第一图书网, tushu007.com

<<平凡一样幸福>>

图书基本信息

书名：<<平凡一样幸福>>

13位ISBN编号：9787508724171

10位ISBN编号：7508724178

出版时间：2009-4

出版时间：中国社会出版社

作者：岫珊，孙铨 著

页数：236

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

第一图书网, tushu007.com

<<平凡一样幸福>>

内容概要

《平凡一样幸福》主要讲述了沉浸在淡淡的音乐中，一杯咖啡，一抹香茗，一本好书……只要有好心态，时时都会心旷神怡。
搁置职场纷争，淡忘年龄压迫，抛开个人恩怨，放下遥遥无期的“伟大”理想……让心灵憩息在平静、坦然的生活港湾，处处都有无限惬意。
帮助需要帮助的人；背起行囊做一次旅游；约三五好友小酌一杯；打开食谱亲自下厨，做一顿佳肴，看着家人幸福的笑脸……这些平凡的小事一样让人感到幸福！

<<平凡一样幸福>>

书籍目录

第1章 淡雅心态：构筑幸福根基二十岁之前的女人怎样的女人才算成熟二十多岁的女人初入“ 围城 ”，手忙脚乱人到中年，从容自在知天命，心如明镜杂乱归于清净寂寥钱是钱，幸福是幸福对自己好一点随遇而安是幸福策略女人虚荣的辨证施治自卑——自己看不起自己态度决定幸福度换个角度天地宽第2章 立体情感：凝聚精神动力婆媳相处有窍门最易破裂的八种婚姻抵制婚外的诱惑把握好感情的界限女性“ 七色 ”情感类型女性四种情感类型男人，我拿什么吸引你哪些“ 红杏 ”易出墙婚姻观使婚姻亮起红灯对孩子，不能说的话避免办公室矛盾有高招易伤感情的气头话扬善不扬恶三招教你善于拒绝机关单位说话的艺术第3章 守卫职场：永远的根据地珍惜时光，从现在开始对自己说：我是最棒的了解上司的类型职场顺境有妙招对下秘诀：尊重和信任巧妙化解与上司的冲突与老板和谐相处提职后烧好“ 三把火 ”同事相处之道培养可贵的职业素质跳槽辞职法则第4章 锁定健康：登顶美丽主峰忙里偷得片刻闲警惕女人的危险“ 三角区 ”九件小事让你睡得更香做家务有助于减肥怪不得你比别人老得快好习惯，保健康女性身体“ 健康图 ”从月经看健康状况五脏主宰女人容颜第5章 调味时尚：经营个性生活读万卷书，提高品位女人必去的六大旅游胜地女性旅游宜忌女人的电影情感女人必看的十部电影时尚生活也有代价令男人着迷的小动作不花钱，减十岁第6章 自我提升：需要就是价值如何改变自我确立人生目标缺少品位，寸步难行做一个有女人味的女人修养是女人的内在魅力信念是成功的第一阶梯如何建立信念自信化平庸为神奇精神是女人的脊梁变压力为成长力自励：不待扬鞭自奋蹄女人因梦想而高飞自省：常做自己的旁观者充电没有休止符男人最欣赏的女人打造核心竞争力第7章 逆境突围：忍耐就是力量不要对自己失望忍耐是智慧、耐力和勇气给自己的心理整容放弃，为得到做准备为生命中的每一天喝彩走出离婚的阴影直面挫折，笑对逆境只是暂时没有成功女性应对挫折宝典为自己减少压力焦虑来了不要怕第8章 柔女无敌：处世黄金法则自我意识不要太强生活重心的本质是人情学会包容幽默、幽默再幽默不妨“ 傻 ”一回泼辣也是一种魅力与男性相处的必胜诀热情是女人的素质魅力是女人的品牌微笑，无坚不摧第9章 渐渐清楚：我要我的幸福愚者与智者的幸福做新时代的幸福淑女和谐家庭需要经营追求幸福的十大绝招美的标准就是你自己我很丑，但我很温柔你的幸福你做主幸福的心态和法则女人，你一定要快乐幸福俯拾皆是

第一图书网, tushu007.com

<<平凡一样幸福>>

章节摘录

第1章　淡雅心态：构筑幸福根基　　女人一路走来，从芽儿，到花儿，到果儿，再到籽儿；从青春飞扬，到激情高涨，再到淡然处之，每一步都是一篇文章，这些文章集合起来就是一本厚厚的书。
这本书，最亮丽的是青春的灿烂，最富有激情的是追求时的那种期待，最动人的是情感的寄托和牵挂，最充满爱意的是初为母亲时的那段日子……不论有没有成就，过程都很精彩。
历经了这一切，心中便有了真切的体悟——女人终归要从平凡走向平凡。
走过这些路，人生有了更大的收获——淡定和从容。
少了牵牵绊绊，少了渴盼执迷，心里是那样敞亮，日子是那样明朗。
看见了曾经在追求云朵时忘记了的蓝天，闻到了在路上飞奔时忽略掉的花香，听见了疲惫不堪时无意关注的鸟语，感受到了朋友相聚时的温情，体味到了家人无时无处不在的关爱。
这个时候，才明白生活原来如此美妙！
从浅到深，由轻及重，自薄至厚，曾经的那些疯狂、不顾与忽略，原来只是铺垫。
放弃了应该放弃的，找回了应该找回的，之后的女人，登上了人生美景的最高观望台——清清淡淡，简简单单。
这样的心境真的很好！
……

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