

<<每天温暖自己一点点>>

图书基本信息

书名：<<每天温暖自己一点点>>

13位ISBN编号：9787538548044

10位ISBN编号：7538548041

出版时间：2010-1

出版时间：北方妇儿

作者：彦毓

页数：276

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>

<<每天温暖自己一点点>>

前言

日复一日、年复一年，时光悄然改变着人生，只是自己深陷在不自觉中公然忽视。
究竟是哪天起，梦都没有了斑斓的色彩？

哪天起，分清了爱情和现实的距离？

哪天起知道快乐的线不该让别人来牵？

又是哪天起告诉自己要疼爱自己？

仿佛只是一瞬间，年少轻狂不再，青春如水流逝，谁可以一直温暖谁，谁又可以被谁一直温暖？
最靠得住的还是自己。

是懂得自己了，也该怜惜自己了。

再长的路再长的夜，也要记得每天温暖自己一点点，补充心灵能量，活出最好的自己。

试想，冷风起，穿过单薄的身體时，用左手握住右手，手心里的温度慢慢渗透到另一只手。

挺直了背，微笑前行，寒冷又有什么可怕？

而我们真正想要的，其实就在自己的手心掌握。

天空一直寂静和安详，华灯一直璀璨和漂亮。

风一直在吹，空气开始变得稀疏和破碎。

学会每天温暖自己一点点，身体逐渐变暖，寂寞逐渐走样。

每天温暖自己一点点，让梦想起飞，让心情灿烂；每天温暖自己一点点，抬头向前看，低头做自己，渴望和梦想都变成了手心里的温度；每天温暖自己一点点，不抛弃、不放弃，一直坚信，就会找到幸福的出口，不管幸福的那一点离我们有多远。

每天温暖自己一点点，真正的酷是在内心，好好去爱、去生活，因为生命是如此短暂。

…… 时光抽走了女人的容貌，但抽不走女人的美丽，岁月带给了女人皱纹，也带给了女人经历和睿智。

明天，要告诉所有关心自己的人，我很幸福，因为我很温暖。

温暖自己，感觉了自己的存在；温暖自己，最疼我的妈妈还需要我；温暖自己，女儿还牵挂着我的牵挂；温暖自己，还有精彩的生活尽情地享受；温暖自己，在独处思念那个阑珊深处的人…… 从现在开始，每天温暖自己一点点。

女人最应依时而作，依气而息，与大自然靠得更近。

本书即是以24节气为线，分别告诉女人走向幸福的24个命门。

并以清醒又不失乐观的文字，为时常处于迷茫冰川的女人，带来温柔的指引和鼓励。

透过本书，希望读者朋友可以体验心灵的自在解脱，可以享受更深更广更大格局的生命探索；透过本书，希望读者朋友可以唤醒自己，疗愈自己，温暖自己。

让正向的价值观和积极的生活信念支撑心灵，使得我们无论遭遇诱惑、困顿、还是打击，都能够走向更坚强、更智慧、更美丽的自我。

著名诗人济慈说：“四个季节循环为一年，人的脑海也有四个时令……”希望这本有着四个时令的图书能给万千女性带来不一样的阅读感受和体会，让女性真正从中得到启发、得到鼓舞、得到安慰、学会自己温暖自己，这是编者最大的心愿。

<<每天温暖自己一点点>>

内容概要

女人最应依时而作，依气而息，与大自然靠得更近。

本书即是以24节气为线，分别告诉女人走向幸福的24个命门。

并以清醒又不失乐观的文字，为时常处于迷茫冰川的女人，带来温柔的指引和鼓励。

透过本书，希望读者朋友可以体验心灵的自在解脱，可以享受更深更广更大格局的生命探索；透过本书，希望读者朋友可以唤醒自己，疗愈自己，温暖自己。

让正向的价值观和积极的生活信念支撑心灵，使得我们无论遭遇诱惑、困顿、还是打击，都能够走向更坚强、更智慧、更美丽的自我。

<<每天温暖自己一点点>>

书籍目录

春

第一辑 立春：春暖花开的季节，种下微笑
触动心灵深处的总是那不经意的“回眸一笑”

