

<<小资女人的幸福秘方>>

图书基本信息

书名：<<小资女人的幸福秘方>>

13位ISBN编号：9787505427150

10位ISBN编号：7505427156

出版时间：2011-9

出版时间：朝华出版社

作者：樊耕夏

页数：304

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>

<<小资女人的幸福秘方>>

前言

你想成为小资女人吗？

或许你现在已经是小资女人了。

一份体面的工作，一份衣食无忧的稳定收入，受过良好的教育，拥有舒适的人文环境，这些都是小资女人的基本条件，再加上小资女追求时尚的特征，成为了众多女性追求的目标。

如果你已经是小资女人，那么请你一定要幸福，如果你还不是小资女人同时追求着这种幸福，那么请你用行动来实现幸福。

小资女人有这些特点：单身、收入高、拥有自己的住房、事业成功、床头有书、自己旅游、追求时尚等等。

其实不管有什么特点，都是小资女人追求独特幸福方式的一种表现。

小资女人，你就是公主。

当你独自旅行时，奔向何方；当你追求美丽时/如何自如；当你烦恼时，如何快乐；当你遇到爱情时，如何珍惜；当你……你会……很多时候，幸福只需被提醒一下，小资女人，你的幸福生活在此将会被提醒。

本书给你的小资生活提个醒，让你学会怎样拥有幸福的小资生活。

本书内容共有10个部分，让你学会怎样做自己的公主、思想的智者、天下的行者、时尚的主人、快乐的使者、情调的享受者、爱情的寻者、职场的女王、财富的管理者、健康的女人。

爱惜自己，懂得自己，才能做自己的公主。

自信、自恋是做自己公主的两个元素，加上你的与众不同的个性，成为一名骄傲的公主吧。

聪明的脑袋是你幸福生活的保障，多读一本书，做一个拥有思想和智慧的聪明人，那么你的生活、爱情、事业便会多一丝快乐，少一些忧愁。

走遍世界，多少人的旅行梦想，游走于世界的某一个角落，给生活与人生以点缀，怀着一份独特的情感，给你的梦想起航。

女人美丽，离不开时尚，穿衣、化妆走进时尚，让年轻的你多一份美丽，成熟的你多一份高贵。

微笑着的快乐，便是人世间最简单的快乐，如何拥有这种快乐呢？

稍加了解你便会做到。

美酒与咖啡，小资生活中必不可少的搭配，这种喝出来的情调你是否真的懂得呢？

学会品尝美酒与咖啡，是小资生活的必修课。

爱情，这个千回百转的故事，你是否可以把它编织成赤、橙、黄、绿、蓝、靛、紫的七色彩虹，哪怕只有那么一瞬间，也要演绎为最美丽。

叱咤风云、驰骋职场，离你并不遥远，小资女们的自我价值最大程度的体现在了职场中，做一名职场的女王，让你的人生更精彩。

赚钱自如，理财也要自如，做财富的管理者并不那么容易，女人，要学会管理你的财富。

健康是福，幸福生活的起点就是健康，不要在学会其他幸福生活的同时忘记了健康。

<<小资女人的幸福秘方>>

内容概要

小资女的幸福生活，从做公主开始；多一点智慧，就多一点幸福；旅行，带给你畅游天下的快感。
你穿故你美，时尚就在你身边；快乐，需要微笑；美酒加咖啡，享受心情。
爱情，从来都是千回百转；职场的你，是否能成为女王；给自己的财富寻找一个宝盒；健健康康，幸福永远。

