

<<淡定的女人最幸福>>

图书基本信息

书名：<<淡定的女人最幸福>>

13位ISBN编号：9787515504995

10位ISBN编号：7515504994

出版时间：2012-9

出版时间：金城出版社

作者：戴尔·卡耐基

页数：259

字数：200000

译者：徐杰

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>

## <<淡定的女人最幸福>>

### 前言

社会的节奏越来越快；作为女人，经常会为生活焦虑，-为工作奔波，为家庭操心，这让女人感到非常苦恼和烦闷，开始无休止地抱怨自己的命运多么不幸，为什么自己现在拥有的比从前多，却找不到当初的快乐？

其实，答案就在你心里。

并非你的命运不幸，只因为你为了生活而走得太急，还带着一脸的疲倦。

生活并没有改变，改变的是你的心'是你面对生活的态度，是你的内心少了一份淡定。

淡定是什么？

是一种平常心，是一种宠辱不惊。

拥有淡定心态的女人，仁慈、淡泊、宽容而乐观，不会把精力投入到一些琐事中，能充分享受生活的乐趣；不虚荣、不虚伪、不虚假，能正视自己的缺点和不足，能肯定他人的优点和长处；她们胸襟宽

、。度量，做人光明磊落，做事随意洒脱；面对得到淡淡一笑，面对失去也是淡淡一笑，真正做到不以物喜，不以己悲。

“淡定”二字看似简单，做起来却很难，它是一种境界，凡事能做到从容淡定，绝非易事，它需要你舍弃对金钱和权力的欲望，拥有对挫折和困难的坚持。

就像泰戈尔说的：“外在世界的运动无穷无尽，证明了其中没有我们可以达到的目标，目标只能在别处，即在精神的内在世界里。

” 淡定，会让你像鱼在大海里一样，自由地欣赏世界的美妙；淡定，能让你得意时不张狂，失意的时候也不消沉；淡定，能让你从内心找回曾经简单的自我，让你保持一种平和的人生姿态，坦然面对这个变幻莫测的世界，尽人事，安天命，顺其自然的生活。

淡定的女人总是笑对人生。

不论身在何处，不论年华几何，她们都会豁达对待，坦然接受。

淡定的女人，才是最美丽的女人，更是最幸福的女人。

## <<淡定的女人最幸福>>

### 内容概要

淡定，会让你像鱼在大海里一样，自由地欣赏世界的美妙；淡定，能让你得意时不张狂，失意的时候也不消沉；淡定，能让你从内心找回曾经简单的自我，让你保持一种平和的人生姿态，坦然面对这个变幻莫测的世界，尽人事，安天命，顺其自然的生活。

淡定的女人总是笑对人生。  
不论身在何处，不论年华几何，她们都会豁达对待，坦然接受。

淡定的女人，才是最美丽的女人，更是最幸福的女人。

<<淡定的女人最幸福>>

作者简介

## <<淡定的女人最幸福>>

### 书籍目录

#### 第一篇 学会淡定

善待自己，才能拥有幸福的权利

##### 01 发现最好的自己

让烦恼走开，做一个乐观的人

改变思想就能改变你的生活

天堂和地狱只有一念之差

保持本色，发现真正的自己

##### 02 笑对人生荣辱，看淡世间人情冷暖

改变人生的一句话

活在完全独立的今天

每天都是一个新的人生

珍惜今天，活在当下

##### 03 要淡定，也要敢于随性

远离忧虑，释放你的情绪

不要担心不可能发生的事情

处理好人生那百分之七十的烦恼

让忧虑“到此为止”

##### 04 用微笑的阳光应对每天的生活

多一些淡定，少一些抱怨

多想想已经得到的恩惠

内心悲观才是最大的悲剧

#### 第二篇 自强者自知

保持自我本色才是真从容

##### 01 做独一无二的你

学会自己爱自己

做一个与众不同的人

遇见未知的自己

##### 02 你的未来，由自己主宰

设定你的人生目标

努力追求新的目标

保持心中的热忱

培养热情的方法

##### 03 爱他，但别被他“套牢”

这样的女人最受欢迎

赢得友谊靠主动争取

不要苛求结果

#### 第三篇 人淡如菊

做一个包容智慧的女人

##### 01 给对方一份包容，给自己十分从容

满足别人的强烈需求

不要指责别人

维护别人的荣誉

鼓励比批评更容易被人接受

##### 02 优雅是女人最美丽的外衣

一切从友善开始

<<淡定的女人最幸福>>

学会让别人多说“是”

从别人的角度想问题

03 跳好人生的“交际舞”

做个善交际的贤内助

做一个魅力十足的亲善大使

不要做令人讨厌的人

第四篇 爱如清酒

第五篇 懂得爱才能赢得爱

第六篇 活在当下

第七篇 快乐的心能生出金子

第八篇 幸福的坐标是自己

<<淡定的女人最幸福>>

章节摘录

<<淡定的女人最幸福>>

媒体关注与评论

抱怨自己的人，应该试着学会变得淡定；抱怨别人的人，应该试着把抱怨转成请求；抱怨老天的人，请试着用祈祷的方式诉求你的愿望。

——身心灵作家张德芬



## <<淡定的女人最幸福>>

### 编辑推荐

《淡定的女人最幸福》是卡耐基励志经典。  
做最淡定、最平和、最优雅的新女性。  
全球智慧女人推崇的人生智慧。  
不抱怨不生气不气馁，学会淡定，人生可以更美好！  
如果你想掌控自己的命运，请先掌控自己的情绪！

<<淡定的女人最幸福>>

名人推荐

抱怨自己的人，应该试着学会变得淡定；抱怨别人的人，应该试着把抱怨转成请求；抱怨老天的人，请试着用祈祷的方式诉求你的愿望。

——身心灵作家张德芬

<<淡定的女人最幸福>>

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>