第一图书网, tushu007.com

<<心情是一种选择>>

图书基本信息

书名：<<心情是一种选择>>

13位ISBN编号：9787506439190

10位ISBN编号：7506439190

出版时间：2006-8

出版时间：中国纺织出版社

作者：江城子

页数：240

字数：240000

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

<<心情是一种选择>>

内容概要

心情的好坏，其实只是一种选择。
你选择戴上乐观的眼镜，你看到世界会处处亮堂；你选择戴上悲观的眼镜，你看到世界将是一片灰色。
作为现代人，如何选择自己的好心情？
由羁绊中抽身而出的行动，会使你的心情变得轻松。
　　做快乐的使者，让自己的生活充满阳光。
　　有的人，心如阳光，散发温暖；有的人，心像大海，博大无边。
面对责难也好，挫折也罢，他们总是面带笑容，心态平和。
他们拥有好心情，这种心情能使自己的精神、体力、创造力保持最佳状态，同时也能感染他人，以赢得帮助。
因此，他们人生的道路会拥有更多的鲜花和温暖。

第一图书网, tushu007.com

<<心情是一种选择>>

书籍目录

第一章 幸福与快乐藏在哪里　活着的意义　给心一个空闲　守住心中的阳光　四季轮换　做棵心安草　问心无愧　良心＝良好的心情　静观人生　人生三境界　“随……”的人生智慧　为什么要珍藏　双胞胎的心态　今天在我们手中　金钱和水　用心和眼睛一起看　视而不见　人生不是单色调　生命的河流　幸福的河流　幸福就在眼前　追求幸福的障碍是期望过大　活在当下　被瓷杯吓出冷汗的将军　上帝也没法事事如愿　快乐是一种美德　快乐源于生活的充实　适中常乐　青春是一种心事　保持一颗童心　卸陷也能带来快乐　放弃也是一种美　好心情的威力第二章 我的心情我做主第三章 拥有好心情的小招数第四章 工作需要好心情第五章 用好心情调制爱情之酒第六章 家的港湾因好心情而温馨第七章 人际关系因好心情而融洽第八章 大声向坏心情说拜拜

<<心情是一种选择>>

章节摘录

第一章 幸福与快乐藏在哪里　　问心无愧　　半个世纪前，在纽约贫民区某公立学校里，奥尼尔夫人所教的三年级学生举行了一场算术考试。
阅卷时，她发现有12个男孩子对某一题的答案错得完全一样。
奥尼尔夫人叫这12个男孩子在放学后留下来。
她不问任何问题，也不做任何责备，只在黑板上写下这样一句话：　　“在真相肯定永无人知的情况下，一个人的所作所为，能显示他的品格——汤姆斯?麦考莱”。
她让孩子们抄100次。
多年后，其中的一个孩子回忆说：“我不知其他11个人有何感想，只知道自己，可以说：这是我一生中最重要的教训。
老师把麦考莱的名言告诉我们已经是多年以前的事了，我至今仍认为那是我所见到的最好的准绳之一。
不是因为它可以使我们衡量别人，而是因为它使我们可以衡量自己。
”　　我们中间需要决定宣战或其他国家大事的人不多，但我们每人每天都必须作出许多个人的决定。
在街上捡到一个钱包，该把钱吞没呢，还是送交警察?那笔交易本是别人的功劳，可以把它据为己有，列在自己的业绩里吗?　　我国传统文化里有“慎独”两字，说的也是君子要注意在无外人知道的情形下谨慎从事。
其实，你做的任何事，至少你的心知道，是“问心有愧”还是“问心无愧”，这种区别来自于你那一念之间的选择。
选择了光明磊落，你的心就会无拘无束；选择了不能见人，你的心就会愧疚一生。
还记得电影《红番区》的主题曲《问心无愧》吗？
只会流汗，不会流泪；不懂后退，只会奉陪。
只想尝到挑战的滋味，吃一点亏已无所谓，受点苦也无所谓。
一身伤痕，换一分体会。
怎么能够将白变黑，怎么能够将是变非，怎么能够眼睁睁看着世界不分真伪。
……

<<心情是一种选择>>

编辑推荐

作为现代人。
如何选择自己的好心情？
美国作家克里斯顿·D拉尔森就是一位选择戴乐观眼镜的人，他在一首《答应自己》的诗中，写了如何选择好心情的方法：　答应自己——　将如此坚强，任何东两也我法扰乱内心的静谧；　和见到的每一个人谈到的都是关于健康、幸福和舒畅；　让你所有的朋友都感到他们各有所长；　任何事物皆能窥见其光明的一面，使你的快乐信条处处应验；　只想令人快感的事情，仅盼让人欣然的结局；　对别人的成功像对自己的成功，报以同样的欢呼；　忘却以往的过失，义无反顾地争取更大的建树；　将永远面带一种愉悦，向所遇到的每一个生灵送上一份可心的笑意；　将如此忙于完善自己，而无暇对他人吹毛求疵；　将过于豁达，不会忧郁；过于高贵，不屑动气；过于硬朗，不知畏惧；过于快活，不容心存芥蒂。

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