

<<善待自己每一天/最美文>>

图书基本信息

书名：<<善待自己每一天/最美文>>

13位ISBN编号：9787546356709

10位ISBN编号：7546356709

出版时间：2011-12

出版时间：吉林出版集团有限责任公司

作者：尹丽丽

页数：244

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>

<<善待自己每一天/最美文>>

前言

我一直认为，学会善待自己，就是能放下心、静下性来好好地休整自己、剖析自己、完善自己、包装自己、超越自己。

其实，善待自己也是一种自我释放、自我调节、自我塑造的行为方式，更是一种积极健康的生活态度。

激烈的社会竞争，紧张的生活节奏，复杂的人际关系，织成了我们的现实生活，每个人都在喊累。如要找到一种相对轻松的活法，那就要首先学会善待自己。

善待自己的人，必在行为上约束自己，在思想上放飞自己。

放纵行为，破坏秩序，必然受到生活的惩罚。

君不见杨永明置法规于不顾，肆意妄为，骗取体彩大奖，结果把自己送上了审判台。

其教训发人深思。

只有按照法律和道德准则来约束个人行为，才能与人共享平安和谐、坦然自在地生活。

在思想上放飞自己，以满腔的热情开阔眼界，挖掘潜能，启迪智慧，品味美好，升华平凡，岂不快哉？

善待自己的人，必懂得如何充实自我，笑对生活。

庸人用物质享受麻木自我，智者用精神追求支撑生活。

在花花绿绿的大千世界里，在忙忙碌碌的日常生活中，在追名逐利的凡夫俗子旁，智者全然不见自己生活的清贫，全然不见自己遇到的挫折，而是以一颗积极进取的心，一头扎进工作和学习中，充实着自己的每一天。

