

《做个正能量的女人》

图书基本信息

书名：《做个正能量的女人》

13位ISBN编号：9787563934836

10位ISBN编号：7563934839

出版时间：2013-5

出版社：北京工业大学出版社

作者：吕宁

页数：258

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《做个正能量的女人》

前言

有人说人的内心就是一座“能量场”，在隐藏着自信、豁达、快乐、坚强等正能量的同时也隐藏着自私、懦弱、自卑等负能量，并且根据自然界的能量转化和守恒定律，这两种能量可以相互转化、相互传递。正能量的人身上有一种磁场，可以向周围的人辐射积极的、乐观的、自信的、值得信赖的能量，让人愿意与之建立良好的人际关系。而负能量的人则恰恰相反。所以，在生活中每一个女人都应该争做正能量的女人，因为拥有正能量的女人才是最有魅力的女人。正能量的女人，会让人感觉安全、放松、愉快。她们的善良、温柔、乐观都会让人感觉在她们的身边能使自己也变得很快乐、很惬意，会感觉到自己身上的负能量正在逐渐消失，而正能量却在不断提升。相反，与负能量的女人在一起会感觉不安全、紧张、暴躁，会有想躲避的欲望……正负能量之间是此消彼长的关系，只有通过自身的不断调整保持两者之间的平衡，才能摆脱负能量对自身的影响。正能量不同于任何一种外在因素，它公平地属于每一个人，就看每个人能不能抓住它、挖掘它、掌握它、运用它。通过现实我们可以发现，成功的女人大多都是正能量的女人，她们坚强、自信、乐观，面对挫折从不会逃避，在不断的前进中激发了自身的最强的生命之光，从而获得巨大的成功。正能量的女人，她们也许没有漂亮的外表，可是她们有最优雅的气质、最超群的品位、最潇洒的风度；也许她们没有显赫的家世背景，可是她们有最入世的心胸、最坚强的性格、最豁达的胸怀；也许她们没有响当当的学历文凭，可是她们有最淡定的心态、最积极的精神、最快乐的生活……所以，她们能坦然面对一切，接受一切，努力地修炼自己。因为，正能量的女人无所畏惧，她们敢于挑战自我，挑战生活，挑战一切，也只有这样的女人才能获得最后的成功。这就是正能量女人的魅力。本书以如何做一个正能量的女人为切入点，围绕快乐、气质、坚强、豁达等11个方面来全面挖掘女人生命的最强之光。以深入浅出的语言，为万千女性打开一扇重新认识自我的窗。翻开本书，品读完之后，会发现原来做一个正能量的女人也不是那么难的事情。只要女人们每天、每时、每刻调整好心态，冷静自持、淡定从容，积极乐观地生活，并且注重生活的每一个细节，慢慢积累、修炼，不知不觉中也许你就会成为一个充满正能量的女人。

《做个正能量的女人》

内容概要

《做个正能量的女人:激发女人最强的生命之光》以如何做一个正能量的女人为切入点，围绕快乐、气质、坚强、豁达等11个方面来全面挖掘女人生命的最强之光。以深入浅出的语言，为万千女性打开一扇重新认识自我的窗。翻开《做个正能量的女人:激发女人最强的生命之光》，品读完之后，会发现原来做一个正能量的女人也不是那么难的事情。只要女人们每天、每时、每刻调整好心态，冷静自持、淡定从容，积极乐观地生活，并且注重生活的每一个细节，慢慢积累、修炼，不知不觉中也许你就成为一个充满正能量的女人。

