

保健食谱

营养丰富，美味可口的三文鱼，让您吃得健康，胃口大开！



烤三文鱼

准备时间：15分钟 • 烹煮时间：8分钟 • 供6人享用

做法

1. 在三文鱼片上轻轻涂一层橄榄油。
2. 把三文鱼放入碗里。用黑胡椒粉和大蒜粉腌泡三文鱼片。必要时可加盐调味。
3. 把碗盖好，放进冰箱里冷藏1/2-2小时。
4. 以中火预热烤盘。
5. 用刷子在烤架上轻轻涂一层油。
6. 把三文鱼放在烤盘上。
7. 把三文鱼的每一面各煮4分钟左右。
8. 挤几滴新鲜柠檬汁在三文鱼上面。

沾酱

- 半粒柠檬
- 辣椒，切丁。
- 洋葱，切丁。
- 蜂蜜(选择性)

做法

把半粒柠檬的汁挤进一个碗里，混匀辣椒、洋葱和蜂蜜，即可上桌。

配料

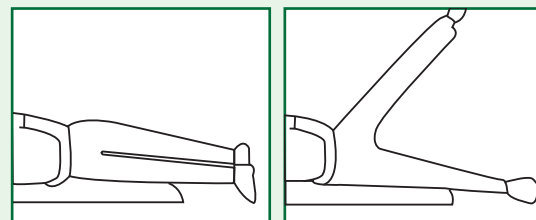
- 680克三文鱼片
- 黑胡椒，适量。
- 大蒜粉，适量。
- 盐，适量(选择性)。
- 橄榄油
- 洋葱片
- 柠檬

体操新知识

您是否对自己粗壮的大腿感到厌倦，却又忙得没时间运动呢？其实，您可以一边看电视，一边锻炼大腿肌肉，把那些多余的脂肪消耗掉！

目标肌肉群：大腿外侧

1. 侧躺，上边臀部应直置于下边臀部正上方。把头靠在手臂上或用手支着。
2. 把双腿移前约45度，帮助平衡。
3. 举起上边的腿，使其离下边的腿约一寸。使双腿平行，足部屈曲（脚趾朝前，而非朝上。）
4. 慢慢把上边的腿举起和放下。重复做此动作，勿触及另一只腿。
5. 重复10-15下。注意别让身子往前倾。换另一只腿重复做。



好建议！

想拥有更完美的效果，请在运动前使用optrimax的清轻滑！它采用美容学最先进的配方制成，能够消除小腹、臀部、腰围、大腿、膝盖以及上臂的多余脂肪，同时预防它们卷土重来。



泰国的健康、美食及美容节与健康及美容展

2006年8月23-27日, 2006年11月8-12日



1. 友善的bwL大使。
2. 参观者趁机多了解bwL的产品与计划。
3. 吸入负离子之后, 精神饱满极了!
4. 参观者争睹我们的畅销产品。

bwL在汶莱开设第二间生活馆

2006年12月20日, 汶莱



5. 吕仕杰先生风趣的谈话, 令来宾们听得如痴如醉。
6. 汶莱生活馆的内部环境宽敞宜人。
7. Beauideal Enterprise正式开张, 众多当地支持者到场祝贺。

regional BUZZ 25

香港, 台湾, 印尼及越南



205领导的科学

2006年10月27-29日, 香港

1. 范博士指点组员们如何以实际行动实现创业计划。



205领导的科学

2006年12月19-21日, 越南

2. “我们手里紧握住‘宝物’哦！”



202-1 基本营养学

2006年12月12-13日, 印尼

3. 学员们一面听讲, 一面勤于做笔记。



在新加坡举行的台湾

103心态

2006年9月11-13日, 新加坡

4. 到访的台湾代表团到Changi总部留影。



bwL 全美世界在香港隆重开幕

2007年1月8日

2007年1月8日下午二时零八分，bwL的香港区域中心隆重开业。主持开幕仪式的尊贵嘉宾是香港投资推广署助理署长贾沛年先生。来自香港甚至新加坡和马来西亚的众多直销商挤满了办事处和走廊。出席者趁机分享各自宝贵的知识，以及直销和保荐的经验，

同时打铁趁热向香港的亲友们介绍bwL产品。香港区域经理周炳光先生说道：“非常感激我们的直销商一路来的支持。我急不及待跟他们携手合作，并致力在未来迎合他们的需求。”



1. 范文瑠博士、陈俐蓉博士、黄雍胜先生与数位贵宾们。
2. 香港区域总经理，周炳光先生，与他所带领的团队。
3. bwL成员各个一脸灿烂。
4. “来，给你一个bwL气球！”
5. “产品优惠，赶快购买。”



全美世界台湾分公司正式开幕

2006年11月25日

位于台中市台中港路一段160号31楼的台湾分公司，终于在工作人员及数十位因产品而感动的先锋会员的努力下，于11月25日下午3时33分，由创办人、执行董事、贵宾们，以及在场近200名来宾的共同见证下，顺利启动了在台湾的全美事业。

