<<女人心灵圣经>>

图书基本信息

书名:<<女人心灵圣经>>

13位ISBN编号: 9787507422894

10位ISBN编号:7507422895

出版时间:2010-8

出版时间:中国城市出版社

作者: 李洁

页数:221

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

<<女人心灵圣经>>

前言

似乎上帝在塑造女人的那一刻起,就给了她一个娇弱的身躯,一个多愁善感的心灵和男人般不屈的精神。

在都市紧张忙碌的生活和工作中,女人同样扮演着与男人同样的角色,同样承受着房贷、升职、学习等来自各方面的压力,使很多女性的心理产生了或多或少这样那样的问题,和一些无法解开的烦心琐事,西方人崇尚《圣经》,因为它如同1部知人心的天书,帮助人们解烦恼,去忧愁,教他们如何宽心,《女人心灵圣经》虽然不能与它媲美,但它会帮助现代女性们彻底释放心灵。

每个职业女性都是外表光鲜靓丽、衣着端庄、谈吐大方,在各种场合总是一副精明干练的模样,其实 这不过是一个面具,揭开这层"面纱","铿锵玫瑰"们都有着不为人知的烦恼和苦衷。

她们依旧有着女性与生俱来的敏感纤细,在这紧张激烈的竞争社会中,她们常会受到来自家庭、工作、感情各个方面的意外>中击,内心也会时常泛起阵阵的涟漪,但她们表面上却表现得无动于衷,相对男人而言,现代的职业女性无论是在就业,还是在子女教育、照顾老人等方面都承受很大的压力,在家里要扮演好贤妻良母,在社会工作中要做好自己的本职工作,由于无人理解,各种心理问题便会趁机而入。

所谓金无足赤,人无完人,我们不能改变自己与生俱来的容貌,但我们却可以改变我们的内心世界,适当放慢脚步,学会倾听自己的内心世界,与自己聊天,发现自己的独特之处。

<<女人心灵圣经>>

内容概要

西方人崇尚《圣经》,因为它如同一部知人心的天书,帮助人们解烦恼,去忧愁,教导人们如何宽心。 《女人心灵圣经》虽然不能与它媲美,但它会帮助现代女性们彻底释放心灵,找到潜藏在内心深处的 闪光点……

<<女人心灵圣经>>

书籍目录

Chapter 1 与自己对话,魅力即刻养成 不要认为自己姿色平平,不要哀叹自己默默无闻。 与心灵对话,倾听内心真正的声音,寻找潜藏在深处的闪光点,世界上只有一个你。 记住,你是独一无二的,相信自己的与众不同,魅力之花就会因你绽放。

魅力源于内心真正的快乐 幽默让你绽放无穷的魅力之花 平静生活给你娴雅魅力 自信的魅力是 永恒的 宽容是最好的美容品 坚强中散发出来的魅力 知足常乐才能芬芳四溢 忧虑让你远离青春 读书能填补心灵的空虚 顺其自然,乐观生活 微笑是一种修养 别让忙碌带走你的从容 驾驭自己的情绪 Chapter 2 越懂黑暗,越渴望光明 也许你会感慨上帝的不公,将过多的灾难附加在你身上;也许你恼怒自己时运不济,老天将你生得普通平庸,以至于在现实中毫无用武之地;也许你抱怨自己的生活一片黑暗,找不到光明的出口。

困难也许是幸运的开始 人生总要遭遇挫折 坚定信念才能看到光明 认识自己比认识别人难 空谈理想只能是水中月 世界上没有"如果" 让自己的优势闪亮起来 珍惜时间,把握生命 换个角度看问题,找到新出口 痛苦和快乐一样值得珍惜 别让自负挡了你的路 学会忘记过去 Chapter 3 有一种心病叫爱情 女人是感性动物,所以女人离不开爱情。

女人不能没有爱情,就像鱼儿不能没有流水。

爱情让女人甜蜜绽放,也让女人伤痕累累。

女人在爱情中的智商为零,总是深陷其中无法自拔,女人可以赢得事业,但要赢得他的心,却比登天 还难。

世上没有无缘无故的爱 爱不能强求,求来的不是爱 美丽让男人停下,智慧让男人留下 触及灵魂的爱情才会永恒 面对爱情,要有足够的自信 不要让白马王子溜走 鲜花能否插在"牛粪"上撒娇是女人永远的杀手锏 爱情也需要保鲜 不要企图改变他 有些话必须说出口 在爱情中保持优雅 永远站在他身边 父母之命有时也得违 婚姻不是恋爱 美满婚姻是用心经营的果实 Chapter 4能拥抱的只有自己 女人,还是自己爱自己吧。

在寒冷的时候,没有怀抱,就自己温暖自己。

也许千辛万苦找到一个人,到最后却发现所托非人。

也许不顾一切地倾尽所有,到头来却都是为他人作嫁衣裳。

女人要记住,能拥抱的只有自己,善待自己才能善待他人。

爱别人先来爱自己 享受也是一种生活态度 金钱不能代替爱情,爱情也无法代替金钱 别把婚姻当儿戏 别以为嫁得好就万事大吉 婚后也应有个小金库 名分一定有所谓,爱就要光明正大 别从林黛玉哭成祥林嫂 委屈时只好自己大哭一场 别让妥协侵蚀了你的信念 不要奉献得没有了自己Chapter 5 学做加减法,女人应该学会舍得Chapter 6 女人的名字未必叫弱者

<<女人心灵圣经>>

章节摘录

所以我们感谢快乐的同时,要感谢不愉快。

而不是遇到不愉快就懊恼、埋怨、谴责,感觉自己是多么的倒霉,这样不愉快之外又多了许多的烦恼,也就是自寻烦恼。

正视生活中的磕磕绊绊,以一颗平常心面对挫折,这样才不至于自寻烦恼,才能心态平和。

生活的快乐实际上很简单,需要你有一双善于发现的眼睛,就像美一样,其实生活中有很多的快乐。 不管在什么情况下,都不能忘记发掘事情积极的一面。

当事情发生,特别是不愉快的事情发生时,要想到:这件事对我有什么好处?

我能从中学到什么?

我怎么做才能避免以后再发生?

当你关注快乐的时候,你就是快乐的。

看一个人,如果只是看到他的缺点,你就会讨厌他,看到他你会没来由地感到不愉快。

你能看到他的优点,就会觉着他也非常可爱,看到他就会觉得很愉快。

快乐的女人是漂亮的,不管她是不是穿着华丽的服装,戴着耀眼的饰品,是不是拥有豪宅名车。

她最灿烂夺目的装饰,永远是她温暖的笑容。

这样的笑容,是老人和孩子的港湾,是同事和朋友的黏合剂,是亲人们流动着的家,也是陌生人的希望和路标。

在感到烦恼时,快乐一点吧!

虽然快乐不能改变环境,但能改变自己,改变自己的心态;快乐改变不了事实,但能改变自己的心情;那时你做任何事情都是愉悦舒畅的。

外表靓丽的女人固然引人注目,但真正吸引人的还是快乐并富有魅力的女人。

一位成功男士曾不假思索地说:快乐的女人最迷人!

能干、漂亮的女人固然好,但真正打动人心的还是快乐的女人。

快乐的女人也许不是最出色的女人,但却是掌握人生要义的女人,是一个聪明人。

快乐的女人知道怎样热爱生活、怎样以自己的简单和轻松温暖身边的人。

<<女人心灵圣经>>

编辑推荐

《女人心灵圣经》:一本女人可以随时随地拿来翻阅的心灵宝典。

<<女人心灵圣经>>

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