第一图书网, tushu007.com

<<静思录>>

图书基本信息

书名：<<静思录>>

13位ISBN编号：9787500573784

10位ISBN编号：7500573782

出版时间：2004-1

出版时间：中国财政经济出版社

作者：威斯科特

页数：213

译者：石平萍

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

生活之路鲜有平坦舒畅——上面布满了坑坑洼洼，危险的转变比比皆是，虽然有平缓之处，但迂回曲折仍数不胜数。
在这种道路上进行很容易的迷路，但你也不必灰心丧气，本书将带给你慰藉，帮助你发现内心的力理。

本书收集的众多静思语录将帮助你认识并培养自身与生俱来的优点和素质，当你试图人困境中突围时，这些敏锐、博识、极富见地、非常实用的思想火花将成为带给你希望，指引你方向的路标。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

大卫·威斯科特，国际知名学家，居住在美国洛杉矶。
已出版《情感语言》、《如何与另一个人相处》、《冒险》和《情感的自由》等著作。
他还担任曾获艾美奖的一个脱口秀节目的主持人。

书籍目录

前言幸福自主自立平和的心境接受自己他人的看法取悦自己少许的自私不要等待被爱体味被爱不要受他人操纵朋友的成功懂得感恩忘却伤害再勇敢一点不要假装自己是完人真诚待人做你想做的事改善你的生活避免欠债宽恕负起责任当不愉快的记忆再次被唤醒正视死亡不要懒惰相信自己你完全应得的一切庆祝吧不要争吵聆听做到优雅得体花点时间让自己美丽生命生命的秘诀敢冒风险过属于自己的生活说真话真相管好自己的事敞开的心是最好的老师找到属于你的路不要放弃……

章节摘录

人人都在追寻幸福。
但幸福不是目标。
幸福是结果，做你喜欢的事、与人真诚相处的结果。
所渭幸福，就是做自己的主人，自己做决定，做自己想做的事，过自己喜欢的生活。
幸福就是自主自立，不约束他人，探寻自身和世界上最好的一面。
背道而驰非常容易：倚赖他人，指望他人照吼控制他人，一有差错就责怪他们：缺乏诚意，把人际关系和事业当游戏，不全心投入：插科打诨，不积极响应：宁可成为他人生活中的点缀，也不做自己世界的主人。
如果你做不了自己的宅人，你的生活的确不会幸福。
你意识到你的生活没有任何前景，生命几乎毫无意义，即便有意义，细察之下也无实质内容可言。
按理你应该为自己生活。
你被赋予生命，生命应该由你赋予意义。
如果你的生活偏离了你的设想，你只能责怪自己。
没有人亏欠你。
惟有你，才能对自己的生活产生持久的影响力。
除非你下定决心，哪怕风风雨雨也要一个人坚持到底，否则，他人偶尔的支持给不了你任何动力。
接受自己 如果你不能接受自己，你对他人的嫌弃会过度敏感。
如果你不能接受自己，每犯一个同样的错误，你就会丧失信心。
如果你不能接受自己，你会追寻爱情以完善自身，结果浪费了大好光阴。
如果你不能接受自己，你会一心想着打败他人，却忘了探寻自身最美好的品质。
如果你不能接受自己，你会过分看重物质利益。
如果你不能接受自己，你常常会觉得孤独，即便与他人共处也无济于事。
如果你不能接受自己，你会总是生活在过去。
接受自己并非意味着不可救药；只有接受自己，你才能从此成长。
如果你接受自己生活的全部，任何一部分将不会被浪费。
如果你不能接受自己，每天你都会害怕面对自身流露出来的特点。
如果你不能接受自己，你就会与真实为敌。
如果你不能接受自己，你无处可逃。
接受自己胜过一切。
如果你能接受自己，你就能接受整个世界

第一图书网, tushu007.com

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