

<<一生的慰藉>>

图书基本信息

书名：<<一生的慰藉>>

13位ISBN编号：9787530943748

10位ISBN编号：753094374X

出版时间：2005-06

出版时间：天津教育出版社

作者：崔正山

页数：271

字数：170000

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>

<<一生的慰藉>>

内容概要

你为什么满怀悲伤?生活如此美好!你为什么轻言放弃?生活每日延续!你为什么总是哭泣?生活青睐微笑!
你为什么深陷痛苦?生活充满欢歌!你为什么满腹仇恨?生活是为了爱!你为什么老在诅咒?生活渴望祝福!
你为什么不断说谎?生活原本真实!你为什么一直忍受?生活要去挑战!你为什么心怀胆怯?生活需要信心!
你为什么安于失败?生活便是胜利!你为什么容易生气?生活呼唤谅解!你为什么满眼黑暗?生活不乏光明!

你不能决定生活的长度，但你可以扩展它的宽度；你不能改变天生的容貌，但你可以时时展现笑容；
你不能企望控制他人，但你可以好好掌握自己；你不能全然预知明天，但你可以充分利用今天；你
不能要求事事顺利，但你可以做到事事尽心。

这是一把开启心灵天堂的钥匙，一部最温情的心灵抚慰书。

本书所选文章中，有些是故事，有些是随笔，也有少部分是诗歌，是作者历时两年精心精编选而成的

。本书基本包含了提高一个人的心理素质、进行预防性心理建设的几乎所有的思想主旨，让更多的普通人接受心理学的熏陶，学习心理学大师的智慧，认识到心理学永远是改变每个人个性的一种学问。

<<一生的慰藉>>

书籍目录

致谢前言第一章 你有着无与伦比的价值 再试一次 漂亮的失败 自珍自重 不要放弃 肯定自己的价值 无论如何 不怕失败 什么都有可能 失败的价值 永远怀着希望 就做一个理想主义者 你的装备 无限可能第二章 你能随时享受生活的乐趣 欣赏生活 慢活 人生的真正追求 假如我能再活一次 珍惜现实的生活 我拥有的仅仅是时间 让我慢下来 随时享受生活 成功的真正指标 孩子是我们的老师 操之在我第三章 感恩惜福是快乐之源 培养一种感恩心态 快乐是努力付出换来的 乐于奉献 心存感恩 常怀感恩之心 认识自己的富有 如此感恩 懂得感恩第四章 处处看到人生的光明面 好好活着 乐观与悲观 快乐无所不在 凡事往好处想 永远乐观 向着阳光的心态 处处看到人生的积极面第五章 你微笑世界与你一起笑 人前宜笑 重视微笑 何必多虑 给世界一个笑脸 喜乐的心乃是良药 笑迎挑战 第六章 你能变怨天尤人为容受 让不满升华为同情 善于知足 牡蛎有容，珍珠乃大 态度最重要 当你遇到挫折 挫折是人生的常态 别和自己过不去 从不抱怨的人 不强求公平 不加抱怨地接受自己 为什么要抱怨第七章 你可以在逆境中升华自己 贫穷不是快乐的障碍 凡事都有代价 化危机为转机 最不幸而最健康的人 把挫折升华吧 给盲童朋友 挑战人生 把命运转换成使命 不是为生气才种兰花 超越自己 祸兮，福之所倚第八章 打开心结 少理会令你讨厌的事情 不要愤恨 掌握自己快乐的钥匙 避开不愉快的陷阱 揭去心灵的面纱 公车乘客的认知 心先过去 最好的消息第九章 你能在心灵中找回快乐 最后的坚持 快乐的更正 即兴作乐 过自己想过的生活 每天的快乐 快乐十诀 生命的空隙 狗屎与佛祖 掌控自己的心情 美好人间 胜天堂 追尾巴的猫 这才是幸福 快乐者生存 养成快乐的习惯 四类最快乐的人 快乐带来好运第十章 幸好，希望还在 凡事操之在我 悲痛的力量 你真的很不错 积极思考的奇迹 最智慧的生活态度 永不嫌迟 向未知进发 人生礼赞 不断播种 自强不息后记

<<一生的慰藉>>

章节摘录

再试一次 心理学家做过一个试验：将一只饥饿的鳄鱼和一些小鱼放在水族箱的两端，中间用透明的玻璃隔开。

刚开始，鳄鱼毫不犹豫地向小鱼发动进攻，一次、两次、三次、四次……多次进攻无望后，它不再进攻。

这时，拿开挡板，鳄鱼依然不动，它只是无望地看着那些小鱼在它的眼皮下游来游去，放弃了所有的努力，活活饿死。

也许我们会嘲笑鳄鱼的愚蠢，可遗憾的是，当挫折接踵而至，当失败如影随形，我们不也曾像鳄鱼那样放弃所有的努力听任命运的安排吗？

而在这个世界上，所谓的命运又是什么呢？

在一次火灾中，一个小男孩被烧成重伤，下半身没有任何知觉。

出院后，妈妈每天用轮椅推着他到院子里转一转。

有一天，妈妈推着他到院子里呼吸新鲜空气时有事离开了。

迷人的景色让他的心从沉睡中醒来：我一定要站起来。

他奋力推开轮椅，用双肘在草地上匍匐前进，爬到篱笆墙边，努力抓墙站起来，拉住篱笆墙练习行走。

一天天过去了，他的双腿始终软弱地垂着，没有任何知觉。

可他不甘心于轮椅上的生活，他握紧拳头告诉自己：未来的日子里，一定要靠自己的双腿来行走。

终于，在一个清晨，当他再次拖着无力的双腿紧拉着篱笆行走时，一阵钻心的疼痛从下肢传了过来。

他惊呆了，自从烧伤后，他的下半身再也没有任何知觉。

他怀疑是自己的错觉，又试着走了两步，那种疼痛又一次清晰地传了过来：在他不懈的锻炼下，他的下肢已开始恢复知觉了。

自那以后，他的身体恢复很快，终于有一天，他竟然在院子里跑了起来。

自此，他的生活与一般的男孩子并无两样，到他读大学时，还被选进了田径队。

他，就是葛林康·汉宁博士。

他曾经跑出过全世界最好的成绩。

也许，就在那一试之下，我们的梦想变成了现实。

无论如何。

再试一次吧。

<<一生的慰藉>>

编辑推荐

世界上最温暖的语文抚慰你的心灵，一堂心理免疫必修课。

天空不蓝，仍然可以微笑，压不垮我的，使我变得更坚强，失望总是有限的，希望才是无穷的...

... 与人生困境经过一番挣扎搏斗后，你才发现自己原来可以如此坚强。

人生中最有意义的时光是信仰、希望、挚爱和顿悟中度过的。

——卡尔·荣格 人生不是仅仅活着，而是要活得快乐。

——玛蒂尔 我们这一代最伟大的发现就是，一个人可以借改变自己的态度，来改变一生。

——威廉·詹姆斯 为使自己成为生活的强者，必须保持勇往直前的精神，积极地去寻求生活的意义和快乐。

只有这样才算是尽到了我们作为一个人的全部责任。

——托马斯·哈里斯

<<一生的慰藉>>

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>