

<<谢谢你 伤我的人>>

图书基本信息

书名：<<谢谢你 伤我的人>>

13位ISBN编号：9787508078595

10位ISBN编号：7508078594

出版时间：2014-2

出版时间：华夏出版社

作者：邱立屏

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>

## <<谢谢你 伤我的人>>

### 内容概要

命运若安排一个敌人给你，也许是一种恩赐。  
所有的逆境、痛苦和磨难，都会令你茁壮。

——张小娴 知名作家

挫折早一点遇到，女人才会坚强。  
如果没有坎坷，我可能还是一个永远涉世未深的女人。  
如果没有承受过伤害，我的生命必然失去厚度。

——吴淡如 知名作家

面对痛苦与困难需要坚持，但坚持不代表“抵抗”，“接纳”才更有力量。  
痛苦是一种良药，真正的坚强，是从深刻的爱中盛放。

——廖智 国民励志女孩

幸福来源于战胜困难。  
只有能够克服眼前困难的人，才能迎来幸福的明天，一定有光明的未来在等待我们。

——朴槿惠 韩国现任总统

这世上没有人能替你承受苦难，也没有人能夺走你的坚强；没有人全然体会你的苦乐，也没有人能抢走你的柔软。  
最深的伤，往往带给你最彻底的蜕变。

在成长过程中，我们所受的教育都是要努力奋斗、拼命冲刺、追求成功，没有人告诉过我们，怎样对待挫折。

在挫折中奋起，将负能量转化成正能量，其实也是一种成功，我们的生命将因此变得更加厚重，我们对生活将更加真诚和感恩。

本书是一本让你在残酷世界变得强大的心灵读本，将和你探讨如何用另一种眼光看待这个世界，娓娓道出存在于你心中的那些困惑和烦恼，为你打开心结，告诉你该用怎样的方式对待那些伤害你的人，以及如何才能把人生路上的绊脚石变成垫脚石，让你从此摆脱负能量，看见生命不同的风景与美丽...

...

## <<谢谢你 伤我的人>>

### 作者简介

邱立屏，优雅的天秤座。

生于宝岛台湾，做过报社记者和广播电台主持人，喜欢摄影、阅读、美食、旅行。

她的座右铭是：“在苦难里，也要有微笑的灵魂。”

邱立屏的文字给那些生活压力大、需要减压的都市女性一种心灵的温馨和前行的力量。

她以理性的思维和感性的智慧，用幽默轻松的语调刻画了人生百态，通过细腻的文字带给处于困境的人、受过伤害的人深深的感动。

现已出版《微笑，送给打击你最深的人》《幸福不要奢望给别人》《我的精彩，自己决定》《成就可以更大，如果你不在乎荣耀归给谁》等心灵治愈类畅销作品。

## <<谢谢你 伤我的人>>

### 书籍目录

Chapter 1 感谢生命的挫折和美意  
先认识自己，方能认识人生  
给自己一个机会，给人生一个规划  
做自己的设计师  
自己选择的人生，就是最好的人生  
人生的每一个过程都是美好的  
做一个有实力的人，胜过只有学历的人  
谁都会变老，但不是每个人都会长大  
爱人比被爱更幸福  
没有人比自己更值得取悦  
这个世界唯有爱和梦想不能辜负

Chapter 2 即使身处逆境，也要内心强大  
逆境是锻造生命的熔炉  
任何时候都不要轻易放弃自己  
直面生命的无常与恐惧  
在顺境与逆境中寻找平衡  
人生没有绝境，希望就在前方  
失去了勇气，就失去了全部  
坚持到最后一秒  
感谢对手，让我们更强大  
真正的朋友是在最后给你力量的人  
能吃苦、会吃苦的人得幸福

Chapter 3 只有掌控情绪，才能掌控未来  
我来到这个世界为的是看太阳  
塑造阳光心态，享受快乐人生  
搞好情绪，就能搞好生活  
与其心机多，不如烦恼少  
懂得让自己开心一点  
在生命的领悟中学会自信与自知  
每个人都会脆弱，但要学会坚强以对  
守得住孤独，耐得住寂寞  
为自己“减刑”

Chapter 4 机会是跌出来的，成功是熬出来的  
每个人都是梦想的魔法师  
真正的成功源自内心的自在与幸福  
成功的契机靠自己寻找  
机会只给有准备的人  
上台靠机会，下台靠智慧  
泥泞在左，坎坷在右  
自信是成功的第一秘诀  
不放过人生的每一个学习机会  
成功就在转角处等着你

Chapter 5 你能放下多少，幸福就有多少  
生命需要豁达，也需要放下  
放下就是幸福

## <<谢谢你 伤我的人>>

放手才能获得，付出才能得到  
忘掉过去的伤痛，就是重生  
把悲痛与怨恨留在身后  
平衡是一种修炼  
人生漫长，做加法不如做减法  
看淡成败，才能赢回人生  
用一颗天真的心灵感受世界  
安顿身心，自在生活  
Chapter 6 谢谢你，让我成为更好的自己  
向前一步就是对自己人生的负责  
每个人都要适时扮演不同的角色  
熬过了痛苦，我们才得以成长  
你的位置决定你的价值  
改写人生靠自己  
找到自己最大的用处  
努力让自己的人生增值  
自我完善，你可以变得更好  
走一条属于自己的生命之路  
感谢挫折，是它成就了现在的我  
Chapter 7 换个角度，你能看到更美的世界  
角度不同，视野也会不同  
不同的高度，看见不同的生命  
对任何事物都别急着下论断  
凡事退一步，生命不退步  
沉潜与昂扬是生命情境的一部分  
把心归零，你可以得到更多幸福  
在人生的逍遥中寻找生命的超越  
不一样的生命，绽放一样的精彩  
走过悲欢岁月，人生无所惧  
Chapter 8 学会感恩，成就精彩人生  
人生随时要感恩  
感恩是人生最美的心性  
懂得感恩，人生才会幸福  
知足才是真正的人生赢家  
懂得欣赏美丽，才能吸引美丽  
慢下来，潜心感受生活  
珍惜当下，活出最美好的现在  
在生命里塑心，在生活中塑身  
人生是淬炼出来的

<<谢谢你 伤我的人>>

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>