

<<人生充满波折，你要学会淡定>>

图书基本信息

书名：<<人生充满波折，你要学会淡定>>

13位ISBN编号：9787508056333

10位ISBN编号：7508056337

出版时间：2012-6

出版时间：华夏出版社

作者：罗健

页数：237

字数：230000

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>

<<人生充满波折，你要学会淡定>>

内容概要

《人生充满波折，你要学会淡定》是塑造人生、成熟心智的首选读本。

它告诉我们：

要用淡定的心态观世事无常，用淡定的心态看云起云落；面对人生的不同境遇，怀有淡定之心的人，必将是最坦然、平和、幸福的人！

《人生充满波折，你要学会淡定》由罗健编写。

<<人生充满波折，你要学会淡定>>

作者简介

罗健，湖南省卫生厅《健康必读》杂志社副社长，中医副主任医师。
爱好广泛，涉及摄影、集邮、写作、书法、运动。
生活不求奢华求清淡，养生不求长寿求健康。
现已出版《修身养性学做人》、《心灵的神医》、《想到做到》等书。

<<人生充满波折，你要学会淡定>>

书籍目录

第一章 面对阻碍，你要淡定

逆境是前行的动力
在困境中修炼淡定心态
磨难只是新生的开始
抓住逆境中的希望
在逆境中化茧成蝶
有竞争才有生存
失败只是暂时没有成功
困苦中别有洞天
对挫折要心怀感恩
挫折不是缺点是起点

第二章 面对失败，淡定沉着

只有经历才有成功
失败是成功的奠基石
失败是人生最好的学校
失败是强者的起点
挫折用坚韧做铺路石
失败未必不英雄
失败让人生更精彩
拼搏改变失败的形式

第三章 跌倒了，站起来继续走

平庸源于没有阻碍
苦难是对人生的磨炼
淡定地看待挫折是人生的必修课
意志在困苦中锤炼
悬崖底下未必是绝路
不言放弃地坚守自我
“枯井”效应的启发
敢于挑起苦难的担子
坚守理想，成功自会到来
大海上没有不带伤的船

第四章 成功从挫折中走出来

厄运是奇迹的沃土
淡定面对成功的曲折
成功源于勤奋而非运气
机会眷顾有准备的人
勇于接受命运的挑战
坚持到底，抓住时机
苦难是新生的开始
成功只是向前多迈一步
失意可以，但不放弃
面对挫折，保持淡定

第五章 看清自我，掌握命运

成功的箭握在自己手里
正确认识自己的不足

<<人生充满波折，你要学会淡定>>

学会欣赏自己
勇于向自己挑战
于挫折中超越自我
做吃螃蟹的第一人
不在同一个地方跌倒
从自卑走向美丽
阴影也是一种力量
接纳不完美的自己

第六章 淡定做人，笑对人生

生活是一场考试
没有伞的孩子自己奔跑
人生不可能被注定
“伤害”是成长的机会
断翼天使也能高飞
坚持就能打败挫折
面对磨难，淡定处之
苦难是历练后的翱翔
总有一扇门是打开的

<<人生充满波折，你要学会淡定>>

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>