

<<好心态拥有幸福人生>>

图书基本信息

书名：<<好心态拥有幸福人生>>

13位ISBN编号：9787515701011

10位ISBN编号：7515701013

出版时间：2012-5

出版时间：海潮出版社

作者：张平安，陶伶 编著

页数：276

字数：260000

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>

## <<好心态拥有幸福人生>>

### 内容概要

现实生活中，有成功卓越者，也有失败平庸者。  
成功卓越者活得充实、自在、潇洒，失败平庸者过得空虚、艰难、猥琐。  
所以要学会坦然面对生活中的得失成败。

人生不可避免的有得有失，而面对得失的关键是要调整自己，保持一个积极的心态。  
积极心态要求我们在生活中学会积极的思想，积极思想是一种思维模式，它使我们在面临恶劣的情形时仍能寻求最好的、最有利的结果。  
事实也证明，当你往好的一面看时，你便有可能获得成功。  
积极思想是一种深思熟虑的过程，也是一种主观的选择。

那些成功的人都是能从失败中吸取教训，总结经验，积极努力地去面对失败。  
也可以说，积极行动的积累，可以造就伟大的成功；消极言行的积累，足以让人失败到底。

积极心态就是在看待事物时，应考虑生活中既有好的一面，也有坏的一面，强调好的方面，就会产生良好的愿望与结果。  
当你朝好的方面想时，好运便会来到。  
有得必有失，所以要坦然去面对，拥有一种美好积极的心态，生活就会变得更美好。

每个人都能够平衡一下自己的心态，不灰心失望，拒绝不战而败，而是信心满怀，一定能够取得成功。

一个人能否成功，就看他的心态了。  
成功人士与失败者之间的差别是：成功人士始终用积极的心态支配和控制自己的人生。  
失败者则用消极的心态去看待和思考问题。

## <<好心态拥有幸福人生>>

### 书籍目录

- 第一章 从容淡定的人生境界
  - 金钱之外的财富
  - 活在当下，学会放下
  - 适时放弃才会有收获
  - 把“不”字抛到脑后
  - 要相信自己
  - 不畏挫折才能迈向成功
  - 人生要勇于舍弃
  - 生活需要一种平和态度
  - 拥有一颗平常心
  - 把不幸当做新起点
  - 相信“我是最好的”
  - 相信自己的能力
  - 不要自寻烦恼
  - 乐观向上才能战胜挫折
- 第二章 人生需要往前看
  - 磨难是一种造就
  - 相信成功之门总会打开
  - 因为残缺，未来才有无限的圆满
  - 在危机中寻找转机
  - 做一个懂得微笑的人
  - 每次成功的背后都有泪水
  - 从自己及他人的失败中学到聪明
  - 做事要有耐心
  - 学会低头放低姿态
  - 用信念战胜困难
- 第三章 给生命一点简单的快乐
  - 品茗之中看人生
  - 让自己放松一次
  - 休息好才能工作好
  - 踏上幸福大道
  - 快乐度过每一天
  - 在艺术天地中寻找乐趣
  - 用音乐提高人生境界
  - 寻找一个心灵寄托
  - 工作之余不忘品味人生
  - 每天抽出一点时间放松自己
  - 喝茶之余品人生
  - 花草之间显情趣
- 第四章 学会制怒不生气
  - 聪明人的信条
  - 别在坏心情中挣扎
  - 豁达是一种人生态度
  - 放弃并不等于失去
  - 做一个“会吃亏”的人

## <<好心态拥有幸福人生>>

学会消除尴尬和不愉快

学会对自己说“没关系”

不要因为小事生气

别为自己的长相而烦恼

做个胸怀大度的人

有理也应让三分

巧妙的解气方法

生气只能害自己

遇事切不可生气

### 第五章 好心态成就好人生

打开心灵的天空

给心灵开一个存折

给心灵放个假

让心灵得到放松与享受

幽默会给你带来快乐

别让自己陷入孤独的境地

再多的抱怨也无济于事

保持健康向上的心态

改变态度便能改变生活

冷漠只能毁了你自己

乐观是人生的一笔重要财富

### 第六章 不烦恼不做情绪的奴隶

走极端就是走绝路

人生简单就好

与邻为善和谐为贵

用冷静和心态处理烦恼

调整好自己的情绪

驱除不必要的欲望

坏事总有好的一面

宽恕敌人是一种高姿态

给自己的心中留一把锁

活着就是最大的希望

要有一颗感恩的心

改变自己的心境

驾驭好你的情绪

### 第七章 用自信拥抱生活

不要活在别人的目光里

不要总是依赖别人

自信决定了人生的方向

不要把自傲当自信

拥有乐观自信的好心态

自信而非自满

学会管理自己的情绪

拥有乐观情绪更容易成功

相信自己的能力

脚踏实地永不抱怨

选择自信就是选择成功

## <<好心态拥有幸福人生>>

自信是一种无形的资产

学会轻松快乐地生活

### 第八章 好心态铸就幸福人生

行善是对快乐的最好积累

心地善良让你没有敌人和烦恼

平凡并不等于平庸

空杯心态让你更优秀

处事不要去较真

会选择懂放弃才能拥有大智慧

保持一颗平常心

别忘了反省自己

宽容是一种美德

失当的责备是矛盾的根源

没有付出的友谊并非真正的友谊

### 第九章 成也心态败也心态

多一点勇气，多一点成功的保证

失败是一生的必然经历

去掉“不可能”中的“不”字

要么进取，要么出局

一味地说，不如努力去做

重现自己，认清自己的价值所在

不怕慢，就怕站

消极的人等待机会，积极的人创造机会

知足，才能常乐

健忘也是福

清扫心灵上的灰尘

### 第十章 在得意与失意间把握好你的心态

失意给你挑战困难的机会

在失意中放空自己，修炼自己

感谢让你失意的人

“快口”让你更失意

不居功，才能功德圆满

万言万当，不如一默

你的人生抱怨不起

越失意时越不应该失掉勇气

身在低谷，任何方向都是上坡

心宽路就宽

<<好心态拥有幸福人生>>

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>