

<<生活再苦，也要懂得欣赏>>

图书基本信息

书名：<<生活再苦，也要懂得欣赏>>

13位ISBN编号：9787511227188

10位ISBN编号：751122718X

出版时间：2012-8

出版时间：光明日报出版社

作者：王可飞

页数：226

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>

## <<生活再苦，也要懂得欣赏>>

### 前言

卡耐基说过这样一句话：“要改变人而不触犯或引起反感，那么，请称赞他们最微小的进步，并称赞每个进步。

”每个人都有这样的愿望，希望在自己的成长道路上，能够多听到一些掌声，多得到一些鼓励，对大多数人来说这样的奋斗历程才不孤独。

也许，在每个人的心里都隐藏着一个观众，他所有的努力和付出，以及获得的成果是需要得到认可和赞美的，甚至在某种程度上，每个人都在扮演着演员的角色，时刻希望着被欣赏。

尤其是在当今这样的社会环境下，躲在自己网中的人并不是不愿意与人沟通。

一个人会寂寞，谁都明白。

可是，知音不常在。

同样的一个问题，每个人的思路不同，每个人的自主性又都很强，都想按照自己的方法来解决，因此，人和人之间有矛盾是原本就存在的事实。

能够在生活中欣赏他人、欣赏自然、欣赏自己所生活的环境、欣赏自己的生活，这样的人无疑是幸福的。

欣赏是双向行为，你在欣赏他人的同时也获得了对方的善意。

确切地说，欣赏是多向行为，它像光一样，在一个大范围里照耀，并且能够传递。

欣赏他人的时候，即是在欣赏自己。

有些人的生活遭遇危机，更多的原因来自于自身，来自于自身对待生活的态度。

在这种生活态度下，他无法意识到自己每天的生活存在着怎样的意义，而意义和价值的缺失使人看不到希望，甚至无法判断自己是成功了还是失败了，找不到适合自己的标准。

于是，很多人，不幸福，或者说感受不到幸福，意识不到成功。

罗兰曾说：“成功的意义应该是发挥了自己的所长，尽了自己的努力之后，所感到的一种无愧于心的收获之乐，而不是虚荣心或金钱。

”成长，就是长成为自己的样子！

每个人都有权利欣赏生活，称赞生活里的这个自己。

在一个时间、一个空间里你就是唯一的，因此，所有的进步都值得称赞，所有的幸福都应该歌颂。

不要低估了一个微笑、一句话的作用，生活中大多的际遇都源于这样一种友好的表示，可能一个人就因此走近你，甚至爱上你。

欣赏，涉及生活的方方面面，可大可小。

本书主要从学会欣赏工作、欣赏生活、欣赏恋人、欣赏孩子、欣赏朋友、欣赏对手、欣赏自己、欣赏自然、欣赏城市、欣赏老人等方面说起，以期使每个人都能拥有一双善于发现美的眼睛，感悟生活中的小幸福，感受自己的小进步。

成功和幸福更多的是来自于内心，会欣赏的人幸福指数高。

如果这本书能对忙碌中的你有所启发，能够让你用欣赏的眼光去看待日常生活中的小事件，静下心来，感受点点滴滴的幸福，这就是我们最感欣慰的事情了。

期待你发现生命里更多的成功和幸福，为自己喝彩。

最后，感谢本书出版过程中给予帮助的所有朋友，感谢各位编辑老师、各位同仁的鼎力支持。

也欢迎读者提出宝贵的意见，以期我们在相互的扶持中，共同进步！

## <<生活再苦，也要懂得欣赏>>

### 内容概要

《生活再苦也要懂得欣赏》由王可飞编著。

《生活再苦也要懂得欣赏》简介：

欣赏就是在面对生活的困扰时，不纠结、不抱怨，用强大的内心和纯美的灵魂拥抱世界。

与其在喧嚣的世界里疲惫不堪地追寻，何不静下心来感受点点滴滴的幸福？

每个人都不可能是一座孤岛，要学会欣赏他人、欣赏自然、欣赏自己所处的环境、欣赏自己的生活...  
...欣赏身边的一切，那怕是一个浅淡的微笑，你也能从中获得未知的善意、幸福，以及灵魂的感动。

<<生活再苦，也要懂得欣赏>>

作者简介

王可飞，自由撰稿人，身心灵励志类畅销书作家。

潜心于心理与人际关系的研究。

用文字行走在理想和现实之间，用诗意的文字刻画滴血的现实，用生活的智慧开启丰满的理想。

已出版和策划出版数十部畅销书。

其作品深入浅出，娓娓道来，如诉家常，读时如沐春风，令人茅塞顿开。

## <<生活再苦，也要懂得欣赏>>

### 书籍目录

第一章 欣赏是门学问，会欣赏的人幸福指数高

欣赏是蒙娜丽莎，会对每一个人微笑

欣赏“幸福”，欣赏“命运”

不是命运不眷顾你，是你不欣赏自己

多一点赞赏，“傻瓜”也能变天才

拆掉思维里的墙，不做井底的青蛙

世界是个六面体，你可以绕着看

欣赏，是美丽人生最亮丽的风景

第二章 工作不只为糊口，找到奥妙更重要

所有人都重要，欣赏你身边的小人物

推开幕后，后台的演出同样精彩

赞扬要真诚，认可要及时

给自己一个心愿，给工作一面墙

快乐地去工作，因为工作而快乐

第三章 给我一双慧眼，去发现生活中的美

你站在桥上看风景

看风景的人在楼上看你

欣赏你的生活，有些事现在不做，以后就永远做不了

学着用身体表达爱意

在生活中修炼成精，爱生活，爱自己

欣赏，给你一双明亮的眼睛，去发现美

第四章 如何让你遇见我，在我最美丽的时刻

欣赏自己的爱人，钥匙不交给别人

平淡无奇也是一种幸福

最美的不是下雨天，是你带笑的容颜

有心能知，有情能爱

做你近旁的一株木棉，在相同的高度上欣赏你

从“七年之痒”到“梅开二度”

