

<<心灵鸡汤 再苦也要笑一笑>>

图书基本信息

书名：<<心灵鸡汤 再苦也要笑一笑>>

13位ISBN编号：9787553405575

10位ISBN编号：7553405574

出版时间：2012-10

出版单位：吉林出版集团有限责任公司

作者：李昕昕 编著

页数：239

字数：240000

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>

## <<心灵鸡汤 再苦也要笑一笑>>

### 前言

在人的一生中，不管我们愿不愿意，都会遇到很多烦恼、挫折。当这些烦恼、挫折降临的时候，有的人可能不堪一击，整日郁郁寡欢；有的人却能坦然面对，哪怕双眼饱含着泪花。

再难的日子，笑着也要面对，哭着也要面对，既然困难已经降临，我们又为什么要让自己雪上加霜呢？英国作家萨克雷说：“生活就像一面镜子，你对它笑，它就对你笑；你对它哭，它就对你哭。”

所以，与其在那里泪流满面、暗自伤神，不如振奋精神，想一想解决的办法，也许事情会出现转机。

其实，困难也是人生的一笔财富，那些积极乐观的人不仅不会抱怨，反而能够微笑着面对这一切。面对挫折和不幸，不同心态的人 would 看到不同的东西。

与其在那里满腹牢骚、哀伤不已，不如面带微笑，因为人生总会有不圆满。

莎士比亚说：“成功的秘诀就在于懂得怎样控制痛苦与快乐，而不为它们所控制。”

同样是挫折与不幸，心态悲观的人看到的都是不好的地方，而心态乐观的人却能从中看到转机。可以说，一个人有什么样的心态，就会有什么样的人生。

人生不过短短几十年，活得潇洒、开心才是最重要的。

不论什么艰难困苦，都是可以过去的，拿得起、放得下，才能坦然面对人世间的风风雨雨，才能活出真实的自己。

海伦·凯勒的命运可以说是不幸的，可是，她是那么顽强，笑对命运的不公，“假如给我三天光明，我愿以一生去换取……”“虽然我看不见，但是我可以改变，用我的一生去改变。”

虽然上天没有给她光明，却给了她一个伟大的灵魂，一个不平凡的人生。

海伦·凯勒的励志人生感动了一代又一代人，她告诉了我们如何面对苦难，她告诉了我们如何活出自己。

让我们都像她一样，即使身处逆境，也能坦然面对，努力从中寻找到希望。

笑对人生是一种境界，正是这种乐观态度决定了我们一生的高度。

不论生活中有什么酸甜苦辣，都让我们笑着面对吧。

## <<心灵鸡汤 再苦也要笑一笑>>

### 内容概要

李昕昕编著的《再苦也要笑一笑(超值典藏)》讲述了：人生不过短短几十年，每一个人在自己的一生中，都会遇到各种各样的坎坷。

艰难、困苦并不可怕，挫折、失败也可以笑着面对。

因为，只要心中有梦，我们的人生就充满希望。

生活中，常常听到有人抱怨不快乐，承受的磨难太多，面对的不公也太多，于是他们眉头紧蹙，整日郁郁寡欢。

殊不知，世事沧桑，没有谁的人生之路是一帆风顺的，磨难于你本就是一笔财富，正是它们教会了我们豁达面对人生，教会了我们在充满风雨的人生中从容前行。

也许有一天，你阅尽世事，这时你就会突然意识到：人生本就不圆满，再苦也要笑一笑。

是啊，与其在那里因为苦难黯然伤神，何不抬起头来坦然面对并积极寻找应对之策呢？阅读《再苦也要笑一笑(超值典藏)》，换个角度看待你面对的艰难困苦，你会发现，其实，很多问题都微不足道。

当你的心敞亮了，你的人生之路也就会越走越宽广。

<<心灵鸡汤 再苦也要笑一笑>>

书籍目录

第一章 洒满阳光的心灵

除掉心田上不快的草  
积极地收集生活中的快乐  
停止无谓的忧虑  
不做坏情绪的奴隶  
幽默是一朵美丽的花  
每个缺口都有一个故事  
不开心的事也可以变成好事  
打好自己人生这副牌  
做自己想做的事  
永远不要抱怨生活对自己不公  
挖出挡在路上的石头  
挣脱束缚自己的心网  
今天就去  
所有的都会过去

第二章 别让不快乐绑架了你

正视那些不完美的地方  
比较是快乐的毒药  
学会在困境中唱歌  
我们拥有的和需要的  
在面对打击和屈辱的时候  
你是否也放弃得太早  
有些东西是我们没有的  
小人物的天空  
名利是捆绑我们的绳索  
留下一只看自己的眼睛  
坏运气和好运气  
不是机会太少  
暗处的光亮  
不要害怕去开始  
输在小节上  
执著不放手的悲哀  
你就是自己的上帝

第三章 让宽容开出世间最美的花

吃亏是福  
学会忘记, 让生命轻装  
对别人宽大就是对自己宽大  
控制我们的坏脾气  
英雄不问出身  
付出的幸福  
降低预期的效果  
人生的重量  
爱是包容  
张开想象的翅膀  
让别人喜欢你

<<心灵鸡汤 再苦也要笑一笑>>

在看到真相之前  
伸出一只帮助的手  
每个孩子都是好孩子  
搭起一座理解的桥  
人生没有完美

第四章 爱能创造奇迹

做一个心中有爱的人  
赠人玫瑰，手有余香  
我们为他们做过什么  
美丽的谎言  
为了那份爱  
因为他是我的家人  
成全也是一种善意  
最美的爱来自母亲  
友爱是沙漠中的一眼泉  
倾听爱的声音  
幸福就在平淡中  
过去不代表未来  
不要宣判得太早  
两情相悦胜于家财万贯  
溺爱不是真正的爱

