第一图书网, tushu007.com

<<心灵咖啡>>

图书基本信息

书名：<<心灵咖啡>>

13位ISBN编号：9787514203585

10位ISBN编号：7514203583

出版时间：2012-3

出版时间：印刷工业

作者：(美)戴尔·卡耐基|译者:徐志晶

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

也许你不是美女，但是你懂得让男人留在你身边；也许你不是全职太太，但是你懂得让孩子得到尽可能多的照顾；也许你不是职场精英，但是你懂得让老板赏识你……一个懂得生活并能享受生活的女人，怎么能不幸福呢？
卡耐基教你洞悉人生，从平凡中发现快乐，一辈子从容、幸福。

作者简介

作者：（美国）戴尔·卡耐基 编译：徐志晶戴尔·卡耐基（Dale Carnegie，1888-1955年），20世纪最伟大的心灵导师和成功学大师，美国现代成人教育之父，他一生致力于人性的研究，利用大量普通人通过不断努力取得成功的故事，唤起了无数身陷迷惘的青年们的斗志，激励他们取得了成功。

书籍目录

保持一种好心态笑看人生，让抱怨随风而逝学会赞美，好心情与你同行宽容待人，不失为一种幸福微笑柔美，生活风雨也灿烂控制欲望，生活反而更精彩调理情绪，理性女人更美丽忘记当忘，学会给记忆“ 减肥 ”逝者已逝，把握当下最重要着眼未来，让理想为幸福保驾护航做个充满魅力的女人淡淡书香，熏染魅力女人巧笑嫣然，得体举止显魅力浓妆淡抹，唤醒你的美丽因子娓娓而谈，把话说到心窝里简单简约，穿出自己的美丽来魅力诱惑，打造自己的女人味爱我所有，彰显自己的自信美丽小小叛逆，展露那些特别的风情保持神秘，女人就要让人猜不透让工作成为一种享受树立目标，让女人更加迷人沉静认真，女人不变的魅力顺其自然，跳起优美的华尔兹从容对事，达观女人历久弥新自信优雅，女人靓丽的名片条理清晰，让忙碌成为轻松变奏同性相争，小心职场忌妒心团队沟通，工作需要三人成“ 众 ”整合人脉，助你走向成功正视困局，不怕最糟糕的情况消除疲惫，轻松生活我做主用心经营你的家庭知心爱人，让爱持久到永远你忙他忙，双方都忙得漂亮同甘共苦，挑战成功男人的秘籍放低身段，温柔如风吹拂全家关注细节，为家洒满爱的阳光提升自己，做一位合格的母亲学会表达，有爱就要说出来

