

<<女人幸福有密码>>

图书基本信息

书名：<<女人幸福有密码>>

13位ISBN编号：9787806755723

10位ISBN编号：7806755721

出版时间：2009-1

出版时间：内蒙古文化出版社

作者：戴尔·卡耐基

页数：256

字数：173000

译者：良石,李壬杰

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>

## <<女人幸福有密码>>

### 内容概要

世界上所有的女人都一样，祈祷着自己的婚姻幸福，家庭美满——而且祈望着自己的丈夫获得事业的成功。

任何女人，只要灵活、明智地运用这方法，最终都能帮助她和她的丈夫迈向成功。

她就可以越过许多通往幸福的障碍，使自己的丈夫不总是在人生的低处仰望，并使自己拥有一个幸福、快乐、如意的人生。

## <<女人幸福有密码>>

### 作者简介

陶乐丝·卡耐基，在全球五大洲的50多个国家，陶乐丝·卡耐基跟随丈夫戴尔·卡耐基-美国杰出的成人教育家和人际关系学家。

帮助千百万人成就了更具活力、更高品质和更令人满意的生活，陶乐丝也因此获得了大量的生动事例和独到的人生感悟，并将此集结成书，为女性朋友们提供了切实可行的生活指导。

## <<女人幸福有密码>>

### 书籍目录

#### 密码一 微笑

1. 愉悦的微笑
2. 为所拥有的而快乐
3. 以欢愉款待自己
4. 放弃完美, 寻求快乐
5. 培养嗜好
6. 阳光般的微笑
7. 享受静默

#### 密码二 自信

1. 相信自己
2. 独一无二的你
3. 独立自我
4. 把命运握在手中
5. 从现在开始
6. 自信的语言
7. 摒弃嫉妒
8. 重塑自我
9. 走出迷雾

#### 密码三 爱自己

1. 做自己的公主
2. 心灵的对话
3. 换个窗子看世界
4. 兴奋使真我浮现
5. 绽放心灵之花
6. 通向仙境的天梯

#### 密码四 爱人

1. 真爱
2. 慈悲的心肠
3. 放开双手

#### 密码五 获得友谊

1. 友情的力量
2. 克服错觉
3. 第一印象
4. 真诚感谢
5. 记住别人的名字
6. 对别人感兴趣
7. 让朋友表现得比你聪明
8. 重视他人
9. 同情别人
10. 赞赏别人
11. 关心别人
12. 停止你擅长的话题
13. 让你的天空晴朗起来

#### 密码六 男友眼中的天使

1. 天使般的性情

## <<女人幸福有密码>>

2. 做个温柔可爱的女人
  3. 倾听的魅力
  4. 发挥你赞美的声音
  5. 把脏鞋留在屋外
  6. 不要忘了说谢谢
  7. 做个好伴侣
  8. 适应他的节奏
  9. 给他表现的机会
  10. 做真正的自己
  11. 别做讨厌的人
- 密码七 家里的宠儿
- 密码八 性爱的魅力
- 密码九 离不开的助手
- 密码十 远离烦恼
- 密码十一 铸就事业
- 密码十二 走向成熟

## <<女人幸福有密码>>

### 章节摘录

版权页：愁眉苦脸是容易的，有很多事情可以让我们如此：钱、客厅里不停吵闹的孩子、在我们办公室里大放厥词的同事，仿佛我们没有其他事情要忙似的。

倘若我们接受这些事实，并以笑代之，会有好玩的事发生：麻烦的恼怒容易离我们而去。

下一次，当我们要对某事皱眉时，不妨代之以笑吧！

人们会感到惊讶，连我们自己也会惊讶地说，我们的态度竟会随着自己的表情而改变。

许多女人花大笔的钞票美化外貌，特别是她们的脸蛋。

充满着年轻的承诺的防皱乳霜、染眉毛膏、腮红、眼影等，都是为了使我们的脸部更加耀眼而设计的。

然而，你曾经留意过这样一个事实吗？

那就是脸部的表情跟愉快的外表有关，而不是有没有化妆或是否有皱纹。

如果你在一个忙碌的街道上停车，请观察街上来来往往的人们，看那许多夸张的严峻脸孔，紧咬着下巴，一副苍桑、性情乖戾的模样。

那种不安的神情，会进一步创造出不安的身体，而那个身体的灵魂将会充满压力。

作为一个孩子，从18岁到20岁，人们都有着表情丰富的、明显的表达方式，待成年后，我们退化到四岁。

自从成人被认定应该要比孩子更加严肃、庄重后，过于富有表情或许会使我们感到出丑。

长大，促使我们限制了游戏、以及快乐的表情，特别是在星期五到星期日的假期里。

以往我们只是将微笑、愁眉苦脸视为表达情感的一种方式。

然而，研究者现在将表情视为身体本身的一种器官，渐渐地，科学家们了解到脸部表情的发生乃先于情感，扮演着催生情感的角色。

“表情回馈”理论建议，当我们邀请一个人微笑时，对方很快便开始回忆与愉悦有关的事情，为什么？

因为当我们微笑时，会发生两件事：我们经由鼻子呼吸，同时释放了脸部血管的压力，呼吸时将冷空气带进呼吸道，空气冷却了血管与血液的流动。

而且当我们的嘴角泛着微笑时，脸部血液流动的方向便改变了，使血液的温度得以下降。

研究证实，这时进入头部冷却后的血液，能够释放抑制痛苦的化学物质，使人感觉更好。

## <<女人幸福有密码>>

### 编辑推荐

《女人幸福有密码(典藏版)》：陶乐丝·卡耐基帮助您揭开女人幸福的密码，愿所有获得密码的女性，都能找到幸福的感觉。

致世上所有希望幸福的女人，陶乐丝·卡耐基成功经验准则。

密码一：微笑密码二：自信密码三：爱自己密码四：爱人密码五：获得友谊密码六：男友眼中的天使  
密码七：家里的宠儿密码八：性爱的魅力密码九：离不开的助手密码十：远离烦恼密码十一：铸就事业  
密码十二：：走向成熟

<<女人幸福有密码>>

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>