<<小资女人的幸福秘方>>

书籍目录

第1章 爱他先爱己，做自己的公主

学会爱自己

从自信开始

懂得欣赏自己，与自己谈恋爱

每一天你都是公主

珍惜本色的你

我的个性我做主

幸福生活你做主

第2章 床头一本书，做思想的智者

读书让女人充满智慧

读书是一种情趣

一本好书让你受益终生

气质与智慧并存

心态平和，才能淡定如水

第3章 一个人旅行，做天下的行者

独自一人去旅行

小资女的旅行胜地

世界之大任你游

女人一生的旅行计划

第4章 我穿故我美，做时尚的主人

气质可以穿出来

衣服搭配，百变女神

女人与鞋子的故事

时尚就在你身边

你也可以拥有明星衣橱

第5章 给生活微笑，做快乐的使者

学会忘记不愉快的事情

善于给自己制造好心情

你对他笑，他才会对你笑

微笑的妙处

职场微笑助你成功

女人的微笑对男人最有杀伤力

第6章 美酒加咖啡，做情调的享受者

饮酒的礼仪

葡萄酒的魅力

美酒配美食

咖啡的礼仪

自己动手做咖啡

一杯咖啡，一种心情

咖啡与书

第7章 刹女也疯狂，做爱情的追寻者

爱情不会在原地等待

不要为结婚而结婚

爱情与金钱是两回事

如果爱，请深爱

<<小资女人的幸福秘方>>

不爱了，请离开

爱一个人需要理由吗

第8章 能力与实力，做职场的女王

工作态度决定工作质量

职场充电的学习女王

办公室的自信女王

做语言的驾驭者

学会聆听

对周围的环境保持高度的兴趣

第9章 能赚与会花，做财富的管理者

能赚钱是小资女人的标志

不会花钱，再能赚也是穷人

理财投资，让你的钱可以生钱

金钱与爱情的抉择

你的衣橱里真的永远缺少一件衣服吗

第10章 运动与饮食，做健康的女人

健康带给你美丽

运动从此刻开始

只吃对的不吃贵的

从饮食搭配开始健康生活

身材与健康同等重要

<<小资女人的幸福秘方>>

章节摘录

版权页：有些女人面对着镜子，当她看到自己的形态或肤色时，忍不住产生某种幸福的感受。相反的，有些女人却被自卑感所困扰。

虽然彼此的肤色都很黝黑，但自信的女人会以为：“我的皮肤呈小麦色，几乎可跟黑发相媲美。”而她内心一定暗喜不已。

可是，一个缺乏自信的女人却因此痛苦不堪地呻吟起来：“怎么搞的，我的肤色这么黑。”两种人的心情完全不同。

有的女人看见镜子就丧失信心，甚至在一气之下，把镜子摔破。

由此可见，价值判断的标准是非常主观而又含糊的。

只要认为漂亮，看起来就觉得很漂亮，如果认为讨厌，看来看去都觉得不顺眼。

尤其，关于自卑感的情况，也常常会受到语言的影响，所以说，否定意味的语言，对于一个人的心理健康有百害而无一利。

《物性论》一书的作者是古罗马大诗人卢克莱修，他奉劝天下人要多多称赞肤色黑黝的女人，说：“你的肤色如同胡桃那样迷人。

”只要不断如此赞赏对方，那么，这位女人即使再三对镜梳妆，或明知自己的皮肤黑黝，也会毫不在乎。

这样一来，她就能专心于化妆，而且总觉得自己不失为迷人的女性。

接着，卢克莱修奉劝我们不妨将“骨瘦如柴”改说为“可爱的羚羊”，把“喋喋不休”改说为“雄辩的才华”。

不同的语言可将相同的事实完全改观，而且也给人以不同的心理感受。

总之，运用肯定或否定的措词，可将同一件事实，形容成有如天壤之别的结果。

可见措词这件事，诚然是任何天才都无法比拟的魔术师。

在任何情况之下，只要常用有价值的措词或叙述法，则可以将同一个事实完全改观，当然可以驱除自卑感，而令人享受愉快的生活。

8.自信培养自信如果缺乏自信时，一直做些好像没有自信的举动，就会愈来愈没有自信。

缺乏自信时更应该做些充满自信的举动。

缺乏自信时，与其对自己说没有自信，不如告诉自己是很有自信的。

为了克服消极、否定的态度，我们应该试着采取积极、肯定的态度。

如果自认为不行，身边的事也抛下不管，情况就会渐渐变得如自己所想的一样。

有某一学生团体，提倡大学生每年选出一位最合乎现代且美丽的大学生，并且举办比赛：以下是那里的工作人员说的。

他（她）们到各大学、到大街上，看到美丽的人，就把小册子拿给他（她）们看，请他（她）们参加这个比赛。

通过多次比赛，大家变得愈来愈美，简直让人看不出来。

那里的工作人员说：“大概愈来愈有自信了吧！”

”这话完全正确。

因为“我要参加这个比赛”的这种积极态度，使这些人显得好美。

“我要参加这个比赛”，这种肯定生活的态度产生自信，使这些人显得更美。

丹麦有句格言说“好运临门，傻瓜也懂得把它请进门”，如果抱着消极、否定的态度，即使好运来敲自己的门，也不会把它请入内。

机会来临时，更应该抛开自己消极、否定的态度。

运气不仅发源于外，也发源于内心。

“今天一整天都不说刻薄话”，这些事看起来容易其实不简单。

但是，只要下定决心去做，就做得好。

如果能在声音中表现得有笑容，那么人生就会一天天变得亮丽起来。

因为，如果声音带着亲切的笑意，人们就会想和你交谈，然后因为和人接触而有精神起来。

<<小资女人的幸福秘方>>

电话交谈时，如果用有笑容的声音说话，对方听了舒服，自己也觉得快意。

苦着一张脸或者冷言冷语地，不仅会让对方不舒服，自己也会不痛快。

用言语冲撞对方时，就是用言语在冲撞自己，自己对对方的态度同时也是对自己的态度。

我们应该像砌砖块一样一块一块砌起来，堆砌我们对人生积极、肯定的态度。

即使不能喜欢所有的人，也应该努力多喜欢一个人，喜欢一个人，相对地，也会喜欢自己，然后，也会克服对他人不必要的恐惧。

因为，自信会培养自信。

一次小成就会为我们带来自信。

如果一下就想做伟大、不平凡的事，就会愈来愈没有自信。

<<小资女人的幸福秘方>>

编辑推荐

《小资女人的幸福秘方》给你小资生活提个醒，让你学会怎样拥有幸福的小资生活。

《小资女人的幸福秘方》内容共有10个部分，让你学会怎样做自己的公主、思想的智者、天下的行者、时尚的主人、快乐的使者、情调的享受者、爱情的寻者、职场的女王、财富的管理者、健康的女人。

你想成为小资女人吗？

或许你现在已经是小资女人了。

一份体面的工作，一份衣食无忧的稳定收入，受过良好的教育，拥有舒适的人文环境，这些都是小资女人的基本条件，再加上小资女追求时尚的特征，成为了众多女性追求的目标。

如果你已经是小资女人，那么请你一定要幸福，如果你还不是小资女人同时追求着这种幸福，那么请你用行动来实现幸福。

小资女的幸福生活就在你身边：·小资女的幸福生活，从做公主开始；·多一点智慧，就多一点幸福；·旅行，带给你畅游天下的快感；·你穿故你美·时尚就在你身边；·快乐·需要微笑；·美酒加咖啡，事受心心情；·爱情，从来都是千回百转；·职场的你·是否能成为女王；·给自己的财富寻找一个宝箱；·健健康康，幸福永远。

送你一本秘籍，让你了解小资女的幸福生活，送你一把钥匙，打开幸福小资生活的宝箱。

小资女人的生活看似虚无缥缈，实则有迹可循，女人，需要生活的质量，小资女的幸福生活，就是一种有质量的生活。

<<小资女人的幸福秘方>>

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>