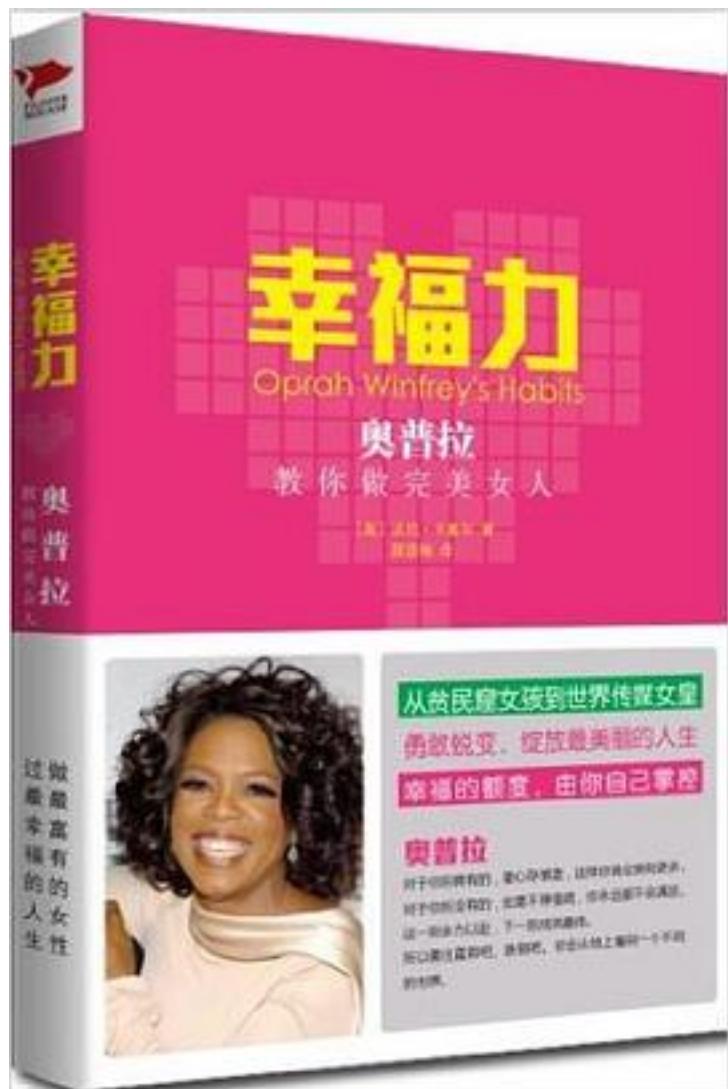


幸福力：奥普拉教你做完美女人



[幸福力：奥普拉教你做完美女人](#) [_下载链接1](#)

著者:卡塞尔

出版者:北京联合出版公司

出版时间:

装帧:平装

isbn:9787550227064

本书是一本揭秘奥普拉幸福生活，解读奥普拉超强气场的神奇读本。从叛逆少女到心灵女王，奥普拉实现了丑小鸭到白天鹅的巅峰飞跃。作为当今世界上最具有影响力的妇女之一，她在这本书中与我们分享了其幸福的30条法则，与此同时本书融入了众多关于奥普拉生活、事业的有趣故事，将这位传媒女皇鲜活地带到我们身边。“你能经历的最大冒险，就是过你梦想的生活。”成为气质女人，要从自我修炼开始……

作者介绍：

沃伦·卡塞尔，主持人、律师，奥普拉的追随者。他是“沃伦·卡塞尔脱口秀”节目的主持人，目前这档电视综艺脱口秀节目已覆盖26个国家和地区。多年来他一直很崇拜奥普拉并一心想要建立一个像她那样的集团。机缘巧合的情况下开始写作此书，希望通过记录奥普拉的幸福生活为人们提供实现美好生活的方式。

目录: 幸福力：奥普拉教你做完美女人

前言 修炼你的幸福力

chapter one 生活是一种修行：你只需要做你自己

幸福力修炼 NO.1：美好的一天，从清晨开始

幸福力修炼 NO.2：微笑是最动人的乐章

幸福力修炼 NO.3：有限时间里的无限可能

幸福力修炼 NO.4：女人如花，让每个细胞都充满活力

幸福力修炼 NO.5：知识，女人魅力的源泉

幸福力修炼 NO.6：养精蓄锐，累了不妨歇一歇

chapter two 打造自己的舞台：永不凋零的铿锵玫瑰

幸福力修炼 NO.7：用情趣弥补工作的烦闷

幸福力修炼 NO.8：一句话的温度，这样说话最美

幸福力修炼 NO.9：倾听是感知世界的最高境界

幸福力修炼 NO.10：歇歇你的肩膀，请站在团队里

幸福力修炼 NO.11：接近优秀的人，让你身边群英荟萃

幸福力修炼 NO.12：激情点亮生活，色彩勾勒人生

幸福力修炼 NO.13：享受惬意生活，倾听内心的声音

幸福力修炼 NO.14：良好的习惯从细节开始

chapter three 舞动生命之美：高情商是成功的资本

幸福力修炼 NO.15：赠人玫瑰，手留余香

幸福力修炼 NO.16：因为睿智，所以淡定

幸福力修炼 NO.17：用真诚搭建心灵的桥梁

幸福力修炼 NO.18：赶走心魔，做金钱的主人

幸福力修炼 NO.19：诚信，让你立于不败之地

幸福力修炼 NO.20：放飞思想，跳出禁锢的“盒子”

幸福力修炼 NO.21：打开心门，插上宽容的翅膀

幸福力修炼 NO.22：回归本真，固守内心的力量

幸福力修炼 NO.23：优雅地转身，别在同一个地方再次摔倒

幸福力修炼 NO.24：精彩人生从追梦开始

chapter four 营造温情的港湾：让身边人因你而快乐

幸福力修炼 NO.25：忠贞，增加爱情的深度

幸福力修炼 NO.26：忠诚是职场最宝贵的品质

幸福力修炼 NO.27：友谊，温暖彼此的心

幸福力修炼 NO.28：善交益友，远离损友

幸福力修炼 NO.29：做个亲切的领导者，善待你身边的人

幸福力修炼 NO.30：以感恩之心，对待生活的苦与乐

附录 世界因你而不同

后记

· · · · · (收起)

[幸福力：奥普拉教你做完美女人](#) [下载链接1](#)

标签

女性教育

女性

修养

评论

大家都知道的道理。没必要费时间读的。

在我最困惑迷茫的时候带我继续向前走

[幸福力：奥普拉教你做完美女人](#) [下载链接1](#)

书评

首先说这本书的可读性。作者每篇文章都讲述奥普拉的一个好习惯，会引用她本人在奥普拉杂志中的文章，也会引用她在脱口秀中的节目，读起来不枯燥，也充满了乐趣。在文章的最后会给出几个提纲挈领的执行意见，这是我非常喜欢的，有了这个会让读者在最后看完故事之后做一个思考。 ...

[幸福力：奥普拉教你做完美女人](#) [下载链接1](#)