

<<再苦再累也要笑一笑全集>>

图书基本信息

书名：<<再苦再累也要笑一笑全集>>

13位ISBN编号：9787530852149

10位ISBN编号：7530852140

出版时间：2009-11

出版时间：天津科学技术出版社

作者：树堂

页数：245

字数：236000

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>

## <<再苦再累也要笑一笑全集>>

### 前言

一位哲人曾说：“一个健全的心态，比一百种智慧更有力量。

”心态是我们真正的主人。

一个人有什么样的心态，就会有什么样的人生：积极的心态能帮助我们获取健康、幸福和财富，而消极的心态则会毁了我们的人生。

因此，一个人即使运气再不好，碰上再大的挫折，受再多的苦和累，也要笑一笑，抬头挺胸向前走。

一个叫汤马斯的演员就是这样，即使在他背运时，也会在他衣襟上插着鲜花昂首阔步。

汤马斯曾主演一部关于艾伦贝和劳伦斯在第一次世界大战中出征的著名影片，影片大获成功。

他那个穿插在电影中的演讲——“巴勒斯坦的艾伦贝与阿拉伯的劳伦斯”，在伦敦和全世界都大为轰动。

后来他花了两年的时间，准备拍摄一部在印度和阿富汗生活的影片。

然而不幸的事情发生了——汤马斯发现自己破产了。

他记得，那时他不得不到街口的小饭店去吃很便宜的食物。

要不是——一位苏格兰人——知名的画家麦克贝借给汤马斯钱的话，他甚至连那点简单的食物也吃不到。

可是，当汤马斯面临庞大的债务时，并非如常人般消沉下去，他反而很开心，并不忧虑。

他知道，如果他背运弄得垂头丧气的话，他在人们眼里就会一钱不值了，尤其是债权人。

所以他每天早上出去办事之前，都要买一朵花，插在衣襟上，然后昂首走上牛津街。

他的思想很积极，也很勇敢，没有被挫折击倒。

对他来说，挫折是整个事情的一部分——是要爬到事业高峰所必须经过的有益训练，所以，他始终快乐着，并最终还完了债务。

<<再苦再累也要笑一笑全集>>

内容概要

谁的生活不曾有崎岖坎坷？

谁的人生不曾有困难挫折？

既然不能逃脱人生途中必经的磨难，那么我们就该保持平和、乐观的心态，不管受再多的苦和累，也要笑一笑，抬头挺胸向前走！

你要是和自己过不去，那么生活也就跟你较劲；你要是善待自己，笑对人生，那么生活自然就还你一份简单快乐。

心态主宰着成败，同一件事由具有不同心态的人去做，其结果截然不同。好心态是我们获得成功的无价之宝，拥有了它，我们就会改变自己的命运。

<<再苦再累也要笑一笑全集>>

书籍目录

第一章 心态决定命运——好命不如好心态 好心态是获得成功的无价之宝 选择快乐是生命的赢利 宠辱不惊，顺其自然 永远保持一颗平常心 战胜心理的魔鬼 让乐观主宰自己的人生 用热情点燃成功的火焰

第二章 学会善待自己——累了就给自己减压 放松自己，摆脱疲劳 让浮躁的心趋于平静 学会善待自己 记着给自己松绑 摆脱沮丧的情绪 报复别人也会伤害自己的心灵 别让愤怒毁了自身

第三章 不要背负太多——生活不需要太多包袱 奢求越多负担越重 别做金钱的奴隶 人要懂得知足 别让贪婪之心毁了自己 不为虚名所累 快乐总在放弃之后 不要活在别人的眼光中

第四章 超越人生困境——苦难也是人生财富 失败了也要昂首挺胸 在困境中点燃希望的火把 人生没有痛苦，就不会有快乐 踏平坎坷是坦途 即使一无所有，也要勇往直前 成功永远属于生活的强者

第五章 凡事要看开——别总和自己过不去 失意时要懂得心宽 怎样迈过人生六个坎 无法改变什么，就安心接受吧 凡事多往好处想 不要太苛求完美，缺憾也是一种美 生气不如争气 人生没有过不去的坎 很多烦恼都是我们自找的 换个角度看，会有不一样的心情