开幕的活动自11月24日起，一连热热闹闹的举办三天。自第一天由陈博士主讲「青春不老的传说」，揭开DR's Secret的秘密开始，紧凑的节目加上现场的促销以及每天晚上的抽奖活动，将整个开幕妆点得多姿多采，尤其是11月25日当天，来自北中南各地的会员及新伙

伴们，带着兴奋、热情、高昂的情绪，前来观礼，开幕过程的气氛，就如烟火齐放、百花绽开般的沸腾到最高点。当晚范博士主讲的「开拓蓝海的直销天空」更是座无虚席，充分反映了台湾伙伴对全美事业的殷切期盼。

活动在第三天黄执行董事的「吸出健康、赢在前哨」内容充满丰富的健康知识及生动活泼的演讲之后，交出亮丽的成绩单。台湾的开幕，代表全美世界向世界扩展的脚步，又往前跨出了一大步，相信全美世界成为国际性的知名品牌已经是指日可待。



1. 鈕澤基先生(左一)与即将上台领奖的台湾直销商。
2. 这个大家庭已在台湾落地生根。
3. 来吧，大家竖起拇指赞好！
4. 范博士、陈博士与其它台湾成员都兴奋不已。



千娇百媚之夜

2006年9月24日

马来西亚bwL的千娇百媚之夜是一项意义深远的盛会，将近一千名来自全马各地的伙伴参加，而会中各项节目也充分反映马来西亚伙伴们多姿多采的直销生涯。

掀开此盛会序幕的是表扬2005年最佳生活馆前三名和持续个人销售额，这两个奖励是马来西亚bwL的独有特色。这不仅代表几位领袖的成就，更是马来西亚全体伙伴的骄傲。

DRs Seager 美容竞赛也是当晚的另一高潮。评分标准以DRs Seager 的疗效为依据。竞赛成绩清楚显示DRs Seager已在马来西亚推广得很成功，而我们也为那么多人从中受益而感到欣慰和满足。领袖们表演的话剧更是深具意义，因为他们的协调与合作精神充分展现领袖们的团结和团队精神。大会虽已结束，但晚会的点点滴滴已成为我们生命中不可磨灭的回忆。



1. bwL的领袖呈献爆笑短剧娱宾。
2. 最佳衣着奖决赛圈选手各出奇谋，争妍斗艳。
3. 当晚耀眼夺目的明星。



4. 兴奋莫名的吉隆坡学员与马来西亚的高级区域总经理，谢凤群女士，合照。
5. 吉隆坡103 培训课程的参加者学成结业，人人手捧鲜花，脸上笑逐颜开。

103 心态

2006年11月10-13日



205 领导的科学

2006年11月4日, 16日及18日



6. 古晋的出席者全神贯注聆听范博士的教诲。
7. 新山的培训室人潮汹涌，水泄不通。
- 8: 吉隆坡学员高喊：“V...代表胜利！”



301 事业规划

2006年12月2-4日

新年新目标！2006年12月2日至4日，来自新马两地的金阶企业经理汇聚马来西亚吉隆坡，出席为期三天，节目紧凑的研讨会。顶

尖的领袖们互相寒暄，热情交流，同时为来年确定大计、业绩目标和商务方案。



1. 通过完美的团队精神清除障碍。
2. “各位朋友，让我们告诉你下一个游戏规则。”
3. “我们这队战无不胜，所向无敌！”
4. 各地领袖齐聚一堂，趁机会互相切磋与联络感情。



第三届环球系统领导人峰会 暨亚太区诚信直销高峰论坛

2006年11月29-30日

第三届环球系统领导人峰会暨亚太区诚信直销高峰论坛于2006年11月29日至30日与马来西亚吉隆坡盛大举办，总计有来自亚洲各地主要直销专家及领导人参加。bwL荣获两大奖项：

2006亚太区最具公信力10强品牌直销企业以及2006亚太区最具市场影响力10佳系统。恭贺也多谢大家的努力！



5. 左起：Maggie、陈博士、范博士和Elin自豪地展示奖状。
6. bwL 成员聚在一起给得奖者打气。

开斋节庆祝会

2006年11月18日

我们的马来友族同胞，有幸在皇冠王子酒店欢庆开斋节，享用丰盛的自助餐，美食层出不穷，余兴节目精彩绝伦。



1. 首三份大奖得主：“幸运之神眷顾我们。”
2. 现场欢天喜地，笑声不绝于耳。
3. 莫非这是魔术表演？



Goh Boon Guek



Katherine Tay



Xue Xiao Hong

迎接 2007 年盛大派对

2006年12月30日

岁末残年，正是大家与亲友们团圆聚餐的时刻。bwL 举办了一项迎接2007盛大派对，准备了各式美食、产品座谈会、幸运抽奖等招待来宾，人人笑逐颜开。让我们一起来狂欢！

