

<<女人的修养与智慧>>

图书基本信息

书名：<<女人的修养与智慧>>

13位ISBN编号：9787511306067

10位ISBN编号：7511306063

出版时间：2010-11

出版时间：中国华侨出版社

作者：辛伟伟

页数：308

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>

<<女人的修养与智慧>>

前言

女人可以不漂亮，但不能没有修养。

在高雅女性的重要因素中，修养可以说是最高的追求与境界，它赋予女人一种神韵、一种魅力、一种气质、一种品位。

有修养的女人平和内敛，从容娴雅，不矫揉造作，不喜张扬；有修养的女人，是一种遵从自我意愿的选择，是气质品位的自然流露。

有这样一种说法：“不美丽是女人绝对不可以容忍的事情，但没修养绝对是男人不可以容忍的事情。”韶华渐逝，

容颜易老，外表的美总是最初的、静态的、肤浅的，也总是短暂的，但女人的修养不会随着岁月的流逝而渐失光泽，反而会随着女人年龄和阅历的增加而越发显得耀眼迷人。

18世纪末政治家、思想家勃客曾写过这样的话：“修养比法律还重要……它们依着自己的性能，或推动道德，或促成道德，或完全毁灭道德。

”一个有修养的男人总是让人心生好感，而一个有修养的女人，总是让人如沐春风。

许多人认为修养就是女人外观的美丽，其实这种想法十分错误。

那什么是修养呢？

修养是一种潜在的品质，让人在不知不觉中肃然起敬；修养是一种内敛的修为，在潜移默化中的体味和感悟；修养是一种沉淀的魅力，是足够的历练和智慧的浑然天成。

如果修养是美丽的花朵，智慧则是花朵不可或缺的营养，智慧之于女人是博爱与宽容，是充满自信的风采，是情感的丰盈与独立，更是不计较得与失的平衡心态。

智慧女人是没有阶层高低、贫富贵贱、城市农村之分的。

她们有着善良美好的心灵，她们善于平衡自己的心理，她们有一种处乱不惊、以不变应万变的心态，她们有较强的领悟力，大至人生命运、小至日常生活，悟性使她们对大小问题懂得如何把握分寸，能够有明智的抉择。

她们不是世界上最有钱的人，但是她们是最富有的人。

女人的最大智慧是从容自信，自我把握，周身散发出超然洞明的气质。

那些将修养与智慧完美结合的女人，就是真正美的女人。

修养与智慧并重的女人懂得把年龄转化为宽容，把美丽锻炼成自信，把时间凝结为温柔，把经历谱写成厚书。

尽管岁月给了她们满脸的皱纹，却夺不走她们眼中的睿智和善良；尽管岁月给了她们满头的白发，却挡不住她们把灵巧的双手伸给需要帮助的人。

时间和经历可以成为她们骄傲的资本，使她们在轻描淡写中流露出令人难以抗拒的温柔与从容，在岁月的洗礼中日渐绽放出珍珠般的美丽与光彩。

修养与智慧并重的女人是秀外慧中、卓约多姿的女人，她们懂得让美丽在不同的时刻呈现出不同的状态，让女人一生都散发着无穷的魅力。

<<女人的修养与智慧>>

内容概要

修养是一种潜在的品质，让人在不知不觉中肃然起敬；修养是一种内敛的修为，是潜移默化中的体味和感悟；修养是一种沉淀的魅力，是足够的历练和智慧的浑然天成。

一个有修养的女人静若幽兰，芳香四溢，让人如沐春风。

智慧是美丽不可或缺的营养，智慧之于女人是博爱与仁心，是充满自信的干练，是情感的丰盈与独立，是不苛刻的审读万物，更是懂得在得到与失去之间慧心的平衡。

修养与智慧并重的女人懂得把时间凝结为温柔，把美丽磨练成自信，把经历谱写成乐章。

尽管岁月给了她们满脸的皱纹，却夺不走她们眼中的睿智和善良；尽管岁月给了她们满头的白发，却挡不住她们把灵巧的双手伸给需要帮助的人。

<<女人的修养与智慧>>

书籍目录

第一章 淡泊明志，宁静致远：人生体验到极致的感悟 淡然的女人，淡然的美 懂得知足才能幸福 尘埃中开出花朵，苦难中看到恩赐 别让妥协侵蚀了你的信念 持而盈之，不如其已 魅力源于内心的快乐 心中有希望，我就是成功者 敞开心灵，远离寂寞 打开双手，世界就在你手中 心理养生——女人不老的秘密 宽容让心灵得到滋润 世事多纷扰，看淡心自宁 别让妒忌在你的心里生根 走出不平衡的心理误区 生活中不苛求事事如意 做一个享受人生的智慧女人 笑对人生，漂亮一百分 为何有心栽花花不开 女人，别让自己的心太累 怀有一颗感恩的心 幸福在平淡中活出精彩

第二章 斑斓旅程，品味生活：生活女人的修养与智慧 把好身体的“脉” 警惕颈椎病 定期妇检，刻不容缓 运动上瘾，生活更快乐 女人，美丽健康吃出来 美丽女人“吃”掉皱纹 悉心呵护四季秀发 色彩，让女人化蝶而出 百般亮丽，穿出女人风采 小动作雕塑美身材 闲情逸致，点缀美好人生 怡情养性尽在音乐中 腹有诗书气自华 一杯咖啡，品味浓香 美与浪漫的交流——舒适家居生活D 内衣，女人的魅力语言 包包，女人精神世界的另一间房 品味女性美，从高跟鞋开始 给自己增加点“女人味” 女人要懂得享受生活 学会给自己减压 新新女性的时尚生活

