

<<成功女人的心态课>>

图书基本信息

书名：<<成功女人的心态课>>

13位ISBN编号：9787515701851

10位ISBN编号：7515701854

出版时间：2012-6

出版时间：海潮出版社

作者：张晓红

页数：213

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>

<<成功女人的心态课>>

前言

一位女性朋友曾语重心长地对我说，30岁以后的女人，要对自己好些。说这话时，能让人感觉到她声音里充满了凄凉，仿佛可以听到青春在枝头剥落的声音。

一纸婚书，把不谙世事的少女迅速变为女人，然后勇敢挑起为人妻为人母的重担。日复一日，年复一年，女人在柴米油盐的浸泡下，光洁的皮肤留下岁月的痕迹，曾经清亮的眼眸，沉淀下生活的云翳，曾经鲜果般水灵的容颜，渐渐如风干的果脯，干瘪憔悴。琐碎的生活里，耐心被一点点磨去，不再眼角含着一抹羞怯，温婉低语，而是常作河东狮吼状去发泄对生活的不满。

偶尔，女人也会在镜前，理一下自己凌乱的鬓发，这时才吃惊地发现，眼角已经细密交错着时间经纬线。

于是，女人看着褪色的青春，渐渐开始变得惶恐而歇斯底里。她努力地想记起，是从什么时候开始，眼里只剩下孩子、爱人和家庭，而忽略了爱自己？

在女人活得失去自我，苦心经营，构筑温暖小巢的时候，有些男人却在享受整洁的家、可口饭菜、有条不紊的生活节奏时，挑剔地抱怨，当初那个小鸟依人、清丽脱俗的女孩哪里去了？在他们眼里，眼前的妻子，是那样的平庸琐碎而唠叨不休。

审美疲劳了，感觉迟钝了，爱情如大海中的礁石日复一日地被岁月风化侵蚀，夫妻之间，便只剩下左手牵右手的漠然。

婚姻拉起了警报，对于女人来说，无疑是天塌下来的大事。

而在婚外情的处理方式上，便见仁见智，斗智斗勇了。聪明的女人及时想办法，积极调动一切可调动资源，挽救婚姻。

一些女人猝不及防，不知所措，只能愁肠百结，暗自垂泪，听之任之，让心一寸寸成灰。更有一些女人以偏激的行为誓死捍卫自己的爱情阵地，一哭二闹三上吊，一番精疲力竭后男人也许会妥协，从此却貌合神离，或索性一条道走到黑，彻底投入别的女人的怀抱。

更为悲哀的是，有些女人像菟丝花，把幸福攀系在爱人的身上，她们患得患失，活得太过辛苦。她们在爱人身边的异性中，到处寻找“假想敌”，然后加以攻击。

像《中国式离婚》里的林小枫，对方建平身边的异性草木皆兵，疯狂地假想谁会是方建平的红颜知己，甚至神经质地一个个打电话盘查。

这样的折腾之后，两个人疲惫不堪，最终还是走到了婚姻的尽头。

聪明的女人，懂得生活的情趣，善于经营精致的生活。她们深深明白一个道理，爱情就像是握在手里的流沙，攥得越紧从指缝中流失得就越快。

经历了风霜之后，有的女人像秋天的红枫，更有了生活的底蕴和魅力，从内而外散发出来的成熟气息，是小女孩那种绢花似的漂亮所不及的。

拴不住漂亮，就要力争做个精致的女人，精致的女人不会老！

好的心态可以改变女人的一生。女人，要活得精致，就必须调整好自己的心态。

拥一份从容、自信，执一份淡泊、清明，掬一腔似水柔情。对人情世故不患得患失，在精神上不依赖不苛求于人，有独立而完整的人格魅力。在悦人的同时也在悦己，这种美丽是纯粹而自然的。