4. 我们的前三名现金奖得主：喜不自胜。
5. 我们很荣幸邀请了陈俐蓉博士主持幸运抽奖。
6. 现场的人潮络绎不绝，场面热闹。
7. 丰富的奖金奖品待您赢取！



范博士的思想世界

成功来自：如何看自己、看别人



范文瑁博士

如果你觉得自己不会成功，你一定不会成功！因为你不会花气力为成功奋斗，又哪会成功？如果你觉得自己很棒，你会尽一切所能去让自己越来越棒。

所以觉得自己是什么，就会是什么！

看好自己，加强信心永远是打开“成功之门”的一把锁匙。

一个充满信心的人比较有热忱、积极、乐观及勇气去面对任何挑战，不屈不挠奋斗到底！

反之，缺乏信心的人总是畏首畏尾、悲观、消极、敏感甚至自暴自弃。一遇到困难就气馁、放弃、半途而废。

我曾经阅读过一个故事，故事的主人翁是一个非常平凡，受中学教育的工人。再一次IQ测验中偶然发现自己的IQ指数比平常人高。就从那天起，他非常努力进修而变成一个学者及有成就的人。

不同的信心指数造成不同的心态及行为，而导致不同的结果及命运。

如果说有信心者的成功率是50%，那没信心者的成功率将是0。

1 要建立自信的第一步是调整自己的心态。

2 第二步是努力学习更多的知识与技能以提升自己的能力与效率。

3 第三步是设立目标和大量行动。

4 第四步是不断检讨、微调、持续成长。。。信心就一点一滴地建立起来了！

bwL的KASH 培训系统就是为了建立每个成员的信心，而663系统就是打造每个成员的成功而设！

有了信心自然是成功的一半。另一半就有赖于你怎么看待别人。

举些例子说吧：

- i. 当你觉得对方不会买你的产品，这个人永远不会是你的客户，因为你不会去跟他做销售的动作。
- ii. 当你觉得这个准客户应该用DR's Secret, 你会尽力去说服他，DR's Secret如何能帮他拥有亮丽的肌肤。
- iii. 如果你把对方看成准BM, 你会告诉他成为BM的好处，结果他可能被你说动而成为BM。要不然他也会蠢蠢欲动先投资一套DR's Secret开始。
- iv. 如果你把对方看成准SD, 你会很耐心去跟进并说服他这直销行业的魅力，bwL的实力以及他无限大的利益，他有可能被你打动了，立志去完成SD目标，不然他也会先从BM或先用产品开始。

当你把对方看得越有潜力，对他及对你未来的价值也相对大，否则，看小别人，可能带来的价值也相对小。

想在成功大道上起飞，不能单靠努力、能力及运气，更重要的是自己的心态、思维及格局。

亲爱的全美人，除了学习与努力，我们一定要**调整心态、开拓思维、扩大格局、看好自己、看好别人，无所不能！**

陈博士的健康理念

整体疗法的健康管理

bwL营养辅助品推崇的整全疗法bwL的一系列优质营养辅助品，是以整体疗法的理念为基础。或许您曾在陈俐蓉博士以前的多场演讲中听闻她提倡的“整体疗法”。然而，您或许会问，什么是整体疗法呢？本文可以帮您解答。从这一期开始，我们将陆续刊载一连串文章，讲述陈俐蓉博士的保健之道。

何谓整体疗法？

整体疗法通过自然愈合的方式，协助人体发挥其自疗力量，而达到身体自然愈合的效果。它同时帮助洗净肠胃，使人体的排泄过程更顺畅。毕竟没有任何药物能恢复细胞的正常功能，我们须靠自然界的助力，让人体处于正常的操作状态才行。

整体疗法也是达致身心健康的途径，这正是它有别于其他以商业手法促销的药物和产品之处。它不讲究医治个别的症状，而是先确定最根本的病因，然后以治本的方法对症下药。

整体疗法要寻求的是身、心、灵的健康。它让病患充满更蓬勃的活力，通过本身的自愈机制把病治好。

体内稳定维持(homeostasis) = 最理想健康

体内稳定维持指的是人体发挥其最适度发挥，并由人体的自我调节、自我愈合和自我修复能力加以恒久维持的状态。不过，您必须摄取均衡的饮食，身体才能发挥这些功能。否则，您将得不到各种酶和抗氧化剂等必需营养素的供应量，导致身体无法执行这些功能，也不能保护身体免受自由基和废物的侵害。

一旦体内稳定维持受到干扰，个别的细胞内部就会患病，而由细胞构成的特定组织和器官也受牵连。当细胞的正常调节和沟通过程有所改变，身体就开始患病了。

因此，一般认为，当人体的组织力量无法维持正常的化学与物理反应时，才会导致健康不良的状况。如果我们乖离大自然的生存规律，人体的控制力量便会出错，而各种微生物也会趁人体的防御系统虚弱时入侵。这时候，不健康的身体就会任由正常的体内微生物演变成有毒的形式，同时为外界的微生物提供带毒性的滋生环境，让它们繁殖和倍增。

在人体自我治疗的过程中，会出现疾病的征兆和症状。我们需要加强病患的健康，通过仔细的照顾和管理才能减轻病况，不能单靠药物来压抑。

整体疗法运用自然界的治疗力量，只牵涉到支援身体自愈的疗法。它不否认有时候需要动用介入的方式，唯必须避免干扰身体自我调节的过程。因此，改变饮食习惯、补充维他命、氨基酸和草药、顺势疗法、针灸或水疗法等，皆可派上用场。



