第一图书网, tushu007.com

<<30岁前女人的修养与处世智慧>>

图书基本信息

书名：<<30岁前女人的修养与处世智慧>>

13位ISBN编号：9787506454933

10位ISBN编号：7506454939

出版时间：2009-3

出版时间：中国纺织出版社

作者：郑一

页数：274

字数：255000

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

前言

女人的名字叫美丽。
而女人最美丽的年华，无外乎是二十几岁的时光。
二十几岁的女人走在二十向三十过渡的岁月里，感受着青春绽放的美丽，也感叹着年华易逝的无奈。
二十几岁的女人逐渐褪去校园女孩的羞涩和青涩，经历着社会的磨砺和生活的变故却仍然清纯；二十几岁的女人或许单身，或许正在热恋，又或许已为人妻、做人母，然而不管扮演何种角色为了收获美好的生活和幸福的人生，都要提升自己的修养，采集处世的智慧。
修养是道德美的表现形式，它会随着阅历的增加、心灵的净化、品性的升华而日益显示出它的光华。
有修养的女人，不管走到哪里都是一道美丽的风景，她或许没有让人惊艳的容貌，没有婀娜多姿的身材，但她有一种内在的气质：静则心如止水，动则优雅高贵，坐则端庄美丽，行则大方洒脱有修养的女人不需锦衣华服来修饰。
然而，在现实生活中，有些二十几岁的女人，只顾追求时尚的妆容和窈窕的身姿，将自己打扮得花枝招展，行为举止却十分粗鲁，不禁让人望而却步甚至心生反感。
相反，那些相貌平常，言谈和举止富有修养的女人常常能赢得众人、尤其是男人的心。
女人在年轻时就应该早早地明白，修养并非体现在惊天动地的行为中，它更多地表现在日常生活的细节当中。
有修养的女人首先要注重自己的仪态，培根说：“ 形体之美胜于颜色之美，而优雅的行为之美又胜于形体之美 ”一个女人拥有姣好的容貌只能被称作漂亮，而拥有优雅的仪态才能拥有持久的美丽。

第一图书网, tushu007.com

<<30岁前女人的修养与处世智慧>>

内容概要

独立又有魅力，高贵又有品位，举手投足尽显良好的修养；处处受人欢迎，处世左右逢源，这是女人30岁前追求的目标。
本书为女性提供一个简单易行的提升修养的蓝本，让她们以优雅、高贵、礼貌的姿态尽显魅力；还提供有价值的做人智慧、处世心机和生活谋略作参考，让她们寻找到一份事业成功的喜悦和尽随心愿的生活。
带领女性，由此推开人生幸福之门。

