

<<拉自己一把>>

图书基本信息

书名：<<拉自己一把>>

13位ISBN编号：9787800877216

10位ISBN编号：7800877213

出版时间：2004-1-1

出版时间：中国发展出版社

作者：司晶

页数：192

字数：200000

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>

## <<拉自己一把>>

### 内容概要

每个人的一生都会遇到许许多多，大大小小的，来自学习、事业、情感、人际、物质上的挫折和坎坷。

有的人消极颓废，有的人怨天尤人，有的人忧郁寡欢，有的人绝望轻生。

只要有人群的地方，就有叹息和抱怨。

有的人说:这是一个无望的世界，有的人说:这是一个没有欢乐的人生。

难道生活真的是那么让人灰心和无望吗?难道这世界真的到了不可救药的程度吗?为什么在同一种环境下，有的人站起来，有的人却倒下了?因为前者发现了自己心灵荒漠中的“甘泉”他得救了。

而后者把手举得高高，但却趴下了。

因为一个奢望外力的人，永远是一个不得饱足的乞丐。

一个没有自救意识的人，无论什么都救不了他。

当我们经常为生活中的坎坷而感叹生活太残酷的时候，不要忘了问自己，我为生活微笑过吗?当我们为人生太冷漠而感叹的时候，我们不要忘了问自己，我们曾几何时付出一份真诚的热情?当我们埋怨世道太黑暗的时候，请扪心自问，我们为这个世界增添过几许亮点?如果我们把这一连串拖住我们脚步，从而影响我们生命质量的问题提及出来，我们就会猛然发现，至关我们能否活出高品味的一个太平常的小道理，那就切不可忘“拉自己一把”。

因为自身的力量是无穷的，当我们能从自己的身上寻找到力量源泉，我们就会有勇气面对任何挫折和苦难。

当我们濒临干渴绝境的时候，告诉自己，再向前一步就有活水，我们就有可能绝处逢生。

只要我们懂得拉自己一把，生命就有转机，只要我们不断“拉自己一把”生活中就不会再有过不去的坎。

如果每个人都学会“拉自己一把”人间就会变成美好的乐园。

## &lt;&lt;拉自己一把&gt;&gt;

## 书籍目录

上篇 没有足迹的路 如果你能安安静静地坐下来，倾听我轻轻地向你述说我经历过的一个又一个惨淡的故事，你会猛然发现，挫折是人生的必修课，成功的彼岸距你只有一步之遥，让哀痛变为欢乐不是神话。

第一章 灰色的童年我的童年是灰色的，天空没有白云，大地没有小草，有的是过早的压抑和痛苦。然而正是这些没有欢乐和笑声的一个又一个的日子，让我过早地品尝到了人生的苦辣辛酸，感悟到了人最大的需要是爱。

3岁的我开始“流亡”不会求饶的天性“孽”，我幼小心灵的十字架 8岁时我想到了死 爱红领巾让我流血 和苍天一起哭伤别人远比伤自己更痛苦第二章 用心走着人生路 我的脚失去了驾驭鞋的能力，而我的心却加速驰骋……渴望鞋我学会了做鞋，那时我13岁 每一次伤害都是一股提升的力量第三章 最黑的时候是最亮的开始 17岁前我一个字不识，没有想到一面墙竟成了我通往知识世界的天窗，尽管它小的可怜，可我还是从那里看见了第一缕阳光。

文盲是黑色的眼罩17岁从墙上识第一个字奇迹属于锲而不舍第四章 山穷水尽疑无路 17年的煎熬，几乎把我摧毁。

知识让我更加懂得尊严有时比生命更重要。

认字让我进入了一个新天地 自尊给了我自救的勇气结束长达16年的“流亡”生涯第五章 新的环境新的挑战 痛苦和快乐都是一种感受，过分强调“苦”和“累”便是给自己套上枷锁。

藐视它的存在，就等于给生命加大了马力。

劳动是智慧的体现 尽孝是最本原的感恩 我的医生全摇头第六章 行程上太多此路不通 每个人都有许多梦想，我们不可能让每一个梦想都成为现实，学会取舍也是一种智慧。

当旧梦破碎之时，便是新梦即将诞生之日。

正如黎明前是最黑暗的时候，只需你耐心的等待，坚持。

学会放弃自尊从自立开始理想被现实击得粉碎 我的手叩不开大学的门第七章 灵魂在笼子里无限膨胀 人的悲哀，在于拒绝太多本来美好的东西。

一旦懂得思索，善于发现，哪怕你是生活在荒漠之中，照样能嗅到花的芳香，草的清新。

日记——听我心声的朋友 笔墨中寄托着我的爱与恨第八章 死神对我的挚爱 一次次躺在手术台上，接受死亡的挑战，医生手中的刀、斧、凿、钳的撞击声，成了我与死神争夺生命的交响曲。

