

拉自己一把



[拉自己一把 下载链接1](#)

著者:司晶

出版者:中国发展出版社

出版时间:2004-1-1

装帧:平装

isbn:9787800877216

每个人的一生都会遇到许许多多，大大小小的，来自学习、事业、情感、人际、物质上

的挫折和坎坷。有的人消极颓废，有的人怨天尤人，有的人忧郁寡欢，有的人绝望轻生。只要有人群的地方，就有叹息和抱怨。有人说:这是一个无望的世界，有人说:这是一个没有欢乐的人生。难道生活真的是那么让人灰心和无望吗?难道这世界真的到了不可救药的程度吗?为什么在同一种环境下，有的人站起来，有的人却倒下了?因为前者发现了自己心灵荒漠中的“甘泉”他得救了。而后者把手举得高高，但却趴下了。因为一个奢望外力的人，永远是一个不得饱足的乞丐。

一个没有自救意识的人，无论什么都救不了他。当我们经常为生活中的坎坷而感叹生活太残酷的时候，不要忘了问自己，我为生活微笑过吗?当我们为人生太冷漠而感叹的时候，我们不要忘了问自己，我们曾几何时付出一份真诚的热情?当我们埋怨世道太黑暗的时候，请扪心自问，我们为这个世界增添过几许亮点?如果我们把这一连串拖住我们脚步，从而影响我们生命质量的问题提及出来，我们就会猛然发现，至关我们能否活出高品味的一个太平常的小道理，那就切不可忘“拉自己一把”。因为自身的力量是无穷的，当我们能从自己的身上寻找到力量源泉，我们就会有勇气面对任何挫折和苦难。当我们濒临干渴绝境的时候，告诉自己，再向前一步就有活水，我们就有可能绝处逢生。只要我们懂得拉自己一把，生命就有转机，只要我们不断“拉自己一把”生活中就不会再有过不去的坎。如果每个人都学会“拉自己一把”人间就会变成美好的乐园。

作者介绍:

目录:引言

上篇 没有足迹的路

第一章 灰色的童年

第二章 用心走着人生路

第三章 最黑的时候也是最亮的开始

第四章 山穷水尽疑无路

第五章 新的环境新的挑战

第六章 行程上太多此路不通

第七章 灵魂在笼子里无限膨胀

第八章 死神对我的挚爱

第九章 三根钢棍插入我的骨肉

第十章 爱越给越多

第十一章 为别人活，拥有头上整个天

第十二章 前方的路不再孤单

下篇 生命对话录

第十三章 “给你50万别说我不行” (关于男人)

第十四章 我不知道我是谁 (关于死亡)

.....

代后记 天使计划——带你飞出心灵的牢笼

· · · · · (收起)

[拉自己一把](#) [下载链接1](#)

标签

拉自己一把

司晶

心理健康

励志

女性

传记

心理

治疗儿时心理创伤

评论

底层生活的艰辛使他们（父母）非常恐惧。

伟岸的痛者

沉重的正能量

对生活要有正确的认识和科学的态度

为何你这么惨呢？

小学六年级语文老师推荐的书，一本励志的自传书，还记得07-09年，看了三四遍。每

个人的生命都可以不平庸。

相比之下感到自己很幸福

人要学会知足！

特别想读

很好的一本 励志的 书

启迪我人生的第一本意义上的书

[拉自己一把](#) [下载链接1](#)

书评

[拉自己一把](#) [下载链接1](#)