微笑着坚强，天使在人间
笑就是阳光，它能消除人们脸上的冬色

第二辑 雨水：踏入一条叫做爱情的河
喜欢和爱咫尺千里

女人，请放弃等待
分手请收起眼泪，没必要为他的损失哭泣

第三辑 惊蛰：爱心的梦想，没有人能阻挡
女人，活出你的梦想

生命总有梦已过，总有梦能圆
大梦想，先从小目标开始

美丽人生始于梦想，憧憬着明天甜蜜入梦

第四辑 春分：穿过灵魂的黑夜
嫉妒要尽早搬移，它是幸福的绊脚石

拆掉过度虚荣吧，它是遮蔽幸福的围墙
孤独永远是一个人的舞蹈

第五辑 清明：心是一扇永远关不上的窗
自信的魅力在于永远闪耀着睿智之光

女人可以不漂亮，但不可以不自信
自信就是为本色鼓掌

第六辑 谷雨：这世上至少还有你懂我
常回家看看父母

建立自己的朋友圈子
“闺蜜”不怕太多

夏

第七辑 立夏：经济相对独立
那张“饭票”能承载一生的幸福吗

手心向上，矮人三分
做会挣钱还会花钱的管家婆

第八辑 小满：生命因感动而美丽
原谅?宽容?宽恕

感恩，不要忘了说声“谢谢”
做件让人感动的事

第九辑 芒种：你的右手，我的左手：婚姻那些事儿
经营婚姻的手法是奉献

婚姻比事业更需要成熟的人
婚姻是生活方式的选择

老公的优点大于缺点就是运气

第十辑 夏至：当姹紫嫣红开遍——生如夏花的美丽
智慧是一种永不褪色的美丽

阅读使女人的生命更丰美
听乐符从心头划过的声音

千年不散的女人味

<<每天温暖自己一点点>>

第十一辑 小暑：收藏阳光，收藏快乐的片段

生活无可选择，但可以选择如何生活

欣赏生活，享受快乐是现代女人的新美德

做女人，就要先天下之乐而乐

我选择快乐，我快乐无比

第十二辑 大暑：滚滚红尘的迷惑

精神艳遇，要的就是那一点点温柔

婚姻也会“心理饱和”

好男人也会出轨

聪明的女人永不出轨

不做男人们眼中的怨妇

秋

第十三辑 立秋：寻梦的路上保护自己捍卫自己

适当拒绝只会让人更从容

上天造出女人的温柔，就是叫你去“四两拨千斤”

该示弱的时候就示弱

诱惑来了，赶紧逃

第十四辑 处暑：让生命更健康，让生活更充实

女人，让美丽与健康同行

运动是女性的活力之源

女人的美丽是吃出来

女人必修的护心法则

女人睡眠好，才能皮肤好

第十五辑 白露：祛除情感伤疤，做次“情感整容”

