

<<卡耐基写给女人的幸福忠告>>

图书基本信息

书名：<<卡耐基写给女人的幸福忠告>>

13位ISBN编号：9787807239536

10位ISBN编号：7807239530

出版时间：翟晓斐 远方出版社 (2013-05出版)

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>

<<卡耐基写给女人的幸福忠告>>

前言

幸福，是个耳熟能详的字眼，每个人对幸福的理解都不同，对幸福的要求也千差万别。尤其在如今这样一个充满竞争和压力、诱惑和挑战的社会，幸福往往来得惊喜，走得突然。许多女性本该优雅、从容地前行，却在现实的压力和种种境遇面前无法停住匆忙的脚步，甚至连路边的风景也无暇顾及。

人们为了琐碎的生活，心疲力竭；忙于繁重的工作，殚精竭虑；追逐金钱和名望，绞尽脑汁……所有这些生命中的欲望和负累，恰恰成了阻碍我们获得幸福的牵绊。

当人们因这些牵绊迷失了理智，丢弃了平静的心灵，烦恼和忧郁，甚至对生活失去信心时，绝望便如乌云笼罩，人们不禁开始思索：幸福究竟是什么？

为什么我感受不到幸福？

幸福，究竟是什么？

幸福，其实是一种美好的心灵体验，它源自于内心，折射到女人的脸上，呈现的就是美丽、优雅、自信和善良。

而获得幸福的方法也有很多，关键在于你如何看待身边的人，如何面对你的生活，如何思考自己。

迎着幸福前行的女人，她们都有着淡定的心、饱满的精神，无论她们身处何处，看到的都是艳阳天，听到的都是天籁音；无论她们境遇如何，她们都知道怎样让自己走出泥潭，从生活中挖掘快乐、提炼幸福。

而那些无心感知幸福的女人，终日被心中的欲望和负累所困扰，抱怨命运的不公，感慨人生的差别。这样的女人即便头上晴空万里，心中依然乌云密布。

所以，她们永远与幸福隔着一层透明的纱，只能憧憬，却渐行渐远。

如果想拥抱幸福，就请敞开内心，让阳光照进来，遵从自己内心的真实，用善良和爱心指引我们前行的路。

而当心灵里的阳光照射出温暖的时候，你的伤痛和不幸也将随之融化。

所以，要想成为幸福的女人，就要让心灵散发出光彩，顺着生命的流向到达幸福的彼岸。

当我们为此感到迷茫和无助的时候，或许有一个人可以给我们带来一些心灵上的启迪和慰藉，他就是戴尔·卡耐基。

戴尔·卡耐基是闻名世界的伟大的成功学大师、成人教育家及人际关系学大师，人们称其为美国“现代成人教育之父”。

他结合心理学和社会学知识，探索和分析人类共同的心理特征，从而开创和发展了一套独具特色的集演讲、推销、为人处事、智能开发于一身的成人教育模式，惠及无数读者。

卡耐基在长期的工作实践中，接触到了来自社会各个阶层的女性。

她们向他讲述自己在生活和工作中的各种际遇，有成功的经验，也有失败的教训。

他通过对这些女性心理的研究和分析，指导女性应当如何走出迷茫，拥抱幸福，这些忠告也成为了万千女性捧为圣经的心灵宝典。

戴尔·卡耐基指出，女人要想获得幸福，就要学会树立自信，培养乐观的心态，勇敢甩掉稚嫩的外衣，蜕变为成熟的女人。

同时，要修炼自己的气质，培养情商，打造一个精彩的生活名片，从而更好地经营婚姻、享受工作带来的乐趣和价值。

他还建议女性要学会理财，积极拓展人脉，保证生活的幸福之本，扩展幸福的外延。

最后，他告诉女性要远离忧虑，保证身心的健康，拥有一颗善于发现的心，去感悟和探索幸福的源头。

这些忠告不是一些冠冕堂皇的寥寥数语，而是像春风拂面一样轻抚女性的心田，引导她们从容地思考生活的意义和人生的价值。

无论你来自哪里，身处何方，无论你的身份、地位、长相如何，只要你追随着卡耐基的脚步，聆听他的教导，一定可以找到开启幸福人生的钥匙，从而打开全新的人生篇章，拥抱久违的幸福。

<<卡耐基写给女人的幸福忠告>>

<<卡耐基写给女人的幸福忠告>>

作者简介

作者：（美国）戴尔·卡耐基 译者：翟晓斐

<<卡耐基写给女人的幸福忠告>>

书籍目录

第一章乐观自信，做独一无二的玫瑰 1.乐观坚强，积极面对生活 2.智慧生活，学会接受和适应 3.予人玫瑰，给予永远比索取快乐 4.珍惜自己，接受不完美的我 5.笑对风雨，迎接彩虹的绽放 6.学会减负，让生活简单而不单调 7.肯定自己，相信我是不可替代的 8.知足知止，珍惜拥有的一切 9.自我更新，强化对生活的信心 10.自尊自爱，掌控自己的人生 第二章褪去青涩，成熟面对生活 1.经济独立，为人生买一份保险 2.果断谨慎，遇事要有主见 3.勤勉实践，为梦想落地做好准备 4.拒绝奢望，踏实地活在当下 5.