第三章 浓情一刻，幸福一生：情感女人的修养与智慧 为你的感情号脉 在爱的同时保持自我 做一个会爱的聪明女人 为自己的幸福做主 最适合你的就是最好的 嫁个好男人，决定你半生幸福 成就幸福，找一个温暖的人过一辈子， 经历婚姻的女人，才拥有完整的人生 没有爱情牵挂，婚姻能够走多远 婚姻经营不好，会让你伤痕累累 寻找幸福，不如经营幸福 婚姻是需要经营一辈子的事业 好女人是一所好学校 做幸福男人背后的女人 用毕生的努力来更新你的爱 做贤妻更要做美妻 家是温馨的港湾 轮流当天使 千万别碰已婚男人 婚外恋，穿心的毒药 试离婚，给婚姻一次喘息的机会 放弃，也是完美的谢幕

第四章 洞明世事，人情练达：社交女人的修养与智慧 人际关系——女性真正的天然实力 编织一张有用的关系网 多放人情债，建立好人缘 女人应该知道的社交方法 给人留下美好的第一印象 微笑是给人良好印象的最好方法 用气质来彰显你的魅力 恰当地称呼他人 拥有亲和力的女人，能赢得别人的尊重 主动向别人示好 聪明女人懂得低调处世 用对方能接受的方式说服对方 善于为别人打圆场 保全别人的面子很重要 语言秀出你的修养 换种方式传达坏消息 换位思考做聪明女人 善于倾听很重要 打造绝佳人脉的交际修炼 善于沟通让女人如鱼得水 礼仪和修养体现你的尊贵

第五章 历经风雨，追求卓越：职场女人的修养与智慧 职业女性的“关门”和“换档” 女性必知的职场潜规则 心理战成就职场出色女 完善你的个性，赢取成功 女人，认识你的职业优势 示弱，职场生存新法则 做职场充电女郎 “企图心”是女人成功的基础 保持完美的职场仪态 职场新人，小心祸从口出 不畏挫折，坚持到底 职业女性如何应对“软裁员” 事业是女人竞争的砝码 在最短的时间内做到“优秀” 职场里的化险为夷术 自动自发，全力以赴 改正常见的工作疏忽 在快乐中感受工作的价值 跳出完美主义的陷阱 激情工作，摒除厌职情绪 女人商务谈判必胜术

<<女人的修养与智慧>>

章节摘录

淡然的女人，淡然的美青春的花开花落使女人疲惫，四季的风花雪月让女人不堪憔悴，世事的纷乱，滚滚的红尘，磨砺着女人细腻柔软的心。

迈过了30岁的人生，开始慢慢步出热烈、灿烂的青春季节，岁月不只是刻在女人的脸上，更沉淀在女人的心里。

这时的女人，被一种淡然、从容、柔和的氛围所包围。

任时光荏苒，任青丝染成白发，淡然的女人总能追寻生活的乐趣，总能发现美丽的风景。

哪怕身心一次次受伤、哪怕生活一次次受挫。

淡然的女人更加宽容，更加感恩，更加呈现出历尽沧桑却依然随遇而安的美丽。

她们穿过了岁月的风尘，淡淡地面对世事的纷扰，淡淡地来，淡淡地去。

这时的女人更像一杯清茶，清幽弥漫，馨雅沁心。

“落花无言，人淡如菊”，煎茶闻香，养心颐性。

淡然的女人像一部奇书，乍看通俗易懂，可每一页都有不同的风景，层层深入，引人入胜。

当你以为全都读完读懂时，不经意间再读一遍，却发现竟然还有更美妙的意境。

淡然的女人天性纯朴，虽身处繁华都市却可以宠辱不惊，身在俗世中却不被世俗所侵染，身上自有一份朴拙意味。

淡然的女人拥有的是淡淡的心境，丰富而简单，繁华又恬静，宛若一幅极富层次的水墨画，韵味无穷，淡淡的散发出宁静幽然的气息，无所不在地给人以淡淡的欲望，慢慢的引人入胜。

淡然的女人，追求简单的生活，以宽容换得内心的宁静，生活有条不紊，工作兢兢业业，生活中怡情养性，体面而不张狂。

她们不做女强人，也不做男人的附庸，因为她们知道，人生需要执著，更需要随缘，缘来惜缘，缘去尽释，才可以真正的从容恬雅。

淡然的女人总是笑看人生。

虽然她们已不再年轻，也许颜面已刻上岁月的印痕，也许世态炎凉已把她们年轻时的梦打碎，但她们永远不会灰心。

人生路上，她们仍是生活中的强者，也是最具人格魅力，最美丽的女人。

淡然的女人总是微笑着面对困难、面对环境。

她不为日常琐事而计较，不为生活的压力而焦虑，不为现代人儿女情长的善变而烦恼忧郁。

失意时，也用书信记录潮起潮落的心绪，寄给远方的亲友一同勉励；挫折面前，她告诫自己重新振作，适应新的处境；苦难面前，她命令自己跨过颓唐，去拥抱新一轮的太阳。

<<女人的修养与智慧>>

编辑推荐

《女人的修养与智慧》编辑推荐：世界有十分美丽，但如果没有女人，将失掉七分色彩；女人有十分美丽，但如果没有修养与智慧，将失去七分内蕴。

修养是一种生活品位和习惯，一种源自内心的需求和表达。

智慧是女人最动人的美丽，是女人一生幸福的源泉。

只有将修养与智慧完美结合的女人，才是真正永恒美丽的女人。

做修养与智慧并重的女人，幸福自己，幸福家庭，也幸福世界。

<<女人的修养与智慧>>

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>