第五章 每个孩子都是天使，欣赏能使他挥动翅膀

我们眼中有一样的世界

称赞最微小的进步，并称赞每个进步

进步是孩子的，错误是你自己的

欣赏孩子，意味着给孩子插上一双翅膀

孩子并不“单纯”，欣赏要从多处下手

青春期怎样才能对爱不糊涂

欣赏是一份特殊的礼物

第六章 对朋友多一分欣赏，友谊天长地久

尝试信任才能得到欣赏

玩一把无条件信任的赌博

最好的人际关系是相互欣赏，而不是相互需要

有缘能聚，有梦能圆

多一分欣赏，少一分虚假

为他的闪光点加油

第七章 不怕被利用，就怕你没用

欣赏你的对手，他的强项正是你的不足

<<生活再苦，也要懂得欣赏>>

欣赏如清水，无处不可流  
欣赏如月光，有隙皆可存  
欣赏对手，我能抵抗一切  
敌人在镜子里，你在对面  
逐鹿？

问鼎？

没有结局

第八章 年轻的情怀，欣赏自己，像爱一朵花

欣赏自己，我要幸福，就现在

对着自己说：我爱你

佛向心中求

我们可以不美丽，但要懂得欣赏自己

做一个善于欣赏自己的人

我们心里有神仙，现在出发拜访他

第九章 把天空尽收眼底，俯视天下

看穿远古

向往绿色家园，谁是沙漠绿洲的祖先

听花开的声音，感受花的灵魂

盘古的脚印，天涯在哪儿

四季轮回，不一样的风景

第十章 行走在城市间，为梦想而停留

谁是城市的画手

后工业时代

美食家与品酒家

第十一章 多少情爱，化作一片夕阳红

最美不过夕阳红，那些感动你的画面

几十年后，也会这样幸福吗

生活是陈年的酒

老糊涂还是真智慧

静看花开花落，闲观云卷云舒

欣赏是蒙娜丽莎，会对每一个人微笑

## <<生活再苦，也要懂得欣赏>>

### 章节摘录

版权页：在工作中取得成就引起关注并不是一蹴而就的事。

很多人刚工作时都是怀揣理想要成就一番大业，真正进入工作中却发现和自己的愿望相差太远。

从最底层工作做起的勇气和耐心并不是每个人都有的。

其实，很好理解，理论和实践要想结合必定要经历一个阶段，在这个过程中自身能力的提高才是最重要的。

掌握一个行业的话语权，并不是件容易的事，实力证明一切。

积蓄力量的过程是必需的，虽然这个过程会很长，你会动摇对自己的价值定位，找不到继续前进的动力。

奋斗的过程时刻有潜在的危机，即一个不确定心态。

在未知多于确定的情况下，努力是不是值得？

是不是就会取得预期的收获？

这些疑问都会出现。

有句话说，“远处的大山不如鞋底的一粒沙子”，理解可以有很多种。

从个人发展的角度来说，不要一味盯着宏大的愿景，而忽略了现实中遇到的问题。

就算大山还很远，而及时地倒出了鞋底的沙子不是才能更好地走路吗？

发现一个小问题，发现自身某一方面的问题，及时解决，这就是进步。

“台上三分钟，台下十年功。

”黎明前的黑暗总是显得太长，等待成功是一段很艰难很煎熬的岁月。

鲜花和掌声属于舞台上胜利的人，每个人都想成为舞台上那颗闪耀的星，但并不是人人都有机会走上领奖台。

更多的人还是在幕后兢兢业业地工作着，没有鲜花，没有掌声，甚至很少得到认可和赞赏，有时候批评反倒是常事，从生活中寻找乐趣都很难。

英雄的背后，总是有很多无名英雄在支撑，虽说每个人都付出了努力，但英雄毕竟是少数。

看电视、电影时，你往往关注的只是明星。

这部影片里你喜欢的那个明星的造型多时尚，衣服多好看，表演是多么到位。

这些都是你关注的，但是你很少注意到工作人员们，摄影师、造型师、道具师，还有群众演员。

就算是你关注的那些人，也多是从跑龙套开始的。

喜欢看影视剧的花絮部分，和电影比起来，这样的内容反倒更真实。

在视觉凸现的色彩艺术上，电影带给人的视觉冲击力往往显得不真实。

娱乐至死的时代下，一部影片真正要带给观众的是什麼，在观影的同时你有没有用心体会？

从现在的情况看，很多人的努力成了一种无用功，没有人认真研究影片蕴含的深层意义和价值，所有的都被混为一谈，看过之后一点思考的行为也没有，殊不知影片背后有多少个通宵达旦，凝聚了多少人的心血。

## <<生活再苦，也要懂得欣赏>>

### 编辑推荐

《生活再苦,也要懂得欣赏》编辑推荐：真正的幸福是在面对世俗纷扰的困境时，能以欣赏的目光看待世界，抚慰心灵。

拥有一双善于发现美的眼睛，感悟生活中大大小小的幸福，感受自己点点滴滴的进步。

成功和幸福更多的是来自于内心，会欣赏的人幸福指数会更高。

幸福不是你拥有多少，而是你对生活有多少的爱。

快乐的人有两种：一种是处事乐观，不懂烦恼的人；一种是真正了解生活，懂得欣赏和接纳一切的人

。



<<生活再苦，也要懂得欣赏>>

名人推荐

生活中不是缺少美，而是缺少发现美的眼睛。  
——罗素

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>