

<<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>