第一图书网, tushu007.com

<<人生第一课>>

图书基本信息

书名：<<人生第一课>>

13位ISBN编号：9787213030109

10位ISBN编号：7213030108

出版时间：2005-6

出版时间：浙江人民出版社

作者：徐惠银

页数：365

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

第一图书网, tushu007.com

<<人生第一课>>

内容概要

树立人生目标，通晓做人道理，这是青少年成长中必修的人生第一课。
人生不但需要知识，更需要智慧。
知识只能赖以谋生，智慧却能使你不枉此生。
《人生第一课》将让你明白做人的道理，了解人生的真谛。

第一图书网, tushu007.com

<<人生第一课>>

书籍目录

前言/1第1天 没有人会长生不老/l第2天 健康的生活方式很重要/2第3天 健康是人生的根本/3第4天 不把有限的生命消耗在无聊的纠纷中/4第5天 世界上没有这么多的“公平”/5第6天 别害怕被他人低看/6第7天 危难时的朋友才是真朋友/ 7第8天 适当地嘲笑自己是有益的/8第9天 喋喋不休地诉苦是愚蠢的/9第10天 坦然面对灾难的袭击/10第11天 “心随精英，口随大众”/11第12天 心念一转就会破涕为笑/12第13天 灾难总是不请自来/13第14天 常有感恩和惜福的心理/14第15天 预防比治疗更重要/15第16天 镇静能减少许多不幸/16第17天 别把不愉快挂在心头/17第18天 做白日梦是苦涩的/18第19天 不要无故地去伤害别人/19第20天 别养成占便宜的习惯/20第21天 不在背后乱议论别/21第22天 关键是自己要强/ 22第23天 不要讨厌与自己争论的人/ 23第24天 说话绝对要讲技巧/24第25天 思考要快说话要慢/25第26天 不做无谓的争论/26第27天 远离自然的人总是被疾病缠绕/27第28天 苦日子总能过去/28第29天 不能活得太窝囊/29第30天 自己能做的尽量自己做/30第31天 重要的是过好今天/31第32天 给予别人的要比其希望的多/32第33天 千万不要苛求自己/33第34天 永远不要去嘲笑别人/34第35天 一定要学会珍惜/35第36天 有时消极进取也需要/36第37天 谁都不知道明天会怎样/37第粥天 生活是最好的老师/38第39天 留一点时间独处/39第40天 别为了赚钱不要命/40第41天 创造一个温馨的家/41第42天 没有什么了不起的/42第43天 别为被他人指责而烦恼/43第44天 要感谢自己的对手/44第45天 受人诽谤是因为自己只超过其一点点/45第46天 要远远超过他人/46第47天 被别人妒忌说明自己还行/47第48天 妒忌别人说明自己无能/48第49天 生而贫困并不耻辱/49第50天 喜欢恭维话就有拍马人/ 50第51天 幸福的日子总是过得很快/51第52天 金钱换不来快乐/52第53天 简朴的生活能让我们幸福/53第55天 拥有宽容的美德/ 54第55天 不要处处争第一/ 55第56天 别用烦恼来替代快乐/56第57天 微笑是最祥和的语言/57第58天 别为一朵花停留太久/58第59天 必须有一技之长/59第60天 性格就是命运/60第60天 经常有美的发现/61第62天 让石头在水上漂浮起来/62第63天 说话不能直来直去/63第64天 是祸躲不过/64第65天 说话和做事必须有分寸/65第66天 想好了再去许诺/66第67天 智慧能够解除心灵的烦恼/67第68天 多用礼貌的用语/68第69天 良好的心态是灵丹妙药/69第70天 要遵守公共道德/70第71天 勇敢是必须要有的/7l第72天 麻痹大意思想要不得/72第73天 再困难也不能绝望/73第74天 取之有道让人心安/74第75天 人累多是心累所致/25第76天 把苦日子过甜/76第77天 人生处处要感恩/77第78天 不拿别人的错误惩罚自己/78第79天 力量不够时必须忍耐/79第80天 不会拒绝肯定烦恼不断/80第81天 喜悦来自真诚的接纳/81第82天 欲望越多痛苦就越大/ 82第83天 不要自己伤害自己/83第84天 及时调整自己的心态/84第85天 别和“魔鬼”打交道/85第86天 提高自身素质最重要/86第87天 活出真实的自我来/87第88天 自以为是最可怕/88第89天 别热衷于抛头露面 /89第90天 最便宜的可能是最昂贵的/90第91天 每天都要开心一点点/ 91第92天 每天都要努力一点点/ 92第93天 被人可怜最可怜/93第94天 平淡才是生活的主题/ 94第95天 充分认识自我 /95第96天 见好就收最智慧 / 96第97天 人总是糊涂的时候多 /97第98天 一个人的名声很重要/98第99天 聪明过头就是愚蠢/99第100天 常有幸福的感觉/100第101天 顺四季而愉快地生活/101第102天 以不同的心境感悟人生/102第103天 多关心身边的事物/103第104天 尽心就是完美/104第105天 懦弱是心灵之痛/105第106天 必须自己说服自己/106第107天 应当警惕小恶/107第108天 期望越高，失望也越大/108第109天 控制自己的愤怒情绪/109第110天 认可现实。
适应环境/110第111天 保持一颗清凉心/lll第112天 要正确看待自己/112第113天 “勤、俭、谦”须终生牢记/113第114天 避免不必要的伤害/114第115天 修身养性最重要/115第116天 做自己的主人/116第117天 善与各种人和睦相处/117第118天 明白做人的基本原则/118第119天 相互容纳很重要/119第120天 避开人生的“暗礁”/120第121天 无为被人轻，有为遭人诽/121第122天 自己多鼓励自己/122第123天 与值得信赖的人交往/123第124天 不要在胸膛上开窗/124第125天 换个角度看问题/125第126天 没有一个人是全才/126第127天 不要因为恶而看不到善/127第128天 奉献比索取要好/128第129天 要有健康的心灵/129第130天 别把自己当做救世主/130第131天 人生不是苦旅/131第132天 不可牺牲良知/132第133天 善于心灵减负/133第134天 乱发泄解决不了问题/134第135天 熟悉的地方没有风景/135第136天 没有人会将就你/136第137天 善有善报/137第138天 先把本职工作干好/138第139天 明天还得活下去/139第140天 不要埋怨运气坏/140第141天 改变人生从改变性格开始/141第142天 别自己败给自己/142第143天 珍惜现在更重要/143第144天 素质决定自己的发展/144第145天 不做“草莓族”/145第146天 注意没有必要的时候/146

