

《活出你的女人味》

图书基本信息

书名：《活出你的女人味》

13位ISBN编号：9787515329173

出版时间：2015-1

作者：马冉冉

页数：310

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

《活出你的女人味》

内容概要

“剩女屌丝”王胜男变身为“女神”的一场华丽逆袭。传授“以敏锐的觉知，吸收滋养生命的能量”“永远要有善良的野心”“做流动的女人”等10个女神秘密，教你活出自己的女人味。女神，从来都是自己创造。

《活出你的女人味》

作者简介

马冉冉

身心灵作家，心灵疗愈者。创办“女神的花园”心灵工作室

曾在磨铁出版身心灵小说《从伤痛中开出最美的花》

新浪博客、公众微博、培训机构拥有大量粉丝群

《活出你的女人味》

书籍目录

引子

第一部

01你好，悲催

02女神来了

03格格不入

04女王出巡

05女人味？

06妈妈抱抱我

07女神真容

08不是一国的

09把酒话疗

10要发芽吗

11入门仪式

12开始练习

13音乐的魔力

14第一个秘密

第二部

15学会感谢

16走路静心

17路途之美

18感觉艺术

19聆听寂静

20第二个秘密

21看见自己

22深入黑暗

23玫瑰苏醒

第三部

24三相女神

25前功尽弃

26美好为大

27建造“女人屋”

28姑姑的故事

29第三个秘密

30全力以赴

31再见过去

32第四个秘密

33一切尽是爱

34掳走欧罗巴

第四部

35独当一面

36两个秘密

37知易行难

38第七个秘密

39石头与黄豆

40第八个秘密

41第九个秘密

42第十个秘密

《活出你的女人味》

43再见女神

44尾声

后记：让爱自你心中满溢

《活出你的女人味》

精彩短评

- 1、每个女性都是自己的女神。
- 2、一部指导女汉子变女人的指南，里面的观点百分百认同。
- 3、都市女性身心疗愈小说。写给所有自以为平凡的女孩，十个秘密让你看到自己的无限可能性、活出精彩人生！
- 4、正在阅读这本书，在图书馆借了很久，一直没看，今晚腾出点时间看了一点。女神，内心深处都有那么一个女神在认真地活着，不变的初心，内在的自己
- 5、女人味，是从内心释放出来的一种从容，一种温柔，一种力量，一种态度。学会爱自己！
- 6、很不错，值得借鉴
- 7、修炼，从此刻开始~
- 8、爱自己说起来很简单，有时候的爱更加重自己身心的负担，但是于太粗糙生活的人来说确是必要的
- 9、很不错，值得反思、借鉴，一定要活出自己的女人味
- 10、

此书比较矫情，但这种“一定要好好爱自己”这种心态和追求是值得学习和借鉴的。如果能不依靠别人的爱来获得爱，那么我们就真正拥有了爱的能力。

- 11、还不错，有很多自己的影子，要改变啦
- 12、此书贵在简单
- 13、实用的地方还是不少的，很快就读完了
- 14、很治愈
- 15、一本鼓励女性学会爱自己，活出自己的身心灵小说。
- 16、忽略这种庸俗的故事构思，也就是一个女神房客改变剩女又女汉子胜男的一个简单的过程，但里面提到的10个女神秘密还是很疗愈的，而且也很受用，正如书中所说的“男女平等，但你不能不承认男女不同，女人还是要活出自己的女人味。”确实如此，所以爱上你女性的身份，做一个女神。
- 17、如果有一件事是重要的
- 18、经历、痛苦、思考，而后散发的正是女人味的从容淡然。女人味，是从内心释放出来的一种从容，一种温柔，一种力量，一种态度。
- 19、写到几首好歌
- 20、一部很不错的指导女汉子找回女人味的指南。

《活出你的女人味》

精彩书评

- 1、不知道是不是所有女生都有变女神的梦想。我想肯定是有，只是每个人心中的女神都不尽相同。倒霉大龄女青年王胜男家里来了一个十足的女神秋琳夫人。在秋琳夫人的帮助下，她慢慢看清了自己、接受自己、爱护自己，最后摆脱家族及过去生活的阴影，收获小鲜肉，走在成为女神的路上。这本书写的会比女神门好，一则是文笔与叙事节奏，另一个，则是更适合想成为女神的妹子们看，因为很像指导守则~男生应该也可以看，只是需要经过适当的改造和自我教育。市面上有很多关于女神的定义，好像女神都变成了烂大街的词。在我看来，不会爱护自己的，都是不能被称之为女神的。爱自己，爱他人是成人的必经之路；不成人，何以成神？
- 2、这本书最妙的地方在于，主人公的名字叫“胜男”。环顾周围，名为“胜男”的女子真不少，心里住着一个“胜男”的女子，恐怕更多。“胜男”承载着家族那点儿不甘情不愿的失望，继而演变成了以男人为终极标杆的女战士，撑着一副女子之躯在男人的世界里永不妥协的姿态，硬生生把女子的那点儿柔美挤压到了自己都觉察不到的角落里，也许会沉睡至寂灭。两性关系终究还是女人的死结，如果按照这书里的十个秘密的排序来看。两性关系最忌讳争强好胜：不管是明着嚣张，还是暗着较劲。所以“胜男”这样的存在，在两性关系里是最容易出局的。类似的书籍很多，主题无非都是“爱”，有觉察的爱，没有期待的爱，而这本书则贵在简单易操作，类似一种低成本优雅之旅的简易手册，且目标群体明确——像主人公“胜男”这样的女子：外貌不再青春，事业尚未成功，机械化的生活流程，有些自暴自弃，依旧自以为是。普通人的场景，普通人的日子。这里不需要额外的痛苦作为礼物，然后来一场基督山伯爵似的蜕变；这里简单到从穿裙子，买鲜花，为自己做好一日三餐开始。瑜伽老师推荐读物。读完后，我开始为自己买鲜花。
- 3、在我去北京上叙事疗法的时候，同班的很多伙伴都在我耳边一直说着“冉冉”“冉冉”这个名字，我开始对她产生好奇，大家为什么总是提到她的课，我查阅了一下她的课程安排，发现本年度她的课程只有一次，而且在离我较远的西安组织，我有点茫然了，且不说费用，光来回的花在路上的时间就要30多个小时，这个时间成本真的很高，于是我决定更多的了解这个老师，便找到了她写的这本书《活出你的女人味》，记忆中已经很久没有看过类似的书籍了，就是故事性的身心灵的书籍，应该怎么定位这本书呢？书的内容不深，且操作并不难，道理也很好懂，但是全部做到的很少。还有就是，这不是一本“童话式”的书籍，怎么说呢？它并不是不完美的开始，曲折的过程，以及完美的结束。过程中没有坏人，结尾也不是大团圆，会让人有遗憾之感，但是却又觉得真实。至于书给我带来的影响：我想说，我已经报名了西安的课程。
- 4、31岁的王胜男整日浑浑噩噩地生活在大都市，没有前途的工作、不顺利的感情生活日益麻木着她的心。直到遇见神秘优雅的秋琳夫人，从开始的格格不入到最后胜男被秋琳夫人热情美好的生活状态打动，拜秋琳夫人为师，学习成为女神的十个秘密。胜男从活脱脱的女汉子慢慢活出了自己的风采，蜕变成懂得爱自己、爱生活、爱身边人的美好女子。本书的故事内容相比其他同类书更加贴近生活，可操作性更强，这是本书最大的亮点和优势

《活出你的女人味》

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