

<<淡定的女人最好命>>

图书基本信息

书名：<<淡定的女人最好命>>

13位ISBN编号：9787801419163

10位ISBN编号：7801419162

出版时间：2012-1

出版时间：台海

作者：廷音

页数：244

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>

## <<淡定的女人最好命>>

### 前言

淡定的女人最好命 也许一到30岁，女人就会失去安全感。

如果缺乏自信，如果不独立、不聪明，女人会活得很辛苦。

还没有嫁出去的，会急于寻找长期饭票，因为自己无力在社会上打拼，无力开拓有价值的前程，担心被淘汰，温饱会有问题，于是爱情变得不可信任： 如果有了孩子，又常会把自己丢掉，或将整个人都交付了出去，肥胖，邋遢，都不在乎。

等到发现身边的男人开始把视线转移到门外，便呼天抢地，无法自控…… 女人的歇斯底里，常常是因为不淡定，因为她的精神支柱是别人。

淡定，淡泊从容镇定。

做女人，淡定是一种优雅。

淡定不是平庸，它是一种生活态度，是智慧地不争，是宠辱不惊，是对简单生活的一种追求。

淡定的女人是智慧的，是聪明的，是优雅的。

淡定的女人，有自己的事业，无论丈夫是否可以负担她的生活。

她在工作中认真投入，把工作做到最好，对上不唯诺，对下不挑剔。

不争强好胜，做好自己的本职。

不争抢荣誉，视名利为过眼云烟。

人说“有人的地方就有江湖”，淡定的女人可以避江湖之险，因为她不看重得失。

淡定的女人，有稳定的爱情，那不是风花雪月，不是激情四射，不是烟花绽放。

淡定女人的那一份默然情感，无声却有着深厚的穿透力，它不需要言语的承诺，只要专注的眼神：不要火红的玫瑰，只要一杯清茶。

淡定的女人深知，女人的幸福不在奢华，而在简单平凡。

淡定的女人，可以把生活安排得舒心而惬意。

时间不断流逝，增长的是年龄，成熟的是心智。

其实幸福就在身边，只是因为我们的目光总是投向远方，所以忽略了身边。

拥有一颗平静如水的心，拥有淡定的生活态度，不失为人生的一种幸福。

淡定的女人，因为生活的磨砺和沉浮，而越来越沉着和平静。

淡定的女人不依赖男人，但有欣赏男人的好品位。

淡定的女人为自己而活，懂得珍惜自己的感情，关心自己的健康。

淡定的女人懂得付出，却又能冷静地和感情保持距离。

人淡如菊，更显不羸。

漂亮的女人不少，能干的女人也不少，但真正幸福的女人却不多，不是因为身边没有幸福，而是因为忽略了寻找幸福、制造幸福的能力。

淡定的女人才是真正幸福的女人，她能安排自己，能控制自己，能支配自己，懂得爱自己！

## <<淡定的女人最好命>>

### 内容概要

漂亮的女人很多。  
能干的女人也很多，可是，为什么幸福的女人那么少？

当爱已经伤不起，幸福能否如期而至？

廷音编著的本书用隽永的文字。  
通过一对对男女的情感故事。  
从正反两方面分析，教你简单可行的去伪存真的法则——谈定。

只有淡定的女人才幸福一翻开本书，从这些故事中，我们可以看到当代人的情感百态。  
可以学到发现爱、经营爱的智慧，更可以学会怎样收获属于自己的那份幸福！

本书深入浅出、丝丝入扣，一篇感悟抒发一份情怀，一段散文酝酿一抹芬芳，一则故事传达一条哲理。  
与你分享每一份情怀、每一抹芬芳、每一条哲理。

## <<淡定的女人最好命>>

### 作者简介

廷音，从事媒体运营与企业品牌策划工作，女性杂志成功话题专栏自由撰稿人。

经常受邀主持一些专题讲座，内容涉及女性修养提升及婚恋交友等课程。

作品散见于《知音》《读者》《爱人》《婚姻与家庭》等诸多刊物，其独特地心得体会结合隽永的文字。

引起了千万女性读者的共鸣。

## <<淡定的女人最好命>>

### 书籍目录

#### 第一章 智慧的女人淡泊名利——稳重坚韧而不浮华躁动

一切有如是，如梦亦如幻——别跟自己过不去

1. 夕阳如金，皓月如银——别用别人的错误惩罚自己
2. 换个角度看生活——生活着，就要美好着
3. 不要想捞起水中的月亮
4. 不要活在他人的价值观里

万般心事付瑶琴，弦断有谁听——学会善待自己，做最爱自己的那个人

1. 学会适时地“饶”过自己
2. 男人的宠爱乃身外之物，自己的宠爱才货真价实

不做无谓的坚持——放手，也是一种成长

1. 千万不要用你的痴情赌明天
2. 爱男人却不纠缠男人，拥有婚姻却不放松自己
3. 许多伤害原本是可以避免的，只要学着宽容一些
4. 心静自然禅——赶走内心的“蛇”，放爱一条生路

