

<<快乐做自己幸福在当下>>

图书基本信息

书名：<<快乐做自己幸福在当下>>

13位ISBN编号：9787506458054

10位ISBN编号：7506458055

出版时间：2009-9

出版时间：中国纺织出版社

作者：姜艳艳

页数：252

字数：196000

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>

## <<快乐做自己幸福在当下>>

### 前言

茫茫人海，芸芸众生，有太多的人努力执著地想让自己成为优秀的人。他们闲优秀的标准来要求自己的行为和语言，竭力让自己出类拔萃、与众不同，但是最终会有多少人真正卓有成效地改变自己的生活和命运呢？有多少人能够获得真正的幸福呢？恐怕这样的人只是少数吧！与其追求在某一方面的优秀，还不如敞到更多方面的美好，那也不失为一种精彩的人生！人生在世不仅仅要得到看得见的名与利，更主要的在于要拥有无时无刻不沉浸其中的好心态。许多十分优秀的人都身怀卓越的才干，但也必然有一方面或某方面的软肋；平凡者虽无引入瞩目的成就，却同样

## <<快乐做自己幸福在当下>>

### 内容概要

每个人都想成功，然而，只有优秀才算成功吗？

答案当然是否定的。

各个方面都处在良好状态的人同样可以是成功，良好的状态更符合健康法则和生活规律，更符合大众群体的自然现状。

十个良好胜过一个优秀，不是降低我们的人生标准，而是一种实事求是的态度，一种乐观豁达的心境，一种对自己负责的智慧。

快乐做对自己、做好自己，体验生活的乐趣、生命的真谛，享受简单的幸福、当下的富足，让生活变得更充实、更美好。

当事业、爱情、心境乃至体格都达到良好状态时，谁能说这样的人生不优秀？

<<快乐做自己幸福在当下>>

书籍目录

第一辑 调整心态 人生幸福指数由各项分数相加，而非某一项 有一项太优秀，就可能有一项不及格 为什么幸运的人总幸运，倒霉的人总倒霉 攀上高峰以后才发现高处不胜寒 不必优秀，但求良好 心态好才是满分人生第二辑 接纳缺憾 追求完美是积极人生，苛求完美是愚蠢人生 完美就像一颗没有一点点瑕疵的珍珠 没必要为了弥补某些缺憾而承受一生 刻意的追求往往换来失意的惆怅 得与失只在一瞬间 凡事重要的是过程，对结果则是顺其自然第三辑 正视成败 优秀等于成功，不优秀也不等于失败 成功的含义并不是单纯的优秀 平凡在奋斗中闪光 “优胜”的追求，“劣汰”的苦恼 失败非可哀，不优秀非失败 成功要积极争取与正确抉择：第四辑 开发潜能 成就大小取决于努力多少，而不是起点高低 勤奋努力更接近成功 王侯将相本无种，英雄不必问出处 成功以拼搏作为单位计量 起点非终点，每天奋进一点点 给自己一个前进的希望，才能做得更好第五辑 掌握命运 选择权在自己手中，而不在别人嘴里 我的生命不要被保证 舆论的压力，心态的失衡 侧听评议，日日愁随一线长 命运靠自己，爱拼才会赢 精彩人生，由我做主第六辑 善待自己 健康最宝贵，充满希望地好好活着 给生命更多希望的选择 卸下生命中那些不能承受之重 无论如何，我们都要学会爱惜自己 靠智慧穿越生命的迷雾 岂能用生命来换金钱第七辑 享受快乐 其实生活很简单，开开心心才是真 学会欣赏沿途的风景 快乐在简单的生活中蔓延 返璞归真，追求生活的真谛 把握快乐脉搏，尽情享受当下 生命有界，快乐无涯参考文献

<<快乐做自己幸福在当下>>

章节摘录

第一辑 调整心态 人生幸福指数由各项分数相加，而非某一项 有一项太优秀，就可能有一项不及格 人性有不完善。  
人格有不完全，性情有不完整。  
因为我们是人，而不是神。  
从生到死，我们都在探求生命最深邃的过程。  
不苛求于完满，不屈服于堕落，了悟是人生极高的智慧，打开心灵的枷锁，找到通往乐园的幽径，净化心灵。

有成就的人未必各项都优秀 不管是哪个时代，人们都有崇拜的偶像；不管是什么时期，都会出现某一方面甚至某几方面杰出的人物，在某一个领域里做出巨大的贡献。  
时势造英雄，英雄也同样适应了时势的发展。  
这

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>