

《心态好一切都好》

图书基本信息

书名：《心态好一切都好》

13位ISBN编号：9787508079663

出版时间：2014-1

作者：舒雅,鲁吟

页数：243

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《心态好一切都好》

内容概要

《心态好一切都好》通过案例与分析，详尽地阐释心态在人的命运中所起的决定性作用，指出决定一个人命运的并不是环境、资源、机遇等外界因素，而是由一个人的心态决定的，从而帮助读者学会调整自己的心态，远离消极负面的情绪，积极地应对人生的一切险阻，改变人生的现状，创造崭新的生活，真正成为自己命运的主人。

这是一本戒忧虑、戒浮躁、戒烦恼的心灵智慧书。

修炼好心态，就能找到人生最幸福的状态。

如果你能保证眼下心态好，你就能保证今天一天心态好；

如果你能保证每天心态好，你就能收获一生的好命。

生活是一面镜子，你对着她哭，她也会对着你哭；你对着她笑，她也会对着你笑。

8种好心态，让你的人生充满正能量！

人生最大的不幸就是输在心态上。

生活在同一个世界上，为什么有的人过得幸福、快乐、富有，有的人却一直生活在烦恼和贫困之中呢？

其实，人与人之间原本没多大的区别，只是由于各自心态的不同而导致了截然不同的结局。

选择积极的心态，就等于选择了成功的希望；选择了消极心态，就注定了要走入失败的沼泽。

心态是我们真正的主人。一个人有什么样的心态，就会有怎样的命运。今天的你由昨天的心态造就，明天的你由今天的心态造就。如果要改变生活，首先就要改变心态。

心态对了，你的一切也就都对了！

《心态好一切都好》

作者简介

舒雅，本科毕业，从小酷爱读书，痴迷文史，毕业后一直从事图书创作，现有多部女性心理学著作及两性情感著作发表，《婚姻是女人一辈子的事》、《做内心强大的女人》等畅销图书。

鲁吟，汉族，本科毕业，现为内蒙古乌海市报社记者，平时热爱写作，在人生修行方面有着深刻见解。

书籍目录

第一章不较真的心态，让你收获心平气和

开个玩笑，你千万别当真
心小了，所有的小事就大了
做人以和为贵，勿争长较短
学会宽容才能不计较
不要轻易责备他人
“装聋作哑”是一种大智慧

放大仇恨只能伤害自己
不要让小事牵着鼻子走
懂宽容才能更接近幸福
原谅别人就是原谅自己
斤斤计较只会造成两败俱伤

第二章自信的心态，助你保持良好的状态

自爱，是一切安全感的基础
做自己才能收获内心踏实
懂得接受“残缺”的美丽
帮助别人就是帮助自己
头脑冷静，才有正确的决策
活在别人的世界里会迷失自己
心安才能身安

慢生活能让你专注于自我
嫉恨别人，不能强大自己
没了信任，感情将难以为继
人生只能依靠自己

第三章自省的心态，让你在独处中认清自我

人不能缺少自省的时间
不忘其所始，不求其所终
保持一颗晶莹的童心
别因匆匆赶路错过路边美景
找个时间与心灵进行一次长谈
与其百般思量，不如顺其自然
沉下心来做事，才能等来收获

第四章自律的心态，让你在寂寞中愈加强大

因寂寞而爱错人，会寂寞一辈子
心静才能体会寂寞的美妙
有一种寂寞叫等待
在平淡中坚守信念
最寂寞的人才是最强大的人
独处，可以让你记住回家的路
寂寞是人生最沉默的老师
把寂寞当修行才能彻悟人生
学会享受孤独

耐得住寂寞，才能等来收获
寂寞是心灵的一场瑜伽体验
守住寂寞，方能赢得人生

第五章知足的心态，让你懂得感恩现在

人生只需一根立足的树枝

《心态好一切都好》

一旦有了贪欲就不会满足
虚名是一种无形的包袱
莫让贪婪的种子生根发芽
不是因为不聪明，而是因为太贪
欲望越盛，心灵的负担越重
做人要学会适可而止
经得起诱惑，才能守住幸福
欲望与幸福成反比
学会做欲望的主人
第六章乐观的心态，让你坦然面对人生磨难
梅花香自苦寒来
风雨能让翅膀更加有力
永远不要对生活说放弃
人生没有过不去的坎儿
疼痛让我们瞬间清醒
命运是用来改写的
挫折，是人生中最好的礼物
拿副好牌，不如打好坏牌
不要因失败而失去信心
缺陷是成就自我的根据地
不要拒绝命运的雕琢
咬咬牙，再给自己一次机会
第七章淡定的心态，让你遇事理性看待
冷静做人，理性做事
多一些冷静，少一些冲动
情绪失控，意味着一切失控
提升自控力，掌握人生主动权
有一种淡定叫波澜不惊
不在意，才能不生气
有人批评是福
别让生气毁了你
沉默不是懦弱，忍让不是退缩
咽下怨气，才能争气
第八章圆融的心态，让你的人际关系更和谐
与人沟通，会说不如会听
规则是个容器，你只须做水
融小我于大我，才能活得充实
一句善言，让幸福温暖心间
热爱工作才能等来惊喜
只提供想法，不提供结论
不真诚，你就没有朋友
交际中要学会换位思考
等待就是遗憾，行孝需及时

《心态好一切都好》

精彩短评

1、这是一本例证的书。

《心态好一切都好》

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:www.tushu000.com