

<<活的是心情>>

图书基本信息

书名：<<活的是心情>>

13位ISBN编号：9787806883266

10位ISBN编号：7806883266

出版时间：2007-7

出版时间：天津社会科学院出版社

作者：万小遥

页数：402

字数：250000

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>

## <<活的是心情>>

### 内容概要

我们无法选择我们的命运，但我们可以选择我们对待命运的态度；我们无法逃避困难和挫折，但我们可以选择面对困难和挫折时的心情。

当我们的选择错误时，只能算是活着，当我们的选择正确时，那才是生活……，心情好，一切都好，只要你开心就好。

朋友，如果你觉得自己活得很累，很无奈，你不妨静下心来，细细地品味书中每一个小故事，其中所蕴含的深刻哲理和智慧，一定能给你以启迪，教会你把平凡的日子过得精彩，并且让你懂得：同样的生活，活的方式不同，活的心情就不一样！

谁能把失去的，称为被遗弃的，谁就能毫无沮丧地、坦然地面对人生的不幸。

在我们的一生中，失去的东西显然是不计其数。

然而，只要我们把那些失去的东西当做被遗弃的废物时，沮丧的感觉就会减轻许多。

由此可见，面对着同样的痛苦，只是一念之差，前后的心情就会截然不同。

<<活的是心情>>

作者简介

万小遥，女，1972年2月出生于湖北省红安县，现定居北京。

当过10年教师。

对人性、人心、人

生有深刻的理解和研究。

现专职从事创作。

主要著作有：《给心灵洗个澡》、《莫生气》、《年

轻人要掌握的处世哲学》、《年轻人要懂得的说话艺术》、《你不可不知的人生忠告》等十余

<<活的是心情>>

书籍目录

第一辑 心轻上天堂 没有台词也能成为主角 一样的生活 心轻上天堂 美丽的奇迹 嫉妒是“绿眼妖魔” 从自己身上找出路 恐惧比死神更厉害 没有什么好忧虑 一切皆有可能 不做生命的过客 剥去伪装 给欲望套上“锁链” 让自己豁达些 接受已发生的事实 征服自己的感情 人生最大的破产是绝望 心态比命运重要 改变自己的内心 告诉自己“不要紧” 在暴风雨之夜睡个好觉 不为失去的而惋惜 给心情放个假 为自己创造一种新生活 享受苦难 真正能打败你的是你自己 把握自己的心态 别给自己贴上失败的标签 要有雅量 不要成为情绪的奴隶 认识到自身的局限性 从最佳角度看问题 兴致勃勃地活每一天 生气不如争气 正视人生的缺憾 学会释放压力 跟“忧愁”说再见 失去也是一种获得 微笑能给生活带来阳光 上帝给谁的都不会太多

第二辑 让心灵自由放飞 最重要的是舒心 好心情从放松开始 活的是心情 追求心灵的自由 心灵不可以低下 放下心情的包袱 给自己“减岁” 与自己的心灵对话 不被虚名所累 驱逐心灵的阴影 忙中偷闲 固守心灵的静谧

第三辑 幸福与快乐就在心中

第四辑 每天都是好日子

第五辑 自信的人生最美丽

第六辑 总有一扇窗为你打开

第七辑 爱的任务是幸福的任务

第八辑 在自己的心里种花

第九辑 有一种承诺可以抵达永远

<<活的是心情>>

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>