淡看繁华，拒绝诱惑——不做诱惑的奴隶

1. 做一棵简单自持的“安心草”
2. 飞得越高，摔得越重——女人要会放慢脚步，降低高度
3. 少欲一身轻——不眼红、不攀比、不要自己气自己
4. 名利只是浮云，淡定如菊才芬芳
5. 适者有寿——不要成为“99一族”

#### 第二章 聪明的女人淡忘过去——昨天已逝明天未到，不要辜负眼前好时光

无生若茶香，无声即是道——把过去“清空”

1. 失恋了，如何hold住不掉价——微笑着，淡定着，继续着
2. 失之东隅收之桑榆。

放下包袱才能放飞快乐

3. 捅破虚假的爱情泡沫——女人，别陷入“爱情的怪圈”

你觉得幸福，那就是幸福——淡定女人的“不完美主义”

1. 淡定地对自己说——接受不完美的自己
2. 完美女人“三宗罪”——不完美的女人更招人爱
3. 做个不完美的淡定女人，你会更快乐

恶小亦心魔，善小尤可为——宽容是淡定女人的幸福法宝

1. 宽容比温柔更有“女人味”
2. 宽容是一个女人成熟淡定的标志
3. 淡定的女人要怀有“孩童般的宽容”

观人即观己，有因必有果——淡定的女人有给自己幸福的能力

1. 不管她嫁的是建筑工人还是国会议员，都有能力让自己过得幸福
2. 可以做贤妻良母。

但不要忘记还要做公主

#### 第三章 快乐的女人会淡化“酸葡萄”心理——“宝藏”就在你身边

目标是生命的罗盘——女人的命运掌握在自己的手里

1. 不要“下意识”地从众，要做个具有个性和风采的女子
2. 要敢于行动——拖延得越久，你就越放不下现有的东西
3. 早一点承认你内心的“庸俗”，早一点在平淡中找到幸福
4. 选男人如同选鞋，别因为迷恋款式而委屈了双脚
5. 嫁人如等车，不要因期待下一辆的舒适而错过时间

## <<淡定的女人最好命>>

信念是人生的财富——别让“虚度”成为光阴的故事

1. 扬起信念的风帆——美好，就在不远处，就在手底下
  2. 不做外表重复的美女，要做个性不同的女人
  3. “围城”中的坚定信念——女人要敢于去选择、去面对、去承担
- 一炷心香尽，出世修佛心——女人的真诚是一束醉人的花
1. 真诚的女人是上帝最精美的艺术品
  2. 要别人喜欢你，就要真诚地付出女性的关怀
  3. 心地不空所以不灵——平淡是真. 平静是福

第四章 幸福的女人不会拼命爱只会淡定爱——恋爱在于机会，婚姻在于智慧

幸福的阀门掌握在自己手里——与其向外苦求，不如先照顾好自己

1. 学着做一个将幸福“放大”的女人
2. 你幸福吗？

——二十种方法让你每天更幸福

挫折也是人生的财富——什么是女人真正的拥有

1. 挫折是人生的一门必修课，学会在遭遇挫折的时候微笑
2. 挫折是女人的炼金石，你能在挫折中得到最好的结果
3. 女人面对挫折的八种良方

佛不在别处，而在心中——选择了幸福你就不会痛苦

1. 乐观的女人永远能发现好的一面
2. 寻找任何一个机会，随时随地制造幸福
3. 微笑是困难的挪动器

驾驭自己的情绪，远离冲动的魔鬼——给心灵洗个澡

1. 淡定的女人将吵架变成感情润滑剂
2. 怎样吵架能让夫妻感情升温？

3. 及时沟通，细心呵护——化干戈为玉帛
4. 两个女人一台戏——如何处理婆媳关系？

第五章 魅力女人淡化你的“年龄”——内省净灵魂，寂寞是清福

智慧是女人最好的魅力——把“年龄”抛到九霄云外

1. 女人永远是一朵花——忘记自己的年龄
  2. 智慧让你的魅力历久弥醇
  3. 不管是18还是40，女人都要从停止抱怨起程
- 人生要耐得住寂寞——女人守住了寂寞也就守住了幸福

1. 静而后能安，安而后能虑，虑而后能得
2. 让寂寞成为一种“清福”
3. 和他一起分享寂寞——多倾听. 少抱怨

第六章 美丽的女人人淡如菊——魅力来自1%的不同

如何拥有属于你的独特个性

1. 遇见最美的自己——在生命交响乐中，演奏你自己的小乐器
2. 美丽不等于魅力——魅力是需要后天努力挖掘才能展现的一种迷人力量
3. 给自己增加点“女人味”——女强人不可爱，小女人无法爱