骨科的医生大刀阔斧地在我的身上“破土动工”……倒流的眼泪更苦 别了北京手术刀酷爱我的皮肉 放松是最强的镇静剂 死不瞑目精神力量无穷第九章 3根钢棍插入我的骨肉 这一次我会逃脱死亡的魔掌吗?只要有一分希望，我也不会放弃百分百的努力。

我不知道我能否再睁开眼睛 死神疯狂地向我扑来 生，比死更需要勇气第十章 爱越给越多

太多的苦难让我超前地懂得了人生，某一天我终于欣喜若狂地发现了一种最振奋人心的生存方式，为别人解除痛苦，就等于分享他人的快乐。

追求的路在痛苦中延伸 心灵的共鸣鲜活和沉重 精诚所至，金石为开让更多的人听到我的声音最震撼人心的歌声是最珍贵的礼物第十一章 为别人活，拥有头上整个天 “当你把心交给了人类，你就找到了精神家园;当你把爱无私地撒向人间，你就拥有了蓝天和大地。

这样的人生境界你无法用幸与不幸去概括，这是一种将生命融入万物苍生的激昂和博大。

”每个人的心中都有一个黑洞 我选择了一条没有尽头的路 形容不出来的才是真苦 敞开一扇倾诉苦闷的大门 形形色色人生百味 把刀送给你作个纪念女人为情所困谁解其中味 换一个角度——找回新的你第十二章 前方的路不再孤单 令我欣慰的是，我并不孤单，因为善良的人，有爱心的人有很多，一旦相遇，就如同雪球壮大一圈。

因为向善，追求美好是人的天性。

志同道合北大，我梦想中的圣殿 暗箭射在我的心上 一道难愈合的伤口 人生有太多的偶然 踏破铁鞋无觅处 绝处又逢生在风霜雪雨中成长的工作室 黎明前的黑暗下篇 生命对话录

(节选) 我从来不承认自己是心理医生，至今我尚未给自己的事业一个准确的定义，为了让人们能接受，只能暂时叫“咨询”。

## &lt;&lt;拉自己一把&gt;&gt;

我很自豪地说，我是求咨者的朋友，我不能给他（她）们治病，但我可用我特有的方式，让他们从迷茫的苦痛中觉醒，从绝望的谷底重新站起。

第十三章 “给你五十万别说我不行”（关于男人） 有人说女人是以征服男人来征服世界，男人是以征服世界来征服女人。

他有千万的资产，他睡了无数女人，他真的征服女人了吗？当他将被死亡夺走生命的时候，他钟爱的女人的一句“你不是男人”把他所有做为“男人”的尊严一扫而光，他要疯狂地报复，因为他彻底地垮了。

我不是男人 耻辱的记忆不杀死她死不瞑目 放下屠刀立地成佛第十四章 我不知道我是谁（关于死亡） 人生面临两大主题：生与死。

我们从生下来便为活出高质量而努力。

可却没有人为死做任何准备，其实生和死一样的重要。

一个人的生，需要尊严，死，更需要尊严。

当她被癌细胞淹没，被亲人抛弃的时候，她丧失了理智。

飘来的影子 求你帮我 他们都死了 冰凉的世界活着是对生命的责任 多活一分钟都是痛苦 上天是公平的第十五章 临终前的忏悔（关于权力）在这物欲横流的人世间，多少人为金钱和权力拼命地掠夺，可当他们不得不面对死亡的时候，才猛然清醒，原来占有的越多，悲哀越大，没有一样东西可以带走。

这是一个曾经辉煌的财政局长临终前的感叹。

灾从天降 无话可说一切都已经过去 心灵的迷离 虔诚的忏悔 寻找天堂第十六章 初春的紫罗兰（关于中学生） 早恋，是中学生最具典型的问题之一，处理得好与坏，对他们的感情、爱心、责任、性格、健康的发展都至关重要，许多家长的愚蠢做法让这些“勇者”们深陷痛苦的泥潭，如何正确地引导孩子走好“早恋”这段既美好又困惑的人生路，成了我们教育的一大命题。

午夜零点一刻我是一个下流的孩子 禁果香我没敢吃 阿姨——老师 可怜天下父母心第十七章 我们有前途吗？（关于大学生） 没有信念的人生是迷茫的人生，没有责任的人生是没有分量的人生。

一个人年轻的时候，就如同站在十字路口，一脚迈错终生懊悔。

人生是一次性的，所以我们要认真对待我们的每一次选择，给生命以最好的交待。

困惑无处不在 先天不足 信念是方向 混乱的心思 匹夫有责第十八章 硫酸会让他清醒（关于女人） 有人说女人是感情动物，因为女人把爱视为全部。

可爱也是一种选择与被选择的权力，我们有爱的权力，也允许别人有选择的权力。

他爱上了别人，她不能接受这一现实，决定用硫酸把他毁了，她要拉着他一起跳进地狱。

不共戴天 晴天霹雳瞬间倾斜的爱厦 让他生不如死否定能致人于死地 悔改就是新生代后记 天使计划——带你飞出心灵的牢笼

<<拉自己一把>>

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>