他们的人生，在追求中升华，在乐观中显彩。

这，才是善待自己、实现生命价值的最好方式。

善待自己的人，必善待别人。

以自我为中心的人，斤斤计较于一己之私，常常苛求他人、严责他人。

因此很难得到他人的关怀，很难拥有真正的朋友。

亏待他人，最终受伤害的肯定会是你自己。

马加爵就是一个典型的例子。

他容不下同学的一个玩笑，认为那是在贬损自己。

他竟然狠心杀掉了四位同学，当然也毁掉了自己的一生。

如果他能善待同学，怎么会演出震惊全中国的悲剧？

把他人当作自己，一样宽容，一样尊重，就会收获他人的宽容和尊重。

人们常说的“善待他人就是善待自己”说的就是这个道理。

善待自己的人，必善待感恩。

感恩，被视为现代社会中最基本的处世之道。

感恩所有人，感恩大自然，感恩每一个祥和而温暖的日子，感恩有多少，回报就有多少！

善待自己的人，必善待友情。

友情，能给你的生活增添情趣，让你更多地洞悉外面的世界。

忧伤时，有朋友与你同担，伤痛会骤减几分；欢乐时，有朋友与你共享，开心的情调会更浓。

友情相伴中，我们可以更清醒地发现自己、认识生活，可以更完整地充实自己的情感世界，健全自己的人格。

善待自己的人，必善待生存。

生存，其实就是多方进取，挣扎向上，起步时，也许清冷孤单，然而，一旦超过了曲折考验，成就的就会是一种千姿百态的景观。

一个在激烈竞争中追求真正快乐的人，会不断地充实自己内在和外在的双重世界，从而透出沉实的内在美和高雅的外在美。

善待自己的人，必善待得失。

他从不会埋怨别人如何对待自己，也从不要外界的东西对自己有何恩宠。

<<善待自己每一天/最美文>>

他的心中总有一股热情，即使一败涂地，也会重新投入战斗，走向自己的人生目标。

当一个人学会了善待自己，就会生活得轻松愉悦，每个日子便都会情趣盎然。

人生不过是短暂几十年。

应该善待他人，更该善待自己。

以冷静的心态观世事；以爱心待亲朋好友；以诚信待人。

把握人生，请善待自己每一天。

<<善待自己每一天/最美文>>

内容概要

本书由尹丽丽主编，善待自己也是一种自我释放、自我调节、自我塑造的行为方式，更是一种积极健康的生活态度。

本书：当一个人学会了善待自己，就会生活得轻松愉悦，每个日子便都会情趣盎然。

<<善待自己每一天/最美文>>

作者简介

尹丽丽，女，毕业于北京外国语大学，现为北京仲量联行公司职员。
出版著作《出色完成任务的九种工作策略》(中华工商联出版社)；译作：《尼尔斯骑鹅历险记》(吉林出版集团)等。

<<善待自己每一天/最美文>>

书籍目录

第一辑 本色就是最美

心安是福
降低快乐的标准
要命的珠宝
牧师的忠告
就这么说定
花的生命
天生我才必有用
不一样的印刷工
你能实现梦想
爱从未离开你
最漂亮的天使
卡车司机的遗言
笑迎挑战
不要放弃
名作曲家的客人
境由心生
改变了的生命
本色就是最美
生命中的机遇
相信自己

第二辑 给生命留有空隙

等什么？
马上做它
对成功的渴求
从不说他做不到
海鸥之死
野狼的呼唤
刀 爱
回家
礼物是一片爱心
带着执著上路
出卖的秘密
人定胜天
金鱼与设计师
诚实的蓝色
别把秘密告诉我
世界上没有笨蛋
永不放弃
给生命留有空隙
长生药
第21名

第三辑 给自己一个微笑

卖画
品牌人生

<<善待自己每一天/最美文>>

上帝的食物
自我打造生活
生命如花篮
抱着生命过海洋
把命运转换成使命
最美妙的父亲节
失败只是暂时的
真情，不该拒绝
二十美元
给自己一个微笑
第四辑 换一种心情
充满信心的冒险
墙壁带来的效益
一件未发掘的杰作
发生了什么事？

生命中最美好的事物
信赖
去找总经理
售货员的第一笔生意
让我们再走过花园
一生只做一件事
我绝不随波逐流
投降的绝不是我
鸡
百万富翁与清洁女工
记号
如何找到真金
压皱的照片
宁静以致远
对尊重的奖赏
换一种心情
戴玫瑰花的人
生命的希望
像水一样流淌
决心的力量
珍妮特的壁橱
第五辑 原谅别人，解脱自己
我的绝妙坏诗
挺住危难
现在就做
比尔的喂鸟器
交给专业人士
总是一个开始
义鼠
金币
起死回生之术

<<善待自己每一天/最美文>>

妙用劣势

快乐的秘诀

不识字的人

人的“魂”儿

第六辑 暂停你匆忙的脚步

信心

亲爱的布里丝都

耍把戏的人

三棵树的故事

人生应该怎样度过

活了一百万次的猫

富人的财富理念

一个字的智慧

勇气的形象

亡羊补牢，未为晚也

终点

沉默是金

激励人一生的竹竿

没有良心

一杯安慰给自己

“别错过，女士！”

不屈的警官

那个暑假多卖冰棍

成功源自信心

不要放弃

机遇靠自己发现

我就是你要的人

愿意付出代价

儿子和列车

炮弹下的农舍

回报

我的信条

第七辑 永远不要放弃信念

难以想象的抉择

同“变化”交朋友

一颗坚强的豆粒

杰西的困惑

永远不要放弃信念

站在树下的男孩儿

最重是心债

最后一支舞

葛莱斯彼先生

隐藏的伤疤

黄色曲别针

苦行的“修士”

一叶一菩提

<<善待自己每一天/最美文>>

犹豫不决的命运之神
一个祝福的价值
只有你能欣赏我
温情脉脉的细节
感恩的心

<<善待自己每一天/最美文>>

章节摘录

在北戴河海滨，行走的小贩起劲地兜售贝壳。

那是刚刚从大海里打捞出来的各种漂亮彩贝，用塑料袋装着，一袋里面有二十多枚。

小贩跟定了我，不停地说：“买一袋吧！”

