011-10

出版时间：金城出版社

作者：沃伦·卡塞尔

页数：264

译者：邵亚楠

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<做自己的女王>>

### 前言

无论你卖什么，没有比与关联奥普拉更能保证成功的稳定剂了。

——《时代周刊》2007年5月9日 至此你或许会问：“为什么要学习奥普拉的超强气场，而不是艾伦·德杰尼勒斯、唐纳德·特朗普、玛莎·斯图尔特或者泰拉·班克斯的呢？”

首先，即使不用见到奥普拉本人也能相对容易地总结出她的习惯，因为她每个月都会在她个人的《奥普拉杂志》上撰文。

所以不但关于她的资料很多，并且她本人在撰文中也很坦率。

她对大家敞开心扉以期感染每个人使大家都能找到真实的自己。

而正是这些习惯造就了奥普拉的气场。

在我看来她的影响是无与伦比的。

此外，奥普拉已经决定在其脱口秀开播25年之时为该节目画上句号。

而此书旨在总结这位世界上最具影响力的女性身上值得我们学习的一切。

在2007年12月的月刊中，《好莱坞记者报》曾尊敬地称奥普拉为“好莱坞领袖人物”并称她的影响堪与白宫媲美，甚至可能在人们心中要更伟大。

毫无疑问奥普拉那全球关注的璀璨人生已经使得那些唱反调的人拱手认输了。

拥有一个长达20几年的脱口秀节目，这位曾决定放弃评选机会给予其他竞选人，让位多次艾美奖得主的女士，绝对有实力将一个无名写作者一夜之间变成一名畅销书作家。

奥普拉就是成功的化身。

所有她触碰的东西都能变成黄金。

她的影响力跨越了几代人。

她经受了一波又一波的考验但又一次次地渡过难关，最终成就了其今日的神话。

因此，她也在不断地提起超强气场对于她成就的影响。

这本书就是研究了她的成功法则从而激励读者去采纳以使其加快进步的历程迅速获得成功。

美国最权威的巅峰表现及个人成就专家布莱恩·特里希曾说：“心理学和成功学中最重要发现就是你所想、所感受、所成就的每一件事都有百分之九十五归功于习惯的结果。

从童年开始，你便已经养成了一系列机动的无意识的特定的反应模式。

”我企图研究是什么让奥普拉如此成功而其他美国脱口秀主持人却难以企及。

我一直好奇为何有些人会成功而有些人则不能。

似乎有些人是被神扶持的而有些却是被诅咒的。

就在写这一章，确切地说是在写本段的时候，我接到当地的警察局的来电说一个年轻人因入室行窃被捕，之前此人已经被捕过5次之多了，而且他曾发誓不会再犯错。

之前我还为他辩护过，我简直不能相信他再一次犯了同样的罪。

而就是有另一些人能够一次又一次地享受成功。

奥普拉的成功纯粹是占尽天时地利吗？

她巨大的影响力是毫无疑问的。

美国有线电视新闻网(CNN)和时代周刊网站曾称她为“无可争议的世界最有权势的女性”；《美国观察家》杂志把她尊为“无可争议的世界最有影响力的女性”；《时代周刊》杂志称她是“20世纪最具影响力的100人之一”以及2004、2005、2006和2007年度“最有影响力的人物之一”。

她的个性极富魅力。

人们喜欢阅读关于她的文字。

因此，让我们不仅去研读她的这些气场也同时去效仿它们吧！

让我们开始认识奥普拉，开始了解她的超强气场吧！

## <<做自己的女王>>

### 内容概要

《做自己的女王——奥普拉告诉我们的40个气场修炼术》是一本揭秘奥普拉成功秘辛，解读奥普拉超强气场的神奇读本。

从叛逆少女到心灵女王，奥普拉实现了丑小鸭到白天鹅的巅峰飞跃。

作为当今世界上最具影响力的妇女之一，她在这本书中与我们分享了其成功的40个气场修炼术，与此同时本书融入了众多关于奥普拉生活、事业的有趣故事，将这位传媒女皇鲜活地带到我们身边。

“你能经历的最大冒险，就是过你梦想的生活。

”成为气质女人，要从自我修炼开始……

## <<做自己的女王>>

### 作者简介

沃伦·卡塞尔是一名专业律师，业务领域主要设计知识产权、媒体、娱乐和体育。他是“卡塞尔和路易斯”律师事务所的创始人，而其前身“卡塞尔”律师事务所是东加勒比地区唯一涉及知识产权领域服务的律师事务所。与此同时，他的另一身份是“沃伦·卡塞尔脱口秀”节目的主持人，目前这档电视综艺脱口秀节目已覆盖26个国家和地区。

