

<<修炼好心态让女人幸福一生>>

图书基本信息

书名：<<修炼好心态让女人幸福一生>>

13位ISBN编号：9787506477529

10位ISBN编号：7506477521

出版时间：2011-10

出版时间：中国纺织出版社

作者：麦小麦

页数：270

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>

## <<修炼好心态让女人幸福一生>>

### 内容概要

本书是由麦小麦编著的优秀女性励志书《修炼好心态让女人幸福一生》。

《修炼好心态让女人幸福一生》的内容提要如下：

虽然现在早就告别了“女子无才便是德”的时代，但在不少女人的心中，拘谨与胆怯仍严重阻碍了她们的的发展。

不少女人自己限制了自己，将自己的“格局”做得很小。

而人生是一盘大大的棋，她却只在一个边角中消磨时间。

要是能怡然自得倒没什么，因为幸福只是一种自我的感觉，你觉得蛮好，那就蛮好，旁人无法置评。但若你一面埋怨自己“命苦”，不甘心，不服气，却还在那个狭窄的边角不思改变，那就需要好好反思了。

作为女人，也要给自己树一个远大的理想和目标。

记得常常仰望天空，记住仰望天空的时候也看看脚下。

好好去爱，去生活。

青春如此短暂，不要叹老。

偶尔可以停下来休息，但是别蹲下来张望。

<<修炼好心态让女人幸福一生>>

作者简介

陈雪梅，女，30岁，笔名，麦小麦福建省福清市人，毕业于福建师范大学，有多年的教育实践经验，关爱孩子的健康与成长，深受广大家长的信赖，孩子的喜欢。07年以来，专门从事孩子的教育研究和家庭教育工作，对家庭教育有自己独到的理解。

## <<修炼好心态让女人幸福一生>>

### 书籍目录

#### 第一章 格局大小在于人心

大格局的人生更精彩  
成功背后藏着大格局  
追求你渴望的人生  
态度导航人生格局  
认真对待你的生活  
在预见中走向人生大格局  
成大事者要从大处着眼  
从容布好人生的局  
人生最怕格局小  
打破旧思想才能舒展大格局  
通过学习做大人生格局  
相信你的未来不是梦  
坚守自己的梦想直到其开花

#### 第二章 性格决定人生格局

不要成为性格的牺牲品  
豁达的女人很幸福  
宽容使你获得心灵的宁静  
大格局的女人懂得坚韧的力量  
悲观是人生黑暗的深渊  
狭隘，生命不能承受之重  
依赖使女人丧失自我  
嫉妒是吞噬魅力的恶魔  
别让虚荣毁了你  
坐享安逸就没有灿烂未来  
顾影自怜最可悲

#### 第三章 选择适合自己的人生舞台

正确认识自己  
最难认识的是自己  
给自己一个准确的定位  
知道自己的优势  
知道自己想要的生活  
梦有多大，舞台就有多大  
找准自己的方向  
为自己的目标努力奋斗  
人生要勇于尝试  
人生即选择  
遇见未来的自己  
选择适合自己的职业  
选择一个可以帮你实现梦想的男人  
不要理会别人的风凉话

#### 第四章 放弃是为了更好地得到

学会选择，也要懂得放弃  
放下不意味着失去  
有时放弃也是一种成功

## <<修炼好心态让女人幸福一生>>

有舍才能有得

放下一些无谓的欲望

别因为什么都想要而一无所有

找到坚守与放弃之间的平衡

没有什么值得患得患失

### 第五章 女人要勇于实现自我

依靠信念去达成目标

有强烈的自我尊重感

相信自己是最棒的

独立思考，创自己的路

奋斗赋予你精彩的人生

不断地让自己成长

做坚强不屈的有力量的女人

女性也具有强大的竞争力

吃别人不愿吃的苦

从哪摔倒就从哪爬起

每一种创伤，都是一种成熟

将经历视为一种财富

让自己华丽地转身

### 第六章 女人有钱才能掌握人生主动权

赚钱是为了按照自己的意愿生活

女孩也要有自己的事业

女人要保持经济独立

嫁个有钱人不如让自己有钱

女人要有自己的小金库

要做才女，也要做“财女”

别走入理财误区

“购物狂”并不潇洒

一定要学会记账

让信用卡成为“可持续幸福”的来源

投资是一门学问

一生都是富足美女的秘诀

### 第七章 生活可以有很多种姿态

给自己留出一片空间

优雅地去生活

让音乐充满你的生活

欣赏字里行间的美丽

创造生活的情调

用兴趣增加生活的亮色

娱乐休闲是生活的必需品

泡吧：都市女性的减压方式

旅行：只为美好风景而停留

用心烹出生活的味道

选择一项喜欢的运动

挥洒青春铸人生

### 第八章 编织自己的人脉关系网

成功取决于你所结识的人

## <<修炼好心态让女人幸福一生>>

积累你的“人脉存折”

建立广泛的人脉网络

巧织成功关系网

将大人物变成自己的“圈里人”

找到你生命中的贵人

结交比自己优秀的人

寻找你可以借用的力量

通过帮助别人获得人脉资源

用感情投资来扩展人脉

结交“老外”、“海归”帮你开阔眼界

抓住一切机会扩大人脉资源

认识陌生人的全攻略

人脉需要保鲜

果断剔除人脉中的“杂草”

