

<<自信的女人最美丽>>

图书基本信息

书名：<<自信的女人最美丽>>

13位ISBN编号：9787801956262

10位ISBN编号：7801956265

出版时间：2007-4

出版时间：九州出版社

作者：燕鸣泉

页数：348

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>

<<自信的女人最美丽>>

前言

一个女人只要自信，无论她的外貌多平凡，也会呈现出流光溢彩的美丽。

因为自信可变成一种人格魅力，深深地吸引周围的人。

正如索菲亚。

罗兰所说：“一个缺乏自信心的女人永远也不会有吸引别人的美。

没有一种力量能比自信更能使女人显得美丽。

”然而，现实生活中，我们周围有一些女人：她们总是低垂着头，做事小心谨慎，好像害怕冒犯了他人。

在家庭中，她们宁愿依靠父母、丈夫或儿女，也不愿依靠自己；在职场上，她们温和得像一只小绵羊，对别人言听计从，从不敢大声表达自己的意见。

跟这样的女人在一起你很少能看到灿烂的微笑，她们没有特别的兴趣爱好，更谈不上广泛的社交，她们总有各种各样的理由来证明自己比不上别人！家庭幸福的说自己没有事业；容貌美丽的说自己内涵不够；心地善良的说自己不够干练；生活贫穷的说有钱就是好；经济条件好的说一家人在一起才是幸福……这一切的一切都源于同样一个理由：不自信。

因为不自信，所以总觉得己不如人；因为不自信，所以感觉不到拥有的才是最好的；因为不自信，所以不敢展现世上独一无二的自己；因为不自信，所以永远活不出自我的风采！天下的女人啊，不要再自己折磨自己了，不要再在自己设置的桎梏里打转了！大胆自信地扬起你那高贵的头颅，充满激情地向本真的自我大声喝彩吧！也许你不够完美，但世上哪有真正的完美。

坦然地接受自己，积极地收集构成自信的元素，把自卑扔出天空外，把自己的本色发挥到淋漓尽致，让生活中的每一天都充满灿烂阳光，让世界因你而精彩！自信的女人最美丽。

自信对于女人来说就好像是每天早上起来对镜“则花黄”那样重要。

一个自信的女人，必定是一个自在的人。

无论是否结婚都能怡然自得地快乐生活。

一个自信的女人永远都是乐观的，她能够在烦琐的生活中找到让自己快乐的办法。

自信的女人穿着打扮自有一套。

随手几笔的浓妆淡抹，宛若神来之笔。

平平常常的衣服，经过她们的精心搭配，也能显示出不一样的神奇。

不自信的女人在近乎疯狂地追求时髦的时候，她们却在冷静地表现自我！自信的女人用自信照亮爱情之路。

她们敢于主动去选择，主动去追求自己的真爱，敢于大胆地表白自己的心声，从而把幸福牢牢地把握在自己手中。

即便是到最后事与愿违，自信的女人也敢于潇洒地放弃，不留下一片云彩！自信的女人深谙婚姻幸福的秘诀。

现实生活中的婚姻，包含着太多柴米油盐的恩恩怨怨，而自信女人置身其中，却能轻松自如，游刃有余。

自信的女人是职场上一道亮丽的风景。

她们周身所散发出来的热情自信，会让所有的同事受到感染，受到激励。

自信的女人是交际场上盛开的奇葩。

她们举手投足落落大方，言谈幽默风趣，善于把握分寸，让每一个与她们相处的人都感到无限的快乐！自信的女人懂得内涵的魅力。

她们追求上进，坐拥书城铸内秀，每时每刻都不忘记及时充电，她们才是永远站在时代浪尖上的人。

古往今来，自信女人就像一颗颗闪闪的明星，照亮着大地，震撼着我们的心灵。

放眼世界，居里夫人因了对科学精神的自信，赢得了全天下的敬仰；南丁格尔因了对护理工作的信任，成就了人间最高尚的事业；特雷莎修女因了对爱的自信，成了人们眼中替神行善的圣母……阅读本书会让不够自信的您，自信起来；会让比较自信的您，更加自信……愿天下的女人，都能从本书中得益，扬起自信的风帆，大胆活出真我的风采！

<<自信的女人最美丽>>

<<自信的女人最美丽>>

内容概要

自信的女人最美丽，自信的女人穿着打扮自有一套，自信的女人用自信照亮爱情之路，自信的女人深谙婚姻幸福的秘诀，自信的女人是职场上一道亮丽的风景，自信的女人是交际场上盛开的奇葩，自信的女人懂得内涵的魅力。