## <<做自己的女王>>

### 书籍目录

为什么是奥普拉

关于气场修炼

40个法则的缘由

气场修炼NO.1：早睡早起

气场修炼NO.2：与忠诚同行

气场修炼NO.3：“赠人玫瑰，手留余香”

气场修炼NO.4：将诚信武装进灵魂

气场修炼NO.5：跳出禁锢的“盒子”

气场修炼NO.6：祈祷吧，上帝就在你身边

气场修炼NO.7：笑，微笑，开怀大笑

气场修炼NO.8：不要跳离书的海洋

气场修炼NO.9：善待你的员工

气场修炼NO.10：让狗成为你的伙伴

气场修炼NO.11：用鲜花装点你的生活

气场修炼NO.12：歇歇你的肩膀，请站在团队里

气场修炼NO.13：给语言一点温度

气场修炼NO.14：懂得用人也是一种智慧

气场修炼NO.15：让你的身边群英荟萃

气场修炼NO.16：“专一”也是一种美德

气场修炼NO.17：做钱的主人而不是奴隶

气场修炼NO.18：有一种财富叫做“朋友”

气场修炼NO.19：“谢谢您，请准时参加”

气场修炼NO.20：将爱好融入你的工作

气场修炼NO.21：摘下你的面具

气场修炼NO.22：学会感恩

气场修炼NO.23：打开心门，让它宽容一些

气场修炼NO.24：不要忘了来时的路

气场修炼NO.25：有了大树也不要忘记森林

气场修炼NO.26：锻炼身体让自己保持活力

气场修炼NO.27：吃是一种学问

气场修炼NO.28：近朱者赤，近墨者黑

气场修炼NO.29：把耳朵叫醒

气场修炼NO.30：珍惜你的时间

气场修炼NO.31：给自己一份日程计划

气场修炼NO.32：有时休息比工作更重要

气场修炼NO.33：周末给自己放个假

气场修炼NO.34：别在同一个地方再次摔倒

气场修炼NO.35：用激情点亮生活

气场修炼NO.36：相信你的直觉

气场修炼NO.37：淡定，你只需要淡定

气场修炼NO.38：有梦的人是幸福的

气场修炼NO.39：呵护你的心灵

气场修炼NO.40：尊重一类人群，她们叫女性

气场修炼：完美幻化中

致谢

<<做自己的女王>>

后记

<<做自己的女王>>

章节摘录

## &lt;&lt;做自己的女王&gt;&gt;

## 后记

在这本如有神助的书的背后有一个有趣的故事。

多年来我一直很崇拜奥普拉并一心想要在加勒比地区建立一个像她那样的集团。

几年来我持续给她写信都没有得到回复，心里始终希望能见她一面。

在持续联系她几年无果之后，我当时的第一打算并不是写这本书而是计划请奥普拉上一次我的电视节目。

我想做一个真人秀节目把奥普拉请来(我相信是上帝给了我这个灵感)。

我要请她出席我个人的电视节目“沃伦·卡塞尔脱口秀”。

于是我从蒙特萨拉特乘飞机去好莱坞找到了一位制作人，他答应只要我能保证请来奥普拉就愿意制作这个真人秀节目。

研究并跟随其前进脚步长达17年，对奥普拉和她的工作团队的了解使我确信请她来不是问题。

我坚持给奥普拉的挚友盖尔以及她的助理和制作人们送了一个星期的花来吸引他们的注意。

接着有一天我收到一封她的广告商的来信说因为事务繁忙她不能出席，我一时很受打击。

成百上千人都梦寐以求得到一个好莱坞制作人的垂青，我得到了，但是我却需要奥普拉。

于是我跑到马里兰州我父母那里。

当我就邀请奥普拉上节目的事死心之后，一个新的想法出现了。

大约午夜两点钟冥冥中我听到一个清晰的声音说：“脱口秀女王的习惯——奥普拉走向成功的40个好习惯，以及需要改正的1个坏习惯……”那是灵光一现的一刻。

如果她不能来上节目，那么我至少可以将我多年对她的研究与他人分享。

那一刻我决定去买每一本有关奥普拉的书，可这时我才意识到大多数关于她的书都是传记类的。

我只找到一本记述她的优点的书，但我个人认为其内容还不够充实。

我飞回蒙特萨拉特开始收集奥普拉在她的杂志中写过的每篇文章，接着又到这个小岛上的图书馆搜寻每一篇她执笔的和涉及她的文章。

我从亲朋好友那里求得《奥普拉杂志》的以往期刊，又观看奥普拉的脱口秀节目，边看边将有“奥普拉习惯”的证据记录下来。

现在我感到欣喜，因为我以某种方式为人们实现更好的生活作出了自己的贡献。



<<做自己的女王>>

编辑推荐

<<做自己的女王>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>