

<<善待自己>>

图书基本信息

书名：<<善待自己>>

13位ISBN编号：9787560154763

10位ISBN编号：756015476X

出版时间：2010-5

出版时间：吉林大学出版社

作者：金露

页数：258

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>

## <<善待自己>>

### 内容概要

善待自己，要学会换个角度去思考问题。

遇到事情要多角度、多侧面分析问题，学会换位思考，学会转弯，不固执、不纠结，学会豁达与大度，你就能渐渐领悟到，一个人的悲欢沉浮相对于这个广袤的宇宙而言，不过是沧海一粟，实在算不了什么。

善待自己，要拥有一颗平常心，懂得“不以物喜，不以己悲”。

世界是多变的，也是精彩的，保持一颗平常心来看待世界，善待自己，你就能够领悟到不一样的人生风景。

在生活中，更要懂得“尽人事，听天命”。

为人处事只要用心尽力了，无论结果如何，都可以问心无愧了。

善待自己，放飞心情。

在你劳累困乏或空虚孤寂的时候，听一首悠扬的歌、阅读一本乐趣横生的书、品一杯浓香四溢的茶，就会疲倦顿消，烦恼远逝，让你有勇气面对一切荣辱纷争。

在灿烂的阳光下，昂起你的头来，给人生留下一道多姿多彩的风景吧。

善待自己，珍惜现在你所拥有的一切。

不要一直沉湎于过去，更不要只顾憧憬未来，这样反而会使生命从指缝中溜走；过好今天，把握此时此刻，你就活出了生命的每一天。

善待自己，善待生活，善待人生，你便会发现，在你的人生中，每一天都是非常特别的。

捕捉生活中的美好点滴，分享生命中的幸福时光，在心灵的花园里，播种幸福快乐的种子，进行至情至性的耕耘，收获生命的丰盈。

<<善待自己>>

书籍目录

第一辑 给自己的心灵入个假 生命仅仅需要一颗心 放弃也是一种快乐 你的信,寄出去了吗 给自己的心灵放个假 延续的亲情 谁也不曾辜负自己的青春 被需要胜过被感激 沉默的蓝鸦 拨动心弦的微笑 平凡的幸福没有套路 3.5米长的微笑 让自己在爱中行走第二辑 让自己在爱中行走 爱是世界的回音壁 一条手绢给予的成功 上善若桥 爱的方式 天使的翅膀 感恩的庄稼 假如你有一支神笔 怀念十四岁的一辆自行车 这个世界上的另一种富有 冬夜有声 道德的觉醒 为了一种爱 眼泪那么近,背影那么远 让自己保持阳光心态第三辑 让自己保持阳光心态 在心间播种公平的种子 .....第四辑 让自己在青春中成长第五辑 让自己拥有一颗善良的心第六辑 让自己成为生活的勇者

## &lt;&lt;善待自己&gt;&gt;

## 章节摘录

第一辑 给自己的心灵入个假 多余的脂肪会压迫人的心脏，多余的金钱会拖累人的心灵，多余的追逐会增加生命的负担。

要想活得健康和自在一点，就必须尊重自己的生命，舍弃那些“多余”的财富。

生命仅仅需要一颗心 利奥·罗斯顿是美国好莱坞最胖的电影明星。

他的腰围6.2英尺，体重385磅，走上几步路也会气喘吁吁。

医生曾多次建议他注意节食，减少演出，如果再为金钱所累，将会危及生命。

但罗斯顿却不以为然地说：“人到世界只有短暂的几十年，我虽然有很多钱，但我还要拼命地继续挣下去。

因为，我太喜欢钱了。

” 罗斯顿不但没停下挣钱脚步，而是更疯狂地到世界各地演出挣钱。

1936年，罗斯顿在英国伦敦演出时，突然晕倒在舞台上，人们手忙脚乱地把他送到伦敦最著名的汤普森急救中心，经诊断，他是因心力衰竭而导致发病。

紧急抢救后，他虽勉强睁开了眼睛，但生命依然危在旦夕。

尽管医院用了当时最先进的药物和医疗器械，最终还是没能挽留住他的生命。

弥留之际，罗斯顿断断续续说出了一句话：你的身躯很庞大，但你的生命需要的仅仅是一颗心！

汤普森急救中心院长、世界著名胸外科专家哈登眼睁睁地看着罗斯顿闭上了双眼而自己却无能为力，不由得黯然垂泪，十分惋惜地说：“罗斯顿醒悟得太迟了。

” 为警示后人，哈登院长决定把罗斯顿的临终遗言，镌刻在院中心接待大厅的醒目处。

从此，凡来这里就诊的病人，第一眼就可看到那条醒目的警示语，很长一段时间。

警示语确实起到了警示作用。

.....

<<善待自己>>

编辑推荐

我来到这世上是为见到太阳和苍穹的恢弘；我来到这世上是为见到群山的巍峨；我来到这世上是为见到生命和自然的多彩……我把世界囿于一瞥，我就是它的主宰。一切都因我的心而变得美丽，一切都充满了种的隐喻。

<<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>