

<<再苦也要笑一笑>>

图书基本信息

书名：<<再苦也要笑一笑>>

13位ISBN编号：9787508062990

10位ISBN编号：750806299X

出版时间：2011-6

出版时间：华夏

作者：龙春华

页数：305

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>

<<再苦也要笑一笑>>

前言

人生虽苦，也要笑靥如花 大家都知道，人生不可能一帆风顺，不如意的事，十之八九。因此，烦恼与痛苦也伴随着这些不如意的事而来。

我们常常为恋人的离去痛彻心扉，常常为朋友的背叛在黑夜中买醉，常常为工作不如意感到忧心不已，常常为家庭中出现的矛盾彻夜难眠，偶尔还为自己出身低微感到抬不起头，有时还为自己的身高不够感到自卑……这一切的一切，都让我们不由自主地感叹：人生真苦啊！

是的，人生就像一场无法预知的旅行，我们在前行的过程中，总会遇到各种各样的困难、挫折。毫无疑问，人生确实苦。

可是，我们从呱呱坠地的那一刻起，就注定了要面对人生中的各种困难。

那么如何面对呢？

人生虽苦，也要笑靥如花。

用微笑来面对人生，用微笑来面对人生中的各种苦难。

因为再重的担子，笑着是挑，哭着也是挑：再不顺的生活，笑也是天，哭也是一天，撑过去了就是胜利。

微笑是上帝赋予人类的特权，每天给自己一个微笑，给他人一个微笑，如此一来，你每天都能笑靥如花；微笑是人与人之间沟通的法宝，真诚的微笑能够缩短人与人之间的距离，会使他人解除心灵上的戒备，从而使自己结交更多的朋友，也给自己带来更多的欢乐；微笑是一种气质，即使你衣着寒酸，但是你如果始终保持微笑，既不对大人物谄媚，也不对小人物傲慢，那么你的微笑一定充满魅力，让他人感受到你的快乐……每天让自己笑靥如花，那么再多的困难也会被你踩在脚下。

其实，人生的苦与乐完全取决于我们自己的心态。

如果我们以一种积极乐观的心态去面对生活中的种种苦难，那么毫无疑问，我们的人生是美好的，是充满阳光的；如果以一种消极的心态去面对，当然生活呈现出的就是诸多的不如意。

比如，你认为自己贫穷，并且无可救药，那么你的一生将会在穷困潦倒中度过；相反，你认为贫穷是可以改变的，并积极勇敢地面对贫困，那么你最终会走出贫困，品味到生活的甘甜。

面对人生的痛苦与挫折，最重要的是摆正自己的心态，积极地面对一切。

再苦再累，也要让自己微笑。

笑一笑，你的人生会更美好。

如果没有苦难，我们就无法体会到苦尽甘来的喜悦；如果没有挫折，我们就无法体会到收获成功时的自豪；如果没有一段沧桑的经历，就不会知道生活中的酸甜苦辣。

因此，不要把人生幻想得那么圆满，要知道，生活的四季不可能只有春天。

我们每个人都要经历一些坎坷，都要品尝苦涩和无奈，这样，我们才能成长。

从现在开始告诉自己：“人生虽苦，也要笑靥如花。

”闲看庭前花开花落，望天上云卷云舒。

用微笑面对人生的苦难，再苦也要笑一笑，你最终将驶向幸福的彼岸。

《再苦也要笑一笑》一书中讲述了许多经典哲理故事，其内容涉及人生的方方面面，这些故事有的睿智凝练，让我们的心灵为之震撼；有的灵气十足，宛如一股永不枯竭的清泉，悄然渗入我们的心田……每个故事都在向我们讲述一份美好的情感、一种人生的意义，让我们在品味中得到智慧与快乐。

<<再苦也要笑一笑>>

内容概要

漫漫人生中，苦难并不可怕，你也无须为挫折忧伤。

只要心中的信念还在燃烧，你的人生旅途就不会中断。

所以你要微笑着面对生活，不要抱怨生活中的曲折与磨难。

当你走过世间的繁华，阅尽世事，你就会幡然醒悟：生活并不需要太多的处心积虑，也不需要忍受过多的痛苦，自古万事难得圆，好也随缘，赖也随缘，再苦也要笑一笑！

《再苦也要笑一笑》讲述了许多经典哲理故事，其内容涉及人生的方方面面，这些故事有的睿智凝练，让我们的心灵为之震撼；有的灵气十足，宛如一股永不枯竭的清泉，悄然渗入我们的心田……每个故事都在向我们讲述一份美好的情感、一种人生的意义，让我们在品味中得到智慧与快乐。

