

<<放松的女人最美丽>>

图书基本信息

书名：<<放松的女人最美丽>>

13位ISBN编号：9787806886588

10位ISBN编号：7806886583

出版时间：2011-5

出版时间：天津社会科学院出版社

作者：叶眉

页数：223

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>

## <<放松的女人最美丽>>

### 内容概要

为什么有的女人年过30仍似一朵盛开的玫瑰，有的女人40岁了还是瞩目的焦点，有的女人50岁后依然约会不断，她们的魅力源头是什么？

为什么一对高中同学，15年前她们都是青涩模样，15年后一个像22、3岁，一个却像37、8岁？

她们都有同样成功的事业和家庭，不同的是22、3岁的女人眼中一直闪烁着一种快乐、淡然的幸福光彩

。一个懂得关爱自己，放松自己的女人，就像得到了上帝的垂青，岁月在她脸上刻下的不是年龄，而是随着年龄不断增长的魅力。

美丽是女人一生的必修课。

少女时期，你因青春而美丽；轻熟女之后，你因优雅而有魅力。

什么样的女人才最美？

什么样的女人才最惹人爱？

为什么林志玲过了30岁才红透半边天？

为什么赵雅芝依然是亚洲人心中的“不老女神”……

全世界最美丽的女人都在修炼的美丽秘笈，不是昂贵的化妆品，不是奢侈的整容术，而是——放松。

放松是女人最好的化妆品，当一个女人真正放松的时候，她会从骨子里散发出一种美丽的的气质，那种美丽足以颠倒众生！

女人累往往是心理上的累，学会放松，懂得享受生活，你就是全世界最美丽、最快乐、最幸福的女人！

## <<放松的女人最美丽>>

### 作者简介

国家二级心理咨询师，专栏撰稿人。

曾任多家杂志执行主编，周刊主编。

一个生活着的女人，积极人生的探讨者，轻松的情感心理研究人，热爱旅行、摄影与美酒。

专栏：眉眼如风、情感真相

人生寄语：看闲书，想闲事，寄闲情。

放松是一个人的雅事儿。

出版有《愤怒地相爱》、《细节决定美丽》、《做母亲是一门艺术》等书。

## <<放松的女人最美丽>>

### 书籍目录

#### 第一章爱的姿态

男人不会爱，男人只是“要”  
有钱男人 坏、花心  
做一个对男人从容的女孩子  
嫁给什么样的男人才幸福  
爱就爱一个给你自信的男人  
那些你忽略的男人真相  
提高自己的“被利用价值”  
相亲时，该怎么吃就怎么吃  
如果低到尘埃里，还是开不出花来  
看几本清醒的爱情课本  
做他的情人，还是老婆？

#### 钓个“金龟婿”

选一个有“口德”的男人  
幸福不是因为谁长得美  
最好的爱情——分享型爱情

#### 第二章快乐地工作

与焦虑共舞  
聪明的女孩知道自己的酒量  
年龄不代表一切，为自己而活  
找到你的职场压力源  
不要刻意取悦别人，做自己就好  
快乐地工作，打造你的职场力  
每1小时，休息10分钟  
职场关系，有“度”才有“质”  
善用“纸片法则”，轻松做事  
读懂人情，做对事  
遇见难题怎么办？  
试试3—3—3……法则  
续杯——优美的紧绷是另一种放松  
停下来，清空你的杯子  
女人什么时候要宝宝合适

#### 第三章女人就是要有钱

该不该向男人要钱花  
换一个爱理财的女孩圈  
富女孩的生活思路  
理财，从扔掉记小账的本本开始  
我敢花，因为我会“钱生钱”  
如何选择你的生财伙伴  
向朋友借钱，不如借方法……  
不怕你没钱，就怕你错过有见识的朋友  
别做“包子女”

#### 第四章每天都有好心情

做一个让人自在的女孩儿

<<放松的女人最美丽>>

用恰当的食物缓解焦虑  
快乐是自找的  
30岁不打折不从众  
整理你的朋友圈  
倾诉可以，但要有道德  
两个随时随地让心情排毒放松的方法  
简单即美，要求愈多愈不幸福  
懂得爱自己，才会爱别人  
人生苦短，别对自己太苛刻  
给自己一点儿正向压力源  
懂点心理学，会更幸福  
让时间去治疗失恋  
想一些让人放松的好词儿  
赠人愉快，手有余香  
第五章放松的女人最美丽  
懂得欣赏自己的女人最美  
放松是女人最好的化妆品  
偷学身边的精品女人  
积极思维的力量  
美是从你内心发出来的  
洗手间是你的另一间闺房  
可以不漂亮，一定不呆板  
修炼自己的独特魅力  
越年轻，越有范儿  
拥有秘密的女人更有魅力  
喜欢，不一定就要拥有  
不生气，哭的姿势要舒服  
常接地气，放松的女人最美丽

## <<放松的女人最美丽>>

### 章节摘录

版权页：才华兼美丽的潘柳黛，因为选择爱情的不清醒，自己葬送了自己的幸福，还有在大报里任职的职业。

离婚时，不到三十岁的她，已经生了两个孩子，无法工作，天天在吃都吃不饱的低质生活中挣扎。

如果看不清自己的爱情，可以看看这本小说。

年代不是问题，很多感情问题都是相似的。

《傲慢与偏见》：如果你刚刚毕业，初入情场，建议看一下《傲慢与偏见》这本书，如果少女时看过，这时候你再看，会用另一种眼光寻找经验。

书中五个女儿的表现，可以帮助你辨识男人，可以补一补这方面的空白。

书中，有经验的母亲一见到两个富家公子，便迫不及待安排女儿钓金龟。

一位跟宾利的爱情开始发展得很顺利，但在关键时刻却生了冲突。

另一位女儿则对态度高傲的达西存有严重的偏见，两人明明相爱却不断在言语中刺痛对方。

关于选择和冲突，关于识别好男人和坏男人，虽然是旧的外国小说，人性不变，还是有教育意义的。

张爱玲的《红玫瑰与白玫瑰》：如果你正处在爱情的举棋不定中，如果你手里恰好有两枝男玫瑰，这本书可以反过来给你启示。

这本小说好就好在，你总得有一种选择。

“大资”爱玲写的是一个男人如何面对两个女人，反过来同理，女人在选择男人时，可以看看小说里的佟振保，就明白男人的本质，与其不知哪朵更好看，不如看看，哪朵的爱更能让你安心，更能给你一个安定的生活来得真实，因为男人这时是真的爱。

<<放松的女人最美丽>>

编辑推荐

<<放松的女人最美丽>>

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>