

<<遇见最好的自己>>

图书基本信息

书名：<<遇见最好的自己>>

13位ISBN编号：9787514605679

10位ISBN编号：7514605673

出版时间：2012-9

出版时间：中国画报出版社

作者：姜卓

页数：301

字数：120000

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>

## <<遇见最好的自己>>

### 前言

当你拿起这本书的时候，我相信。

你很快就能找到内心深处一直都在寻找和追求的东西，因为这是一本关乎心灵的读本。

在这里，我们能找到最诚实的自己，听到最有价值的劝解，收获最打动人心的慰藉。

所以，请不要急着合上书。

耐心地读下去，在光阴流转的时空里，静静地阅读，然后收获。

世界不会根据我们的喜怒哀乐而改变，我们有时忧伤，有时烦恼，如此种种的心情，好像总是如影随形。

其实我想告诉你。

这些都是你人生中不可或缺的一部分，即使你并不快乐，也希望你能拭去眼角的泪水，从此刻开始，学会幸福。

书中写了999封信，传递给我们999次感动。

在感动背后，我们也学会了坚强。

我们不能让生命的能量流失。

为了我们最初的固执和真心。

在书中，我们能够把曾经的信念找回来并与真实的自己相遇，与自己真诚地和解。

知道自己有什么要去改变，有什么要去克服，甚至可以大肆庆祝自己的失败，勇敢地面对自己的不完美。

不用再逼自己成为更美好的人，也不用再强迫自己成为别人，就像出污泥的莲花已经展开，它生来就是一朵完美的莲花，完全不必与玫瑰比较，也不必努力成为一朵“更好的莲花”，因为现在就是最美好的时刻。

在书中，我们终于可以坦诚地面对自己的心灵，听听它的声音和跳动，然后重新调整脚步，这样，幸福才能从此绵延下去……

## <<遇见最好的自己>>

### 内容概要

《遇见最好的自己：写给未来的999封信》是一本励志书，作者通过书信的形势与我们分享人生的智慧，帮助我们重建我们的内心，学习如何爱自己、如何爱我们所爱的人、如何为自己的快乐和人生负起全责、如何拥抱生活中的阴影、如何让自己、家人及朋友过得更幸福！

## <<遇见最好的自己>>

### 作者简介

姜卓：80后女作家，落花无言，人淡如菊，一直崇尚简约、淡然而宁静的生活。其作品大多都是清新、淡然的情感随笔，在俗世凡尘中给读者以启发。作者的很多作品都引发读者的共鸣，让心情浮躁的你找到一片心灵的净土。

<<遇见最好的自己>>

书籍目录

Chapter one

情感

第1封信 ~ 第65封信

爱情 · 距离心灵最近的地方

第66封信 ~ 第130封信

亲情 · 世间最美的脉脉温情

第131封信 ~ 第195封信

友情 · 拾起散落在天涯的花瓣

Chapter two

社交

第196封信 ~ 第260封信

他她 · 最不可思议的追逐

第261封信 ~ 第331封信

职场 · 那个为了梦想而奋斗的地方

第332封信 ~ 第394封信

人脉 · 编织一张牢固的关系网

Chapter three

成长

第395封信 ~ 第453封信

自信 · 小自恋也未尝不是一件好事

第454封信 ~ 第516封信

气质 · 女人优雅的外衣

第517封信 ~ 第582封信

生活 · 享受极简主义的休闲时光

第583封信 ~ 第603封信

理财 · 许下一个美丽的未来

Chapter four

健康

第604封信 ~ 第672封信

情绪 · 挤出一个微笑给自己

第673封信 ~ 第734封信

身体 · 做一个健康的平衡美人

第735封信 ~ 第807封信

减压 · 为繁重的心做一个排毒SPA

Chapter five

人生

第808封信 ~ 第873封信

幸福 · 看淡后的春暖花开

第874封信 ~ 第928封信

岔路口 · 生命中那些缤纷的逃逸

第929封信 ~ 第999封信

治愈心灵 · 浮沉后的生命才能散发出它所蕴含的幽香

我要送给自己999 封信

<<遇见最好的自己>>

## <<遇见最好的自己>>

### 章节摘录

版权页： 第137封信 亲爱的自己： 何谓朋友？

当别人相信你脸上的微笑时，他能读懂你眼中的哀伤；他隐匿在你的觥筹交错之后，现身于你的困顿烦恼之中；当你得志时，他站在远处，静观你的人来客往，当你失意时，他无声地走近，送上一缕至诚的阳光；和他可以长别，可以久无音讯，可以相视无言，不必时时都想起，想起皆在温暖处。

第138封信 亲爱的自己： 朋友不一定门当户对，但一定要同舟共济；不一定形影不离，但一定要惺惺相惜；不一定要锦上添花，但一定要雪中送炭；不一定天天见面，但一定要放在心里。

友情最可贵的不是曾一同走过的岁月，友情最难得的是分别以后依然会时时想起。

依然能记得--你，是我的朋友！

第139封信 亲爱的自己： 朋友是另外一个自己：和阳光的人在一起，心里就不会晦暗；和快乐的人在一起，嘴角就常带微笑；和进取的人在一起，行动就不会落后；和大气的人在一起，处事就不小气；和睿智的人在一起，遇事就不迷茫；和聪明的人在一起，做事就变机敏。

借人之智，完善自己。

学最好的别人，做最好的自己。

第140封信 亲爱的自己： 不要向朋友借钱。

很多的时候都是因为“钱”这个东西失去了很好的朋友。

第141封信 亲爱的自己： 敌人也可以变朋友，在生意场上完全是这样。

但在个人友情方面，敌人是很难成为朋友的。

第142封信 亲爱的自己： 真正的好朋友，并不是在一起就有聊不完的话题；而是在一起，就算不说话，也不会感到尴尬。

第143封信 亲爱的自己： 如果你很喜欢交朋友，那也要学会过滤，不是什么朋友都能交的，学会让自己的生活不要那么混乱，学会自爱、学会很乖，即使很多的时候你都很刚烈很倔强。

学会不要每次都说出伤人的话，学会让自己的嘴巴过滤文字，因为别人认识你，更多的时候是通过你的嘴巴，学会让自己的嘴巴很乖巧很温柔，相信你也是最惹人爱的。

## <<遇见最好的自己>>

### 编辑推荐

《遇见最好的自己:写给未来的999封信》编辑推荐：在蔷薇盛放的岁月里，阅读这999封生命的信笺，每一封都会让你在忙碌、平凡的生命里获得释放和愉悦。



<<遇见最好的自己>>

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>