章节摘录

版权页：笑看人生，让抱怨随风而逝“我怎么这么不幸呢？
”在生活中，我们无数次听到许多女性这样抱怨。
她们抱怨自己的生活不如意，丈夫不体贴，孩子不听话，身材不够好……从她们口中，几乎发现不了自己生活中的如意之处，尽管别人私下里对她们羡慕不已。
这真是一个奇怪的现象。
到底为什么这些女性感受不到自己身边的幸福？
其实，看看我的邻居格莱明夫妇，或许你就能找到问题的答案。
那天清晨，我在院子里散步。
一幅美好的画面吸引了我：一棵高大的树旁，一位轮椅上的老人在静静地看着远方。
一位老妇人出现了，轮椅上的老人抬头看着走来的老妇人，笑了。
很温馨的一幅画面。
我知道，这又是格莱明夫妇在享受阳光。
格莱明夫妇是我们的邻居。
格莱明先生年轻时是一家公司的总裁，退休后身患重病，与轮椅为伴已经十多年了。
都说久病之人性格古怪，格莱明先生偶尔也会大吼大叫。
但奇怪的是，只要格莱明太太出现，这吼叫声就消失了，取而代之的是甜蜜的微笑和深情的注视。
那天，我听说格莱明先生病了，可能会不久于世。
没想到，今天早晨，我仍看到了他们。
在晨光的沐浴下，两人的脸上满是祥和与安静。
看到我，格莱明先生一脸幸福地说：“早安，卡耐基先生！
今天的阳光真美。
”是啊，今天的阳光真美。
小小的满足和幸福就洋溢在他们的脸上。
因为他们发现了当下的幸福。
其实，正如格莱明夫妇享受阳光一样，幸福无处不在，离我们并不远。
重要的是，我们能有一颗随时随地发现幸福的心。
而这颗发现之心，才是最难得的。
在生活中，抱怨无处不在：父母抱怨孩子不懂事，孩子抱怨家长不体谅自己，职员抱怨自己付出的多获得的少，老板抱怨生意难做、员工不用心……无数的抱怨充斥在我们的周围。
于是在抱怨中，我们总会发现身边的不完美、不如意，总觉得上帝待我们极其不公正。
在周而复始的抱怨中，那些原来可以感受到的点点幸福就消去了。
我的一位学心理学的朋友曾告诉我，良好的心理暗示可以引导我们走向成功和幸福，而不良的心理暗示，则会导致我们灰暗的人生。
其实，抱怨不就是一种灰暗的心理暗示吗？
如果把抱怨比做一种慢性毒药，那它就在每天侵蚀着我们的精神健康，甚至身体健康。
于是，在抱怨中，幸福远离我们，我们那发现幸福的眼睛就在这个过程中，被抱怨遮蔽。
长期下来，意志之堤终致溃败，最终使自己远离幸福。
有一位商人，一直认为自己不幸福。
虽然他已经家财万贯，但一想到自己身边的事情，他就觉得自己是天底下最不幸的人。
那一天，他发现了一个奇怪的现象。
在商人的牧场边，生活着一对靠捡垃圾为生的夫妻。
这对夫妻每天早早出门，很晚才回家。
一回到家，他们就会坐在一张凳子上，把双脚泡在盆中，接着就开始唱歌。
一直唱到月亮升起来，他们才进屋睡觉。
商人觉得很奇怪，自己每天都快让生活压死了，他们生活贫困，竟然还会如此开心？

带着疑问，商人问了这对夫妻。
得到的回答是：“ 为什么不开心呢？
我们感到很幸福。
你看，脚放在水里泡着时，一天的劳累消失了。
唱起歌，心中全是劳累后的开心。
更不用说，还有那美好的月光了。
这么幸福的生活，为什么不放声歌唱呢？
”其实，同样的幸福也在商人的身边，只不过，商人被自己的眼睛蒙蔽了，不能发现身边那些微小的幸福。
其实仔细看一看，我们的身边并不缺少幸福：饥饿中的人，吃到第一口饭，格外幸福；口渴中的人，喝到第一口水，分外幸福；长期失业的人，找到一份工作，更是难抑的幸福……其实，幸福就是这么简单。
如果抛开抱怨，你会发现，幸福随时随地就在你的身边。
葡萄牙作家费尔南多。
佩索阿说：“ 真正的景观是我们自己创造的，因为我们是它们的上帝。
我对世界七大洲的任何地方既没有兴趣，也没有真正去看过。
我游历我自己的第八大洲。
”事实就像费尔南多·佩索阿所说，在生活中，真正的幸福也是我们自己创造的，我们是我们自己的上帝。
只有我们自己，才能创造自己的幸福世界。
抱怨解决不了问题，反而会让事情变得更加糟糕。
不如放宽心，让自己活得轻松一些，让对方也活得轻松一些，这样的结果岂不是对大家都好？
当你改变自己之后，你会看到每天都充满快乐的自己，也会明白幸福其实很简单。
这个世界不是每件事情都是圆满的，如果你能把不必要的忧虑放下，你会发现，一旦看透了得失，战胜了自己，你就会是这个世界上最幸福的人。

编辑推荐

《卡耐基写给女人的幸福箴言》你快乐吗？
你幸福吗？
对于每个女人来说，快乐和幸福是她们一生的追求。
然而，许多女人穷其一生却找不到幸福的方法。
她们不知道如何让自己优雅，从容，如何让他对自己心生爱慕，如何营造和谐的家庭，如何取得职场上的成功……聆听20世纪最伟大的心灵导师的幸福箴言，收获美满、幸福的人生！
一位美好人生的心灵导师，一本呵护心灵的励志经典，让你用心感悟生活，做世界上最幸福的女人。

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