

<<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>