陈俐蓉博士

即便进行此类疗法时，有关人士的身体也会被完整看待，而不会被当作病体，因为疾病是人体每个器官处于失调状态而引起的。根据整体疗法来治疗，就可以一举数得，把几种看似毫不相干的病况同时治愈。

整体疗法的一贯目标是养成健康的身体，排除病因，同时恢复正常的人体内部活动。

它的重点是治本不治标，因为这才是健美健康、养生养颜的不二法门。此外，还可同时利用草药来增强免疫系统，保护排毒器官。最后，您获得的好处包括改善血液循环，更顺利排出有毒废料，补充体内缺乏的营养等。

按照大自然的规律过活，意味着让人体器官维持在理想的健康水平。这包括赋予它们一个里里外外都干净的环境。



如何拥有最理想的健康

~陈俐蓉博士

- ✓ 呼吸健康的空气。
- ✓ 饮用干净的食水(把您的体重乘以30毫升，即可算出您每日所需的足够饮水量)。
- ✓ 摄取健康的食物。
- ✓ 照顾人体的排泄管道。
- ✓ 适量的阳光对您有益(上午十时以前晒太阳5-10分钟，能增加身体的维他命D，协助留住骨骼里的钙质。)
- ✓ 在最适合人体的温度区里生活 - 免疫系统虚弱者宜避开严酷的气温。
- ✓ 每天享受大约7-7.5个小时的充足睡眠。
- ✓ 每周至少运动五次，每次至少三十分钟，步行、瑜伽、太极或气功皆宜。
- ✓ 注意个人卫生。
- ✓ 选吃不含添加剂的全食，最好是在合意的环境中栽种，且富含营养成份。
- ✓ 养成健全、平衡和轻松的心态，保持积极、有创意和建设性。

根据陈俐蓉博士的解释，获取最理想的健康并非一门深奥难懂的科学。趁着新年伊始，把这些保健诀窍铭记在心吧！

大量消耗体力是否令您容易感觉身心疲惫，导致您无精打采，缺乏注意力？您的肝脏健康是否欠佳，又或者胆固醇水平过高？您是否渴望改善记忆力，提升自己非凡的心智技能？那么对您来说，增加磷脂酰胆碱(PC)的摄取量，不失为适当的解决方案！

bwL深受欢迎的PhosChol 565健脑丸带给您纯正而不受污染的胆碱效益，也是您的不二首选。PhosChol 565健脑丸含有100% 纯正的胆碱，这种不可缺少的膳食营养辅助品，能让您活得更健康！

何谓磷脂酰胆碱PC？

胆碱带给我们的效益巨大无比，它是供应胆碱的主要来源。这种类似维他命的营养素，能发挥多种重要功能。胆碱的主要功能之一，是建构乙酰胆碱这种神经细胞。乙酰胆碱负责调节记忆的回想及储存，协助提高注意力，让您保持长时间集中精神。根据《最佳营养学指南》一书的记载，缺乏乙酰胆碱将导致记忆力衰退、四肢乏力、口唇干燥。

胆碱由各种细胞膜组成，它发挥功能维持细胞结构，调节进出每个细胞的营养素交换。换句话说，它协助过滤体内的废料和其他物质，将脂肪乳化及调节胆固醇水平，协助去除血流中多余的胆固醇。过后，人体就可远离毒素和其他环境污染原可能招致的害处了。



优质产品

健脑丸PhosChol® 565

含有100% 纯正磷脂酰胆碱的优质健脑补品

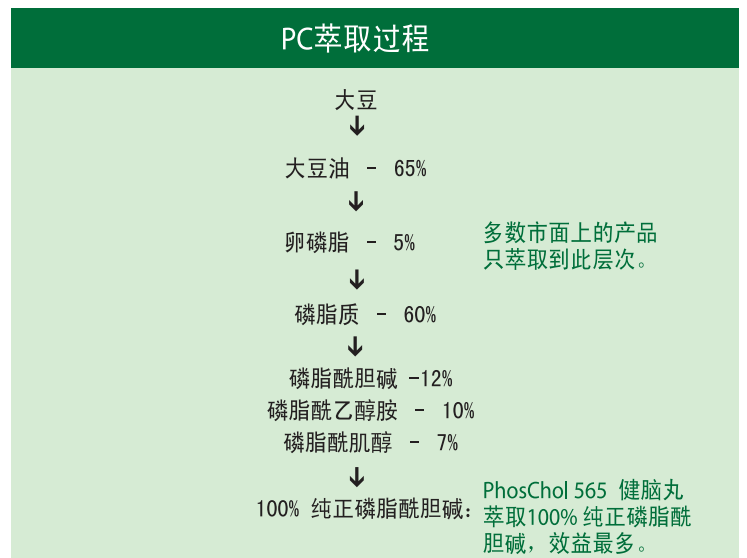
为何需服用胆碱营养辅助品？

PC是最佳的胆碱来源。虽然身体健康者的体内会自然制造胆碱，但它的份量却不足以维持良好的健康。因此，我们才需要摄取胆碱营养辅助品。

为何选择bwL的PhosChol 565健脑丸？

市面上出售的大部分磷脂酰胆碱(PC),指的其实是卵磷脂，通常只含有20%的PC萃取过程。bwL的PhosChol 565健脑丸则含有纯正100%浓度的PC，每一颗胶囊都能带给您全方位的PC效益。

bwL采用尖端科技来萃取PC的最佳营养效益。图表一里的营养价值链，显示这项萃取过程如何产生100% 纯正的PC益处。市面上出售的卵磷脂，只有极少数达到超越第三个层次的萃取水平。



