

<<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>