

<<淡定的女人最幸福>>

图书基本信息

书名：<<淡定的女人最幸福>>

13位ISBN编号：9787515504995

10位ISBN编号：7515504994

出版时间：2012-9

出版时间：金城出版社

作者：戴尔·卡耐基

页数：259

字数：200000

译者：徐杰

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>

<<淡定的女人最幸福>>

前言

社会的节奏越来越快；作为女人，经常会为生活焦虑，-为工作奔波，为家庭操心，这让女人感到非常苦恼和烦闷，开始无休止地抱怨自己的命运多么不幸，为什么自己现在拥有的比从前多，却找不到当初的快乐？

其实，答案就在你心里。

并非你的命运不幸，只因为你为了生活而走得太急，还带着一脸的疲倦。

生活并没有改变，改变的是你的心'是你面对生活的态度，是你的内心少了一份淡定。

淡定是什么？

是一种平常心，是一种宠辱不惊。

拥有淡定心态的女人，仁慈、淡泊、宽容而乐观，不会把精力投入到一些琐事中，能充分享受生活的乐趣；不虚荣、不虚伪、不虚假，能正视自己的缺点和不足，能肯定他人的优点和长处；她们胸襟宽

度量，做人光明磊落，做事随意洒脱；面对得到淡淡一笑，面对失去也是淡淡一笑，真正做到不以物喜，不以己悲。

“淡定”二字看似简单，做起来却很难，它是一种境界，凡事能做到从容淡定，绝非易事，它需要你舍弃对金钱和权力的欲望，拥有对挫折和困难的坚持。

就像泰戈尔说的：“外在世界的运动无穷无尽，证明了其中没有我们可以达到的目标，目标只能在别处，即在精神的内在世界里。

” 淡定，会让你像鱼在大海里一样，自由地欣赏世界的美妙；淡定，能让你得意时不张狂，失意的时候也不消沉；淡定，能让你从内心找回曾经简单的自我，让你保持一种平和的人生姿态，坦然面对这个变幻莫测的世界，尽人事，安天命，顺其自然的生活。

淡定的女人总是笑对人生。

不论身在何处，不论年华几何，她们都会豁达对待，坦然接受。

淡定的女人，才是最美丽的女人，更是最幸福的女人。

<<淡定的女人最幸福>>

内容概要

淡定，会让你像鱼在大海里一样，自由地欣赏世界的美妙；淡定，能让你得意时不张狂，失意的时候也不消沉；淡定，能让你从内心找回曾经简单的自我，让你保持一种平和的人生姿态，坦然面对这个变幻莫测的世界，尽人事，安天命，顺其自然的生活。

淡定的女人总是笑对人生。
不论身在何处，不论年华几何，她们都会豁达对待，坦然接受。

淡定的女人，才是最美丽的女人，更是最幸福的女人。

<<淡定的女人最幸福>>

作者简介

<<淡定的女人最幸福>>

书籍目录

第一篇 学会淡定

善待自己，才能拥有幸福的权利

01 发现最好的自己

让烦恼走开，做一个乐观的人

改变思想就能改变你的生活

天堂和地狱只有一念之差

保持本色，发现真正的自己

02 笑对人生荣辱，看淡世间人情冷暖

改变人生的一句话

活在完全独立的今天

每天都是一个新的人生

珍惜今天，活在当下

03 要淡定，也要敢于随性

远离忧虑，释放你的情绪

不要担心不可能发生的事情

处理好人生那百分之七十的烦恼

让忧虑“到此为止”

04 用微笑的阳光应对每天的生活

多一些淡定，少一些抱怨

多想想已经得到的恩惠

内心悲观才是最大的悲剧

第二篇 自强者自知

保持自我本色才是真从容

01 做独一无二的你

学会自己爱自己

做一个与众不同的人

遇见未知的自己

02 你的未来，由自己主宰

设定你的人生目标

努力追求新的目标

保持心中的热忱

培养热情的方法

03 爱他，但别被他“套牢”

这样的女人最受欢迎

赢得友谊靠主动争取

不要苛求结果

第三篇 人淡如菊

做一个包容智慧的女人

01 给对方一份包容，给自己十分从容

满足别人的强烈需求

不要指责别人

维护别人的荣誉

鼓励比批评更容易被人接受

02 优雅是女人最美丽的外衣

一切从友善开始

<<淡定的女人最幸福>>

学会让别人多说“是”

从别人的角度想问题

03 跳好人生的“交际舞”

做个善交际的贤内助

做一个魅力十足的亲善大使

不要做令人讨厌的人

第四篇 爱如清酒

第五篇 懂得爱才能赢得爱

第六篇 活在当下

第七篇 快乐的心能生出金子

第八篇 幸福的坐标是自己

<<淡定的女人最幸福>>

章节摘录

<<淡定的女人最幸福>>

媒体关注与评论

抱怨自己的人，应该试着学会变得淡定；抱怨别人的人，应该试着把抱怨转成请求；抱怨老天的人，请试着用祈祷的方式诉求你的愿望。

——身心灵作家张德芬

<<淡定的女人最幸福>>

编辑推荐

《淡定的女人最幸福》是卡耐基励志经典。
做最淡定、最平和、最优雅的新女性。
全球智慧女人推崇的人生智慧。
不抱怨不生气不气馁，学会淡定，人生可以更美好！
如果你想掌控自己的命运，请先掌控自己的情绪！

<<淡定的女人最幸福>>

名人推荐

抱怨自己的人，应该试着学会变得淡定；抱怨别人的人，应该试着把抱怨转成请求；抱怨老天的人，请试着用祈祷的方式诉求你的愿望。

——身心灵作家张德芬

<<淡定的女人最幸福>>

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>