

《这样做女人最命好》

图书基本信息

书名：《这样做女人最命好》

13位ISBN编号：9787504464613

10位ISBN编号：7504464619

出版时间：2009-6

出版社：杨学强 中国商业出版社 (2009-06出版)

作者：杨学强

页数：259

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《这样做女人最命好》

前言

什么样的女人最命好？仁者见仁，智者见智，众说纷纭。每个人来到世上，都有一个所谓命运问题。命运，通常是指人的所谓吉凶祸福、高低贵贱和人生遭遇的总体状况。那么。女人的命运是由谁来决定的呢？女人的命运在自己手中。命好的女人，属于不同季节，不同颜色，装点了生活，五彩缤纷，创造着生活，暗香浮动。做一个命好的女人，爱自己，从不亏待自己。想拥有别人的爱，必须先拥有自己的爱。爱自己。能善待自己的时候从不亏待自己。一个女人没有权力选择与生俱来的外貌，但她完全可以选择心灵的幸福和快乐，做自己喜欢做的事，这是任何人都不能左右的。做一个命好的女人，自信，却不孤芳自赏。自信的女人是美丽的女人，她所散发出来的美丽不会因外表的平凡而有丝毫的减少。所以。不管你是不是长得漂亮。只要你拥有了自信，你就拥有了美丽。做一个命好的女人，打扮自己，简约而不简单。俗话说：“三分妆容，七分打扮。”世界上没有丑女人，只有不会打扮的女人。做个命好的女人，简约自然大方，不浓妆艳抹也不素面朝天，懂得怎样打扮自己，简约而不简单。做一个命好的女人，内外兼修，优雅不矫揉造作。命好女人是内外兼修的，优雅不矫揉、骄傲不造作，眼底自有万种风情却不轻浮，更不故作矜持。魅力来自于那份大方、淡定、从容。

《这样做女人最命好》

内容概要

《这样做女人最命好》讲述了：乐观——女人幸福天堂的钥匙；自信——自内而外的美丽；简约——随性而饰的风华；优雅——无与伦比的气质女人；个性——最有杀伤力的时尚；独立——女人最靓的风景；柔情——做水一样的小女人；自立——带着泪水的微笑；爱情——女人不可承受之轻。

《这样做女人最命好》

书籍目录

第1辑 乐观——女人幸福天堂的钥匙做一个“乐天派”的阳光女人快乐的女人是可爱而美丽的完美主义是一把“双刃剑”乐观让女人更加“鲜艳”女人一定要有一份好心情聪明女人的快乐秘诀第2辑 自信——自内而外的美丽女人的命运在自己手里拥有了自信，就拥有了美丽自信：女人最好的“装饰品”女人，请扬起你自信的头颅自信是女人身上最耀眼的色彩撇开压力，走向自信自信是女人一生中最为宝贵的财富信心可以使“丑小鸭”变成“白天鹅第3辑 简约——随性而饰的风华会打扮的女人是“艺术家”小配饰，大学问眉毛的形状决定女人的容貌美化女人的“心灵之窗依据自己的风格类别扮靓自己用衣服把自己“伪装”起来按自己的肤色来“搭配”服装颜色第4辑 优雅——无与伦比的气质女人学问改变女人气质知性，让女人别有风韵仪态美体现女人魅力做有品位的女人女人因为“内秀”才具有魅力女人要注意“修炼”自己的气质幽雅的女人由内而外散发着迷人的味道第5辑 个性——最有杀伤力的时尚打造“个性美女个性蕴涵着迷人的芬芳保持本色，做独一无二的自己女人的个性是培养出来的兴趣爱好影响着女人独有的气质幽默可以“装点”女人的个性第6辑 独立——女人最靓的风景女人必须学会独立经济独立是女人的立身之本心理独立可以让女人快乐起来女人要有自己的事业坚强是女人的一种财富女人要独立，但不能没有朋友女人要找准自己的位置第7辑 柔情——做水一样的女人女人不能缺少温柔充满娇羞的女人是美丽的柔情提升女人魅力微笑的女人魅力无穷善良可以增添“女人味”浪漫体现女人的温柔善解人意——女人温柔的真谛声音是女人魅力和气质的又一张名片第8辑 自立——带着泪水的微笑做一个喜爱自己的工作的女人尽量获得老板的青睐职场友谊会给女人带来快乐当众拥抱你的竞争对手千万不要“得罪”上司平等对待每一个同事根据“职场交通”的规则办事第9辑 爱情——不可承受之轻选择自己的“理想”男人用理解和信任“取悦”你的丈夫会“撒娇”的女人更讨人喜欢男人该“修理”就得“修理女人不要太挑剔赞美是一种巧妙的“献媚”距离产生美“拴”住男人要讲究技巧女人必须保持自己的漂亮和青春活力