女人，活着，就要活出一种健康的心态，永远做生活的主人。

<<成功女人的心态课>>

内容概要

心态决定命运。

一个人有什么样的心态，就会有什么样的人生。

《成功女人的心态课》在向读者阐释了积极心态对人收获幸福、取得成功所起的至关重要的作用的同时，又有针对性地对好心态的培养和运用提供了许多有效方法。

<<成功女人的心态课>>

书籍目录

第一章 女人的左手是心态，右手是命运

女人的左手是心态，右手是命运

女人的善良是人类温情的源泉

百分之一的坏心情会导致百分百的失败

你怎样看，就会有怎样的结果

为别人考虑，多付出一点点

能苦中作乐的女人，是风中的一朵奇葩

越单纯的人越容易接近天堂

懂得欣赏，会让你的生活充满乐趣

第二章 学会接受无法改变的事实

学会接受生活的真相

生活是不公平的，你要去适应它

改变不了环境，就改变自己

也许困难是幸运的开始

爱一个不完美的自己

改变心态，就改变了事情的结果

海上没有不带伤的船

第三章 宽容，是女人一生的哲学

宽容自己是女人对自己最大的解放

以宽容润滑真爱

拥抱你的竞争对手

女人用恢弘的气度打开修养的门

宽容他人其实就是宽容自己

做宽容的女子

第四章 自信是极品女人的魅力魔法

女人应该像树一样挺立

做个自信女人，昂起头是最美的

出门前对镜中的自己说“你真棒”

要想自信还得勤奋

无须顾虑别人对你的看法

独一无二的玫瑰

将内心角落的自卑感清除干净

勇敢是灵魂最杰出的力量

第五章 优雅是智慧女人的第一项修炼

高雅的知识女性更容易成功

得体的自我介绍体现女性修养

充分利用女人的温柔

谈吐富有影响力

知识是女性事业的翅膀

女人有个性才有魅力

书可以改变女人的气质，也可以培养女人的气质

幽默，女人的超级武器

.....

第六章 把坏心态阻挡在一米阳光之外

第七章 一种积极的心态比一百种智慧更有力量

<<成功女人的心态课>>

第八章 没有放不下的事情，只有放不下的心情

第九章 淑女是最受欢迎的人

第十章 智慧消费的女人才美丽

第十一章 做个会经营婚姻的女人

第十二章 享受当下的幸福

<<成功女人的心态课>>

章节摘录

女人的左手握着心态，右手握的是命运。

有什么样的心态，就有什么样的命运。

有一个女人看起来总是很高兴，无论在什么时候，她都面带着笑容，一脸幸福和灿烂。

有人问她，有什么事情能够让她总这么愉快。

她说：“因为有积极的心态才有乐观的人生。”

还有一个女人，她看起来总是很消沉，每天去上班的时候，她总是对自己说：“今天看来又将是郁闷的一天。”

虽然她的本意并非如此，口中即使这么念着，而心中还是期待着会有好运来临。

然而，一切都糟透了。

其实，有这样的结果完全是正常的，因为心中若预存不幸的想法，事情都将变成不利的情况。

因此，在一天的开始就心存美好的期盼，是件非常重要的事情。

一位名人曾经说过：播下一种心态，收获一种思想；播下一种思想，收获一种行为；播下一种行为，收获一种习惯；播下一种习惯，收获一种性格；播下一种性格，收获一种命运。

这句话的意思就是：心态决定命运。

农夫在地里种下了两粒树种，很快它们变成了两棵同样大小的树苗。

第一棵树一开始就决心长成一棵参天大树，所以它拼命地从地下吸收养料，储备起来，滋润每一条枝干，盘算着怎样向上生长，完善自身。

由于这一原因，在最初的几年，它并没有结果实，这让农夫很恼火。

另一棵树恰恰相反，它拼命地从地下吸取养料，打算早点开花结果，它也做到了这一点。

这使农夫很欣赏它，并对这棵树呵护有加。

时光飞转，那棵久不开花的大树由于身强体壮，养分充足，终于结出了又大又甜的果实。

而那棵过早开花的树，却由于还未成熟时，便承担起了开花结果的任务，所以结出的果实也不大好吃，还让果实压弯了单薄的身躯。

老农诧异地叹了口气，终于用斧头将它砍倒，变作一堆柴火。

在这个寓言故事里，浮躁的心态和扎实的心态决定了两棵树不同的命运。

聪明的女人不会只让自己看起来美丽，还会培养自己良好的心态，主宰自己的人生。

当女人有了良好的心态，就能享受生活赋予的幸福，能够承受生活的种种压力，并有勇气挑战各种困难和挫折。

有个女篮球明星，她身高仅1.60米，是她所在队最矮的球员。

她从小就喜爱篮球，可因个子不高伙伴们都不喜欢她。

有一天她伤心地问妈妈：“妈妈，我还能长高吗？”

妈妈鼓励她说：“孩子，你能长高，长得很高很高，会成为人人都知道的大球星。”

