

《正能量:做个内心强大的女人》

图书基本信息

书名：《正能量:做个内心强大的女人》

13位ISBN编号：9787802499881

10位ISBN编号：7802499887

出版时间：2014-4-1

出版社：中华工商联合出版社

作者：戴尔·卡耐基

页数：224

译者：东隅

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

《正能量:做个内心强大的女人》

内容概要

《正能量:做个内心强大的女人》世界励志大师卡耐基写给万千女性的心灵成长自助顶级巨著！女人最宝贵的财富不是青春美貌，而是强大的内心；女人最幸福的结局不是嫁入豪门，而是优雅地站立在巨人的殿堂。女人不仅要有能力，更要有能量。人生如此坎坷，支撑我们女人走过一生的就是强大的内心。做内心强大的女人，没有任何事情可以将你打倒，也没有人能够伤害你！内心拥有强大力量的女人，才能在爱情中不迷失方向，才能走出情感的误区，才能控制好情绪，才能给自己的幸福生活加点蜜，才能给自己的事业加把力。面对人生和未知，你不是无能为力！从今天起，做自己的主人，让自己强大起来，勇敢向前，无所畏惧！

《正能量:做个内心强大的女人》

作者简介

《正能量:做个内心强大的女人》

精彩短评

- 1、女性都应该读的书
- 2、攒的书。心疼时间。心塞塞。
- 3、简单的翻看了，很多观点值得借鉴。书后面名人的点评也不错
- 4、满满当当的正能量。简单易读的文字，喜欢
- 5、正能量 内心强大 淡定
- 6、点不错，具体展开太瞎拼乱凑
- 7、住院的日子里看完了这本，依旧正能量让我每天可以微笑
- 8、一般，有点说教
- 9、读完这本书，对自己的影响还是有的。很喜欢，推荐给大家。
- 10、正版，励志。

《正能量:做个内心强大的女人》

精彩书评

- 1、内容很丰富，也很强大，卡耐基关于女性类的书一直都属于热销产品，这本很不错，封面也属于少有好看的类型，很适合年轻的女性阅读，我现在没事就爱在家看看书啊之类的，感觉挺不错的，案例讲解的也很清楚，容易理解很吸引人，非常的不错呢，更好的还是要多提升我们的自信心，毕竟有自信的女人最美，最优雅，主要还是心态要好，积极乐观。
- 2、史迈利·布兰敦医师在一本书中写道：“适当程度的‘自爱’对每一个正常人来说，是很健康的表现。为了从事工作或达到某种目标，适度关心自己是绝对必要的。”我觉得不管男的女的，都应该要先爱自己，这样才会去爱别人。
- 3、爱、友情和美好时光通过谈判是得不到的，我们应该努力去赢得别人的喜爱。配偶虽然过世了，可享受快乐的权力依然存在。只是他或她一定要明白，不能把快乐等同于救济金或施舍品一样视为理所应得的东西。我们要想方设法博取人们的欢迎和喜爱。
- 4、生命，经得起多少的透支？生命，其实无力得连一句脆弱也不敢提起。一朵花落，一片叶黄，已是世上千年，沧海桑田。日出的时候，笑着送你，黄昏的时候，却无法哭着看你，自此生死两茫茫。
- 5、在生活的琐碎中，唯有爱情最能撩动女人的心，而婚姻是爱情的必然结果。如果想在爱的路上走得更远、更平稳，女人就应该加倍珍惜跟恋人的相处，千万不要亲手将自己的爱送入无声息的沉默之中，好好爱你身边的人，随时跟他进行思想的交流与沟通。真爱跟你的年纪没有关系，关键在于你是否值得。
- 6、很多女士喜欢盯着自己的不足，这样很容易就会在心中形成惯性。总觉得自己有缺陷，这也不行，那也不行，时间长了，就会失去信心和创造力，终日沉浸在烦恼之中，不可自拔。于是，她们不仅无法弥补自己的缺陷，还新增加了无尽的烦恼。我觉得真的没必要这样，自己没必要老是看到自己的不足，也要看到自己好的地方。
- 7、我们在交朋友的时候也会感到对方缺点的存在，但是我们喜欢和他们交往是因为我们喜欢他们身上的优点。自我完善的实现依赖于对优点的发挥，取长补短，而不是整天惦记着自己的缺点。
- 8、自信铸就强大，做内心强大的女人最重要的就是自信。自信不仅是一种成熟的心态，还是女人魅力四射、收获幸福的关键所在。自信的女人不一定要有漂亮的脸蛋和迷人的身材，但一定有鹤立鸡群的气质；她的心如同一颗饱满的种子，任凭外面风吹雨打，依然会在春天萌发出鲜嫩的芽；她的笑声和细语仿佛冬日暖阳，即使身处逆境，也有破除坚冰的能量。
- 9、哥伦比亚大学已故的霍基斯院长的座右铭：
世间疾病多，数都数不清，
一些可挽救，
一些难治好。
如果有希望，就应把药找，
若是没办法，干脆就忘了。
告诉我们有些事，是无法避免的，也不可能再出现转机，碰到这种情况，理智告诉自己，就不要再白费力气挣扎了。
- 10、自信铸就强大，做内心强大的女人最重要的就是自信。自信不仅是一种成熟的心态，还是女人魅力四射、收获幸福的关键所在。自信的女人不一定要有漂亮的脸蛋和迷人的身材，但一定有鹤立鸡群的气质，他就像一颗饱满的种子，任凭外面风吹雨打，依然会在春天萌发出鲜嫩的芽。他的笑声和细雨仿佛冬日暖阳，即使身处逆境，也有破除坚冰的能量。美貌可以让女人骄傲一时，自信却可以让女人魅力一生。自信的女人的内在美，无论何时，女人都要对自己充满信心，向着未来不断进取，相信我们会有成功的一天嫉妒，实用别人的优秀来折磨自己，憎恨，是用别人的错误惩罚自己，抱怨，是用无奈的往事摧残自己，纠结，是用虚拟的风险惊吓自己。
- 11、要想得到快乐，请记住：“每天一早想想你得意的事情，不要将注意力集中在烦恼上。”
- 12、就像书里写的那样一个女人只有披上了气质的外衣，才会让人觉得如空谷幽兰般优雅。实际上，气质与修养并不是个别名人的专利，它们属于每一个女人。气质与修养跟金钱、权势也没有直接关系，无论你从事何种职业、处于哪个年龄阶段，即便你仅是这个社会中最普通的一员，你也可以散发出迷人的气质与修养，做一名优雅女性。
- 13、相信女士们如今已经对贪婪有了正确的认识。凡是对某种事物有着不知满足的欲望，那就是贪婪。贪婪会夺去女士们的自由，使女士们变成被欲望驱使的奴隶。我想，女士们现在一定想得到一些方法，从而真正赶走贪婪，让自己找回快乐。
- 14、女人最宝贵的财富不是青春美貌，而是强大的内心；女人最幸福的结局不是嫁入豪门，而是优雅地站立在巨人的殿堂。女人不仅要有能力，更要有能量。人生如此坎坷，支撑我们女人走过一生的就

