

<<触摸幸福从心开始>>

图书基本信息

书名：<<触摸幸福从心开始>>

13位ISBN编号：9787511301611

10位ISBN编号：7511301614

出版时间：2010-4

出版时间：中国华侨出版社

作者：雪子

页数：261

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>

<<触摸幸福从心开始>>

前言

幸福是什么？

幸福是一种感觉，是对生活的一种态度定位。

怎样才能获得幸福呢？

其实很简单，就看您用什么样的心态生活。

阅读本书可以帮您改变心态，为您打开幸福之门。

人的心态体现在各个方面，生活、工作、习惯、为人、处世，等等。

不同的态度决定不同的人生，心态影响着人的情绪和意志，心态决定着人的工作状态与质量。

有着积极心态的人不一定富有，但一定是幸福、快乐和乐观的。

人之幸福在于心之幸福，只有内心深处的幸福才是真正的幸福。

幸福从好的心态开始，拥有好的心态就能拥有幸福。

谁也不能让您感到自卑和苦恼，除非您自寻烦恼。

我们拥有积极的心态，就会拥有一生的成功。

当您开始用积极的心态阅读此书时，您就会感到人生很充实，身心很和谐，当然，您就会获得幸福。

从本书中您将学会怎样生活，用怎样的心态去生活，同时本书将成为您打开幸福大门的钥匙。

<<触摸幸福从心开始>>

内容概要

在纷繁复杂的社会中，人们都渴望能获得幸福。

但什么是幸福？

怎样才能获得幸福？

为什么在短暂的人生中自己就是抓不住幸福？

其实，幸福就在我们身边。

它存在于我们生活中的每一个角落，每一个瞬间，它需要我们用心去发现，去感受。

要创造幸福、得到幸福和享受幸福，我们需要从“心”开始。

获取幸福，往往就在一念之间。

本书融合人生幸福体验和感悟，结合现代人们对幸福追求的困扰，从不同的心态阐述幸福的意义和价值，涵义深远，耐人寻味，启迪心智，帮你提升心灵的感受能力，树立积极的人生态度。

仔细阅读，悉心品味，就一定能从中体悟到幸福的真谛，找到属于自己的幸福。

<<触摸幸福从心开始>>

书籍目录

第一章 态度决定人生 执著造就成功 只不过是从头再来 人生需要设计 点亮人生的希望 放下身份,路越走越宽 寻找生命的“大石块” 相信自己最优秀 选择积极的生活动力 先想一个好结果 想好了就去做 丢下不切实际的誓言 重要的是执行 比别人更努力 把小事做好 绝不拖延 给自己列个优先表 给自己加油 脚踏实地是最好的选择 借力而行 尊重规律 众人拾柴火焰高 挫折面前忍一忍 成功也会成为包袱 不做无谓的消耗 每一刻都是新生 击好下一个球 无限的潜力

第二章 换个角度去发现世界 莫让贪婪之心遮住你的双眼 追求豁达的心境 心是快乐之根 拿出勇气改变淡漠的生活态度 保持一种乐观的心态 不时幽默一下 拥有美好的心灵 拔掉心灵的杂草 给自己的心灵洗个澡 保持轻松的心情 懂得去发现和欣赏生活中的美 打造谦虚的品性 坦然面对对手 学会宽容 退一步,路更宽 拥有一颗感恩的心 幸福就在你身边 用美好的期盼加大幸福的内存 把不幸当做幸福的起点 美丽心灵能够吸引幸福翩然而至 让心永远年轻

第三章 恭谦恪守的为人态度 做人谦虚才能受欢迎 远离不良情绪的“旋涡” 宽容是谦虚温和的最好表现 把“得理也饶人”作为处世原则 做到谦恭温和,礼貌必不可少 做事要高标,做人须低调 处事谨慎 与人为善 尊重他人 用心赞赏他人 学会分享 朋友是最大的人生资本 用真诚去关爱朋友 用度量去包容朋友 用慷慨去款待朋友 用坦诚化解友谊危机 不做害羞的小小鸟 远离怯懦 对人要主动热情 养成换位思考的习惯 把微笑送给周围的人

第四章 精诚务实的工作态度 竭尽所能把自己的工作做完美 机会往往蕴藏在平凡的工作里 敬业的人更容易走向成功 不要时刻都想着报酬和待遇 忠诚是职场中人的立身之本 老板与员工并不是对立的 忠诚最能赢得老板的信任 多想想自己能为公司做些什么 主人翁精神是忠诚的最好体现

第五章 勇于取舍的生活态度

第六章 拥有良好的习惯也是一种生活态度

第七章 外圆内方的处世态度

<<触摸幸福从心开始>>

章节摘录

动力是一个生命体存在的基础，一个没有动力的人，我们不难想象他是多么地毫无生气。

当你将一块石头放在显微镜下仔细观察，你会注意到它不会有任何变化。

然而，如果你放上一个珊瑚虫，就会发现珊瑚虫在慢慢生长变化。

其中的道理很简单：珊瑚虫是活的，石头是死的。

生命的唯一标志是生长发展。

这一标准也同样适用于人的精神世界。

如果一个人在发展，他就具有生命力；如果停止发展，他就会失去生命力。

当我们认识到自己应该在生活中保持愉快，并愿意为之付出努力时，就可能以两种不同的需要作为动力。

比较普遍的一种是将自己所谓的缺陷或不足作为动力。

例如，如果你是一个中学生，你在学年考试中某一学科没有及格，由此你认识到了自己的不足，找出了失败的原因，并决定在下次考试中取得好的成绩，于是你制订了详细的学习计划，并努力付诸实施。

另一种则是积极向上的，我们称之为发展动力。

有这样一种动力的激发，你会感到人生多么美好，因此，你不愿虚度光阴，而是努力地学习、工作和生活，不断前行。

人的生活动力应当是后一种，即要求发展的迫切愿望，而不应总是出于弥补不足而产生一种被动需要。

只要你认识到自己应该不断发展与进步，并不断充实自己的生活，这就足够了。

一旦你决定让自己陷入惰性，或产生一些不健康的情感时，那意味着你已经决定让自己停止发展。

以发展为动力，就意味着要充分体现自己强大的生命力，让生命焕发出应有的光彩，获取人生最大的幸福。

而不是时时想到自己的某些缺点和失误，如果这样，你一定会哀叹人生是多么劳累。

只要选择以发展为动力，你就一定能够支配自己生活的每时每刻。

有了这种支配能力，你便可以主宰自己的命运，既不会感到力不从心，也不会人云亦云、毫无主见。

有了这种支配能力，你便能够决定自己的外界环境。

萧伯纳在他的一个剧本中写道：“人们通常将自己的一切归咎于环境，而我却不迷信环境的作用。

<<触摸幸福从心开始>>

编辑推荐

一本抵达心灵的书，一堂可以改变人生的心态课程，一本让你终生受益的励志经典，一本值得品味珍藏的心灵读本。

从心开始，了解自我，超越自我，你就掌握了开启幸福之门的钥匙，从中体悟到幸福的真谛，找到属于自己的幸福人生。

从心态的视角，帮你打开一扇扇成功的窗口，让你从另一个角度看到成功的姿态。

在不经意间，你会被《触摸幸福从心开始》带到一个新鲜、奇妙的境界里。

轻松、开放、坦然地面对自己的内心和周围的一切。

一本值得品味珍藏的心灵读本。

<<触摸幸福从心开始>>

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>