

<<这样活着更快乐>>

图书基本信息

书名：<<这样活着更快乐>>

13位ISBN编号：9787508268439

10位ISBN编号：7508268431

出版时间：2011-4

出版时间：金盾出版社

作者：郭四海

页数：312

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>

<<这样活着更快乐>>

内容概要

人生怎样活着更快乐？

本书《这样活着更快乐》从九个方面进行了阐述，给读者启动了快乐的按钮。

书中把情感和趣味融为一体，把实用和理论有机统一，把浅显和深度紧密结合，只希望能给读者带来长久的心安和快乐。

《这样活着更快乐》由郭四海编著。

<<这样活着更快乐>>

书籍目录

第一章 对人生不要做太多的思索

人活着就是最大的福气
人身难得好好活着
顺其自然往往是最佳选择
经受风风雨雨成就美好人生
大海有潮起潮落人生有高峰低谷
珍惜现实中的生活享受生命中的拥有
遵守客观规律坦然面对死亡

第二章 对磨难不要有太多的抗拒

即使“泰山压顶”也要笑着面对
确立人生目标沿途少走弯路
向前多迈一步就能看到成功
无论有多少磨难也要坚强地生活
哪怕处境再艰难心中也要有希望
挫折“复原力”是每个人必备的良药
要想取得成功先从底层做起
成功需要勇气和灵气
人不可能永远站在巅峰

第三章 对自己不要有太多的遗憾

人要活出自己的个性
你不幸还有人比你更不幸
从不幸中挣脱出来就能获得新生
当你羡慕他人的时候也有人在羡慕你
只有自己看得起自己别人才会看得起你
“倒霉”最喜欢寻找爱抱怨的人
追求不现实的东西就会失去快乐
面对无法改变的事情要坦然接受

第四章 对命运不要有太多的计较

世上没有十全十美的人
越追求完美越容易掉进陷阱
且把自己_的缺陷当做上天的恩赐
为什么你心里总装着烦恼
要学会原谅别人更要学会原谅自己
要想吃到糖果最好把手松开一些
欲望升得越高烦恼也就越多
既然不能拥有更多就要学会知足
生活尽管不公也要坦然适应

第五章 对别人的评价要尽量看淡

人应该有自己的处世标准
你不该为了别人而活着
自己的想法不要轻易被别人影响
把看事物的角度调整好了人生自然就美好了
没人给你鼓掌那就自我欣赏
自己不要忽视自己

<<这样活着更快乐>>

第六章 对别人的不是要多点包容

心中多点包容生活就多点快乐
为难你的人往往是你的“贵人”
戴上有色眼镜看人就会变色
憎恨别人就会被“憎恨”所困扰
面对竞争对手要有足够的修养
人的心胸越大痛苦越小
嫉妒既伤害别人更伤害自己
面对别人的伤害心中不要怨恨
与其抱怨别人不如反省自己

第七章 对周围的人要多一点热情

爱心是快乐的源泉
敞开心扉广交朋友
善待他人就是善待自己
感恩之心常在感动就会常在
对手是激发自己潜能的动力
给别人留情面就是给自己留后路
跌跌撞撞是人成熟的过程

第八章 对现在拥有的要多一些珍惜

把握现在珍惜拥有是一种智慧
快乐在于享受自己的拥有
生命的最后一天也许就在今天
与其纠缠过去不如面对现实
人生没有过不去的路
事来则应事去则净
人生不要太忙碌心灵需要有假期

拥有健康就拥有快乐
打开心灵之窗涌进快乐阳光

第九章 时刻启动快乐的按钮

快乐的钥匙就掌握在自己手中
快乐的生活来自快乐的心情
不同的标准有不同的快乐
让坏心情从快乐背后溜走
无牵无挂享受快乐
学会与人分享更加幸福快乐
只有糊涂一点才能体味幸福
不要自己跟自己过不去