图表一

bwL的PhosChol® 565的效益

定时服用胆碱能带给您以下助益：

- 改善记忆力和注意力 (美国专利号码:4221784)
- 排除体内毒素, 维持肝脏健康(美国专利号码:5284835)
- 减轻疲劳 (美国专利号码:4626527)
- 改善感官功能, 尤其是嗅觉与味觉 (美国专利号码:5001117)

PhosChol 565健脑丸的专利号码代表什么?

bwL的 PhosChol 565健脑丸已荣获数项专利权, 再次证明产品的效能。

美国专利号码: **5284835**

- PhosChol 565 健脑丸能有效协助用户更快速复原, 更快速将肝脏功能正常化, 增加细胞膜的弹性, 以及修复损坏的肝脏细胞膜。

美国专利号码: **4221784**

- PhosChol 565 健脑丸有助于减轻躁狂抑郁症, 记忆力衰退以及迟发性运动困难。

美国专利号码: **4626527**

- PhosChol 565 健脑丸有助于改善肌肉的表现。经过体力活动之后, 脑细胞和肌肉内的胆碱会迅速被消耗。PhosChol 565健脑丸能提高脑部和其他组织里的乙酰胆碱水平, 借此减轻疲乏感。

美国专利号码: **5001117**

- PhosChol 565 健脑丸有助于恢复嗅觉与味觉功能。

bwL的PhosChol 565健脑丸与其他PC替代来源之比较

蛋黄, 动物肝脏和大豆等食品皆含有PC。不过, 前两者含有胆固醇和蛋白质。PhosChol 565健脑丸不含任何植物油或蛋白质。患有关节疼痛症状者, 大可放心服用PC营养辅助品摄取其效益。

bwL 的PhosChol 565 健脑丸与普遍的卵磷脂之比较
我们的PhosChol 565健脑丸经得起考验! 我们分别把PhosChol 565健脑丸和市面上的另一种卵磷脂溶解在两杯热水里, 发现两者的实验结果简直差天隔地!

PHOSCHOL 565 健脑丸	不纯正的卵磷脂
<ul style="list-style-type: none"> - 完全溶化 - 液体呈不透明白色 - 不会凝固成团状 - 味道似豆浆 	<ul style="list-style-type: none"> - 无法完全溶化 - 深褐色油珠漂浮在水面上 - 浓稠成团状 - 气味略腥



唯有纯正真品的PC, 才能在水里完全乳化。因此, 对于吞咽感困难的病患, 只需把胶囊溶解在水里, 便可享用PhosChol 565健脑丸的营养效益。

谁可通过PC获益?

凡患有神经系统问题, A型/B型/C型肝炎等肝脏问题, 肝硬化, 抑郁, 偏头痛, 视力欠佳, 胆固醇问题和身体酸痛等, 都可通过PC获益。PC对于患有注意力不足过动障碍症(ADHD)的儿童和成人, 也十分有益。

此外, 老年人, 儿童, 孕妇和承受高度压力的白领上班族, 学生, 运动员等, 也能获取它的多重效益。

建议摄取方法:

每天饭后服用1至2颗胶囊。PhosChol 565健脑丸亦可在吃药前服用, 以协助保护肝脏, 避免遭到药物的副作用而损坏。

小提示! PC往往是以胶囊, 颗粒或粉状的形式出售. 当您选购PC时, 千万记得检查其标签, 确保产品含有至少30%浓度的PC, 有关产品才能充分发挥效用。

新的一年，新的美容愿望

又是新的一年了！是时候许下新年愿望了吗？又或者说，您觉得作出毫无诚意的承诺是愚蠢的事？若是这样，不妨建议您今年许下美容愿望。如果您颈项有皱纹，背脊有痘痘，或指甲受病毒感染，就算您有一张漂亮的脸蛋，形像也会打折扣。坚守下列美容承诺，假以时日，您必定会感受到一切辛苦没有白费！

人人都应该养成习惯，每天守诺实现以下10大美容愿望：

1

美容愿望
我会先洗手才用洁面霜


大多数人尚未察觉，洗脸之前必需先进行此项重要步骤。要是您的双手都不干净，又怎能指望它们把您的脸部洗清洁呢？给自己行行好，先用洗手液把手洗干净后，才洗脸吧。



2

美容愿望
我会滋润颈项和眼睛部位

颈项和眼睛一带是两个最容易被忽略的部位。应该有见过某些人摆出一副漂亮而保养得当的脸蛋，但颈项和眼睛部位却出现粗糙而丑陋的细纹吧？每当您细心照顾自己的脸颊时，别忘了留意颈项和眼睛周围部位。由于眼睛一带的皮肤异常纤薄，涂抹化妆品的手势务必要轻柔。每周敷用DR's Secret Q10晶莹眼膜，改善眼袋、黑眼圈和细纹。当脸上敷用DR's Secret #6滋润霜时，记得一直涂抹到锁骨位。