天下的女人啊，不要再自己折磨自己了，不要再在自己设置的桎梏里打转了！大胆自信地扬起你那高贵的头颅，充满激情地向本真的自我大声喝彩吧！

<<自信的女人最美丽>>

书籍目录

第1章 成就自信“起步走”过去不等于未来 坦然接受独一无二的自己 真心真意地热爱自己 把自卑扔出天空外 美与丑主要取决于内在 保持自己的本色 千万不要苛刻地追求完美 做当下该做的事 无须顾虑别人对你的看法 要想自信还得勤奋 唯有坚持才会有效 娱乐休闲也是生活的必需品

第2章 自信女人阳光的一天 出门前对镜中的自己说“你真棒” 微笑着面对所有人 享受每一个灿烂的今天 每天做一个有效的规划 不为小事而烦恼 不为打翻的牛奶而哭泣 不要被欲望牵着鼻子走 每天留出十分钟安静独处 不做都市“郁女” 憧憬着明天甜蜜入梦

第3章 自信元素百分百 运动带给人青春飞扬的信心 不过于苛求苗条的身材 合理饮食吃出自信女人 优美的、充满自信的声音 得体的装扮更添风采 坐拥书城,享受优雅人生 勇敢是灵魂最杰出的力量 要美丽,先独立 游刃有余地经营自己的钱财 把握稍纵即逝的机会 懂得创新,敢为天下先

第4章 自信女人14句话激活自己 “谁说女子不如男” “女人的名字不叫弱者” “世上没有丑女人” “我能行,因为我相信我行” “走自己的路,让别人去说” “大不了重新再来” “生命因挫折而精彩” “你想站立,没有人能使你倒下” “世界上没有不可能的事” “谁笑到最后,谁才是最好”

第5章 自信女人让世界更精彩 尔虞我诈的世界里保持诚实 残酷竞争的世界里保持善良 鱼龙混杂的世界里保持纯真 人心冷漠的年代依然可亲 人人为我的时候依然博爱 不如人意的時候保持自强 身处逆境的时候依然乐观 压力如山的时候保持干练

第6章 家有自信女人是福 丈夫心中“永远的宝贝” 孩子心中“快乐的天使” 父母心中“孝顺的女儿” 公婆心中“可心儿的儿媳” 客人眼中的“开心果” 邻里心中的“亲善大使” 所有人心中“美丽的太阳花”

第7章 自信女人穿着打扮追求个性 浓妆淡抹应相宜 呵护肌肤是女人一生的功课 让秀发飘逸飞扬 曲线是自己创造的 衣着是体现内在的无声语言 根据自身特点选择服装 职业女性的服饰以简单大方为主 冷静面对时尚热潮

第8章 自信照亮爱情路 我选择我喜欢 大胆把握恋爱脉搏 掌握约会的规则 当你足够优秀时,爱情自会来敲门 真爱建立在共同志趣的基础上 爱要激情,更要理智 爱情不是一个女人的全部 别为爱情放弃友情 当爱已成往事,潇洒地和他道“再见”

第9章 自信女人自如面对婚姻 以尊重培育真爱 以宽容润滑真爱 以理解抚慰真爱 以信任唤醒真爱 以沟通传递真爱 以体贴呵护真爱 以赞美滋润真爱 以性爱丰富真爱 以浪漫保鲜真爱 以空间留住真爱

第10章 自信女人的职场宣言 自信是面试中最重的砝码 做自己喜欢的职业 世上没有卑微的工作 工作不单单是为了薪水 好酒也怕巷子深 姜并不总是老的辣 大胆对不合理要求说“不” 要给别人台阶下 以柔克刚真精彩 要有一颗平常之心 把别人的刁难看作是对自己的成全 灵活运用提高身价的各种途径

第11章 自信女人赢在交际场 微笑是永远的介绍信 举手投足落落大方 优雅是最美丽的衣裳 幽默的女人到处受欢迎 自信女人深知赞美之妙 在倾听中学会思考 宽容是一种美德 女人味是骨子里的魅力

第12章 自信女人内涵之美 知识改变女人的命运 智慧是一种永不褪色的美丽 音乐是心灵的伴侣 兴趣,能增加生活的亮色 内秀的女人不断为自己“充电” 美丽是修炼出来的 用大智慧脱颖而出 提高品位,筑就优雅人生