附录

快乐来自宁静善良的心
快乐使人长寿
善良是生命中的黄金

<<这样活着更快乐>>

章节摘录

詹姆斯是个警察，是个心态乐观的人，同时也是一个很倒霉的人，但他总是生活得很快乐，总是心情很好，总是对事物有正面的看法。

每当有朋友问他最近怎么样时，他总会回答：“我生活得很好。

”朋友们都非常羡慕他的生活方式。

詹姆斯的朋友曾对他说：“像你这样乐观，我很难办到！

一个人不可能总是看事情的光明面，不可能总是保持愉快的心情！

你是怎么做到的？

”詹姆斯笑着答遗：“每天起床后，我都告诉自己：詹姆斯，今天你有两种选择，你可以选择心情愉快，也可以选择心情不好。

我当然要选择心情愉快。

怎么过都是一天，为什么不快快乐乐地过呢？

这就好比每次有坏事发生时，我可以选择成为一个受害者，也可以选择从中学些东西，我当然要选择从中学些东西。

哉要用最好的方式来生活。

”“可是哪有你说的那么容易！

”朋友立刻反驳。

“就是那么容易。

”詹姆斯答道，“其实人生就是在不断地选择。

当你把无聊的东西都一一剔除之后，每一种处境都面临一个选择。

你可以选择如何去面对各种处境；也可以选择别人的态度如何影响你的情绪；还可以选择心情舒畅或者糟糕透顶……归根结底，你要选择如何面对人生。

既然怎样生活都是一辈子，为什么不选择好好地去生活呢？

”几年后，朋友听说詹姆斯出事了。

那是一天夜晚，他走到大街上，看到3个持枪的男子正在抢劫一家商店，詹姆斯跑了过去，一个抢劫犯一时紧张，对他开了枪。

不幸中的万幸是，詹姆斯因抢救及时，经过24小时的抢救和几个星期的精心照料，他居然从医院走了出来，只是仍有小部分弹片留在他的体内。

又过了几个月，朋友见到了詹姆斯，问他现在感觉怎么样，他像没事人一样答道：“我还挺得住，想不想看看我的伤疤？

”朋友看了他的伤疤后，问他当面对那3个持枪的男子的时候，他在想些什么。

詹姆斯答道：“我脑海中想的第一件事是，我应该理智一点，不要急着冲上去，可是我是警察，就必须阻止这样的事情发生。

当我躺在地上时，我心里对自己说我正面临两个选择：一个是死，一个是活。

我当然要选择活。

”“你不害怕吗？

你有没有失去知觉？

”朋友问道。

詹姆斯继续说：“医护人员对我太好了。

他们不断告诉我，我会好的。

但当他们把我推进急诊室后，我看到他们脸上的表情，从他们眼神中我分明看到几个字——‘他是个死人’。

我知道我需要采取一些行动了。

”“那你采取了什么行动？

”朋友赶紧问。

“有个身强力壮的护士大声问害不害怕。

<<这样活着更快乐>>

我马上告诉她，是的。

这时，所有的医生和护士都停下来等着我说下去。

我深深吸了一口气，然后大声告诉他们：我害怕明天可能会下雨，太阳躲在乌云里不出来。

我又说道：我的选择是活下来，请把我当活人来医，而不是死人。

” 詹姆斯活了下来，一方面要感谢医术高明的医生；另一方面得感谢他那惊人的生活态度。

怎样生活都是一辈子，为什么不选择最好的生活方式呢？

生活总是有许多我们无法预料、无法改变的事情，但是有一点不会改变，那就是我们来到这个世界之后，就注定了要离开。

只是我们不知道是哪一天、以什么方式，或许浪漫地遗留一份美好，或许残酷得如同梦魇。

可能就是这个世界有太多无法预料的事情，从而激发了我们的生命力，让我们可以始终坚强地来面对世事；同时，也就是这种积极的态度，使我们以开阔的心胸面对未来，深刻体会生命每一刻的存在，珍惜生活中的分分秒秒。

聋哑教育家海伦·凯勒曾经说过：“面对阳光，你就永远看不到阴影。

”是啊！

当我们房间的灯亮着时，窗外也可以享受到房间光线的温暖；同样的道理，只要你内心的生命力在不断地搏动，周围人的心也会被你的积极乐观感应。

“乐观，是心里的阳光，如一条暖暖的细流潜入心田。

”成功的人，一定会把注意力集中在积极的事情上，你跟他们谈话时，听到的是各种可以振奋人心的好消息、可以开怀大笑的故事，而不是牢骚、恐惧和不确定的事情。

他们不会说最近没做什么事，而是说他们确实做了什么事，他们总是活得很踏实，很愉快，而又不失情趣。

.....

<<这样活着更快乐>>

编辑推荐

人活着就是最大的福气 处境再艰难心中也要有希望 追求不现实的东西就会失去快乐
要学会原谅别人更要学会原谅自己 人应该有自己的为人处世的标准 心中多点包容生活就多点
快乐 善待他人就是善待自己 拥有健康就是拥有快乐 糊涂一点才能体味幸福

<<这样活着更快乐>>

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>