第一图书网, tushu007.com

<<做内心强大的女人>>

图书基本信息

书名：<<做内心强大的女人>>

13位ISBN编号：9787111398066

10位ISBN编号：7111398068

出版时间：2012-10

出版时间：机械工业出版社

作者：王思渔

页数：212

字数：126000

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

<<做内心强大的女人>>

前言

从前我一直认为爱情就是我生活的全部，是操纵我幸与不幸的砝码，但是几年下来，我开始体会到“生活总比爱情长”的道理。
尽管每一次失恋都能将我的心撕成碎片，但是我却不断地告诉自己，其他的不再重要，没有谁能陪你一辈子，你最爱的人应该是你自己。
正是以这样一种抛开一切、爱自己的心态，才让我一次次微笑着迎接新的恋情和新的人生。
闲暇之余，我也会告诉身边的朋友，任何时候都要好好爱自己。
因为我觉得一个人只有懂得爱自己，他才懂得如何去爱别人。
也可以这样说，一个不懂得爱自己的女人，她将永远无法获得幸福。
曾经有一位朋友这样对我说：“我肯定知道要爱自己，但是我没办法呀，因为每次和男友吵架我就会忍不住流泪，然后气得一天都吃不下饭。
我也知道这样是在伤害自己的身体，但就是无法控制。
”其实正是受到了朋友的启发，我才有了写这本书的想法。
这本书汇集了我自己和一些朋友的爱情经历，为了不侵犯他人的隐私，我将所有故事的主人公改名换姓，但这并未影响我所要表达的东西。
很多人总是把爱情看得很重很重，但是如何去爱，如何更好地爱，却是很多人忽视的问题。
这本书会告诉你，如何在爱自己之中变得强大起来，从而不当生活的弱者，不被爱情搞得痛彻心扉。
每天给自己一点独立的时间；找机会实现自己的梦想，哪怕是一个很小的梦想；就算是结了婚，也不把老公和孩子当成自己的全部，在爱家人的同时也爱自己；适时地给自己奖赏，在乎自己的心情；不做过分委屈自己的事等等。
虽然这看起来有一点儿自私，但是大家都愿意身边有一位健康、快乐的女性，没人愿意对着一个愁眉苦脸，委曲求全的女人。
正如人们常说的那句话：爱自己是为了更好地爱别人。

内容概要

作为一个女人，情感的痛楚你如何面对，事业的挫折你如何承受？
本书认为我们只有好好爱自己，做内心强大的女人，才能在爱情中不迷失方向，才能走出情感的误区，才能把握男人的心理，才能给自己的幸福生活加点糖，才能给自己的事业加把力。

作者简介

王思渔，新锐情感作家、国家三级心理咨询师、擅以独特的视角关注女性发展，喜欢深入研究两性心理和情感。
长期以来为女人立言、指点迷津，曾被誉为女性内心强大的指导师。

代表作有《九天看透男人心》、《狠心做事善心做人》和《七天找到你的生命伴侣》等。

<<做内心强大的女人>>

书籍目录

前言
第一章 宠爱自己的女人，连上帝都会宠爱她
爱自己，哪怕有自恋的嫌疑
过分将就的爱情不是包容，是纵容
给男友七分爱，留着三分爱自己
爱是有条件的，世上没有无缘无故的爱
如果没有很多的爱，就要有很多的健康
素面朝天不一定美
面对“爱我的人我不爱，我爱的人不爱我”
第二章 懂“心术”才能让男人欲罢不能
君子喜欢淑女——但淑女未必好命
男人更喜欢懂“心术”的女孩儿
对男人应该三分“放养”，七分“圈养”
给爱一个距离，给爱人一个空间
温柔是打动男人的最有力的武器
不以结婚为目的的恋爱，催婚不是上上策
制造小事件，让婚姻“活”起来
第三章 相信爱情，但不在爱情中迷失
别把感情浪费在没有希望的人身上
不要总说天底下没有好男人
有男人要活得自尊，没男人要活得潇洒
看见帅哥就晕倒，但嫁给帅哥未必好
初恋不是最美的，最美的是现在
对于不爱你的男人，放手是最好的选择
永远相信爱情——幸福就在转角处
第四章 给幸福加点儿糖
女人的脾气关乎幸福
遇到爱的人，就要勇敢说出来
好男人不难找，只是我们太挑剔
对男人下命令，不如改用建议
男人的建议就像镜子
即使有了爱人，也不要冷落知心的朋友
第五章 走出两性感情的误区
幻想更好的，就会失去最好的
不要与多个男人保持暧昧
爱情会在分离中枯萎
苛求完美，最终可能什么都得不到
千万别把男人的谎话当成情话
对不欣赏你的男人“华丽转身”不一定就美
男人骨子里并不喜欢太保守的女人
破裂的感情里，错的不止是男人
第六章 围城里的婚姻心理学
试图把男人改造成想要的样子=痴心妄想
女人需要安定，男人需要安静
懂得给爱情保鲜的女人，才会幸福一生