3

美容愿望
我会仔细照顾牙齿

选用防牙垢的牙膏和漱口水，多花些时间刷干净靠近唾液腺（下颚门牙的内侧和上颚臼齿的外侧）的牙齿部位，减缓新的牙垢形成。Dentica药用液体牙膏是另类理想的洁齿产品。不管是在工作、露营或水供不足时，Dentica都能洁净您的牙齿，使它远离细菌、牙垢，甚至口臭。在刷牙前使用或净用都行。我们只有一套牙齿 - 它值得您花心思去照顾周详。



4

美容愿望
我将勤于敷用面膜和发膜，每周一次


DR's Secret Q10晶莹面膜与DR's Secret系列#1 - #5的产品发挥相辅相成的效用，令您的容颜明艳照人。它协助补充胶原蛋白，缩小毛孔，减低黑色素的产量。每周接受热油护理或敷发膜一次，您就能展现令人刮目相看的神采。您每星期一次的保养工夫，将在充满亮泽的脸颊和丰润饱满的秀发上表露无遗！



5

美容愿望
我会给背部做磨砂按摩

另一个容易被忽略的身体部位是背脊。背部如果长了痘痘，时下流行一族必穿的挂颈背心、露背上衣，甚至无袖上衣等，恐怕统统都跟您无缘了。定时磨砂您的背部，让它尽显柔滑性感的一面。把DRS暗疮液敷在长痘痘的部位，那些瑕疵很快便会消失无踪！



6

美容愿望
我会照顾我的指甲


您的指甲不但会彻底暴露您有否细心照顾自己，还能显示您的健康状况。服用钙镁、黑加仑籽油、琉璃苣油、口嚼锌，确保您拥有坚固和健康的指甲。呵护您的指甲，每个月至少做一次美甲和美指护理。



7

美容愿望
就算是阴天，我也会敷用防晒霜

保护脸部是人之常情。我们的身体也需要获得一切保护。出门前至少15分钟，先敷上SPF防晒霜。含有SPF 25成份的DR's Secret #5防晒霜，能提供完善的覆盖，让您在有害的阳光射线下受尽保护。流汗或游泳后，记得再次敷用。确保您覆盖眼睛、颈项、手足等经常容易被忽略的部位。



8

美容愿望
我会照顾我的饮食

‘吃什么，长什么。’富含反式脂肪的饮食和煎炸食物不仅对健康有害，还对您的容颜无益。应多吃含有丰富抗氧化物的食品，例如颜色浓郁深沉的水果蔬菜，包括草莓、蓝莓、青花菜和菠菜。不妨服用我们的Super One A Day来补充营养。这种综合维他命和综合矿物质配方，把您所需的一切营养素，囊括在一颗方便无比的丸片内。

9

美容愿望
我会磨砂和滋润我的手足部位


您可能驻颜有术，连脸蛋也无法透露您的年龄。然而，您双手和足部的岁月痕迹，却往往能出卖您的岁数—您是否懂得保养，一眼就看得清楚。睡觉前，不妨养成习惯，用我们的DRS深层修复霜来滋润双手和足部。入眠时，戴上袜子和手套，预防湿份流失是不可省略的步骤。



10

美容愿望
我睡觉前一定先彻底卸妆

这些年来，化妆品的研发技术突飞猛进，如果您还以为毛孔会被阻塞，那就太落伍了。大部分化妆品，我们的C'Bon系列，是不会导致粉刺的，而且性质温和不损肌。C'Bon的微粒粉未能发挥不可思议的润肤效果，使皮肤绝顶柔滑娇嫩，让您的皮肤顺畅呼吸一整天。它也含有抵抗紫外线的成份。话又说回头，无论您的化妆品素质有多高超，每天临睡前先彻底卸妆，是完全不可省略的步骤。



常言道：“没有丑陋的人，只有懒惰的人。”这句话千真万确。实现以上10大美容愿望，等着在日后享受您努力耕耘的成果吧！新的DR's Secret VCD即将推出，敬请期待！欲知有关DR's Secret系列产品的更多详情，请登录网站 www.mybwl.com DR's Secret产品网页。

负离子车宝 - 把大自然带进车里!

您对自己车里的空气素质有多大的信心? 我们每天在行驶的车里呆上数小时, 难免会吸进车内重复循环的空调冷气。汽车空调释放的空气, 闻起来或许新鲜, 但确实是这样吗?

就算您每次驾驶都开着冷气, 也还是会被迫吸进外头受到废气、尘埃和煤烟颗粒等污染的空气, 对您的健康构成严重威胁。与此同时, 微生物和细菌也容易在车里滋长, 导致车内累积各种臭味、尘埃、烟雾和其他有害的刺激物。

然而, 我们多久才洗一次车呢? 重复暴露在一再循环的车厢空气里, 可能令您坐立不安、烦躁、丧失注意力, 甚至头痛。

隆重介绍负离子车宝 - bwL为车而设计的负离子器!