第一图书网, tushu007.com

第147天 不操“ 闲心 ”/147第148天 忘记应该忘记的/148第149天 生命没有“ 草稿 ”/ 149第150天 守住孤独/150第151天 拿得起，放得下/151第152天 过一种健康的生活/152第153天 只要不断地去走/153第154天 尽量快乐地活着/154第155天 智者不记伤害事/155第156天 别忙他人所闲/156第157天 尊严是通过自重来获得的/157第158天 就当苹果被上帝咬过 /158第159天 要时刻保持高度的危机感/159第160天 不必为生命之外的东西而过分忧愁/160第161天 乐于寻找美好的东西 16l……

第一图书网, tushu007.com

<<人生第一课>>

章节摘录

第1天　没有人会长生不老　生命有限，而且十分短暂。
如果一个人认为自己很年轻，拥有无限的时间可以挥霍，而不去珍惜光阴和刻苦努力学习．那么这个人肯定是非常愚蠢的。
谁在年轻的时候挥霍自己的青春，谁就会遭到命运的无情报复。
人生每一个阶段都有每一个阶段的任务，而在青少年阶段就是要努力学习．掌握人生应有的谋生本领。
否则的话，自己会终生后悔。
人生苦短，正因为短，所以我们要格外地珍惜人生，并努力活好每一天。
人是活一天少一天的，我们必须要有“生命是非常短暂的”危机感。
人生大课堂　生命是神秘的，也是短暂的；时间是公平的，也是飞速的。
有生就有死。
生死总相依。
我们不能懵懂无知地生活，而是必须要及早了解人生的真相。
第2天　健康的生活方式很重要　我们有没有好好想过这个问题：“为什么好多人不是自然而然地老死。
却是早早地夭亡?”许多有才能的青少年过早辞世．这是多么令人痛惜！
医学科学家认为，一个人的期望寿命能够达到125岁，可是遗憾的是现在好多人都活不到75岁。
这是为什么呢?世界卫生组织经过无数次的调查分析以后指出：“许多人表面看是死于疾病。
但是实际上是死于自己的不健康的生活方式。
”那么我们有没有每天检查自己．看看自己有哪些不健康的生活方式?　生命是宝贵的，需要自己更加的爱惜。
我们必须树立这样的观念：“健康是人生的第一财富，我们千万不能死于愚昧。
”　人生大课堂　我们一定要意识到“无知的生活方式”会减少自己的寿命。
我们必须懂得如何科学地生活，并及时改变那些不健康的生活方式。

第一图书网, tushu007.com

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