

<<再苦也要笑一笑>>

图书基本信息

书名：<<再苦也要笑一笑>>

13位ISBN编号：9787509201312

10位ISBN编号：7509201314

出版时间：2007-9

出版时间：中国市场出版社

作者：谭郭鹏

页数：273

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>

## <<再苦也要笑一笑>>

### 内容概要

充实是一生，颓废是一生，为什么不选择充实呢？

快乐是一生，伤心也是一生，为什么不选择快乐呢？

一个人的降生就意味着痛苦的开始，而一个人生命的结束，就是痛苦的终结。

人的一生，就是不断地与痛苦作抗争的过程。

人生的意义，就在于与痛苦的抗争中寻找少许的欢乐。

一个人卑微与否，全在于他自己的看法。

上天对每个人都是公平的。

如果你生而卑微，没有关系，自己不看轻自己就行。

最成功的人，往往是那些勇于尝试、播撒种子最多的人。

所以，失败了不要紧，再试一次，或许就会有转机。

有生命就会有生命的痛苦，但也会有生命的喜悦；如果我们执著于生命的痛苦，我们的生命就会痛苦不堪；如果我们专注于生命的喜悦，我们的生命可能会充满愉悦。

## &lt;&lt;再苦也要笑一笑&gt;&gt;

## 书籍目录

前言——快乐不快乐完全取决于你自己

第一章 学会接受——人生的苦难永远多于快乐痛苦是人生必须经历的一课天才往往来自苦难不冒险怎能成功有压力才有动力成长需要一个过程学会在挫折中成长痛苦往往是因为追求错误错误往往是因为选错了方式最大的敌人就是自己要想收获，就得先付出不经历风雨，怎能见彩虹

第二章 学会应对——跌倒了就再爬起来以笑声面对残酷的命运没有人注定不幸对付烦恼有诀窍帮助别人就是成全自己信念伴你走出困境学会化解痛苦最不能缺少的是冷静失败了不要紧，再试一次坚持到底，绝不轻易放弃再苦也不能失去希望改变人生就在一念间可以不成功，但一定要成长

第三章 学会解脱——解开你心里的锁一切都会好起来的任何时候都不应该绝望不要因失败而退缩有了希望就能战胜苦难熬过去就是胜利发现你的优势挖掘你的潜能把握现在更有意义困境即是上天的恩赐正视缺陷，超越自卑顽强的人生才美丽坚强是最有用的财富

第四章 学会调节——快乐是最重要的没有必要太追求完美别让嫉妒毁了你做人不要太贪心小不忍则乱大谋别过分苛求自己放弃是一种智慧正确对待流言蜚语说话要注意分寸到什么山上唱什么歌细节就能温暖一颗心多给别人一点宽容从最低处开始

第五章 学会行动——做一个实干家躺着思想，不如站起来行动怨天尤人，于事无补目标是行动的指南成功其实很简单绝不为自己找借口懒惰是精神腐蚀剂在行动中完善自己仪表是人的门面一勤天下无难事要学会提高效率拒绝空谈，有效说话总有一天会轮到你

第六章 学会珍惜——努力做一个幸福的人被人信任是一种幸福拥有一颗感恩的心好好爱你身边的人名利只不过是玩具永远不要轻易指责别人成功总是与爱心同行珍惜缘分，呵护爱情对他人心怀尊重多陪陪你的家人赠人玫瑰，手留余香要准确地认识自己幸福的秘密就是做好自己让自己喜欢上目前的工作

第七章 学会快乐——永远保持良好的心态快乐不快乐，完全取决于你摆脱内心的羁绊时刻保持乐观的心境给自己一点暗示成就取决于心态避免争执，学会说理逢人只说三分话任何时候都要留有余地挖掘自信，超越自卑打造良好的心态快乐是可以练习的给自己一个橡皮擦笑对人生的挫折与苦难

第八章 学会生活——对自己好一点学会善待自己健康才是最大的金矿让你的生活井井有条适当地放松自己学会给自己减压每天静坐半小时多交几个朋友每天睡个好觉每年至少出去旅游一次要有基本的理财能力每天都要看一点书做好时间管理

第九章 学会奋起——你的人生更精彩宝藏就在你身边没有谁能阻挡梦想上帝并没有轻看卑微要有一个创新的头脑像老鼠一样适应环境不放过每一次机会只要再迈出一步看清楚脚下的位置智慧是解决问题的关键关键是你有没有自信专注于自己手头的工作永不知足才能与成功握手每天成功一点点让自己的人生更精彩

## <<再苦也要笑一笑>>

### 编辑推荐

充实是一生，颓废是一生，为什么不选择充实呢？快乐是一生，伤心也是一生，为什么不选择快乐呢？一个人的降生就意味着痛苦的开始，而一个人生命的结束，就是痛苦的终结。

人的一生，就是不断地与痛苦作抗争的过程。

人生的意义，就在于与痛苦的抗争中寻找少许的欢乐。

一个人卑微与否，全在于他自己的看法。

上天对每个人都是公平的。

如果你生而卑微，没有关系，自己不看轻自己就行。

最成功的人，往往是那些勇于尝试、播撒种子最多的人。

所以，失败了不要紧，再试一次，或许就会有转机。

有生命就会有生命的痛苦，但也会有生命的喜悦；如果我们执著于生命的痛苦，我们的生命就会痛苦不堪；如果我们专注于生命的喜悦，我们的生命可能就会充满愉悦。

当人们面对人生中的坎坷和痛苦时，总会抱怨，抱怨自己没有时运，抱怨自己没有能力，于是他们只好败下阵来。

有人之所以不能成功，是因为他们还不能做到笑对人生。

笑对人生是一种境界，更是度过暴风雨的法宝。

这是一本教你如何在困境时换个角度思考的励志读物。

当遇到苦难时，你是否能笑颜以对？

恐怕很多人都不能做到。

其实，只要你能换个角度来思考，很多苦难都微不足道。

<<再苦也要笑一笑>>

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>