

<<一个快乐女人要做的50件事>>

图书基本信息

书名：<<一个快乐女人要做的50件事>>

13位ISBN编号：9787506476058

10位ISBN编号：7506476053

出版时间：2011-8

出版时间：中国纺织出版社

作者：若水

页数：274

字数：209000

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>

## <<一个快乐女人要做的50件事>>

### 前言

女人，你快乐吗？

在我们周围，经常会听到一些女人这样说：“生活真累啊！

”“不管怎么活，都难以活出潇洒！

”为什么会这么说呢？

女人，为什么不能快乐地生活呢？

有些女人只会跟在别人后面做事，看到别人怎么样，自己就怎么样；有些女人没主见，心里没有支柱，容易被外在的事物所迷惑、所吸引；有些女人很复杂，不论做什么事，都要反复斟酌；有些女人总是愁眉不展，只要一面对既成的事实，就会心绪起伏波动……这些女人都是可悲的！

快乐也是过一天，不快乐也是过一天，那么，为何不选择快乐地过这一天呢？

做女人，就要做一个快乐的女人！

快乐的女人，了解生活的真正意义，她们既积极进取，又达观知命。

遇到苦难时，她们坚强；心情欢乐时，她们谨慎小心。

因此，快乐的女人是幸福的。

女人要想让自己获得快乐，就要依靠自己！

如果你想获得快乐，想让阳光永远普照着你，就要努力让自己做一个小太阳，为自己制造阳光，从而让自己的生活丰富多彩！

没有哪个女人是不渴望自己漂亮、能干、坚强的。

有些女人，为了排解心中的“郁闷”，就和朋友一起去迪厅、酒吧等场所寻找刺激，认为这就是快乐。

可是，结果往往事与愿违，因为这种快乐是暂时的，朋友散尽之后女人依然是孤独的。

其实，在我们身边有许多让我们快乐的事情，只是很多女人已经被种种诱惑迷住了眼睛。

只要我们卸掉心中的枷锁，敞开心扉，就可以发现快乐、设计快乐、创造快乐。

只要去用一颗纯真的心去体会，快乐就会像空气一样，时刻环绕在我们身边，伸手即得。

你是一个快乐的女人吗？

你的快乐是来自于老公、孩子、工作，还是来自于你自己？

你懂得享受寂寞，懂得和自己独处吗？

你喜欢自己的生活吗？

你生活中的每一天都是浑浑噩噩地度过吗？

其实，不管你喜欢不喜欢，生活都是要继续的。

所以，与其整天闷闷不乐，倒不如选择快乐，做一个人人称羡的快乐女人。

本书旨在告诉每一位女人，快乐其实很简单！

即使是午后喝的一杯咖啡、午夜看的一场电影、偶然接到的一个好久不联系的朋友的电话等，都可能成为快乐的来源。

真心希望走进本书的女人都能够寻找到久违的快乐。

编著者 2011年7月

## <<一个快乐女人要做的50件事>>

### 内容概要

由若水编著的《一个快乐女人要做的50件事》内容介绍：你是个快乐女人吗？

你的快乐来自于老公、孩子、工作，还是你自己？

你懂得享受寂寞，善于和自己独处吗？

你喜欢自己的生活吗？

还是浑浑噩噩过一天算一天呢？

其实，无论你喜欢不喜欢，生活都是要继续的，所以不如选择快乐，做一个人人称羨的快乐女人。

本书旨在告诉每一位女性，快乐其实很简单，哪怕是午后喝一杯咖啡、午夜看一场电影、偶然接到一个好久不联系的朋友的电话等，都可能成为你快乐的来源。

《一个快乐女人要做的50件事》所选的这50件事，女人如果能将其做好，那就一定能发现生活中隐藏着的快乐，甚至会创造出更多快乐，同时还会给他人带去快乐。

## <<一个快乐女人要做的50件事>>

### 书籍目录

#### 第一篇 享受生活篇

- 第1件事：好好爱自己
- 第2件事：女人要有信仰
- 第3件事：做自己喜欢或让自己快乐的事
- 第4件事：做一个度假和旅行计划
- 第5件事：坚持运动
- 第6件事：尝试自己不敢做的事情
- 第7件事：懂得独处，不依赖他人

#### 第二篇 魅力无限篇

- 第8件事：让自己永葆魅力
- 第9件事：从头到脚，把自己装扮得美美的
- 第10件事：让自己优雅高贵
- 第11件事：腹有诗书气自华
- 第12件事：一定要有女人味
- 第13件事：做得体知礼的好女人
- 第14件事：一定要拥有自信

#### 第三篇 完美婚恋篇

- 第15件事：小鸟依人惹人怜
- 第16件事：用心去感受和经营情感
- 第17件事：不要百分百，爱他八分最相宜
- 第18件事：永远掌握自己的身体自主权
- 第19件事：该出手时就出手，爱需要说出来
- 第20件事：做幸福婚姻的缔造者
- 第21件事做善解人意的娇妻