才三十块钱，比零买合算多了！

”我禁不住诱惑，俯下身，认真地挑选起来。

五十块钱，我买了两袋，觉得占了很大的便宜。

但是，不久我就懊悔了。

那可心的“宝贝”渐渐成了压手的累赘。

一手一袋，越走越重，累得人连伞都撑不动了。

同行的朋友同样手提两袋贝壳，苦笑着对我说：“嗨，你还要不要？”

你要是要，我把这两袋给你。

”在老虎石附近，我看到一个和我们一样手提贝壳的老妇人，她一定也和我们一样为那压手的“宝贝”所累。

只见她蹲下来，双手在沙地上挖了个坑，然后将那几袋贝壳放进了坑里。

我和朋友会意地笑起来。

朋友忍不住逗她：“阿姨，您当着这么多人的面埋藏宝物，不怕被别人偷走吗？”

”老妇人一边往坑里填土一边快活地说：“待会儿我走了你就来偷吧！”

”离开了老妇人，朋友对我说：“要不，咱也先把这东西埋上，等回来的时候再刨出来。

你看咋样？”

”我坚决不同意，说：“跟那个坑比起来，我更愿意相信自己的手。”

”接下来，我们租垫子戏水，又打水滑梯。

玩这些游戏的时候，我们轮流看护着那几袋沉甸甸的“宝贝”。

说实在的，获得宝贝的喜悦渐渐被守卫宝贝的辛苦消磨殆尽。

太阳偏西了，我们疲惫不堪地往集合地点走。

路过老虎石的时候，我们不约而同地靠近了老妇人埋宝的地方。

朋友笑着说：“有三种可能——东西被老妇人拿走了；东西被别人拿走了；东西还在。”

”我环顾了一下四周，确信没人注意自己，将手里的长柄伞猛地往下一戳，“嚓”的一声，是金属碰到贝壳的声音。

“还在！”

”我和朋友异口同声地喊出声来！”

突然间，我心里很黯然很惆怅，我在为自己愚蠢地错失了仿效老妇人卸掉重负的机缘而沮丧。

想想看，人在世上漫长的旅程中，最沉重的其实并不是某种外物，而是自己那颗无法安定的心啊。

一个巢，心安下来就是家；一个穴，心安下来就是福。

想那个老妇人，天真地挖了一个坑，然后心安地把一份天真寄存在里面。

这一日，她一定玩得比我们好，她轻松地行走，轻松地戏水。

待到她归来挖出她的彩贝，她就可以微笑着为自己的心安加冕；而我呢，我在不心安地奔波劳顿之后，又为自己选择了不心安而难以安心。

我的累，源于手，更源于心啊。

后记

本书收集了大量流传中外的名家散文、故事，这些文章从不同方面阐述了心态的力量、人生的真谛、对成功的追求等等。

细细品读，它能让每个人都能从中得到启发。

为了使本书更具完整性和权威性，在编辑本书的过程中，我们利用各种途径查阅了相关的资料，力争为读者奉献出一本最完美的精品文摘。

在我们查阅的资料当中，有一些极好的理论，我们进行了阐述和引用，在此对这些理论的倡导者表示感谢。

此外，由于资料来源广、渠道多，对部分作品我们未能及时联系上作者，我们在此深表歉意，若您的文章被选编，请及时联系我们，以便及时支付稿酬与邮寄样书。

<<善待自己每一天/最美文>>

编辑推荐

《善待自己每一天(最美文)》由尹丽丽主编，收集了大量流传中外的名家散文、故事，这些文章从不同方面阐述了心态的力量、人生的真谛、对成功的追求等等。细细品读，《善待自己每一天(最美文)》能让每个人都能从中得到启发。

<<善待自己每一天/最美文>>

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>