

<<像孩子一样活着>>

图书基本信息

书名：<<像孩子一样活着>>

13位ISBN编号：9787505432871

10位ISBN编号：7505432877

出版时间：2012-11

出版时间：朝华出版社

作者：悦涵

页数：221

字数：200000

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>

<<像孩子一样活着>>

前言

人生弹指一挥间，如白驹过隙，刹那芳华，回首已是百年身。

有谁敢在暮年之时说，我想做的事都义无反顾地做了，我想实现的梦想都已经达成了，我想抓住的机会从来都没有放过，我的人生没有遗憾？

或许，能坦然说出这番话的人，寥寥无几。

世人有各种不同的活法，有的人一生逆来顺受，有的人放荡不羁，有的人始终走在追寻梦想的路上，有的人自甘平庸。

我们无法评论什么样的人生才是成功的，因为谁都可以自由地选择自己的活法，但问题是：你过得是不是开心，是不是没有怨悔？

日本最年轻的临终关怀医师大津秀一，在多年的行医经历中，亲眼目睹、亲耳所闻1000例患者的临终遗憾后，写下了《换个活法：临终前会后悔的25件事》一书。

几乎所有看过这本书的人，都会想到一点：活着，就要善待自己！

想做什么就该去做！

的确，无论选择哪一种活法，都切忌压抑和忍耐，不要勉强自己，什么事都憋在心里，不敢做自己喜欢的事，一辈子活在别人的看法里，无限度地隐忍。

这样的人生是很辛苦的，也是最容易给自己留下悔恨的。

可放眼望去，生活中有很多人都在忙忙碌碌中，丢失了最初的梦想；很多人一直把心愿供奉在心里，还没来得及去实现，却发现已经没有机会了；很多人迫于生存的压力，默默地承受着委屈，压抑与忍耐地活着；很多人因为一些小事结下了心结，怨怼着过每一天……他们并不情愿，并不开心，却依然过着这样的日子。

难道，是他们不愿意善待自己吗？

其实，并不是他们不懂善待，不会善待，只是他们习惯了去爱别人，而忽略了自爱。

回想一下，我们平日里如何对待孩子：不愿意孩子活在痛苦的压力下；不愿意看到孩子默默承受着委屈；竭尽全力帮助孩子实现梦想；鼓励孩子走过人生的每一段低谷；珍惜与孩子相处的每一天；从不会苛求他要做得多完美；哪怕他无心伤害了自己，也会始终以宽容的姿态来面对。

每个人都是自己心中的孩子。

如果，我们能够像孩子一样活着，能够像孩子一样让自己保持一颗纯净的心，那么我们的人生还会有这么多烦恼和痛苦吗？

还会有那么多遗憾吗？

《像孩子一样活着》是编者精心编写的一本暖心之作，更是一本提醒世人善待自己的幸福箴言。

不管此刻的你，做着什么样的工作，住着什么样的房子，处在什么样的境遇里，只希望你洒脱真实地活着，做自己想做的事，过自己想要的生活，不刻意隐瞒自己的感情，像孩子一样呈现出发自内心的欢乐与悲伤。

如此，便是对生命最大的善待，也是此生最大的幸福！

最后，祝愿每一个人都能在未来的日子里，善待自己，善待生活！

<<像孩子一样活着>>

内容概要

不管此刻的你，做着什么样的工作，住着什么样的房子，处在什么样的境遇，只希望你洒脱真实地活着，做自己想做的事，过自己想要的生活，不刻意隐瞒自己的感情，像孩子一样呈现出发白内心的喜怒哀乐，你就生活在幸福的人生里。

<<像孩子一样活着>>

书籍目录

Chapter 1 过了今天，就不会再有另一个今天

父母珍惜与孩子相处的每一刻，并由衷地享受这种甜蜜的幸福。

他们生怕岁月匆匆，错过了孩子成长的每个瞬间。

其实，不只孩子的每一天是崭新的，任何人的每一天都是崭新的。

只是，我们因为背负了太多的过去，担忧着太多的明天，忘记了去享受这唯一的今天。

学会善待自己吧！

一辈子的时间并不长，谁都无法逆转过去发生的事，更无法预言未来要发生的事，唯一能够做的，就是认真地享受现在。

爱自己，不为明天的阴晴雨雪担忧

人要把握的不是未来，而是现在

让过去随风飘散，善忘的人最幸福

幸福不是拥有最美的，而是珍惜所拥有的，不要一直为失去的东西掉眼泪

不懂珍惜与享受，拥有会变成失去

用行动充实每一个“今天”

