

<<女人要懂得选择，学会放弃>>

图书基本信息

书名：<<女人要懂得选择，学会放弃>>

13位ISBN编号：9787504469373

10位ISBN编号：7504469378

出版时间：2010-11

出版时间：中国商业出版社

作者：华业

页数：241

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>

<<女人要懂得选择，学会放弃>>

内容概要

一个拥有良好性格的女人在职场上，谈笑风生，从容自若，不被压力击垮，不为自身情绪所左右，展示出最好的自己。

拥有良好性格的女人在人际交往中，总能坦然地呈现最真实的自己，懂得自爱与爱人，她们身上散发的魅力使她们时刻成为一个受欢迎的人。

有人曾说过：“女人是一本书，一辈子也读不完。

”做女人已经很难，而做一个好女人更难，那么要写一本关于女人懂得选择、学会放弃的好书，更是难上加难。

聪明的女人，带上这本书吧，让它给你一双慧眼，让你在人生的岔路口不再迷茫，让它授予你一柄慧剑，让你在该割舍的时候不再犹豫，找到本应属于你的幸福。

<<女人要懂得选择，学会放弃>>

书籍目录

第一章 懂得选择学会放弃是女人的必修课——做个从容淡定的人 得失之间，柳暗花明 明智地放弃，结局会有所不同 放弃是一种超然而不失水准的选择 如果选择不对，努力就会白费 欲望无罪，太过不对 生活是一种冒险，女人需量力而行 智慧的选择——“没有最好，只有更好” 放弃不是梦想的终结者，而是新机遇的集结号 不一样的选择，不一样的人生 经营智慧，比经营美貌更重要 只有正视自己，才能做出“量身定做”的选择

第二章 正确面对人生的得与失——做个聪明智慧的女人 换个角度看人生，换个角度对自己 将欲取之，必先予之 正确面对人生得与失 放弃没完没了的抱怨，选择白心而发的感恩 欲速则不达，不为“捷径”付代价 该出手就出手，当放弃就放弃 要想常自在，保持平常心 笑对得与失，静看成与败 与其盲目羡慕别人，不如悦纳自己 大气“舍得”，惊喜“多得” 优越在身，自信在心

第三章 拿得起放得下——做个果敢明智的女人 鱼和熊掌不可兼得，有所为有所不为 选择不完美也可以很幸福 学会选择和放弃，掌握人生的主动权 有主见地选择，才不会无意义地盲从 不要让琐事成为你的绊脚石 学会适时变通，不要墨守成规 过自己想过的生活，做自己想做的事情 把适度的虚荣当成一种美德 大度女人“春”常在 既然落花无意，那么流水也要无情 选择蜕变，获得重生

第四章 消除心灵的尘埃——做个积极向上的女人 删除昨天的烦恼，粘贴美丽的心情 拿得起，自然还要放得下 接受不可避免的现实，才会变得更强大 可以选择羡慕，但决不可以嫉妒 凡事往好处想，心胸更敞亮 冷静不冲动，情绪不失控 面对不幸，选择微笑 张弛有度，女人要懂得认输 和往事说声“再见”，对自己说“不要紧” 若事情无法改变，至少可以改变心情

第五章 还心灵一片绿洲——做个快乐无忧的女人 追求完美不幸福，苛求完美不快乐 诙谐的女人畅快，幽默的女人可爱 拥抱好心情，和烦恼说“ByeBye” 想要唠叨时，在心底默念“沉默是金” 少计较一些，少烦恼一些 女人“自恋”不是错 卸下身上的包袱，轻装上阵 远离攀比，做个快乐女人 朝气是年轻女性战无不胜的武器 知足常乐，做快乐女人 微笑的女人最美丽 从容淡定的女人更有魅力

第六章 找对合适的伴侣——做个幸福美满的女人 不做婚姻观念与制度的仆人 鉴定终生伴侣的九个黄金守则 选择好男人做你的丈夫 女人不能嫁的十种男人 从九个方面观察与你交往的男人 异性面前请保持自尊 聪明的女人不做情人 选择爱自己的人还是自己爱的人 女人不要把男人看得太紧 爱情也要拿得起，放得下 女人不可错过好机会 适合自己的男人才是最好的男人

第七章 经营好自己的人脉——做个富有魅力的女人 善于营造自己身边的和谐 有了家庭也不能丢掉朋友 女人交友要“慎” 哪些异性可以成为知己 有几个蓝颜知己也是一种幸福 学会与同事在合作中竞争 女人该如何展示交际魅力 女人在社交中应该注意什么 职场女人如何和男上司相处 职场女人如何和女上司相处

第八章 多疼自己一点点——做个爱自己的女人 是女人就要有点女人味儿 男人并不是女人的全部 事业才是女人的第一任“丈夫” 女人需要展现性感的一面 自信的女人最迷人 做女人一样可以很潇洒 寂寞的女人也很美 女人多疼自己一点不为过 成为幸福女人的七个处方 放男人一把也是放自己一把

<<女人要懂得选择，学会放弃>>

章节摘录

他还向心理咨询师表示：“希望通过治疗能让自己感觉好些，并且消除我的忧郁症。

”看到病人这样，这位心理咨询师说：“我发现你没有为改善生活担负应有的责任。

”这位病人突然挺起腰板，双手抱胸，冰冷冷地说：“这些年在治疗上，我已经很努力了。你没有权利这样说，你不理解我。

”他详细地讲述了他的治疗过程，他确实一直很努力，但只不过是扮演受伤者的角色。

他总是老生常谈，之所以不快乐，是因为被生活中的人所伤害，包括父母、老师及不忠实的朋友，甚至任何其他人。

对于这位病人的伤痛，人们或许可以表示理解。

他有一个不幸的童年，这毋庸置疑，但有不幸童年的人何止他一个，为什么别人可以继续很好地生活，他却不能？

这是因为他选择了抱怨，他习惯把失败的责任归咎于周围的环境，并且感到社会没有给他应有的承认。

他现在所缺少的是负起生活的责任。

然而这位病人的最大问题不是受到什么样的伤害，而是他现在的态度，他总是把自己当作受到不公正待遇的人，并且认为得到回报里所应当。

这种想法是不正确的。

因此，现在的症结不在忧郁症，而是他长期的不满足感，他的不知感恩、只知抱怨的态度。

他已经接受过长达6年的治疗，现在应该成长了，应该重新开始工作，负担他目前的房租，不再依赖父母。

几个月后，当心理咨询师完成治疗，最后一次见到这位患者时，他已经开始新的工作了，经济上完全独立。

他对心理咨询师说：“一开始，我真的不喜欢你，你不讨人喜欢，但我想你确实帮了我。

”和这位病人一样，几乎每个人在生活中都有过不幸。

然而我们现在的生活境遇，都和我们面对这些不幸时做出的选择有关，你可以选择抱怨，也可以选择感恩。

选择抱怨过去其实很容易，但对现在和将来的生活负起责任却很难。

.....

<<女人要懂得选择，学会放弃>>

编辑推荐

女人总是太过执著，而执著很多时候对女人来讲何尝不是一种束缚？就像沙子握得越紧越容易流失一样，生活中的很多事情越是不愿意放弃，可能就越难得到；相反很多时候懂得选择学会放弃，我们却可能得到很多意外的收获和内心的平和。

<<女人要懂得选择，学会放弃>>

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>