负离子的疗效是经过证实, 而且广受公认的。负离子车宝所释放的负离子, 能有效去除从公路上渗入尊车内部的污染源和过敏原, 同时令尊车内的空气‘焕然一新’。

为何使用负离子车宝?

- 在35厘米距离内, 每cc释放2百多万*个负离子团。
- 完全不含臭氧⁺。
- 负离子确保血液循环顺畅。
- 负离子为脑部供应新鲜空气, 加强注意力。
- 香精油匣含有100%全天然的芳香疗法香精油。
- 香精油乃萃取自植物, 不含人造成份。
- 芳香疗法加上负离子, 能中和汽车内受污染的空气, 减轻体力疲劳和头痛。
- 无须费时费力保养。

*荣获韩国远红外线协会 (KIFA) 证实。

+荣获韩国化学工业测试与研究机构 (KOTRIC) 证实。

负离子车宝的香精油匣

芳香疗法乃起源于古人采用天然植物精华来促进身心健康的习惯。它所采用的纯正香精油, 是取自花朵、果实、树皮和树根等植物部位, 加以蒸馏或冷压而成。负离子车宝采用芳香疗法香精油的目的, 是对中枢神经系统发挥作用, 志在减轻抑郁和忧虑, 纾解压力, 放松身心, 提神醒脑, 镇静思绪, 或振奋人心, 恢复体魄和情绪的健康。



我们的负离子车宝经得起考验



1 把负离子车宝放在一个箱子里，然后将香烟雾泵入箱里。



2 整个容器已充满了香烟雾。



3 有了负离子车宝，在短短几分钟内，香烟雾即刻烟消云散。

实验结果证明什么？

负离子车宝能在短时间内有效驱散乌烟瘴气，把它中和成干净的空气，以免危害健康。

负离子车宝备有2种香精油匣供您选择

‘轻松’风味的香精油，集合了薰衣草、洋甘菊和佛手柑成份；‘清新’风味的香精油，则带有柠檬草、天竺葵和薰衣草组合成的花香。

‘轻松’和‘清新’风味，不论对司机或乘客都能发挥效用。

薰衣草 香精油在纾解压力方面的效果最广为人知。薰衣草能让中枢神经系统达致平衡，抚慰精神，压抑愤怒，舒缓紧张以及过动症状。

洋甘菊 香精油性质温和，有效松弛、抚慰和镇定神经。

佛手柑 香精油具有清新、提神和抗菌的功能。佛手柑油是榨取自柑皮，带有怡人的柑橘芳香，能对您的情绪产生振奋效果。

柠檬草 香精油是一种抗菌剂，用途多样化。柠檬草香精油亦是妙不可言的空气清新剂。它既能让空气变纯净和清洁，又是天然的驱虫剂。不但如此，它还能提神解乏，澄清思绪，补充精力，对于克服时差综合症尤为有效。

天竺葵 香精油的香味接近玫瑰，它有助于驱走抑郁，令您精神为之一振。

负离子车宝对谁有益

- 所有驾驶人士，尤其是那些需要长时间留在车内者，例如：的士司机、私人房车司机和送货员等。
- 长途开车旅行的人士。
- 经常面对塞车者。
- 容易过敏的人士。

在车内安装负离子车宝，不论目的地在何处，您和您的乘客都将享受一段宜人的旅程。

Meiyanne Saad

勇于向自我挑战的女性

Meiyanne Saad勇于自我挑战，她如今身兼数职，既是妻子，又是母亲、女儿、学生和企业家。

昵称Inne的她，早在加入bwl创业之前，就已在金融界服务超过12年的专业人士。为了增进自己的智慧，她不断充电，甚至离开工作岗位全力攻读金融管理博士学位。尔后开创bwl事业之后，就勇往直前，从不回头。Inne一直兴致勃勃地体验学习新事物的乐趣，不断启迪才智，追求满足感。

在短短两年时间内，Inne平步青云，荣登bwl最高的铂阶企业经理PD宝座。Inne总结自己的成就时，归功于她‘坚持到底、刚强意志、开放心态、积极乐观、多才多艺、宽容大度和讲究诚信’的综合个性。她向其他踌躇满志的创业家分享成功秘诀，并敦促他们“勤奋工作、设定务实的目标，以开放的心态迎接新挑战，随时保持积极和乐观。”

“当您不断提升自己时，自然会把它体现在生活上的所有领域。”Inne所言非虚，她是名副其实的‘人文投资’提倡者。她从没错过任何bwl的培训课程，并力劝她的会员向自己看齐。她不但参加bwl深受欢迎的‘心态’培训课程，还扮演协调者的角色，从中受益不浅。

Inne在本区域的会员人数与日俱增，令她肩负的责任加重。尽管她是八面玲珑的生活高手，为了要更好的安排处理在bwl创业的工作量，不得不在其他角色方面作出适当的调整。这位新升任的铂阶企业经理誓言要在人生的各个层面达致和谐——同时兼顾家庭、事业与学业。