Chapter 2 把心愿供奉在心里，唯一的结果只有错过

看到自己想要的东西，孩子会主动说出来，甚至会伸出手去拿。

他不在乎旁人的目光，也不去想自己最终是否会得到，他只是做自己想做的事。

其实，我们也应该如此。

人生是经不起等待的，很多事情，如果现在不去做的话，就很可能永远也做不了了。

生活，有时候需要顺其自然，但很多的时候，更需要主动争取，唯有如此才能不留遗憾。

像呵护孩子一样呵护自己的心愿，努力追寻自己的梦想，这才是真的善待自己。

对自己最大的亏欠，就是让梦想在等待中搁浅

有些爱情，错过了就是一辈子

渴望成功，就勇敢地做自己的伯乐

空想再美好，也想不出精彩的未来

越是患得患失，留下的悔恨就越多

渴望得到幸福，就要靠自己争取

做自己想做的事，别管他人怎么说

人生能有几回孝，报答父母要趁早

Chapter 3 找个出口，不要让痛苦悄无声息地烂在心里

谁都会有脆弱的时候，再有力的肩膀也会有承受负累的上限。

孩子受了伤而大哭时，身旁总会出现关切的目光和温暖的话语；而在成人的世界里，多数人却只会悄悄地把疼痛和酸楚咽到肚子里，烂在心里。

生命只有一次，任何人都不该肆意挥霍，更不该勉强承受那些明明无法承受的重量。

坚强，不等于不再流泪；成熟，不等于委屈自己。

如果你不忍心看到孩子受委屈，那么也请你这样对待自己，发泄出你的痛苦，说出你的烦恼，善待那颗柔软的心。

因为在生命面前，任何人都是平等的。

.....

Chapter 4 坏日子总会过去，做不到感恩磨难至少要保持平静

Chapter 5 别为小事结下心结，宽待他人也要善待自己

Chapter 6 苛求埋怨适可而止，悦纳才能更好地生活

<<像孩子一样活着>>

Chapter 7 生活不需要那么多，简单才能衍生快乐

Chapter 8 背对着阳光，看到的只能是孤单的影子

<<像孩子一样活着>>

章节摘录

版权页： 很多人都被类似故事中的这些小事影响着，其实这些事情没有什么大不了的，因为我们每天都可能遇到。

如果我们每天都被它纠缠，只会使我们的精神处于崩溃的边缘。

心理学家认为，人的自我评价和好恶来自于价值选择，当消极的情绪困扰你的时候，改变你原来的价值观，学会从相反的方向思考问题，你的心情和情绪就会发生良性变化，这也是那些懂得自我安慰者常用的方式。

当烦恼来临的时候，与其在那里唉声叹气，惶惶不安，不如拿起心理调节的武器，从相反方向思考问题，使情况由阴转晴，摆脱烦恼。

在撒哈拉大沙漠里，住着很多阿拉伯人，这里有时会刮起暴风，一刮就是三天三夜。

风势很是强劲，很猛烈，甚至把撒哈拉的沙子吹到法国的隆河河谷。

这些暴风还十分热，吹得人头发似乎全部被烧焦了一样，所以，生活在隆河河谷的法国人很是烦恼。

可是阿拉伯人却很少抱怨，暴风过后，他们立刻展开行动，把所有的小羊羔杀死，因为他们知道那些小羔羊，反正是活不成了；而把小羊杀死，却可以挽救母羊。

在屠杀了小羊之后，他们就把羊群赶到南方去喝水。

所有这些行动都是在冷静中完成的，对于损失，他们没有任何忧虑抱怨。

部落酋长甚至说：“就算我们损失了所有的一切，我们仍然会感谢上帝，因为我们可以从头再来。

”那些阿拉伯人之所以没有不顺心的事，是因为无论发生了什么样的灾难，他们都能保持快乐的心境——因为他们学会了自我安慰。

其实，每个人都应该学会安慰自己，来排除这些困扰心灵的烦恼。

人要尊重自然规律，面对社会现实。

由于财富、地位、人事关系的差异，世界上没有绝对的公平，相反，有时不公平的事比公平的事还要多，这就是现实。

几只狐狸听说有一个农庄里有一大片葡萄，于是一起来到葡萄架下。

由于葡萄架太高，他们无法吃到葡萄。

第一只自我安慰说，葡萄是酸的，自己不想吃，走了。

第二只不甘心就这样空手而回，所以不断地使劲儿往上蹦，不抓到葡萄誓不罢休，最终耗尽体力死在葡萄架下面。

第三只狐狸吃不到葡萄便破口大骂，抱怨人们为什么把葡萄架得这么高，不料被庄园的农夫听到，一锄头把它打死在地。

第四只因生气抑郁而死。

第五只犯了疯病，整天口中念念有词：“吃葡萄不吐葡萄皮……”想想，哪只狐狸的情商更高？

当然是第一只，因为在无可奈何的事情面前，它懂得自我安慰，让自己活得更轻松。

俄国作家契诃夫曾写道：“要是火柴在你口袋里燃烧起来了，那你应该高兴，而且还要感谢上苍，多亏你的口袋不是火药库。

要是你的手指扎了一根刺，那你应该高兴。

挺好，多亏这根刺不是扎在眼睛里。

”

<<像孩子一样活着>>

编辑推荐

德国大诗人席勒说：“糟糕的事情那是过去，像孩子一样准备新的游戏，儿童游戏中常寓有深刻的思想。”

罗曼·罗兰也说：“有了光明与黑暗的均衡的节奏，有了儿童的节奏，才显出无穷无尽莫测高深的岁月。”

而尼采则这样评述：“儿童就是纯真与遗忘，是一种新生，是一场游戏。一个自己转动的圈圈，一种最先存在的运动，一种神圣的肯定。”

因此我们洒脱真实地活着，做自己想做的事，像孩子一样呈现出发自内心的欢乐与悲伤，才是对生命最大的善待。

<<像孩子一样活着>>

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>