

<<做个幸福女人>>

图书基本信息

书名：<<做个幸福女人>>

13位ISBN编号：9787515701837

10位ISBN编号：7515701838

出版时间：2012-6

出版时间：海潮出版社

作者：羽茜

页数：200

字数：220000

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>

<<做个幸福女人>>

内容概要

《做个幸福女人》由羽茜编著。

《做个幸福女人》简介：

幸福的女人不耀眼，不显山露水，心中却满是脉脉的温情、美好的心愿。

自在芬芳，温馨怡人；

幸福的女人脸上常荡漾着甜美的笑容，用笑脸面对身边每一个人，会将爱做成美味佳肴，会让自己富有独特的魅力；

幸福的女人总是能从容地面对工作，获得工作的乐趣和满足；幸福的女人不一定拥有很多物质的财富，但一定拥有温馨的家庭。

幸福是生活的一种颜色，是个人对生活的理解，所以有很多种形式。

善于把生活中点滴的幸福积累起来，你才会慢慢地被幸福包围，沉浸其中。

<<做个幸福女人>>

书籍目录

第一堂 做自己的公主：爱别人先要爱自己

学会爱上自己
秀出自己的美丽与才华
懂得欣赏自己的生活
梦想做王妃
爱上一个不完美的自己
不必期待每一个人的赞许
珍爱自己的健康
幸福就是从宽容自己开始
爱情不是你的全部

第二堂 快乐一念间：幸福女人要有颗快乐的心

掌握快乐的秘诀
快乐的女孩最可爱
做自己喜欢的事情
知道自己要什么
学会放弃
减少压力，让生活轻松
珍惜拥有的
每天有个好心情
懂得保持距离
苦中作乐
寻找快乐，享受快乐人生

第三堂 做不抱怨的女人：抱怨男人不如改变自己

幻想更好便会失去最好
营造一个温馨的家
包容是相互的
用细节打动爱人
懂得为对方留面子
忘记他的不足
不要轻易抱怨
喋喋不休是幸福婚姻的禁忌

第四堂 破译爱情的幸福密码：爱情可以没有盲区

睁开双眼谈恋爱
女人的四大爱情陷阱
别让爱挡住你的眼睛
爱，需要表白
解读婚后沉默症
女人的贞操很重要

第五堂 寻找爱的真相：转个弯就会幸福

婚姻是爱情最完美的果实
选择谁做丈夫
不爱就说出口
离开只是一转身的事
专注之外，还要平衡
为何你很关心他，他却很烦

<<做个幸福女人>>

鞋子里的沙VS遥远的路程

为婚姻留条门缝

幸福的婚姻，需要有间道

走出与双方父母关系的误区

夫妻应当是彼此情绪的缓冲器

夫妻间要学会从自身找原因

第六堂 幸福在淡淡的习惯里：好习惯决定女人的一生

战胜唠叨，让你的话简短一些

抿嘴一笑，女人永恒的魅力武器

合理进食，注重健康

不和黑夜抢时间

再忙，也要花些时间打理自己

和拖拉说再见

学会交流，礼貌面对他人

对他人保持善意

从点滴做起，培养爱情好习惯

不和已婚男人过度交往

婚后爱情不熄火

第七堂 抓住男人心：幸福女人必备的心理操纵术

关心他的需要

做一个善解人意的女人

消灭啃食幸福婚姻的蛀虫

定期为情感注射保鲜剂

打造美满婚姻的“心经”

不怕被抛弃的秘诀

羞涩，让男人无法抗拒

巧用“撒娇”艺术

聪明女人懂得给男人面子

吵架不要回娘家

突如其来的第三者

第八堂 好心态成就好婚姻：幸福在婚姻里等你

消极心态，会让女人在悲观中迷失自己

执子之手，与子偕老

宽恕就是爱

不必事事追求完美

独一无二的玫瑰

幽默是女人的超级武器

微笑面对所有人

幸福就在当下

<<做个幸福女人>>

章节摘录

懂得欣赏自己的生活 生活中有些人羡慕那些明星、名人日日淹没在鲜花和掌声中，名利双收，以为世间苦痛都与他们无缘。

这是羡慕别人的盲区，也是一些人老是羡慕别人光鲜处的原因。

事实上，走进明星、名人的生活，他们同样有着不为人知的辛酸。

美国前总统里根曾几度风光，晚年却备受不孝逆子的敲诈、虐待；戴安娜如果没有魂断天涯，几人知道她与查尔斯王子那场“经典爱情”竟是那般糟糕…… 俗话说，人生失意无南北，宫殿里也会有悲恸，茅屋同样也有笑声。

只是，平时生活中无论是别人展示的，还是我们关注的，总是风光的一面，得意的一面，这就像女人的脸，出门的时候个个都描眉画眼，涂脂抹粉，光鲜亮丽，这全都是给别人看的，回到家后，一个个都素面朝天，这就难怪男人们感叹：“老婆是别人的好！”

于是，站在城里，向往城外，而一旦走出围城，就会发现生活其实都是一样的，有许多我们一直很在意的东西，较之别人，根本就没有什么可比性。

有位哲人说过，与他人比是懦夫的行为，与自己比是英雄。

这句话乍一听不好理解，但细细品味，却也有它的道理。

所以，不要把你的生命浪费在和别人的对比上，应该跟自己的心灵去赛跑。

要懂得欣赏自己的生活，让自己活得轻松。

你能改变什么让自己感到愉快，那就做一些改变；不过，如果改变了以后会让自己不愉快的话，那么不管有多少人说要去做，也不应该盲从。

还有，即使你已经知道改变以后会很好，但自己却无力改变的话，也不应该勉强去做，原谅自己，欣赏自己所拥有的一切，那些让自己觉得不满意的地方，就尽量忽略过去。

毕竟，上天创造我们有不同的肤色、不同的个性，是为了让我们的生活多姿多彩。

所以要接受自己所谓不完美的地方，没有必要勉强自己变得完美。

我们要用“和自己赛跑，不要和别人比较”的生活态度来面对生活。

如果我们愿意放下身价，观摩别人表现杰出的地方，从对方的表现看出成功的端倪，收获最多的，其实还是自己。

不要与别人比华丽的服装而忽视了自己真正需要提升的东西。

与自己某个阶段所取得的小成功相比，才能更好地看到自己是不是进步了，才能更好地丈量自己的尺寸。

所以一定要选好可比的标准，而且让你与可比的对象之间具备一定的联系。

生活中，那些总是抱怨自己不幸的人，总是用沉重的欲望迷惑自己，总是看到自己还不曾拥有的东西。

请静下心来，放下心灵的负担，仔细品味你已拥有的一切。

学会欣赏自己的每一次成功、每一份拥有，你就不难发现，自己竟会有那么多值得别人羡慕的地方，幸福之神已在向你频频招手。

……

<<做个幸福女人>>

编辑推荐

时尚魅力女性、职场圈女性共同奉为至宝的幸福修炼课。

无论你是迷惑或神伤的，也无无论你是平凡或出众的，《做个幸福女人》都将带你找寻幸福的真谛。让你学会主动掌握自己的命运、学会优雅自信的生活、学会打造自己的美丽人生，活在自己的从容、浪漫的幸福生活里……生活中的幸福无处不在，只要你认真去体味，细心的经营，便可轻轻松松从一个平凡的女人蜕变成一个最快乐、最幸福的魅力女人，拥有一份最恒久、最完美的幸福。

<<做个幸福女人>>

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>