家人是策励她前进的推动力。每当Inne抽得出时间时，她就会把自己的周末或平日的晚餐时间奉献给家人，共享天伦之乐。她每年至少陪同家人出外旅游四次。今年，Inne的愿望是开辟第四条金阶企业经理的下线，并协助其中一名金阶企业经理升上铂阶企业经理的地位。Inne如今已是铂阶企业经理，她的下一个优先目标是在今年内读完博士课程，因此每周保留了至少8小时的进修时间。

Inne凭着一股信念而取得今日的成就—就算前路崎岖不平，她终能靠着坚定的信心，努力不懈，克服迎面而来的重重挑战。**Meiyanne Saad**就是这么一位勇于自我挑战的女性。



Ibu Inne与她一路走来，并肩作战的下线。



亲爱的全美人：

随着2007年的降临，你我的人生又掀开崭新的一页。您是否已经卯足冲劲，准备迎接新的一年抢先登场的良机和挑战呢？我们敬邀您与bwL许下成功的誓约！2007肯定是一个振奋人心的年。我们已筹备一连串精彩节目，包括新店面的开幕礼、培训工作营和促销活动等等，您绝对不宜错过。

bwL分别于2006年11月25日和2007年1月8日，为我们设在台湾和香港的区域中心举办盛大的正式开幕礼。这两项万众期待的开幕礼，吸引了蜂拥而来的支持者，人潮汹涌，盛况劲爆。您的热烈反应以及对bwL的持续成长赋予的绝对信心，令我们感激不尽。敬请期待您在2007年5月5日出席我们假吉隆坡云顶高原举办的“与成功有约”国际表扬大会！

过去六年来，我们一直取得不错的增长率。我们更乐观地预测，bwL凡进军每一个新市场，势必延续它稳健成长的强劲势头。公司将继续物色具备高成长潜能的市场，通过不断扩充业务来尽量发挥我们的实力。

bwL的产品不断推陈出新，顺应各界市场的需求，也促使我们的成就更上一层楼。为此，我们自豪地宣布具有突破性科技特色的 ÜberAir Ride 负离子车宝已隆重面市。这也符合我们一贯的承诺，即引进适当产品来提倡整全的健康生活。ÜberAir Ride 负离子车宝能在每毫升空间内释放多达2百万个负离子团，而且不含臭氧，且不须大费周章去保养。这款效益高超的新产品，已加入我们的生态和谐系列阵容。它势必改善直销商的体魄健康和财务健康。

提及体魄健康，我敢肯定大多数人都有定时服用bwL营养辅助品的习惯，而且受益不浅。这里有个好消息，今后将有更多人能享用我们绝佳的营养辅助品。美国的伊斯兰食品与营养理事会最近颁发‘清真食品’（适合回教徒食用）认证给我们的营养辅助品。换句话说，穆斯林社群如今也可放心享用我们的保健品，因为我们够资格大力保证，bwL保健品均采用符合伊斯兰标准的成份及生产方式。此外，我们还打算一鼓作气进军庞大的穆斯林市场！

能够荣获同行的表扬，的确是一件值得骄傲的事。在最近举行的第三届环球系统领导人峰会暨亚太区诚信直销高峰论坛会上，bwL荣获2006亚太区最具公信力10强品牌直销企业以及2006亚太区最具市场影响力10佳系统。我们的品牌推广活动，以及独一无二的663系统，再次被公认为既有效、意义深长又设计周到。然而，我们丝毫也不自满，反而希望这两个奖项能激励每一个全美人精益求精，不断朝向成功之路迈进！

过去一年来喜讯频传，我们期待2007年，也是丰收的一年！



范文瑠博士
创办人

陈俐蓉博士
创办人

目录

42
41
39
37
35
33
31
24
23
21

founders' NOTE

pay it FORWARD
• Meiyanne Saad

product TALK
• 负离子车宝

beauty TIPS
• 新的一年，
新的美容愿望

nutri-FACTS
• PhosChol® 565

health TALK
• 整体疗法的健康管理

motivation TALK
• 成功来自：
如何看自己、看别人

regional BUZZ

shape UP
• 保健食谱
• 体操新知识

SD, GD & PD Promotions



International Convention₂₀₀₇

A Date With Success 2007 年bwl 国际大会 与成功有约



Guang Liang 光良



Jaclyn Victor



Daniel Lee 李吉汉

"Make a date with success,
make a date with us!"
“与成功有约，
与我们相约！”

A Date With Success 与成功有约

Date日期: 5/5/2007, Saturday 星期六

Venue地点: Arena of Stars, Genting Highlands 云星剧场, 云顶高原

It's a date with the heavyweights of bwl.
A date with our bwl Platinum Directors. A Date with Success.

一个云集bwl重头人物的约会。
与bwl 铂阶企业经理之约。与成功有约。

Highlights of A Date with Success 与成功有约精彩项目:

- Guang Liang of Tong Hua fame 光良 (童话)
- Jaclyn Victor, Malaysia Idol 2004年大马偶像冠军
- Daniel Lee, Malaysia Idol 2005 年大马偶像冠军李吉汉
- Mystery guest performer 神秘表演嘉宾

Be sure to make a date with success! 别忘了与成功有约!



Maggie Goh



Irene Ng



Molly Cheong



Elin Chung



Rita Ong



Meiyenne Saad