润物细无声——淡定女人的生活智慧

1. 拒绝孤独——高情商者才能更好地适应这个社会
  2. 逃离沮丧——命在呼吸间，云水且随缘
  3. 自己做主——不要在情绪上被男人左右
- 不做爱情菟丝花——让他永远欣赏你在水一方的风华

## <<淡定的女人最好命>>

- 1.为他设一个美好的心理疆界
- 2.独立，不仅仅是一种美德，也是一种成熟的魅力
- 3.我要我快乐——淡定女人不做“寄生小资”
- 4.在你寻找一棵大树之前，请先把自己培养成一棵树

第七章 自立的女人淡定打理生活——我理财，我富有，我美丽，我精彩  
学会理财，不动声色为自己谋幸福

- 1.莫把男人当成“摇钱树”
- 2.想清楚你要的是家还是房子
- 3.用自己的双手规划自己的未来
- 4.没必要为钱降低自己对男人的品位

我理财，我富有，我美丽，我精彩——不做财务文盲

- 1.聪明女人如何跟男人谈“钱”
- 2.提升生活质量，增加个人财富
- 3.夫妻理财实用法则——我的到底是不是你的？

聪明女人的养老规划——一辈子做好一项投资

- 1.君子爱财，取之有道，女人爱财，治之有道
- 2.奢侈品是女人的时尚投资
- 3.聪明女人会多留个心眼，不动声色地让自己的财产获得保障
- 4.离婚考验女人的财商——把握婚姻把握自己

## <<淡定的女人最好命>>

### 章节摘录

版权页：可是，你真的没有过类似的念头？

失恋以后，一个人躺在床上，是不是也想过“让我睡过去，永远不要醒来就好了”？

这个噩梦，大多数人最后都能够挣脱出来；另外一部分人，却成为梦魇，血淋淋的牺牲者。

牺牲者抛下世间一切，无可补救，再说什么都是多余的。

更为可怕的是，活下来的那些人，往往自残自虐，自暴自弃，最轻微的，也是自怨自艾，在最好的年华里，把自己弄得不成形：要么像祥林嫂一样到处宣告自己是怨妇弃妇；要么整日阴沉沉的，在脸上写满曾经的沧桑。

这样，有意思么？

到老了，活明白了，回忆起来，怕只剩下惭愧和悔恨了吧！

爱恋中的你，是不是也觉得你爱着的男人是这个世界上最好的男人。

自己非他不可，非他不行？

他是独一无二的，没有他，你的生活一团漆黑？

其实，这是因为他身上有光芒，这光芒迷惑了你的眼睛。

这不是他自己的光芒，而是爱情的光芒。

爱情的光芒让一个普通人显得与众不同，而普通人才是他的真面目。

相信我，如果你觉得离开一个人活不下去的时候，只需要等待一些时间，短则三五个月，长也不过三五年，爱情的光芒便会从他身上褪去。

那时你会发现，他也不过只是个男人，好的话不过只是个还不错的普通男人；若不好的话，你会在他身上发现让你后悔得肠子都青了的缺点，这就是时间的力量。

这个世界上，没有谁离开谁活不下去，除非他是给你提供水、空气、阳光和食物的上帝。

所以，千万不要相信“没有你我活不下去”的傻话，热恋的时候说说就罢了，千万别当真。

误解二：我会是他的最后一个女人 顿顿鲍鱼鱼翅的男人，必定格外珍惜清粥小菜，所以，尽管他风流成性，花名在外，你也不会停止对他的幻想：我会是他的最后一个女人。

也许你不那么漂亮，你爱上的男人也不那么富有，但你对他何尝没有同样的幻想？

我会是他的最后一个女人。

最后一个，最值得珍惜。

不管他之前有多少经历，只要遇到你，过去统统都成了乐曲的前奏，只有你才是他最适合的结局。

你也许不够美艳不够妩媚，但是你自有独特的地方，譬如善良。

譬如才华，让他深深折服，非你不可。

## <<淡定的女人最好命>>

### 编辑推荐

《都市女性心灵拯救手册:淡定的女人最好命》针对现代社会中生活节奏越来越快,而且对自己的生命质量要求越来越高的女性,尤其是在这个过程中不独立、失去安全感的女性,提出了一种从容的生活智慧——淡定。

淡定是一种生活态度,是智慧的不争,是宠辱不惊,是对简单生活的一种追求。

《都市女性心灵拯救手册:淡定的女人最好命》从淡泊名利、淡忘过去、淡化“酸葡萄”心理、淡定爱、淡化“年龄”和淡定理财等诸多方面,为女性提出了如何淡定生活的智慧。

<<淡定的女人最好命>>

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>