因为深爱，没有对错只有宽容

听话不如用心听他讲话

受了伤，要学会消解

给他空间，不当老妈

别给他不需要的东西

第十六辑 秋分：生活因为你的温情而温暖

在家里做早餐，有爱就有温暖

培养生活情趣，精心设计你的家

情趣让女人如花般绽放

让你的家诗意而温馨

亲爱的，今天过得好吗？

第十七辑 寒露：做自己的守护天使

困境中，学会欣赏自己

转折时，坚决相信自己

我能行，放胆挑战自己

加把劲，不断超越自己

第十八辑 霜降：永享无止的幸福交往之道

如果你简单，幸福也会很简单

懂得珍惜，是幸福

幸福大都是朴素的

幸福需要提醒

冬

<<每天温暖自己一点点>>

第十九辑 立冬：人生的真义
善待生命，敢于向命运说“不”
适当放弃也是一种美丽
帮助别人就是帮助自己

第二十辑 小雪：就算全世界在下雪
女人放弃了自我就是放弃了世界
让平凡的你绽放个性亮点
追随你想要的生活

第二十一辑 大雪：拨开云雾见晴天
迎接今天的最佳姿势就是站立
让时间超值，延长生命
生命的敬畏
太多的美好值得追求，此时却学会了知足
彻底释放久锢的心灵

第二十二辑 冬至：完美是不存在的
在缺憾的人生中追求完美
不苛求完美的女人身心愉悦
不完美又怎样，开心就好
卸下“完美”的负担

第二十三辑 小寒：在寒冷的季节种上冬日暖阳
生命的美丽在于懂得珍惜
心态好，如有神助
让太阳从心底生长
黑暗也只是在经历黑暗
告诉自己：眼泪只流一滴

第二十四辑 大寒：给自己熬一碗心灵鸡汤
我们老得太快，却明白得太迟
在滚滚红尘的世界里，用心享受每一天
拥有一颗纯真的童心
淡泊更能体验人生真味

<<每天温暖自己一点点>>

章节摘录

那张“饭票”能承载一生的幸福吗 在古代有“嫁汉随汉，穿衣吃饭”的说法和观念，在现代有“老公是长期饭票”的说法和观念。

再者，放眼望去，哪个女孩子择偶之时不都精挑细选反复考察再三？

更有些女孩本着可杀错不放过、宁缺勿滥的原则去寻找心中的白马王子。

为的啥？

不就是为下半辈子的幸福吗？

可是，嫁了你想嫁的人，这下半辈子的幸福，你就真的抓在手里了吗？

老公这张长期饭票就可以永久不失效吗？

那天，我接待了一个外地中年客商，对他印象颇好，据说资产上千万，但看上去温文尔雅，说话做事恰到好处。

我对女同事说：“找老公就该找这样的，事业有成，还这么低调。

”就在当天，我听见他在走廊尽头打电话，只听他对手机那端的人说：“唉呀，我出门前不是给你留下了1000元钱吗？

这才短短五天，怎么就花没了呢？

那好那好，你先从朋友那里借吧，我过几天回去就还！

”听他的语气，我猜一定是打给他孩子的，忍不住跟他开玩笑：“您对孩子要求还挺严格的。

”没想到他说，刚才电话是太太的，说起太太，他一肚子的怨言，说他辛辛苦苦在外挣钱，供一家人好吃好喝好住，她却连全职太太也做不好，花钱连个计划安排都没有，这不，临出发时，给她留了1000元的生活费，问她够用吗，她说够了，却忘记了这几天孩子要交书费，这多被动啊！