<<再苦也要笑一笑>>

作者简介

龙春华 从事图书出版行业多年，主要作品有生活及职场励志类图书《推销攻心术——一本书读懂推销心理学》。

<<再苦也要笑一笑>>

书籍目录

第一章人生四味，苦辣酸甜

苦：生命的滋味，犹如一杯苦咖啡 002

辣：每一种创伤，都是一种成熟 010

酸：总在成功与失败之间 018

甜：深放在心间，好梦会实现 026

第二章莫回首，管他昨是今非

不为昨天流泪 038

别再责怪自己 045

坦然面对眼前 052

不要总是回味 061

一笑置之更妙 066

第三章莫生气，愁容不如笑容

不在意，不生气 076

适度宣泄，懂得包容 082

自嘲调节，微笑置之 090

停止抱怨，活出自我 094

第四章向前看，阳光依旧灿烂

阳光总在风雨后 104

摆脱心灵的羁绊 113

拥有一个好心情 118

相信自己的能力 125

第五章有信念，长风破浪向前

顺境中，微笑面对人生 134

逆境中，喜迎幸运降临 140

困境中，再给自己机会 146

绝境中，寻找一线生机 155

第六章能承受，千磨万击还坚劲

别让压力毁了你 166

自己说行就一定行 173

坚持就是胜利 179

过程比结果重要 186

第七章常知足，功名利禄看淡

淡泊明志，宁静致远 196

取舍得当，不存妄想 204

平淡似水，和而不流 210

面朝大海，春暖花开 217

第八章常欢笑，十年青春年少

谈笑风生，豁达豪迈 224

每天一个甜蜜的笑靥 232

且灭嗔中火，休磨笑里刀 237

微笑着面对人生 245

第九章苦中苦，苦尽甘自来

痛苦是通往天堂的梯子 254

并非每一次不幸都是灾难 260

吃过黄连苦，方知蜜糖甜 265

<<再苦也要笑一笑>>

接受痛苦，才能走出痛苦 270

第十章多快乐，笑看成败得失

时常感恩，快乐相随 280

凡事想开，笑容常在 287

放下包袱，轻松自在 291

不为难自己就快乐 299

<<再苦也要笑一笑>>

章节摘录

第一章 人生四味，苦辣酸甜 苦：生命的滋味，犹如一杯苦咖啡 生命的滋味，就像一杯苦咖啡，只有细细品味过它的苦涩之后，才能理解它隐藏的内涵。

当生活还在继续，生命还在燃烧，我们就注定了要将这杯咖啡饮尽，慢慢地去发现它的香醇，时时准备着品味生命中的苦，并在苦中寻找甜的源泉。

世界上寿命最长的鸟类应该是老鹰吧。

据说，老鹰可以活到70岁。

但老鹰要想活那么长，它必须在40岁时作出艰难而重要的决定。

当老鹰活到40岁时，它的爪子已经开始老化，无法准确地抓住猎物；它的喙变得又长又弯，几乎能碰到胸膛；它的翅膀变得十分沉重，因为它的羽毛此时已经长得又密又厚，使得它飞翔起来十分吃力。

40岁的老鹰面临着两种选择：等死或是经过一个十分痛苦的“更新”过程。

然而这个“更新”过程是十分痛苦的，老鹰要经过150天漫长的煎熬，飞到山顶，在悬崖上筑巢，并停留在那里，不得飞翔。

老鹰要用它的喙击打岩石，直到它的喙完全脱落，再静静地等候新的喙长出来。

然后用新长出的喙把趾甲一根一根地拔出来。

当新的趾甲长出来后，它还要把羽毛一根一根地拔掉。

5个月以后，等新的羽毛长出来了，它才能开始飞翔，重新得到30年的寿命！

其实，世间万物都是如此，都需要我们有一定的付出，没有付出，我们就不会有收获，更不会赢得回报。

当然，付出也必定与“苦”字相连，也许正因为这样才显得“得到”的可贵吧！

下面有这样一个故事： 她是一个很不幸的女人。

大学毕业后，她就漂泊在伦敦的街头，只能靠打零工来勉强糊口。

后来，她去曼彻斯特寻找她大学时的男友，可惜没有找到，她只好乘车返回伦敦。

在火车上，她一直闷闷不乐。

她知道，其实是男友抛弃了她。

她一直呆呆地望着窗外一成不变的英格兰乡村。

她是一个爱幻想的女人，就是车窗外那些黑白花奶牛，也能使她幻想出有一列火车载着一个男孩去巫师寄宿学校的情景：一个小男孩得到魔法学校的邀请，后来他才知道自己是个巫师……为此，她浮想联翩，兴奋异常。

很可惜，那个六月的晚上，她并没有带纸和笔。

于是，她只好闭上眼睛，把浮现在脑海中的每个想法和细节都一一记录了下来。

回到家里，她迫不及待地将在火车上想到的故事写了下来。

很快，她的稿子就有厚厚的一沓了。

这时，她大胆地决定，要把这些东西写成书，要写成一部很有阅读价值的书！

虽然她还是个未出版过任何作品的“作家”。

……

<<再苦也要笑一笑>>

编辑推荐

善待自我，笑对人生的心灵慰藉书。

笑对苦难，是一种勇气，更是一种淡泊，其实，换个角度来思想，很多苦难都会微不足道。

心灵境转，微笑着走出烦恼与阴霾。

善待自我，笑对人生的心灵慰藉书。

笑对苦难，是一种勇气，更是一种淡泊，其实，换个角度来思想，很多苦难都会微不足道。

心灵境转，微笑着走出烦恼与阴霾。

《再苦也要笑一笑》是一本在开本上更便于携带的图书，它可以使读者在上下班路途中、在工作闲暇时、在商务往来的等候中等轻松阅读，从而让我们学会换一角度看待挫折，微笑着面对人生的苦难。

本书通过一些发人深省的故事，精辟入里的分析让读者更加深刻地理解再苦也要笑一笑的人生智慧。本书附有大量与内容相辅相成的插画，读者在阅读中可以更好地理解文中深刻的道理。

<<再苦也要笑一笑>>

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>