有礼有节，理智应对情感诱惑 6.善于经营，不做围城的囚徒 7.肯舍肯放，智慧做出选择 8.远离孤独，享受快乐的人生 9.拒绝盲从，坚持本色的精彩 10.坦然冷静，直面生活的风雨 第三章修炼气质，塑造魅力女人 1.爱我所有，秀出自信的笑容 2.磁场效应，展示女性的亲和力 3.善解人意，让他人如沐春风 4.言行得体，举手投足尽显风雅 5.书香淡淡，展现女性的知性美 6.精致装扮，打造女人的外交名片 7.喜甜厌辣，兴趣是塑造品味的摇篮 8.雾里看花，女人需要保有一份神秘 9.了解时尚，不被时代所淘汰 10.提升修养，内在美是魅力之源 第四章培养情商，让情绪为你所控 1.拥抱幸福，做情绪的主人 2.乐观豁达，不要为打翻的牛奶哭泣 3.学会付出，培养自己爱的能力 4.笑对常开，让阳光在心底永驻 5.积极心态，让自己蜕变成蝶 6.制造新鲜，让生活变得多彩 7.摆脱忧虑，不要杞人忧天 8.直面困难，找到问题的出口 9.冷静理智，让加速的心跳放缓 10.战胜孤独，迎接爱和友谊 第五章经营婚姻，做幸福的女人 1.同甘共苦，撑起爱的家园 2.尊重鼓励，催生婚姻的幸福因子 3.享受生活，不做别人生活的追星族 4.难得糊涂，智慧处理婚姻矛盾 5.适度原则，不要企图控制他 6.喋喋不休，计婚姻褪色的元凶 7.接受缺憾，没有完美，只有圆满 8.似水柔情，让家的港湾永不结冰 9.直面“性”福，让夫妻生活多一份和谐 10.克制猜忌，回收爱与信任 第六章纵横职场，巾帼不让须眉 1.胸有成竹，描绘事业蓝图 2.与时俱进，不断提升自我 3.有条不紊，轻松掌控工作节奏 4.小处见大，用认真征服成功 5.同性相斥，巧妙应对嫉妒的眼光 6.自信优雅，做从容的职场丽人 7.随遇而安，化被动为主动 8.冷静敏锐，准确应对机遇和陷阱 9.谈笑风生，做一个沟通高手 10.扫除疲惫，别让工作成为一种负累 第七章智慧理财，拒绝做财富的奴隶 1.正视财富，摆脱金钱的束缚 2.培养财商，拥有幸福人生 3.控制金钱，走出对它的恐惧 4.未雨绸缪，做好家庭预算 5.远离奢侈，回归生活的质朴 6.不要吝啬，用最少的钱享受最优质的生活 7.理智消费，拒绝商家的诱惑 8.量入为出，不做“月光女神” 9.三思而行，避免武断投资 10.量体裁衣，不攀比和盲从 第八章扩展人脉，握住社交的金钥匙 第九章活力四射，身心健康是美丽的保险 第十章感悟生活，探索幸福之源

<<卡耐基写给女人的幸福忠告>>

章节摘录

版权页： 例如“看看人家某某的丈夫，你们同样一起下海经商，人家现在身价百万，你却还是个商店小老板”，“我认为我应该得到更好的享受，为什么不能满足我”，“我觉得周围的人都比我开心，比我有钱，我觉得自己太不行了”。

虽然这些话出自不同人的表述，但是它们都有一个共同的特点，就是对生活充满了失望和不满，而这些其实都来自她们自身不断膨胀的欲望和与日俱增强加给自己的压力。

玛丽是我的一位女性朋友，有一天，她见到我后，说：“卡耐基，我听说你为很多人解决了困惑，我现在很不快乐，你可以帮助我吗？”我询问了她的状况，想知道她苦恼的原因。

玛丽说，她并不期望过奢靡的贵族式的生活，但她希望自己的丈夫能出人头地，事业有成，可是她的丈夫却不思进取，安于现状。

同时，她说她的孩子每次考试成绩都达不到她的期望，太不争气了。

我听了她的话，进一步确认道：“你丈夫现在做到了什么职位？”

”玛丽回答我说：“他现在是一名部门主管。

”我不禁有些困惑了，能做到这个职位已经相当不错了，玛丽为什么还会不满足呢，她的回答是：“他的能力完全可以胜任经理、总经理，部门主管远远不够。

我每次都在催促他争取往上走，可他却安于现状，不愿意去尝试，也不愿为此付诸努力和行动。

”然后，我又了解了一下她孩子的状况，得知他积极地参加校园体育社团活动，异常活跃，而且考试，成绩都在B以上。

于是，我说：“以他现在的年纪和情况，取得B以上的成绩已经不错了。

”玛丽却说：“不行，远远不够。

为什么不能再努力拼搏一下，拿到A或者A+？

”通过这些了解，我知道了她的问题所在。

于是，我告诉她：“你之所以感觉到不快乐、苦恼，那是因为你太贪婪了。

”玛丽听后大声反驳道：“你怎么可以说我贪婪呢？

结婚十几年来，我依然住在原来的小房子里，从来不要求换个房子，从不使用奢侈品，也从没有因为缺少东西而埋怨我的丈夫。

你怎么可以这样说我呢！

”我回答她说：“贪婪不是只体现在物质上的，你对日常生活可以任劳任怨，但却非常在乎荣誉、地位和虚荣的东西。

一旦发现你期望的状况未能达到或者满足时，你就痛苦无比。

其实，你仔细考虑一下，你的丈夫和儿子都很优秀，也懂得体贴和理解你，这难道不算是你的幸福吗？

”玛丽听完我的话后，知道了问题所在，然后根据我的建议逐步调整自己的心态，让自己重新找回了快乐。

<<卡耐基写给女人的幸福忠告>>

编辑推荐

《卡耐基写给女人的幸福忠告》作者卡耐基在长期的工作实践中，接触到了来自社会各个阶层的女性。她们向他讲述了自己在学习和工作中的各种际遇，有成功的经验，也有失败的教训。他通过对这些女性心理的研究和分析，指导女性应当如何走出迷茫，拥抱幸福，这些忠告也成为了万千女性捧为圣经的心灵宝典。

<<卡耐基写给女人的幸福忠告>>

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>