

# 女人有底气才从容



[女人有底气才从容 下载链接1](#)

著者:张燕霞

出版者:北京日报出版社

出版时间:2017-1-1

装帧:平装

isbn:9787547724224

享受当下、期待未来，既能够因当前的风景而动容，也能够冲着远方微微一笑，然后勇

敢前行。

这是一本专门为现代女性打造的修心励志故事集，以细腻的笔触、睿智的文风对“女性有怎样的底气才从容”的主题进行了深刻表达：

一个优雅从容的女人，不关乎美貌、家世，而是源自内心的那份自信与高尚。一个优雅从容的女人，不关乎你的外表是否美貌，也无关你的心智是否聪明，都要凭着自己的心性去过自己想要的生活，要为自己而活。

正因为是女人，才需要做种种努力与坚持、种种体会与修炼，才能修得一个遇变不惊、从容美好的心境。只有拥有一颗淡定从容的心，岁月才会一直安静美好。

作者介绍：

张燕霞，幸福集团负责人，潮汕商会副会长，浙江电视台《今日科技》微讲堂首席创业导师。

擅长用温暖务实的故事治愈人心，她用自己的亲身经历告诉现代女性，无论这个世界对你怎样，都请你一如既往的保持从容、努力、勇敢、充满希望。从容看生活，宁静做自我，幸福自会来敲门。

目录: Chapter 1 【从容地改变：多数人死于庸常，少数人绝地反击】

你的人生，除去必要支出的时间，还剩下多少时光

灵魂的香气来自一颗宽容的心

找到当下生活的愿景：想象一个没有钟表的世界

生活，哪里都一样，不一样的是，你选择如何生活

从容是一种生活态度：不慌不忙，自有力量

房子也许是租来的，但生活不是

Chapter 2 【从容地坚持：从来没有一种坚持会被辜负】

人生最可怕的事，是一边后悔一边生活

想得太多或太少，都会让自己难过

专注、信心、从容、优雅的成功

不要总盯着自己缺点看：烦恼都是自找的

有些人把梦想变成现实，有些人把现实变成梦想

谁没遇到过挫折——欲带王冠，必承其重

Chapter 3 【从容地成长：成熟是与不完美的自己和解】

为自己确定一个精进的目标——从容向前

你打算如何老去，如何优雅地过一生

我不完美，但是我有勇气面对它

练习内在正能量

明白要趁早——告别被动的生活

别人不是衡量自己的标准，别害怕与别人不同

Chapter 4 【从容地自爱：让爱情和婚姻成为你希望的样子】

从容的女人，最有吸引力

青春，走一段弯路也无妨

爱情不是生活的全部：学会选择和放下，很重要

低质量的婚姻，不如高质量的单身

越有勇气的女人，运气越好

不论多爱，都不要成为寄生者

Chapter 5

【从容地独立：人生永远没有太晚的开始】

一个女人的品位，是有本事按照自己的意愿，将生活推向美好

只绝望3分钟——每个女人都应坚硬、从容地活着  
晴天雨天都是必经——生命必须有裂缝，阳光才能照进来  
你有趣，世界才有趣，你从容，世界便豁然开朗  
任何时候，都不忘记做自己，让从容住进血液里  
生活总要独自前行，许未来一个绚烂的春天  
· · · · · (收起)

[女人有底气才从容](#) [下载链接1](#)

## 标签

女性

我想读这本书

好书，值得一读

充满温情智慧的鸡汤文

想读

女人有底气才从容

励志

很喜欢！希望有机会拜读！

## 评论

很多经典语录，让人心平气和，也给人指引

---

新华网活动抽到的书，很多例子都比较新。插图也比较文艺，文字朴素一气呵成，所以看得很快，就像自己看queen主义或者其他类似公众号的推送一样，很多观点也是很赞

成。总之感觉就是一本小清新的书。

-----  
文字很美，读起来也顺畅，但是鸡汤只能偶尔喝喝，当当网买的，收到的第二天就看完了。

-----  
鸡汤比较多，偶尔看看

[女人有底气才从容](#) [下载链接1](#)

## 书评

拿到本书，被书皮清新素雅的淡粉和淡蓝包围，忽然觉得自己好久没有拿起一本书细读了。

趁着周六的时光，沏一杯茶，和着阳光，翻看作者的时光经历。吸取这里面暖暖的正能量，感化自己，朝着更好的方向走去。

作者张燕霞，集团负责人，擅长用温暖务实的故事治愈人心，她用自己的...

[女人有底气才从容](#) [下载链接1](#)