《做个正能量的女人》

书籍目录

第一章做女人，就应该做最快乐的女人 快乐的女人永远美丽 快乐就在我们心里 时刻保持积极乐观的心态 享受每一天的精彩 做人要懂得知足常乐 充满童趣的女人最可爱 再见，烦恼与忧愁 独乐乐不如众乐乐 第二章保持清醒的头脑，做最淡定的女人 冷静面对世间事 凡事顺其自然莫强求 想得开，放得下 福祸相依，有所失必有所得 清醒看待身外物 不要因过去的事情而惩罚自己 第三章自我提升，做最有气质的女人 女人的气质可以征服世界 做个超凡脱俗的女人 微笑是女人魅力的源泉 细节决定女人气质的成败 女人需要自我修炼 女人要有风度 第四章领略生活真谛，做最幸福的女人 生活的真谛就是简简单单 放开胸怀，拥抱幸福 幸福的生活也需要赞扬和掌声 笑看风云才能拥有美好未来 当你不幸时，想想你所拥有的 勇敢地追逐幸福 第五章承受生命之重，做最坚强的女人 坚强的女人最可敬 女人更要勇敢 挫折是生活赏给女人的礼物 相信自己，勇于挑战自我 坚忍改变女人命运 女人，你并不是弱者 希望就在你的心底 风雨过后的彩虹最美丽 第六章学会关心自己，做个最会爱护自己的女人 锻炼让女人神采奕奕 科学饮食是女人的根本 生命最可贵 工作重要，休闲更重要 第七章心胸宽广，做个最豁达的女人 宽容的女人更有魅力 女人，难得糊涂 放手是一种另类的美丽 争执不能解决任何问题 凡事不要太过较真 心宽则拥有天地 设身处地为他人着想 宽恕别人就是宽恕自己 第八章做个有境界的人，做个最有爱心的女人 女人的善良最可敬 助人也是助己 有爱心的女人更美丽 母爱让世界都会动容 学会感恩，学会付出 第九章用心打造，做最精致的女人 飘逸的秀发是女人的精致弧线 让你的色彩动起来 浓妆淡抹，精致人生 肌肤是精致中的精品 穿出女人独特的风格 第十章长袖善舞，做个最入世的女人 刚柔、方圆的辩证关系 客套要恰到好处 同事交往要有原则 善于做交际中的润滑剂 女人与上司相处要有方法 学会与不同性格的人交往 第十一章坦然面对生活，做最积极的女人 坦然接受所有的不幸 主动寻找新改变 积极的女人最漂亮 黎明总是会来的 只有积极才能得到幸福 坏事也要当成好事想

《做个正能量的女人》

章节摘录

版权页：因此，她从小就十分脆弱和敏感，非常害怕别人说自己丑，无论这个“说”是用嘴、用眼或用形体语言。她不仅忌讳“丑”字，就连形容人漂亮之类的词语也觉刺眼。别人谈起谁谁漂亮时，她也希望他们转移话题，或是找个借口走开。西子因为相貌平平，在家里处处小心翼翼，而妹妹却像一只高傲的小天鹅，神气十足。吃苹果挑大个儿的，买衣服要买自己看中的，一切人都要顺从她。少女时代她和妹妹性格截然相反，妹妹娇气任性，整天梳洗打扮，对什么总是浅尝辄止。她则稳重、深沉、爱学习、善思索，她将更多的时间用来博览群书，在书的海洋里心灵得到了净化，也在读书的过程中，对美有了正确的认识。她开始坦然地面对现实，不再将容貌当成自己在同龄人中地位与尊严的全部象征来看待了。她坚信，没有谁能简单到仅凭脸蛋拼天下。大学期间，除了学好专业课程，西子开始学习外语、学电脑、练写作、参加演说……各种学习让她的整体素质得到了很大的提高，她因此成为系里的才女。毕业时，在严峻的就业形势下。西子凭借个人的综合能力，进入了政府机关工作。西子踌躇满志地进入单位，却又一次失望地发现，这个世界仿佛一直是男人的，许多单位当领导的、挑大梁的，大多是男人。女人，即便是漂亮女人。也好像只是单位装点门面的花瓶，就连端茶送水，也要找个眉清目秀的。身为丑女。在这个被挤压得十分狭小的生存和发展空间里，要想求得一席之地，西子只有凭借自己的内在实力，这就注定她要在工作上比别人付出更多。刚参加工作时，领导都不知道安排什么活儿让西子干更合适。西子接到的第一桩任务便是校稿，她耐心细致地完成工作。领导一检查，几千字的文稿竟然一次便校对通过，这在以前几乎是从来没有过的事情，领导开始对西子有了好感。但是，西子知道自己的价值并没有真正体现出来。在以后几次校稿中，西子把握时机，委婉地向撰稿人指出文稿的不妥之处，并提出很好的建议。没想到其貌不扬的西子竟然有过硬的写作功底，领导和同事开始对她刮目相看，并安排她起草一些工作材料。

《做个正能量的女人》

编辑推荐

《做个正能量的女人:激发女人最强的生命之光》由北京工业大学出版社出版。

《做个正能量的女人》

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:www.tushu111.com