

<<有一种宽慰叫善待自己>>

图书基本信息

书名：<<有一种宽慰叫善待自己>>

13位ISBN编号：9787510701900

10位ISBN编号：7510701902

出版时间：2010-7

出版时间：中国长安出版社

作者：何清源

页数：304

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>

<<有一种宽慰叫善待自己>>

内容概要

生命转瞬即逝，活着就应该好好珍惜，善待自己。

善待自己，让生活多些光亮，多些温暖，何必为一时的得失而懊悔，也无须为偶然的成功而骄傲。

善待自己，懂得欣赏自己，即使身处逆境，也决不放弃。

任何时候，都要笑迎生活，享受生命带给自己的快乐、甜美与幸福。

善待自己，你将会在自信从容中获得快速的成长与成熟，收获真正快慰的优雅与圆润；善待自己，你将会在知足感恩中获得快乐的滋润与甜美，品尝快意的成功与辉煌！

善待自己，用心感受，原来美好生活一直就在我们纯真的心底。

<<有一种宽慰叫善待自己>>

书籍目录

第一章 改变心态，快乐从心开始 换个角度看问题，烦恼就会变成快乐 人生总有两个机会 好消息与坏消息 幸亏是这样，而不是那样 苏格拉底的快乐 心中有阳光，走到哪里都有阳光 快乐才是最重要的 生活不是简单的重复 他们曾换过一次车票 其实那也没什么大不了 没有绝对幸福的人，只有不肯快乐的人 你在烦恼些什么呢 学会控制情绪，给坏心情放个假

第二章 做你自己，人生自己把握 别让外在左右自己的心情 自然的才是最美的 不要过分在意他人的看法 别太轻信别人说的话 与其东施效颦，不如做好自己 只有你知道什么是你的幸福 做自己真正喜欢的事 快乐是自己的，不是别人给的 找到真正属于自己的生活 适合自己的才是最好的 谁比谁幸福，谁比谁快乐 谁都会有优点，谁都会有缺陷 不要把你的错误藏起来

第三章 相信自己，自信成就梦想 是百合，就要开花 长出蓝色翅膀的白蝴蝶 梦想是没有人能夺走的东西 人生没有什么不可能 最优秀的就是你自己 他为什么没有等到机会 到底是谁羁绊了我们的脚步 勇敢地迈出第一步 他输给了一个不存在的人 矮个子也可以打篮球 你知道吗?他们也曾自卑过 生命需要鼓励和肯定 相信自己，你就能做到 有些事只有你才能做好 只有自己才能拯救自己

第四章 把握现在，才能拥抱未来 把握生命中的每一个今天 生命的账单 昨天、今天和明天 放下过去，才能拥抱现在 关掉身后的烦恼之门 与其担心明天，不如把握今天 一万个美好的梦想，比不上一个积极的现在 别把梦想带进坟墓 从今天开始，永远不会太迟 把每一天都当成末日来珍惜 如果人生可以重来 别把幸福寄托在来世 人生的路慢慢走 休息是为了更好地前进

第五章 直面挫折，让自己更勇敢

第六章 学会取舍，放下才能拥有

第七章 知足常乐，简单就是幸福

第八章 懂得珍惜，风景就在身边

第九章 奉献情感，爱人就是爱己

第十章 宽容他人，就是善待自己

<<有一种宽慰叫善待自己>>

章节摘录

老人完全明白这个孩子的意图，便毫不迟疑地说：“孩子啊，如果我说这鸟是活的，你就会马上捏死它，如果我说它是死的呢，你就会放手让它飞走。

你看，孩子，你的手掌握着生杀大权呢！

”其实，每个人的手里都握有这样的权力，快乐或者悲伤，都是自己的选择。

一位朋友讲过他的一次经历：一天下班后，我像往常一样乘公车回家，车上的人很多，就连过道里都站满了人。

站在我面前的是一对恋人，他们亲热地相挽着，女孩背对着我。

从她的背影看上去很标致，高挑、匀称并且活力四射；她的头发是染过的，是当下流行的金黄色；她穿着一条今夏最时尚的吊带裙，还露出香肩。

所有这一切都让我觉得，她是一个典型的都市女孩，时尚、前卫、性感。

他们靠得很近，好像在低声说着什么，女孩不时地发出欢快的笑声，好像是在向车上的人挑衅：你看，我比你们快乐得多！

笑声引得许多人把目光投向他们，从大家的目光里，我好像看到了羡慕，不，不只这样，似乎还带有一丝惊讶。

难道是因为女孩的样子惊为天人？

我忽然有一种冲动，想要看看女孩的脸，我想知道，那张倾城的脸上洋溢着幸福会是什么样子。

但女孩一直没有回头，她的眼里只有自己的情人。

后来，她们说到了电影《泰坦尼克号》，这时女孩便轻轻地哼起了那首主题歌。

女孩的嗓音很美，把那首缠绵悱恻的歌处理得很到位，虽然只是简单的哼唱，却别有一番动人的力量。

我想，只有足够幸福和自信的人，才会有勇气在人群里旁若无人地欢唱。

<<有一种宽慰叫善待自己>>

编辑推荐

《有一种宽慰叫善待自己(经典珍藏版)》：一部充满希望与感动的心灵智慧经典善待自己，珍视上天赐予自己的美好幸福点滴，善待自己，让心灵永远是阳光普照的蔚蓝晴空。

《有一种宽慰叫善待自己(经典珍藏版)》充满感动与希望的心灵智慧，失意时它给你希望、奋斗时它给你力量。

每天读上几分钟，让你的生活迎来新的改变。

<<有一种宽慰叫善待自己>>

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>