第一图书网, tushu007.com

<<30岁前女人的修养与处世智慧>>

书籍目录

第1章 心理美容，女人的幸福与什么有关　幸福是一种感觉　幸福是一种心态　幸福的十全九美　“傻”女人，易幸福　经济独立的女人，幸福感更强　别把老公当成比较的靶子　让你的男人更具责任心　执子之手，与子偕老第2章 善待自己，女人的心态与命运相连　女人，要懂得善待自己　女人要知足，而不是不满足　掌控命运，比命运本身更重要　接纳所有的不幸，期盼生活的彩虹　看轻自己，只会走下坡路　女人，在咆哮面前学会做聋子　与其在抱怨中制造烦恼，不如在改造中谋求变化　压力袭来，女人不必焦虑不安第3章 能说会道，会说话的女人惹人爱　美妙的声音让女人更有异性缘　幽默的话语使女人更有魅力　聪明女人，勿逞口舌之快　智慧女人，说谎也是一种美丽　含蓄女人，用好暗示语　做个能说会道的女人　女人，不要吝啬你的赞美　美丽女人，给语言穿上华美的外衣第4章 左右逢源，会办事的女人最好使　聪明女人，理智做事　女人交际，酒桌之上会应酬　女人，遇事学会说“不”　好女人，要懂得礼尚往来　不把自己的意见强加给别人　聪明女人懂得借势做事　女人要学会“隐藏”自己第5章 举止得体，懂礼仪的女人受欢迎　女人，优雅仪态胜过漂亮脸庞　良好的形象是女人驰骋职场的护身符　女人，恋爱中的举手投足尽显修养　女士赴宴，不要让人看低自己　小小办公室，礼仪讲究多　女性“K歌”，礼仪比歌喉更彰显自己　与领导相处，行为举止更讲分寸　职业女性，宴请礼仪　在餐桌上，依然要做气质女人第6章 修身养生，女人的美丽因品性而闪耀　女人的智慧，是终生受用的财富　女人的善良，是心灵最美丽的角落　女人要宽容，心宽天地宽　女人乐观，不受悲伤传染　女人如柳，恰似你的温柔　注重细节，女人因此耐人寻味　女人自立，人生才会持久美丽　女人感恩，生活因此处处动容第7章 女人有财，才能活出自己的美丽　细心的女人，商机处处存在　女人，你的创意就是财路　女人赚钱，从小处着手　聪明女人，用智慧创造财富　有财力，女人更美丽　女人，赚钱先要向钱看　会交际的女人，赚钱门路多　抓住机会，做有“钱途”的女人第8章 玫瑰铿锵，不要把自己当成弱者　女人，不要把自己当成弱者　女人，把你的信念坚持到底　年轻的女人，因坚韧更美丽　女人，要经得起挫折的再三考验　女人，有了梦想就勇敢地追求　女人，自信让你飞翔　明智的女人，选择做一个忍者第9章 心有余”机“，女人多为人生幸福谋划　好女人无需太老实　好女人也要有心机　巧妇能为无米之炊　女人要学会正确的忙碌　女人需要目标的指引　女人处世的“糊涂”哲学　女人有远见，多为自己的幸福谋划　美好生活，青睐于懂得争取的女人第10章　持家有道，女人是家庭的CEO　做最会过日子的女人　女人持家，从理财开始　做全家的营养师　女人，给爱留点空间　媳妇与婆婆巧“过招”　女人，要学会为爱情保鲜　女人，守护婚姻不出界　做守卫家庭幸福的好管家参考文献

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

第1章 心理美容，女人的幸福与什么有关幸福是一种感觉女人很少想到自己拥有什么．却总是想着自己还缺少什么！
不要感慨你失去或者尚未得到的东西．你应该珍惜已经拥有的一切。
最近网上流行这样的顺口溜：幸福是什么？
幸福就是猫吃鱼，狗吃肉，奥特曼打小怪兽。
是的，吃到自己喜欢的东西是一种幸福，做自己喜欢的事也是一种幸福。
年轻的女人要明白，幸福没有固定的解释，全在于心境和自己的定义。
罗丹说：“生活中并不缺少美，只是缺少对美的发现。
”幸福也是如此，生活中并不缺少幸福，只是缺少感受幸福的心。
对孩子来讲，幸福就是能够看喜欢的动画片，玩喜欢的玩具，能够跟在妈妈身边，得到老师的表扬……对于男人来说，幸福就是事业的成功，家庭的温馨，亲人的健康……而对于女人来说，幸福的意义同样有很多。
作为母亲，儿子的幸福就是自己的幸福；作为妻子，丈夫的幸福就是自己的幸福；作为女儿，父母的幸福就是自己的幸福；作为自己，女人，只要觉得他们幸福了便是自己的幸福。
其实，幸福只是一种感觉，不同的女人对幸福的感受是不同的。
女人的幸福有时候太小，如果你的心很大，就会错过它……一只精明的猎狗在森林里寻找主人打下来的猎物，偶然间看到了一袋黄金。
它跑上前去嗅了嗅，懊丧地说：“哎，我还以为找到了主人打下来的猎物呢！
不过，我相信主人肯定会非常喜欢，说不定他一高兴就每天赏赐我几根骨头呢！
”猎狗这样想着，就叼起那个口袋跑到主人身边。
“你真是太伟大了！
我要用其中的一块黄金给你配一身最好的行头！
”主人抚摸着猎狗说。
猎狗连忙恳求道：“不，如果您不介意的话，我想每顿享用几根骨头。
”笑逐颜开的主人爽快地答应了，从此猎狗每天都可以吃到骨头。
对猎狗而言，幸福就是每顿饭都能吃上骨头。
在动物的世界中，没有过多的奢华，它们不需要漂亮的衣服，不需要每天辛苦地劳碌以赚取工资，更不需要积聚财富来显示自己的强大。
它们的生活简单而自在，有骨头啃就是幸福。
人类何尝不想过那种与世无争的日子？
只是欲望太多，只能不停地追求。
女人的幸福是随时间、地点、环境的改变而变化的。
小时候看《花仙子》，梦想着有朝一日自己也能够拥有一朵“七色花”，那时候，每天拥着这样的梦入睡，便是一种幸福；十几岁的时候情窦初开，总希望能把自己最好的一面展现给暗恋的男孩，那时候，与脸上肆无忌惮的青春痘战斗成功时，便是最大的幸福；长大之后拥有了自己的爱情，仿佛全世界的幸福都包围了自己，只要能和爱人长相厮守，任何苦痛都是幸福；女人做了母亲，便把所有的爱给了孩子，这时只要一家人能够平平安安地生活，就是最大的幸福。
女人的幸福随时随地都会出现，也时时刻刻都能感受到幸福。
一对在公交站牌候车的母子正在为今天要不要去动物园看大象而争执。
小孩子不依不饶：“我就要去动物园看大象，你为什么不让我去！
”妈妈劝他：“不是早说过了吗，今天出太阳了咱就去，但今天没有出太阳啊，而且天气预报说还可能要下雨呢，还是改天再去吧。
”’“妈妈骗我，今天出太阳了……”妈妈笑了起来，问道：“哪里有啊，不要骗人，你说说，太阳到底在哪儿？
”小孩子抬起头来，东看看、西瞧瞧，然后指着天空喊：“不是在那儿嘛！