第13章 如果女人不自信 没事就爱怨天尤人 面对选择,优柔寡断 盲目模仿,宛若东施 敏感多疑,宛若黛玉 虚荣心强,面子第一 自卑自贱,迷失自我 嫉妒成性,搬弄是非 唠唠叨叨,发泄不满

第14章 世界著名自信女人 影响世界进程的伟大女性——居里夫人 神圣的“白衣天使”——南丁格尔 替神行善的圣母——特雷莎修女 最顽强的生命——海伦·凯勒 英国铁娘子——撒切尔夫人 美国权力女人——希拉里 美国第一黑人女国务卿——康多莉扎·赖斯 德艺双馨——常香玉 中国传媒女富豪——杨澜

<<自信的女人最美丽>>

章节摘录

1.过去不等于未来不管你过去如何，是好还是坏，是丑还是美，是如意还是不如意，一切都无关紧要，从你建立自信的那一刻起，世界完美改变了。

过去决定了现在，而不能决定未来，只有现在的作为及选择才能决定我们的未来。

过去你可能不自信，过去你可能没有取得自己想要的成就，过上自己想要的生活，但是这又有什么关系呢？

从今天开始，从现在开始（不能再耽搁了），我们要用发展的眼光看待自己，看待成功。

目前的境况只是暂时的，只要你拥有自信，漫长的人生充满着未知数。

1920年，有个小姑娘美国田纳西州一个小镇上出生了，妈妈只给她取了个小名叫小芳。

随着年龄的增长，小芳渐渐发现自己与其他孩子不一样：她没有爸爸。

她是私生子。

人们明显地歧视她，小伙伴们都不跟她玩。

孩子是无辜的，但世俗却是残酷的。

上学后，歧视并未减少，老师和同学仍以那种冰冷、鄙夷的眼光看她：这是一个没有父亲的孩子，没有教养的孩子，一个不好的家庭的孽种。

于是，她变得越来越懦弱，开始封闭自我，逃避现实，不与人接触。

小芳最害怕的事，就是跟妈妈一起到镇上的集市。

她总能感到人们在背后指指戳戳，窃窃私语：“就是她，那个没有父亲，没有教养的孩子？”

小芳13岁那年，镇上来了一个牧师，从此她的一生便改变了。

小芳听大人说，这个牧师非常好。

她非常羡慕别的孩子一到礼拜天，便跟着自己的双亲，手牵手地走进教堂。

她曾经多少次躲在远处，看着镇上的人们兴高采烈地从教堂里出来。

她只能通过教堂庄严神圣的钟声和人们面部的神情，想象教堂里是什么样，以及人们在里面干什么。

<<自信的女人最美丽>>

编辑推荐

相信自己，你就是一道风景，没必要在别人风景里面仰视。

古往今来，自信女人就像一颗颗闪闪的明星，照亮着大地，震撼着我们的心灵。

放眼世界，居里夫人因了对科学精神的自信，赢得了全世界的敬仰；南丁格尔因了对护理工作的信任，成就了人间最高尚的事业；特雷莎修女因了对爱的自信，成了人们眼中替神行善的圣母……阅读《自信的女人最美丽》会让不够自信的您，自信起来；会让比较自信的您，更加自信……愿天下的女人，都能从《自信的女人最美丽》中得益，扬起自信的风帆，大胆活出真我的风采！自信的女人必然是一个快乐的人一个自信的女人，必定是一个自在的人，能怡然自得地快乐生活。

自信的女人穿着打扮自有一套随手几笔的浓妆淡抹，宛若神来之笔。

平平常常的衣服，经过她们的精心搭配，也能显示出不一样的神奇。

自信的女人用自信照亮爱情之路她们敢于主动去选择，主动去追求自己的真爱，敢于大胆地表白自己的心声，从而把幸福牢牢地把握在自己手中。

自信的女人深谙婚姻幸福的秘诀现实生活中的婚姻，包含着太多柴米油盐的恩恩怨怨，而自信女人置身其中却能轻松自如，游刃有余。

自信的女人是职场上一道亮丽的风景她们周身所散发出来的热情自信，会让所有的同事受到感染，受到激励。

自信的女人是交际场上盛开的奇葩她们举手投足落落大方，言谈幽默风趣，善于把握分寸，让每一个与她们相处的人都感到无限的快乐！

自信的女人懂得内涵的魅力她们追求上进，坐拥书城铸内秀，每时每刻都不忘记及时充电，她们才是永远站在时代浪尖上的人。

<<自信的女人最美丽>>

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>