

<<忍得下孤独，飞得上云霄>>

图书基本信息

书名：<<忍得下孤独，飞得上云霄>>

13位ISBN编号：9787539969329

10位ISBN编号：7539969326

出版时间：2014-3

出版时间：江苏文艺出版社

作者：韩相福

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>

## <<忍得下孤独，飞得上云霄>>

### 内容概要

这是一本心灵励志类读物，通过48个与孤独有关的小故事，写尽了人生种种遭遇孤独的时刻。随着书中相互关联的十二个主要人物一一登场，我们将与他们一道经历一场有关“孤独”的心灵自我发现之旅。

这些人中有得不到长辈理解的青春期少年，有初入社会找不到方向的职场新丁，有在家务琐事中迷失自我的全职主妇，还有为家庭、事业两头奔忙的中年男人……每一个都是我们生活中可能会遇到的人，每段故事都是发生在我们周围真实的事，见证这些人由痛苦挣扎到逐渐强大的过程，其实也是我们与孤独对话的过程。

你会慢慢发觉，孤独很多时候并不像你想象的那么糟糕，当你直面孤独并为战胜它而努力时，它会化为一种积极的动因，对人生产生巨大影响。

那时候你就会发现孤独之美，感谢孤独让你变得更优秀！

## <<忍得下孤独，飞得上云霄>>

### 作者简介

韩相福：韩国最具影响力的情感励志导师、百万畅销书作家。

毕业于成均馆大学英语系，曾做过12年的记者，所以擅长观察人们日常生活中的小事并得出经验，被称为“背影观察家”，除了写作外还经营一家咨询公司。

著有《关怀》（在韩国创下了累计销量上百万的奇迹，被三星集团、LG集团等列为员工培训必读书目，韩国最大网上书店YES24“2006年网友最喜爱的图书”）《结婚前先分手》《韩国的富人们》《看不见的差异》等，在亚洲各国都拥有极高的人气和大量读者。

## <<忍得下孤独，飞得上云霄>>

### 书籍目录

自序 人生是一个人的旅程，唯有孤独如影随形  
引子 世界上最残酷的事：活着却再也回不到过去  
第一章 当孤独降临  
英雄的别名是恶人  
忙碌只是因为害怕一个人待着  
灰姑娘的困境：被孤立总与幸福同来  
网络看客怎会真正在意你的生活  
成功背后总有疲惫与虚无  
不够优秀就一定是loser 吗  
为了让所有人都满意，我把自己弄丢了  
执着与辩解让人更无助  
不婚只因我不敢相信他会守护我一生  
你凭什么让别人陷入孤独境地  
只有我知道美满背后的窒息感  
没人能逃过独自面对一切的宿命  
第二章 静下心来，看清孤独  
孤独有时只因严以待人宽以律己  
独自行走，会遇见真正的“我”  
越得到越怀疑，越深爱越伤害  
我们待在一起，却为何各自孤单  
进入孤独深处，我不再与“所有人”为敌  
别丢掉藏在现实名利后的“真实自我”  
在最深的绝望里，遇见最美丽的惊喜  
在亲密关系中遭遇孤独之源  
爱一个人，请保持安全距离  
每个人心中都有个瓦尔登湖  
所有孤独与伤痛，都是成长路上幸福的悲鸣  
跟随孤独，从落寞走向愉悦  
第三章 当你孤独，更有力量  
孤独帮你在绝望中找到希望  
尊重他人的孤独一刻，是你能给的最好安慰  
只有你一个人知道自己要什么  
跟着感觉走，听从内心而活  
摘下面具，你到底是谁呢  
朋友不是孤独时段的填充品  
Let it be  
追着成功跑，只会越来越不安  
我们早晚都得为“优越感”买单  
当全世界遗弃你，请直面恐惧  
孤独是自我的另一个名字  
想要甜蜜爱情，永远别问输赢  
第四章 感谢孤独，重获新生  
找到感动自己的力量  
优质男人总会遇见可怜又可怕的灰姑娘  
在好胜心与满足感之间找到平衡

<<忍得下孤独，飞得上云霄>>

孤独会成就悦纳它的人  
对孩子，爱的极致是放手  
孤独会催化出坚韧与悲悯  
成为自己真正想成为的人  
美好回忆是治疗孤独的特效药  
孤独赐予我们的最美礼物：创造力  
赠人玫瑰，手有余香  
曾经历炼孤独，终将拥抱幸福  
于黑暗中看见繁星灿烂  
尾声 每座心灵的孤岛，都渴望理解的彼岸

<<忍得下孤独，飞得上云霄>>

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>