他还在继续声讨太太，我却一句也听不进去了，不用去他家里，我也能想象得出，那是一座豪宅，豪宅里有个毫无自主权的女主人，每天都要仰他鼻息过生活。

女人一定要有自己谋生的手段。

不要以为嫁了男人就一定有饭吃、有衣穿。

男人不是你的长期饭票。

没有哪条法律规定谁一定要爱你一万年。

爱不爱你，肯不肯给你提供经济上的帮助是他的自由。

不要被男人一时的慷慨迷乱，你要有自己的谋生盘算。

干好工作，自力更生总是好的，靠人吃饭总是气短。

不是有句话吗？

吃别人的饭，开饭总是要晚一些的。

香港艺人黎姿努力赚钱，她笑说，以前觉得找老公是长期饭票，现在似乎没有什么保证，最好与男伴财政独立，不用看人面色。

女人一定要自强，一定要在经济上独立，这样才能更有效地保护自己。

有些东西会随着时间流逝而不在的，但有些东西永远都会在。

你要明确，除了爸爸，没有男人肯一辈子心甘情愿为你埋单。

任何时候都不要指望不劳而获或是一劳永逸，对男人和感情尤其如此。

学会自食其力，做到经济独立，自己为自己埋单才不用担心没有饭吃。

因此，女人在爱着对方的同时，不要忘了爱自己，婚姻并不是保险箱，男人也不是长期饭票。

手心向上，矮人三分 许多女性，往往因为找到了一个经济条件好的丈夫，便认为找到了靠山，从而放弃了自己的工作和事业。

而俗话说得好，“手心向上，矮人三分”，即使丈夫再有钱、家庭条件再好，女性也要自立。

这样既能保持自己的家庭地位，也能分担丈夫的经济压力，从而共同创造小家庭的美好生活。

某女打算考律师证，每天捧着一大堆法律书籍埋头苦读。

被一男同事瞧见了，道：“你一个女孩子奋斗得这么辛苦干吗？

等我将来有了女儿，就教她如何钓金龟婿，在家做个贵妇！

<<每天温暖自己一点点>>

” 女子抬起头，白了男同事一眼，曰：“笨！

你趁早觉醒吧！

现在都什么世道了，你以为一个女人就那么好养活呢，况且难道男人就那么心甘情愿地养活一个女人？

” 女人，既然喜欢金钱，喜欢过时尚的生活，穿时尚的衣服，用昂贵的化妆品，为什么不通过自己的劳动去实现，为什么总死死盘算着男人的口袋？

要知道，现在的男人没有一个是傻瓜，他们见多识广、身经百战，他会想：我千辛万苦挣来的钱，凭什么要让你享受，你能为我提供什么？

男人也会找相应价值的女人，这就是一个公平交换的原则。

即使你再年轻、再漂亮、再会作纯情秀，他还是会想：你肯定是冲着我的钱来的。

在与女人的交往中，男人最大的收获是学会了逆向思维，从某种程度上看，女人是男人的老师，一点儿不夸张。

有一个女孩儿，在洞察世事后，终于明白了女人的无奈：嫁太有钱的男人不放心，因为他的钱多得可以给其他的女人花；嫁太穷的男人也不行，连自己都养活不了，更何况养家糊口？

经过理智的分析之后，她发现最理想的人选就是那些收入稳定，既不会暴发又不会潦倒的男人。

众里寻他千百度，最后，她找了一个IT界的技术员，年薪足可以让自己衣食无忧，又不会像那些暴发户一样，家产会一夜成空。

于是，她结婚后不久，便从工作岗位上退下来，做了全职太太。

可是，万万没有想到，IT界风云变幻，更新速度犹如闪电，仅三年的工夫，如意郎君所在的公司就破产了。

不善言谈的他，在多次再就业失败后，便心灰意冷，颓废不堪。

她想重操旧业，挣钱养活一家老小，但是人才竞争激烈，三年过后，谁还会给你留着位子！

多次碰壁后，她只能委屈自己，从售货员干起，拼命挣钱维持一家生计。

劳累不算，还要为丈夫做思想工作，日子过得相当沉重。

她不得不感叹造化弄人，自己小心理智，千挑百选，到最后还是走到了这一步田地。

其实女人本来可以自食其力，只是在惰性的驱使下，一些女人希望坐享其成，靠山吃山，没想到，山也有吃空的时候！

当发现自己的经济支柱倒下后，才想到要养活自己，但为时已晚，因为时代不等人，社会不等人，长时间的经济依赖，已经使其丧失了自食其力的能力。

男人的钱装在男人自己的口袋里，所以他理直气壮；女人把男人的钱揣进自己的怀里，所以要看男人的脸色行事。

虽然，在真挚的感情面前，金钱是身外之物。

但前提是，如果一个女人是男人的经济附庸，又怎么可能获得牢固的感情？

对于那些一心想靠掏男人的口袋为生的女人来说，年轻的时候，可以用自己的美貌和青春来换取男人的金钱，但女人终有青春不再的那一天，这时，又有哪个男人还一如既往地慷慨解囊？

在竞争激烈的当今社会，大多数男人都会选择有一定经济来源的女人作为伴侣，他们知道，靠自己一个人打拼有多辛苦。

对于一个女人来说，自己挣钱虽然是辛苦了点，但是可以在职场中体验到自己的社会价值，还可以在男人面前挺直腰板，而且工作也有工作的乐趣，何乐而不为呢？

从另一种意义上说，经济是精神的坚强后盾，一个在经济上不独立的女人，又如何面对感情的波折和变迁？

女人只有有了自己的经济基础，才能在任何情况下都处变不惊。

可见，女人要潇洒，就要在经济上实现独立。

.....

<<每天温暖自己一点点>>

编辑推荐

仿佛只是一瞬间，年少轻狂不再，青春如水流逝，谁可以一直温暖谁，谁又可以被谁一直温暖？最靠得住的还是自己。

是懂得自己了，也该怜惜自己了。

再长的路再长的夜，也要记得每天温暖自己一点点，补充心灵能量，活出最好的自己。

<<每天温暖自己一点点>>

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>