

<<淡定的女人更幸福>>

图书基本信息

书名：<<淡定的女人更幸福>>

13位ISBN编号：9787506486682

10位ISBN编号：7506486687

出版时间：2012-7

出版时间：中国纺织出版社

作者：姚玲

页数：260

字数：204000

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>

<<淡定的女人更幸福>>

前言

前言女人在这个世界上是最独特的，她们像温柔的溪水，通透而又清凉，缓缓地漫过你的心灵，让你备感舒适；她们像开放的鲜花，芳香而又娇柔，让你不忍触摸，却又被芳香拉近她们的身旁；她们像春天的风，舒缓而又温暖，微不可触地抚过你的衣襟，却又将丝丝的温暖留在你裸露的肌肤上……是什么让女人如此妩媚亲近却又遥不可及，那就是女人特有的淡定使然。

淡定，是一种积极的生活态度，是智慧的不争，是宠辱不惊，也是对简单生活的一种追求，但它绝不是平庸。

平庸的女人没有太大的能力，只是平凡地生活着。

然而，淡定的女人却有着较高的修养，她们有能力争取自己想要的一切，却不完全看重这一切。

淡定就像披在女人身上的一件优雅华美的丝绒披肩，它让女人学会用自己丰富的内心世界和生活的智慧，将自己装扮成让人爱不释手、耐人寻味的“一千零一夜”。

女人的淡定是浑然天成的，这使得女人拥有了如清香宜人的百合般的高雅和婉约，令女人拥有了赏心悦目的温柔。

淡定的女人，常常在世事的牵累和烦琐中偷一点空闲，修饰自己，滋养自己，用自己淡然的心境去呵护那长长的秀发，呈现出来的是清晨阳光般的笑容、端庄的气度和深厚的内涵。

在职场的拼杀与忙碌后修一份心静，给自己一些滋养和爱惜，用超然的心境去呵护如黛的青丝，或是身居温暖的斗室，捧一本泛黄的旧书，滋润正在干涸的心田，修复日渐粗糙的感性，使自己依然温婉和悦。

淡定的女人懂得，无论爱恨情仇，还是恩怨得失，虽无法忘记，但可以包容，把沧桑隐藏在心底，让一切慢慢沉淀在记忆里，因为她清楚，有些记忆的唯一归宿是从心灵到坟墓。

远离刻薄和庸俗，明白什么是爱，什么不是爱；明白什么属于自己，什么不属于自己。

女人活着要有自己的目标，这样的目标可以大可以小，可以崇高也可以平凡，但一定不能没有目标。

女人有几分淡泊坦然，清风细雨同样有韵致和致美的诗意；女人做事有几分从容的淡定，俯仰之间依然洒脱，依然随意；不刻意，不虚伪，纵然没有万卷诗书的熏陶，依然会有简单岁月里的朴素；虽然没有历经沧桑后的宠辱不惊，却有一颗淡定坦然的心。

淡定幸福的女人如秋叶般静美，似丁香般淡雅。

携一份宁静，带一种从容，淡然地来，淡然地去，活得简单而有滋味，所过之处留下一缕淡淡的馨香。

淡定幸福的女人是水，随着时代的进步，不断调整生活的节奏。

在山涧小溪，她是单纯清澈的水滴；在飞天瀑布，她是奋不顾身的飞花碎玉；在浩瀚的大海，她又如汹涌的波涛一次次撞击着礁石。

淡定幸福的女人是一幅清新隽秀的山水画。

无论外界风卷云涌、世事变迁，内心总是一派处事不惊、安详宁静的意境。

任光阴荏苒，任青丝染成白发，从容淡定的女人总能寻求到生活的乐趣，总能发现美丽的风景，哪怕身心一次次受伤、哪怕生活一次次受挫，淡定的女人却更加宽容、更加感恩，更懂得呈现出历经沧桑却依然随遇而安的美丽！