《正能量:做个内心强大的女人》

是强大的内心。做内心强大的女人，没有任何事情可以将你打倒，也没有人能够伤害你！

15、很多女士喜欢盯着自己的不足，这样很容易就会在心中形成惯性。总觉得自己有缺陷，这也不行，那也不行，时间长了，就会失去信心和创造力，终日沉浸在烦恼之中，不可自拔。于是，她们不仅无法弥补自己的缺陷，还新增加了无尽的烦恼。

16、独处能使我们发现内在的休息港口，能有参详的对象，是我们与外界接触的基础。独处能使我们更客观地透视自己的生命。独处的确对我们的灵魂十分有益处，就好像新鲜空气对我们的身体极有帮助一样。

17、戴尔·卡耐基写给女人的世界级心理励志书。书中的内容深入浅出，为读者打开了一扇重新认识自己和他人的窗户，并结合多项实例，教会我们如何激发自身的潜能，引爆内在的强大力量。它通过一系列的训练方法，提升我们内在的信心、豁达、愉悦、进取等正能量；规避自私、猜疑、沮丧、消沉的情绪，是一本能彻底改变我们工作、生活、行为模式的心理学著作。

18、假如一个女人必须通过外界的评价来证明自己，那只能说明她的内心不够强大，没有能力追逐幸福，只有当你不再需要依赖外界给自己的幸福打分，自己就能证明自己的时候，你的内心才会真正强大起来。不管你是否拥有足够多的外在物质，只有内心强大才能获得真的幸福，才能有资格为自己的幸福负责。

19、人应该调整自己去适应环境，然而却很少有人有勇气能够特立独行或直面真实的处境。我们在行动之前就被社会文化和经济观念限制住了。从吃饭、穿着到生活方式和观念，我们和邻居如此相似。一旦我们某个不一样的行为与这种环境相异时，我们就会变得精神紧张或神经过敏，甚至于厌恶自己。

20、有时候人表面上你早就原谅了自己，其实你是将自责收进了心里，一直在悄悄地为难自己。对任何人来说，犯错都是一件不愉快的事情，自怨自艾是免不了的，但是，一生中会犯很多错，如果对每一件事都深深自责，那就会一直生活在罪恶感之中。试问，这种只知道为难自己的人能快乐吗？

21、想要克服由小事情而引起的困扰的最好方法，就是把自己的看法和注意力转移一下就可以了，想一些积极的、向上的、乐观的东西，这样你就会重新快乐起来。一个人的感情和经历都是有限的，他无法同时兼顾抗拒无法避免的事和创造新生活，他只能选择其中的一种生活，要么在无法避免的暴风雨前面折腰曲身，要么努力抗拒他然后在被它摧毁，永远保持对生活的美好期待和执着追求 我们就是快乐的。很多人都喜欢盯着自己的不足，这样很容易就会心中形成惯性，总觉得自己有缺陷，这也不行那也不行，时间长了就会失去信心和创造力，终日沉浸在烦恼之中，不可自拔 几乎所有的忧虑和哀伤，都是来自人们的想象而并非来自现实。其实 我们要想获得快乐，那么就让自己少拥有一点，这虽然是一件很痛苦的事，但是我们必须让自己习惯。

22、书中涵盖了女人生活的方方面面，大到名人的惊世之举，小到百姓的平凡琐事，这无论是对未婚的青年女子还是已婚的女性都有深刻的指导意义。学习把自己塑造成内心强大的女人，而且也会嫁给幸福，这才是女人一辈子的追求。

《正能量:做个内心强大的女人》

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