从此，她的心里充满着长高的美梦。

“业余球员”的生活即将结束，她面临着严峻的考验：只有1.60米的身高，能打好职业球赛吗？

但是她非常自信，她说：“别人说我矮，反而成了我的动力。”

我偏要证明矮个子也能做大事情。

于是，在各个赛场上，人们看到她简直就像个“地滚虎”，从下方来的球百分之九十都被她收走，越是个子矮越是能飞速地运球过人。

她始终牢记当年母亲鼓励她的话，虽然她没有长得很高很高，但可以告慰她母亲的是：她已经成为家喻户晓的大球星了。

无论一个女人多么有能力，如果缺乏好的心态，就什么事都做不成。

良好心态的能量是巨大的，也是动力产生的源泉。

有了它，女人就能把握住自己的命运，实现人生的理想，在人生的道路上勇往直前。

女人的善良是人类温情的源泉，善良是女人最基本的品德。

就是这最平常的东西，却经常可以打开一扇通往幸福的门。

<<成功女人的心态课>>

很多时候，女人用善良谱写了人间的赞歌。

有一位哲人问他的学生：“对一个人来说，最需要拥有的是什么？”

”答案很多，哲人都摇头否定，但有一位学生的答案令他露出了笑容，那位同学答道：“一颗善心！”

”哲学家说：“在这‘善心’两字中，包括了别人所说的一切东西。”

”在社会上生存，尤其是在这个充满竞争的社会中生存，很多女人都在想方设法出人头地，但是，在前行的时候，一定不要忘了人性当中最美好的东西：善良。

因为善良，女人成为可爱的使者、美丽的化身；因为善良，女人逢山开路，遇河架桥，成就许多大事业，办成许多男人办不成的事情；因为善良，女人使许多事情峰回路转、柳暗花明。

下面两个故事中，女主人公正是用一颗善良的心为世界增添了无限的美好。

她是一个在深山呈支教的女教师，一个善良的女人，年纪轻轻而且性格开朗、直爽。

她住在学校的办公室里，山里的条件很简陋，她的小屋要当做办公室、宿舍，还要当厨房。

但她没有任何怨言，她认为这是锻炼自己的大好机会。

她对工作非常认真，对学生也很好。

学生也很喜欢这个多才多艺的老师。

有一天，她平静的生活被打乱了。

她的钱包丢了，而这一天唯一进过她办公室的只有一个小女孩，一个学习成绩永远第一的女孩。

在翻过了所有可能放钱包的地方后，她不得不怀疑这个小女孩。

她没有直接去询问小女孩，而是找其他老师了解了孩子的家境。

她得到的答案是：这是一个苦难的家庭。

父亲去世后，身患疾病的母亲独自承担了生活的艰辛，而不久前，这位母亲的病似乎重了些，而她们甚至没有买药的钱。

她去女孩家做了一次家访，给她们买了些生活用品，还给女孩的母亲买了药品。

第二天，羞愧的小女孩找到了老师。

女孩刚说了一句对不起，就让老师制止了。

她说，我知道，那是我送你的礼物，但是，等你有一天有这个能力的时候，你一定要还给我。

现在，让我们共同守住这个秘密。

后来，这个女孩考上了一所医学院，做了一名医生。

她没有忘了自己的承诺，但是，老师已经调回了城里，多方寻找都没有结果，她也只能通过救人来报答自己的老师。

多年后，医生忽然收到了一个重病的女人，她是被路人看见后送过来的，是突发疾病。

医院正在权衡是不是要给这个“一无所有”的女人治疗时，医生看见了病人滑落的钱包，那个钱包与当年自己“拿”的那个一模一样。

打开钱包，医生泪流满面，钱包里的身份证赫然写着老师的名字！

医生毫不犹豫为病人承担了一切，让病人得到了最好的治疗，使其很快康复。

P3-5

<<成功女人的心态课>>

编辑推荐

心态的好坏可以改变一个人的命运。

有什么样的心态，就有什么样的人生。

心态不同，左右着不同的人生选择；心态修炼，创造出完美的人生结局。

张晓红编著的《成功女人的心态课》是一本女性心态的培养指南。

完美的女人是不存在的，也许你还有这样那样的不足，但没有关系，放下心情来领悟人生的风景吧，从现在开始深呼吸，调节心态，这就是你要迈出的第一步。

<<成功女人的心态课>>

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>