#### 第四篇 投资理财篇

- 第22件事：经济独立，自己掌控自己的生活
- 第23件事：聪明女人的快乐理财生活
- 第24件事：花小钱过优雅生活
- 第25件事：保险：女人的坚实依靠
- 第26件事：少花钱就是多赚钱
- 第27件事：懂得向自己投资

#### 第五篇 人生规划篇

- 第28件事：成功掌握在自己手中
- 第29件事：清楚知道自己的定位
- 第30件事：做喜欢的工作，并认真做好
- 第31件事：拥有自己的梦想
- 第32件事：不断努力以使梦想成真
- 第33件事：拥有自己的兴趣和爱好
- 第34件事：拥有自省能力，不断调整自己的步伐

#### 第六篇 良好心态篇

- 第35件事：幸福与不幸福，都在个人
- 第36件事：毫无保留地表达内心的情感
- 第37件事：别跟自己过不去
- 第38件事：尽情享受美食
- 第39件事：挖掘生活中的幸福

<<一个快乐女人要做的50件事>>

第40件事：感恩生活

第41件事：放松自己

第42件事：拥有一颗善良的心

第七篇 和谐人际篇

第43件事：人际交往中倾听比倾诉更重要

第44件事：不要忘了照顾身边重要的人

第45件事：学会并乐于赞美别人

第46件事：建立充足的人脉，让朋友遍天下

第47件事：人生一定要有闺蜜

第48件事：别丢了你的蓝颜知己

第49件事：做一个成功的职场丽人

第50件事：忍让是一种美德

参考文献

## <<一个快乐女人要做的50件事>>

### 章节摘录

版权页：把工作当做苦役的女人，是可怜的！

因为她们并不能真正地体会到：生命最大的乐趣，就是工作的乐趣。

而在我们的一生中，占据时间最多的事情正是工作，那么，将工作当做苦役的女人其生活质量也就可想而知的。

对于任何一个人来说，这都是生命中最遗憾的事！

大量的事实告诉我们：有些人之所以会成功，往往都是因为对自己的工作无比热爱。

因为，一个人只有在做自己喜欢做的事情时，才会将自己的潜能挖掘出来。

所以，为了让自己获得足够的快乐，为了让自己能够有所成就，就应该做一些能使自己获得快乐的工作。

如果发现即将从事的工作是自己不喜欢的，就要立刻拒绝！

时间是不会倒流的，也不会因为你的不珍惜而给你第二次机会。

不管对方给你提供的条件和待遇多么有吸引力，只要自己不喜欢，就要立刻抽身出来。

可是，要知道：喜欢与不喜欢代表的是两种情绪，都是暂时的！

昨天还喜欢的事情，可能到了明天就不喜欢了，甚至还会感到厌倦；今天不喜欢，甚至厌恶的事情，可能到了明天又会格外喜欢。

因此，对于工作是否喜欢，也不要根据一时的感觉来判断，而应多方位考虑，别因一时的冲动错过了自己真正喜欢的事情。

## <<一个快乐女人要做的50件事>>

### 媒体关注与评论

所谓内心的快乐，是一个人过着健全的、正常的和谐的生活所感到的快乐。

——罗曼·罗兰写作时可以忘记许多不愉快的人、事物。

沉醉在自己塑造的故事角色里，写作真的比唱歌快乐得多！

——伊能静生活中会有许多不如意甚至不合理，也许凭我们个人的力量无法改变，但我们却可以改变自己的心情和态度。

从某种意义上说，一个人心中有什么，他看到的就是什么。

——于丹老天爷不可能承诺我们每个人都会遇到完美的事情。

这个世界上没有所谓完美的家庭，没有所谓完美的婚姻，没有所谓完美的幸福，没有所谓完美的人生。

我们在碰到不完美东西的时候，如果我们把眼光放在既成事实的时候，面对不完美现状的时候，接受这个事实，就会觉得幸福。

——金韵蓉

## <<一个快乐女人要做的50件事>>

### 编辑推荐

《一个快乐女人要做的50件事》快乐掌握在你手中，别人给不了你，同时别人也无法剥夺：女人的快乐很简单，要做快乐女人，先做快乐女人做的事：敞开封闭的心扉，感知生活的美丽；营造多彩的人生，体味快乐的滋味。

只写给天下女人看的真心话。

这个世界上最难得到的是快乐，但它同时也可以是最容易拥有的。

快乐可以很简单，也可以很复杂。

之所以有人不快乐，是因为她在乎的东西太多。

生活中的很多事情都足以愉悦我们的心灵，比如做了一件好事，看了一部好电影，读了一本好书，交了一个好友……



<<一个快乐女人要做的50件事>>

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>