第一图书网, tushu007.com

<<做内心强大的女人>>

在外面就算是女王，但回到家就得是老婆
男人是视觉动物，女人是听觉动物
好男人要挑战诱惑，好女人要挑战寂寞
嫁给谁都有遗憾——知足才能常乐
第七章 让事业给女人的婚姻加分
永远不要为了钱吵架
女人一定要拥有一份自己喜欢的工作
跟工作谈恋爱，而不是跟老板
学会克服“ 成功恐惧症 ”
不要一脸悲剧女主角的表情
不要像间谍一样偷窥
第八章 修炼女人的力量——做内心强大的自己
别抓着男人的过去不放
坚强是女人的优点也是缺点
给烦恼清零，给情绪减压
做个有缺点的女人，不一定就是坏事
没有放不下的事情，只有放不下的心情
无法保持容颜，但可以保持魅力
内心强大的女人要有一颗积极的心

章节摘录

版权页： 女人需要安定，男人需要安静“ 老公，我同事小李昨天买了一件打折的皮草，款式特别漂亮。
可她婆婆竟然说她太奢侈，不是个过日子的人。
小李她老公也是个窝囊废，就真跟小李大吵了一顿，小李一气之下…… ”“ 我二表叔又娶了个后老伴，你猜那老太太多大岁数，都六十三啦。
就这么大岁数的人了，还天天描眉画眼，她还以为自己是新媳妇呢！
在我二表叔家里什么活儿也不干。
我二表叔却还乐得屁颠屁颠的…… ”“ 前两天楼下的商场打折，我看见一件小花格的女士衬衫特别漂亮，但当时心疼钱没舍得买。
昨天想买的时候，却发现断货了。
我问售货员什么时候上货，她竟然爱理不理的，一副傲慢的态度…… ”“ 老公，你知道吗，昨天有一件事差点没把我气晕…… ”说话的人是我的朋友沙沙，她每天一回到家，就会向老公打开自己的话匣子。
沙沙是一个做文字工作的女人，也许是她上班时一整天都在沉默，所以一回到家话痨症就会显得特别严重。
沙沙的老公曾经多次抗议，希望在家里能获得安静。
但是沙沙觉得，幸福就是每天回家有老公陪伴，充分享受甜蜜的二人世界。
于是，沙沙每天享受着自己喋喋不休的快乐。
终于有一天，沙沙偷偷在QQ上对我说，她以后在老公面前要少说话。
我问是什么让她决定要改变自己的。
她说，因为昨天老公跟她吵架的时候，骂她是个没有素质的话唠，说他们谈恋爱时的感情全让她给讲没了，只剩下心烦意乱了。
沙沙说，她听到老公这么说，才发现自己之前挺烦人的。
看见沙沙坚定的样子，我相信这个痛改前非后的妻子，会让她那饱受折磨的老公过上安静的生活。
而他们之前的甜蜜爱情，也一定会一点一点被找回来。
几乎每个女孩儿过了二十三岁以后，就会非常想结婚。
结婚的好处有很多，最大的好处就是女孩儿们从此可以过上安定的生活。
男人给了女孩儿一个家，不管这个家是不是足够温暖。
男人每天出去挣钱，月底时把工资交到女孩儿手里，女孩儿心里是安定的。
如果男人挣的钱足够多，女人就可以放弃工作，安心在家里当全职太太。
女人在婚后需要的安定生活，几乎99%的男人都能给。
但是，很多女人在安定的生活中，给不了男人最需要的安静。
原因是，女人在安定的生活中渐渐变得寂寞。
女人身边的朋友越来越少，可以倾诉的对象也越来越少。
女人渐渐把男人当成了自己的出气筒、情感垃圾站和心理按摩师。
男人工作了一天，大多希望回到家里，能够安静地和妻子待一会儿，然后讲讲自己在单位遇到的快乐或不快乐的事儿。
但是，女人也有一汽车的话要讲。
不管男人有没有在听，想不想听，女人的嘴巴都像机关枪一样，横扫整个家。
时间一长，男人就会觉得被女人搞得头昏脑胀。
为什么女人口中的新鲜事，对男人一点儿吸引力也没有呢？
因为女性固守在自己所熟悉的领域和范围里。
在足够理性的男人面前，女性经常用不合理的逻辑和不确定的知识去描述这个世界。
这就使女人的形象在男人心目中越来越差。
男人对女人的话题越来越不感兴趣，他们只需要获得安静。

<<做内心强大的女人>>

编辑推荐

《做内心强大的女人》编辑推荐：如果说受虐是女人在爱情中应尽的义务的话，我想所有聪明的女人一定都不会再恋爱了。
对待男人的原则，应该是七分“圈养”，三分“放养”；大方面“圈养”，小方面“放养”。
爱情，得之我幸；不得我命。
我们要时时寻觅，它或许在山涧、或许在丛林、或许在闹市、或许今生永远也找不到，但是你一定要时刻保有爱的信条，永不放弃。
很多女人不是过分自卑，就是过分自信。
过分自卑的女人没有信心改变，过分自信的女人又不愿意改变。
大多数时候，女人活在男人的世界里，总是走不出男人的影子。
剩下的那一部分时间，女人活在自我封闭的世界。
在善变的男人和动荡的世界面前，做内心强大的女人。
并非每一段爱情都是喜剧，你需要内心强大，并非每一段婚姻都很美满，你需要内心强大。
女人俘虏男人、收获幸福的秘密，写给每一个想要好好爱和被爱的女人。

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