### 第九章 聪明女人的处世修炼

怀柔是女人处世的天然优势

以柔克刚真精彩

以良好的品行、修养赢得人心

学会向他人表示感谢

要尊重别人的观点

锋芒毕露，不如智慧深藏

不卑不亢，气定神闲

巧妙应对社交中的尴尬

避免陷入交际中的是是非非

忍一时风平浪静

求人办事不要强人所难

不要有什么就说什么

懂得适时戴上“面具”

### 第十章 让心灵拥有一片宁静

从容淡定水美人

拥有一颗平静的心

培养高贵的心灵

拥有积极的心态

用平常心对待生活

留给心灵一片世外桃源

让心灵得到放松

快乐的人生自己选择

不做都市“郁女”

不以物喜不以己悲

珍惜你所拥有的一切

可以平凡却不能平庸

简简单单才是真

顺其自然地生活

## <<修炼好心态让女人幸福一生>>

### 章节摘录

版权页：余秋雨先生曾说：“人生的追求，情感的冲撞，进取的热情，可以隐匿却不可以贫乏，可以浑然却不可以清淡。

”人的追求在哪里，他的人生也就在哪里。

我们不应该在内心为自己限定高度，那样只会阻碍自身的发展。

有一家跨国企业在招聘中出了这样一道题：“就你目前的水平，你认为10年后自己的月薪应该是多少？

你理想的月薪应该是多少？

”结果，那些回答数目奇高的应聘者全部被录用。

之后面试官解释说：“一个人认为自己10年后的工薪竟然和现在差不多或者高不了多少，这首先说明他对自己的学习、前进的步伐抱有怀疑态度，他害怕自己走不出现在的圈子，甚至于得还不如现在好。

这种人在工作中往往没什么激情，容易自我设限，做一天和尚撞一天钟。

他对自己的未来都没有信心，我们又怎能对他有信心？

”如果你被自己所画的那条线限制住，你的行动、欲望、潜能便会被扼杀。

因为自我设限的观念带给人的是对失败的惶恐和不安，又对失败习以为常，丧失了信心和勇气，渐渐形成懦弱、狐疑、狭隘、自卑、孤僻、害怕承担责任、不思进取、不敢拼搏的精神面貌，这都是小格局的表现。

这将使我们永远叩不开成功的大门，我们的心理因此默认了一个“高度”，这个高度常常暗示自己：成功是不可能的，这是没有办法做到的。

没有追求的人生，就是无的放矢，就像轮船没有了舵手、旅行时没有了指南针，会令我们无所适从。

梦想，是一个人未来生活的蓝图，又是人精神生活的支柱。

一个明确的梦想，可令我们的努力得到双倍甚至数倍的回报。

美丽的人生，首先源于梦想，源于对未来美好生活的向往。

北大女孩晓晓这样描述她曾经对北大的向往：“很小很小的时候，北大就是我心中的一个圣殿。

那里有美丽的未名湖、博雅塔，渊博的老教授在校园的林荫道上前行，浓浓的书香弥漫在整个校园。

但是，儿时的我从未想过自己会属于那里，只是匍匐在地上仰望她，觉得她是那样的神圣而遥不可及。

”“初中毕业之后，我到北京旅游，第一次走进了北大，便深深爱上了这个地方。

我渴望走进那藏书甚丰的图书馆，仿佛一块被烤干的海绵突然被浸到水里一般拼命地汲取其中的营养；我渴望每天穿过校园的林荫道，途经那些墙上长满爬山虎绿叶的古老建筑，去聆听博学多才的教授的教诲；我渴望徜徉于未名湖边，看春花秋月、夏雨冬雪，听流水潺潺、鸟语唧唧；我渴望浸染在这浓浓的文化气息和自由民主的氛围里，让北大的气质深入我的灵魂。

于是，我对自己说：‘我一定要到这里来……我要让我的灵魂在这里接受一次洗礼。

’”因为有了对梦的深深向往，失落的时候，你便不会在人们的责备叹息声中迷失自我。

你不会因为这小小的失败而放慢前进的脚步，因为你明白，这一点点的失败，对于你所追求的伟大梦想来说，只不过是沧海中的一朵浪花而已。

因为有了对梦的深深向往，胜利的时候，你便不会在四周洋溢的赞扬声中迷失自己。

你不会因为这一点小小的成功而停止了追求的脚步。

因为你明白，这一点点的成功，绝对不是你的最终追求，你的梦想在前方招手，你必须努力！

很多人也有梦想，但是他们却习惯于自我设限。

自我设限的思想会使你失去进取心，在生命中遇到一些限制，于是你可能会相信这些限制会伴随你的一生。

社会在改变，生命在改变，思维也应该随着社会而改变。

若处处自我设限，就不可能突破自我，甚至使本来可以做的事也变成不可能。

<<修炼好心态让女人幸福一生>>



## <<修炼好心态让女人幸福一生>>

### 编辑推荐

《修炼好心态让女人幸福一生》是一部优秀的女性励志书。

它让女性读者在天真中充满幻想，在现实中寻找自我；在苦难中磨砺品性，在失去后学会珍惜。

《修炼好心态让女人幸福一生》是智慧女人的经典读本。

在天真中充满梦想，在现实中寻找自我，在苦难中磨砺品性，在失去后学会珍惜。

勇敢地突破生命的阻碍吧，成长的过程就是破茧成蝶.挣扎着褪掉身上所有的青涩与丑陋，在阳光下抖动轻盈美丽的翅膀，闪闪地、微微地、幸福地颤抖，然后才能拥有美丽的蓝天！

在天真中充满梦想，在现实中寻找自我，在苦难中磨砺品性，在失去后学会珍惜。

<<修炼好心态让女人幸福一生>>

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>