第五章 学会感恩，学着长大

感谢折磨你的人  
没有一个人能单独成功  
困境即赐予  
金钱和尊严  
尊重是心灵之桥  
寻找缝隙中的快乐  
每个人的心都是柔软的  
爱的利息  
施恩还望报  
打开信任的大门  
用感恩的心滋润生活  
每个人都是为别人的冰激凌插花的人  
原谅是一种解脱  
什么才是更重要的

第六章 给自己一张梦想的支票

你就是一座宝藏  
幸福属于有梦想的人  
专注是一条捷径  
让诚信变成人生的骨骼  
梦想并不遥远  
别让机会擦肩而过  
预测一个美好的未来  
将梦想坚持到底  
像水一样流淌  
减少错误就是成功

<<心灵鸡汤 再苦也要笑一笑>>

让思想拐个弯  
实力是抓住机遇的手  
不要无谓奔忙  
没有什么不可能  
第七章 阳光总在风雨后  
船行海上，不会不带伤  
幸福就在拐弯处  
一片狼藉中也会隐藏着美好  
对手是不可或缺良师益友  
做一粒咖啡豆  
耐心能够创造奇迹  
价值在于你自身  
谷底藏着一个机会  
走远的年龄，走不远的青春  
寻找风雨中的阳光  
谁能影响谁  
身在谷底时，所有的路都是向上的  
我们的生活充满阳光  
第八章 我的幸福我做主  
用欣赏的眼光看自己  
走出别人的光环  
金钱不代表幸福  
拒绝的勇气  
喜欢的才是最好的  
抱怨不如改变  
别让幸福在抱怨中溜走  
营造幸福家庭  
留出生命的距离  
放弃是一种收获  
握住好奇的手  
真正的仁慈  
“不做”中的幸福  
人生始终在旅途

## <<心灵鸡汤 再苦也要笑一笑>>

### 章节摘录

版权页： 我们拥有的和需要的 世界上有很多东西是我们需要的，也有很多东西是我们拥有的。当我们需要的多于拥有的，我们会不断努力去寻求，每次获得都是幸福；然而当我们拥有的多过需要的，就会发生不必要的悲剧，幸福再难找到。

不要为我们的生活还缺少这样那样的东西而悲伤，转而羡慕那些似乎应有尽有的人，你并不知道什么都才是更大的痛苦，因为人生的喜悦满足，就藏在不断地追寻和不断地获得的过程中。

托尔斯泰写过一个寓言集《呆子伊凡》，里边有一个关于魔鬼的故事。

有一天，魔鬼头子看到人间的生活如此美满，感到很不安，如此下去，世间都不会有人知道有魔鬼了，他决定制造一些混乱，证明人心中还是有魔鬼的。

一个小魔鬼受命到人间去腐蚀人的心灵。

他看到一个农夫，决定从他开始。

农夫家贫如洗，然而每天快乐地耕种，开开心心过着日子。

魔鬼觉得应该让农夫的工作变得艰难一些，于是将他所耕种的土地变得坚硬异常，希望农夫知难而退，开始懒惰。

然而农夫只是比平常多休息了几次，仍然开心地劳作着。

小魔鬼灰溜溜地回去了。

接着来的魔鬼决定在农夫耕种的时候抢走他的口粮，让他受到饥饿的折磨，那他就会怨天尤人起来，没有继续努力下去的动力了。

然而事实证明，农夫看到自己的粮食不见了，认为是有一个更加可怜的人拿去了，觉得自己还做了一件善事呢。

在前面两个魔鬼都失败以后，一位老练的魔鬼决定试一试，和之前的攫取不同，他对付农夫的手段是给予。

他装扮成普通人，和农夫无所不谈，他告诉农夫怎样进行耕种，例如哪年年景怎么样啦、哪种农作物价格会上涨啦，并教会了农夫许多致富的本领。

于是农夫越来越富有了，他凭借着魔鬼的力量成了当地数一数二的富人。

魔鬼认为，是时候给魔鬼头子展示自己的杰作了，于是他们一同来观察农夫。

这天农夫大设了宴席，客人都是一些富商以及官吏，一个个脑满肠肥。

就在晚餐进行的时候，农夫的一个瘦弱的仆人小心翼翼地端着美酒走了进来，然而胆战心惊的他还是不小心将酒洒了一些出来。

农夫大怒，跳起来对着仆人踹了一脚，接着大骂起来。

仆人害怕得跪地求饶，也没有得到农夫的怜悯——那个多年前的勤劳善良的农夫似乎已经不在。

<<心灵鸡汤 再苦也要笑一笑>>

编辑推荐

《再苦也要笑一笑(超值典藏)》编辑推荐：在人的一生中，不管我们愿不愿意，都会遇到很多烦恼、挫折。

当这些烦恼、挫折降临的时候，有的人可能不堪一击，整日郁郁寡欢；有的人却能坦然面对，哪怕双眼饱含着泪花。

阅读李昕昕编著的《再苦也要笑一笑(超值典藏)》，笑对人生是一种境界，正是这种乐观态度决定了我们一生的高度。

不论生活中有什么酸甜苦辣，都让我们笑着面对吧。

<<心灵鸡汤 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>