”“ 没有啊，那只是乌云而已呀。
”“ 对呀！
”没想到，小孩子一副非常认真的样子，“ 太阳就躲在乌云的后面呢，等会儿乌云一走开，不就出来了吗？
”听到小孩的话，等车的人都笑了。
在孩子的心中，只要天亮了，太阳就出来了，即使阴天也遮挡不住孩子心中的太阳。
这就是积极与消极的最大不同。
哈佛大学著名的心理学教授泰勒·本·沙哈尔在他的幸福课堂上告诉学生：从根本上说，幸福感的源泉在于积极的心理。
一个态度积极的女人，无论生活多么艰辛，她都能从中找到幸福的味道。
幸福是一种感觉，它因人而异，一百个人心中会有一百种幸福，幸福“ 如鱼饮水，冷暖自知 ”。
老人常常说：现在的年轻人生在新社会，长在蜜罐里，自己却不知道，总是不满足。
这正是应了苏东坡的一首诗：“ 横看成岭侧成峰，远近高低各不同。
不识庐山真面目，只缘身在此山中。
”老人们经历过太多的苦难，知道现在的好生活来之不易，而很多新时代的年轻女性，生下来就享受着各种优待，不知困难为何物，自然也就不会有如老人们那样感受幸福的心了。
有个国王和一个波斯奴隶同坐一条船，那个奴隶没有见过海洋，也没有尝过坐船的苦。
他一路哭哭啼啼、战栗不已。
大家百般劝慰他，他仍继续哭闹。
此时，同船的一位哲学家让人把奴隶抛到海里，让他在海水中沉没几次，再抓住他的头发，把他拖到船上。
上船以后，他待在一个角落里，不再作声。
国王问其原因，哲学家说：“ 原先他不知道灭顶的痛苦，便感受不到稳坐船上的可贵。
大凡一个人总要经历过忧患，才会知道安乐的价值。
”很多女人，刚刚步入社会，就整天精神不振、心情抑郁，哀叹老天不公，自己命运不济。
然而仔细看看，她有衣有食，四肢健全，亲人平安健康，她到底要追求什么样的幸福呢？
在盲人的心里，她有明亮的双眼，能够看尽天下绚丽的色彩，是多么的幸福啊；在乞丐的心里，她丰衣足食，还有自己的房子，是多么的幸福啊；她的不幸福只是因为不曾失去。
德国哲学家叔本华曾说：“ 我们很少想到自己拥有什么，却总是想着自己还缺少什么！
不要感慨你失去或是尚未得到的事物，你应该珍惜你已经拥有的一切。
”是的，不要在乎自己缺少什么，幸福只是一种感觉，把幸福放在心里，年轻的女人就能时刻感到幸福。
幸福是一种心态人们赚钱是为了过幸福的生活．而很多年轻的女人。
有钱了。
却让心灵悲伤了……有人说：幸福永远是不会光顾那些不珍惜自己所拥有的东西的人。
也有人说：幸福与否不是因为身处何处，而是因为精神世界让人或高兴，或悲伤。
最小的幸福，在你的心里，最大的幸福，同样如此。
幸福是女人追求的一种人生境界，在竭尽全力之后，才发现“ 钻石就在自家的后院 ”——幸福就是自己的心态。
很多时候，我们无力去改变已经发生的事情，但是我们可以用阳光的心态去面对：冬天来了，春天还会远吗？
黑夜之后就是黎明！
年轻的女人要时时激励自己，当你翻过这一页的那天，你会发现，幸福原来一直就在身边。
女人的一生难免会有痛苦和失败，作为敏感而容易受伤的女人，是在牢骚和抱怨中艰难度日，还是开开心心面对生活，这取决于你的心选择的方向。
某公司要裁员，下岗名单公布了，有内勤部的东东和小飞，规定1个月后离岗。
那天，大伙看她俩都小心翼翼地，不敢多说一句话。