女人的一生，淡到极致的美丽，淡到花开的幸福！

人生只有一次，本书能帮您获得开启那扇指导自己、改变命运的大门，摒弃无谓的烦恼和杂念，在启迪和思索中体悟淡定的真谛。

如果说凡事皆淡定，未免有些不现实，但是，每个女人都应该通过自身的感悟、修炼，不断地追求淡定。

最后，希望每位女性朋友都能够拥有一份淡定的生活态度，在平凡的人生中找寻到自己的幸福。

现在就让我们一起翻开书，踏上这段充满希望的幸福之旅吧！

编著者2012年4月

<<淡定的女人更幸福>>

内容概要

幸福是一种感受。

幸福与年龄、性别和家庭背景无关，幸福来自一份淡定的心情和一种健康的生活态度。

本书是一本修炼心灵、踏上幸福旅程的暖心之作，它为所有渴望幸福的女性提供了一套简单实用的方法，依此获得开启那扇指导自己、改变命运的大门，摒弃无谓的烦恼和杂念，在启迪和思索中体悟幸福的真谛。

每个女人都应该学会淡定，这本枕边的“幸福圣经”，献给所有热爱生活、渴望幸福的女性朋友！

<<淡定的女人更幸福>>

书籍目录

上篇
心如晴空，淡定的女人揽幸福于香怀
女人的幸福是内心的一种感觉——相信自己是幸福的，珍惜自己所拥有的，感恩此刻所存在的，懂得世间万物都有可能给自己带来快乐，那么，幸福就如同你看到那满山遍野的花儿一样，让你时刻都有一种舒心的感觉。
这种舒心的感觉来源于女人自身，来源于女人的内心，谦让、平和、坚强、包容、善良、坦然……拥有了这些，你的眼神就会变得清澈，神情就会变得自信，生活也会因此充满动听的乐章，周围的人都会喜欢与你在一起，感受你带来的愉悦气息，这样的女人怎会不幸福呢？

拥有一颗平静如水的心，拥有淡定的生活态度，不失为另一种人生的幸福。

第一章 淡看荣辱——把酒当歌，笑对人生起起落落

顺其自然

比较是烦恼的祸根

在人生的道路上，宽容为怀

打开心窗，让阳光照进来

用乐观的心态照亮自己

微笑着面对生活

忍让可以换来甜蜜的结果

幸福是一种感激的心态

第二章 美丽仪容淡如水——清水出芙蓉，天然去雕饰

女人可以不漂亮，但装扮一定要得体

让你的眼睛会说话

声音是女人的第二张名片

化妆是热爱生活的表现

做一个耐看的美丽女人

第三章 幸福的坐标是自己——百千温婉源于女人对自己的爱

一定要懂得珍惜自己

爱别人更要爱自己

不要委屈自己

发现并经营自己的长处

接受自己的缺点和不完美

女人要学会保养自己

女人要学会善待自己

别把幸福寄托在别人身上

第四章 心是快乐的根——以快乐为圆心转出一生的幸福

微笑是快乐的法门

从简单中寻找快乐

寄出烦恼，你就会多一点快乐

快乐要在放松中找寻

淡定，可以排解抑郁

学会释放压力，让你的生活更轻松

快乐的女人更惹人爱

第五章 做一个有品位的魅力女人——慢慢品味，云淡风轻中别有滋味

智慧让女人更美丽

<<淡定的女人更幸福>>

气质是女人永恒的魅力
做一个爱阅读的文化"书"女
知性美是女人魅力的最好体现
女人因成熟而更有魅力
柔情似水的女人更具吸引力
每天进步一点点
第六章 相知相守——懂爱的女人更幸福
最适合比最好更重要
不要让感情攀比伤了自己
有一种美叫若即若离
大声说出来，让他知道你的爱
幸福的婚姻是从厨房开始的
爱他，就要尊重他
保持一定的神秘感，不要让他一下子看透
……

<<淡定的女人更幸福>>

章节摘录

<<淡定的女人更幸福>>

编辑推荐

《淡定的女人更幸福》编辑推荐：幸福是一种感受。
幸福与年龄、性别和家庭背景无关，幸福来自一份淡定的心情和一种健康的生活态度。

<<淡定的女人更幸福>>

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>