章节摘录

做一个“乐天派”的阳光女人没见过一个发条永远上得十足的表会走得长久；没见过一个马力经常加到极限的车会用得长久；没见过一个绷得过紧的琴弦不易断；也没见过一个心情日夜紧张的人不易生病。所以，善用表的人永不把发条上得过足；善驾车的人永不把车开得过快；善操琴的人永不把琴弦绷得过紧；善养生的女人，永不使心情日夜紧张。在这个世上，并不缺乏始终保持心情愉快的女人。她们似乎从来没有遇到过困难，没有产生过烦恼，像一个无忧无虑的孩子。她们乐观、积极、热情，并把自己的愉快传染给他人。其实，她们的生活未必就一帆风顺、万事如意，只不过是，她们更容易忘掉不愉快的事罢了。科学研究表明：当一个人感到烦恼、苦闷、焦虑的时候，他身体的血压就会升高，而人心情愉快时，整个新陈代谢就会改善。烦闷、焦虑、忧伤是产生疲劳的内在因素。因此，要防止疲劳，保持充沛的精力，就必须经常保持愉快的心情，做一个“乐天派”，并培养坚强、乐观、开朗、幽默的性格，具有广泛的爱好和兴趣，始终保持积极向上的生活态度。要学会调节生活，多与人沟通交流，开阔视野，增加精神活力，让紧张的神经得到松弛，也是防止疲劳症的精神良药。所以，一个希望自己长寿、幸福的女人，除了坚持健美运动和调节饮食外，还应该心情愉快，努力做一个“阳光女人”。那么，如何才能做一个阳光女人呢？（1）珍惜你现在所有的每个人都有自己的目标及梦想，这种想法无可厚非，因为每个人都有得到自己梦寐以求的东西的权利，但是这种执著的追求可能会造成困扰，那就是你忽略了今天，也就是忽略了身边美好的事物，忽略了享受生活本身。无论你的目标是结婚、变成百万富翁、改变全世界，或者成为人人尊敬的对象，都不能让它带你走上充满诱惑的路径。一旦未来比现在更有趣味，目的地的重要性就会比过程还高，于是你就会过于执著于遥远的未来，而忽略了现在，而现在才是最美好、最难能可贵的。至于目的地，就算有一天你真能达到，也会发现它竟然如此乏味无聊。实在不如从远处看的那样好。为什么呢？因为若要达到长期目标，你必须要做一定的牺牲，但是如果这种牺牲过多，甚至剥夺了你现在应该享受的很多欢乐，就会走上自我否定的道路，从而你就会过上一种相当阴沉、毫无希望的生活，那样做一点也不明智，你用的是实实在在的现在去换取虚无缥缈的未来。（2）让你现在的生活美好起来如果你投注了足够的精力在你现在的生活上面的话，你可能会吸引来更好的未来，而不必去刻意地努力追求。也就是说，你已经拥有了美好的现在，不必费尽心力。美好的未来就会自动找上门来。有一个成功的女企业家，她拥有自己的体育用品连锁店，但她感到相当内疚，觉得陪伴自己丈夫和孩子的时间不够多。然而一回到家里她又觉得自己应该多花点时间在事业上。后来，在别人的帮助下，她有了全新的看法，那就是：在家全心全意地陪伴家人，在公司完全专注于工作，结果，现在她在工作上的决策品质更高，更快速，本身也更有自信，而且在家她也是一个称职的妻子和母亲，这一点对她来说很重要。在工作和生活两者之间，她选择了一个中间点，使自己的心态达到了平衡。可以说，珍惜现在的生活比一味追求未来更容易让人感到幸福。（3）现在我就是最好的女人持这种心态的女人往往比较自信。也比较懂得享受现在的生活。但是现在好多人都在努力地让自己变成“更完美的人”。但是这样往往让自己失去了自己的个性，那个你期望成为的人就存在你的身上，也许现在只显露了一部分，但是时机一到，你身上那个更好的人便会绽露光芒。自信是你身上非常正直的部分，缺点是你非常宝贵的资源，如果你有缺点，一点一点地发掘它们，再让自己在解决缺点的同时逐渐成长。这将是一场艰苦的战争，你必须紧握拳头，与自己作战。但是这样又会造成自己对自己苛刻要求，不要太强求自己，以免造成自欺欺人，直至最后失去自己。未来不需要你去改进自己。但是需要你的成长。你必须在你的内心进行大量的不受拘束的、坦白的对话，之后慢慢努力，继续维持，让自己成长。（4）以轻松的态度看待计划不是每个人都没有计划，过着松散自由的生活，但是大多数人的计划都太严谨了，对有的人来说，计划看起来很美好很合理，但是它仅仅是个目标和理想。只是内心对未来的一种期许。做计划有时候是必不可少的，但除此之外你还有许多重要的事情需要你去完成。为了成长，你必须愿意以轻松的态度看待计划，而且要快速学习。若能迅速地吸收新的想法，不要固守成规，就能让你的未来更加璀璨。成为活在当下的学习者要比专业的计划者更加成功。试想，科技以何种惊人的速度改变我们的生活？而且这种趋势绝对会持续下去，即使是十年的计划也会显得跟不上时代的变化。生活的步调变得那么快，制定计划的技巧可能在你还没有精通的时候已经过时了。因此，不要再固执于计划，不要再按部就班地要求自己，适时改变，以一种轻松的态度去看待计划，那你的生活压力也就不那么大了。

《这样做女人最命好》

媒体关注与评论

女人一生犯的最大错误，就是忘了自己是女人。 ——英国前首相 撒切尔夫人

《这样做女人最命好》

编辑推荐

《这样做女人最命好》：女人要关心女人的生存状态，女人要学会为自己做事，女人要懂得一生都珍惜自己。有情有爱有事业，这样做女人才有滋有味!如果你是一个男人.请将此书送给你心爱的女人：如果你是一个女人，请好好阅读此书，它可以塑造你幸福快乐的一生。

《这样做女人最命好》

精彩短评

1、真心不记得我读过啊...

《这样做女人最命好》

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：www.tushu000.com