第一图书网, tushu007.com

因为她俩的眼圈都红红的，这事放到谁身上都难以接受。
第二天上班，东东心里憋着气，情绪仍然很激动，什么也干不下去，一会儿找同事哭诉，一会儿找主任申冤，什么定盒饭、传送文件、收发信件等她应该干的活，全扔在一边，别人只好替她干。
而小飞呢，她也哭了一个晚上，可是难过归难过，离走还有1个月呢，工作总不能不做，于是她默默地打开电脑，继续打文稿、通知。
同事们知道她要下岗，不好意思再找她打字了。
她特地和大家打招呼，主动揽活。
她说：“是福不是祸，是祸躲不过，反正也就这样了，不如好好干完这个月，以后想给你们干都没机会了。
”于是，同事们又像从前一样了，“小飞，把这个打出来，快点儿！
”，“小飞，快把这个传出去！
”小飞总是连声答应，手指飞快，随叫随到，坚守着她的岗位。
1个月后，东东如期下岗，而小飞却被从裁员的名单中删除，留了下来。
主任当众宣布了老总的话：“小飞的岗位谁也无法代替，像小飞这样的员工公司永远也不会嫌多！
”在这个世界上，没有一成不变的事情，更没有不可改变的结果。
或许危机之处反而是转机，一个积极面对工作和生活的女孩，她的未来也是光明的，而像东东那样自怨自艾的女人，其结局也是注定的。
一个连自己都放弃了的工作，幸福的转机又怎么会光临呢？
女人年轻时最痛苦的无非两件事：被工作所困和被感情所扰。
女人的感情是脆弱的，是绚烂的，也是虚无缥缈的。
爱的时候仿佛自己是全世界最幸福的女人，受伤了却又沉浸在旧伤中无法自拔，心中除了悲伤还是悲伤，幸福的感觉随着抑郁的心情消失得无影无踪。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《30岁前女人的修养与处世智慧》由中国纺织出版社出版。
智慧女人的第一项修炼。
以一种高尚的品性做人，以一种从容的姿态处世，以一种独特的魅力社交，以一种高雅的修养生活。
送女人一件充满智慧的武器，让生活悄然碧绿，让自己更坚强，让生命更激扬，让人生更嘹亮。
30岁前，女人不应该毫无价值地活着，也不应该陷入茫然无措的生活状态中。
更不应该成为男人身上的藤蔓。
放弃幸福生活的控制权。
30岁前，女人的青春尽情绽放。
有智慧的女人，应该明白，不美丽是自己不可以忽视的事情，而缺乏修养则是男人不可以容忍的事情。
30岁前，女人要懂得善待自己。
有修养的女人，不论遭遇何种变故，也会尝试着让自己的心通达起来，让爱在平淡中走向坚固和永恒。
30岁前，女人的智慧是幸福生活不可缺的养分，女人的修养会使自己不会随着岁月流逝而渐失光泽。
反而会越发芬芳四溢、耀眼迷人。
富有修养与充满智慧的女人，她们的美丽在不同的时刻呈现出不同的状态，一生散发着无穷的魅力。

第一图书网, tushu007.com

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