第六章 学会坚忍——再苦也要笑一笑 不轻易放弃就有转机的希望 坚忍坚强，就能跨越荆棘之路 感谢苦难对我们的磨炼 苦难过后，才能开出艳丽的花 永不绝望才有希望

第七章 拿得起放得下——不要太计较人生得失 不要怕失去什么，想想还拥有什么 学会放弃比学会获取更重要 别为打翻的牛奶哭泣 让自己活得轻松一些 得之淡然，失之坦然

第八章 多给自己鼓掌——相信自己是最棒的 自信使人赢在人生起跑线上 扔掉“自卑”的包袱 不要太在意别人的看法 不要拿别人做自己的镜子 只看自己所有的，不看所没有的 相信自己一定能行 不要认为自己很卑微 真正从内心看重自己 最优秀的人是我自己

第九章 领悟人生真谛——苦日子也可以过得很甜 给苦日子加些糖 穷人也可以拥有快乐 热爱生活，生活就有滋味 不要盲目和别人攀比 贫困也是一种财富 随遇而安，自得其乐

第十章 敞开心灵的大门——幸福就在身边 不要束缚自己的心灵 幸福就是珍惜所拥有的 上苍总会给我们留下一扇窗 幸福就在身旁 活着就是一种幸福 忧虑是身心健康的大敌 不做逃避生活的懦夫 其实你真的很幸运

第十一章 享受生活和快乐——让微笑伴随我们成长 让快乐成为一种习惯 快乐是一种心境 珍惜生命中的每一天 快乐来源于“简单生活” 掌握好快乐的钥匙 幸福和快乐就在身边 人生烦恼不必在意 快乐的人在黑暗中也会微笑如花 把握今天，不要为过去的事而悲伤

第十二章 寻找生命的钻石——成就美好的人生 多一分宽容，就多一分快乐 生活无小事，一枝一叶总是情 使别人快乐，让自己开心 唤醒生命的激情 成功需要我们去寻找 理想要靠行动才能实现 钻石就在我们的脚下

<<再苦再累也要笑一笑全集>>

章节摘录

好心态是获得成功的无价之宝很多时候，人生就像过桥，失败的原因恐怕不是力量薄弱、智能低下，而是周围环境的威慑——面对险境，很多人早就失去了平衡的心态，慌了手脚，乱了方寸。

我们来看看下面这个故事。

那是处地势险恶的峡谷，涧底奔腾着湍急的水流，几根光秃秃的铁索横亘在悬崖峭壁之间，算是一架桥。

山势的巍峨，涧水的轰鸣，越发烘托出桥的危险与简陋，经常有行者失足葬身涧底。

一天，一行四人来到桥头，一个盲人，一个聋人，两个耳聪目明的健全人。

铁索桥，必须攀着过了，路至此，绝无退路。

四个人一个接一个地抓住铁索，凌空行进。

结果呢？

盲人过桥了，聋人过桥了，一个耳聪目明的人过桥了。

另外一个则跌下铁索桥，丧了命。

难道耳聪目明的人还不如盲人、聋人？

他的弱点恰恰缘于耳聪目明。

盲人说，我眼睛看不见，不知山高桥险，心平气和地攀索。

聋人说，我的耳朵听不见，不闻脚下咆哮怒吼，恐惧相对减少很多。

那么那个过桥的健全人呢？

他的理论是，我过我的桥，险峰与我何干？

急流与我何干？

只管注意落脚稳固就够了。

其实，任何人在其成长道路上，都不可能一帆风顺，总免不了要经受各种困难的考验，这就需要一个良好的心态。

在困难面前拥有一个好心态的人，最终才会获得成功。

邓亚萍这个名字在我国可谓家喻户晓，不仅如此，有的人在谈及她时还绘声绘色地将其描绘一番：矮矮的个儿，胖胖的脸，打起乒乓球来简直像只出山的小猛虎，左推右挡，出手快捷，攻势凌厉，勇不可当，往往只几板就把对方制服住了。

<<再苦再累也要笑一笑全集>>

编辑推荐

《再苦再累也要笑一笑全集》：好命不如好心态，快乐才是人生的终极目标。

一位哲人说过：“一个健全的心态，比一百种智慧更有力量。

”心态是我们真正的主人。

一个人有什么样的心态，就会有什么样的人生：积极的心态能帮助我们获取健康、幸福和财富，而消极的心态则会使我们一无所有。

很多烦恼都是我们自找的 不为虚名所累 不要活在别人的眼光中 快乐总在放弃之后 无法改变什么，就安心接受 不要太苛求完美 人生没有过不去的坎 换个角度看，会有不一样的心情 感谢苦难对我们的磨炼 得之淡然，失之坦然 不要认为自己很卑微 穷人也拥有快乐 贫困也是一种财富 上帝总会给你留下一扇窗 忧虑是身心健康的大敌 幸福快乐就在你的身边 钻石就在你的脚下

<<再苦再累也要笑一笑全集>>

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>