

向往高处的阳光



[向往高处的阳光 下载链接1](#)

著者:毕淑敏

出版者:

出版时间:2018-10-1

装帧:

isbn:9787570203536

《向往高处的阳光》是毕淑敏写给青少年的心灵成长书，也是为青少年量身打造的成功励志读本。本书收录毕淑敏经典、纯美的散文，按照青少年成长的各个方面，如悦纳自身、性格养成、丰富人生、乐享生活、追求梦想、认识世界等分辑，用暖和光带领青少年穿越成长的迷茫，看到 高远、广阔的人生风景。《向往高处的阳光》是毕淑敏写给青少年的心灵成长书，也是为青少年量身打造的成功励志读本。本书收录毕淑敏经典、纯美的散文，按照青少年成长的各个方面，如悦纳自身、性格养成、丰富人生、乐享生活、追求梦想、认识世界等分辑，用暖和光带领青少年穿越成长的迷茫，看到 高远、广阔的人生风景。

作者介绍:

毕淑敏，
心理咨询师，畅销书作家，被王蒙誉为“文学界的白衣天使”。她的散文倾注着对生命的爱和对这个世界的悲悯。文字真诚质朴，直面人生和心灵的种种困境。多年来一直深受广大读者的喜爱。

目录: 代序 别给青春留遗憾

第一章 我心柔软，却有力量

自信第一课002

有理有据、不卑不亢地坚持自己认为是正确的观点，那就是值得钦佩的坚持。

我很重要007

你是这世上的。举足轻重，不可替代。

我爱我的性别013

接受我们的性别，并且热爱它！

我眉飞扬020

生命大于器官。心悦诚服地接受自己的外形。

没有一棵小草自惭形秽024

像小草一样昂然挺立、安然生活。

对自己诚实一点027

竭力真实，让人生慢慢。

握紧你的右手030

相信自己的力量，将命运紧握在自己手中。

第二章 因为有伤，懂坚强

你不能要求没有风暴的海洋034

安然接纳生命中的粗纤维。

风不能把阳光打败036

不要看见暗影，就忘记光明的存在。

泥沙俱下地生活038

生活泥沙俱下，生命精彩纷呈。

无伤不香041

精彩多自苦难中着墨，旷世奇才多在悲怆中诞生。

我在寻找那片野花052

贮备丰足的力量和充沛的爱，在艰难中寻找希望。

自拔057

挣脱压力的桎梏，破茧成蝶。

每天都冒一点险059

挑战“不可能”，一切皆有可能。

第三章 微凉世界，安暖相依

蚕是被自己的丝裹住的064

放下心防，拥抱世界。

让我们彼此善解人意068

你的“人意”我要能解，我的“人意”请你也要能解。

看着别人的眼睛070

让我们做一个襟怀坦荡、心灵像水晶般透明的人。

友情，这棵树上只有一个果子，叫做信任073

人生一世，消失的是岁月，收获的是朋友。

我的支持系统075

总有一些人，温暖了我们的人生。

谁是你的重要他人078

有些人闯进我们的生命中，教会我们成长和成熟。

爱的回音壁091

在爱中领略被爱，学会爱。
第四章 去留无意，宠辱不惊
流露你的真表情096
痛则大悲，喜则大笑，这是从心底流出的对世界的真情感。
第6000次回答102
培养爱心，锻炼耐力。
总有，你会为自己的傲娇买单106
大胆向世界发出你的声音，不要在稚嫩的年龄假装深沉。
优点零111
发现自己的优点，并且告诉自己：我能行。
击碎无所不在的尺114
以平常心做人，以进取心做事。
节令是一种命令116
人生有节令：少年需率真，老年需稳健。
造心119
以我手塑我心。
第五章 自在人生，自在独行
珍惜愤怒124
愤怒可使我们年轻。纵使在愤怒中猝然倒下，也是一种生命的壮美。
紧张127
大将不紧张，他们举重若轻、温柔淡定、成竹在胸。
忍受快乐131
你的付出值得你享受快乐。
写下你的忧伤136
打开精神的创口，为自己疗伤，你会发现：忧伤没你想象的那么多。
切开忧郁的洋葱143
有限生存岁月中，挑战忧郁，让生活自由，欢愉，勃勃生气。
孤独是一种兽性148
自在人生，自在独行。
行使拒权150
拒的实质是一种否定性的选择。智慧地勇敢地行使拒权。
第六章 不负年华，不负梦想
生命借记卡156
站在死亡的终点回望人生，把有限的生命“浪费”在美好的事情上。
闭阖星云之眼161
生而为人，总该有点儿理想。
你为什么而活着163
人生是没有意义的，你要为之确立一个意义。
人可以大限度地逼近真实171
全力以赴，一切都是好的安排。
所有代序 别给青春留遗憾
第一章 我心柔软，却有力量
自信第一课002
有理有据、不卑不亢地坚持自己认为是正确的观点，那就是值得钦佩的坚持。
我很重要007
你是这世上 的。举足轻重，不可替代。
我爱我的性别013
接受我们的性别，并且热爱它！
我眉飞扬020
生命大于器官。心悦诚服地接受自己的外形。
没有一棵小草自惭形秽024
像小草一样昂然挺立、安然生活。
对自己诚实一点027
竭力真实，让人生慢慢。

握紧你的右手030
相信自己的力量，将命运紧握在自己手中。
第二章 因为有伤，懂坚强
你不能要求没有风暴的海洋034
安然接纳生命中的粗纤维。
风不能把阳光打败036
不要看见暗影，就忘记光明的存在。
泥沙俱下地生活038
生活泥沙俱下，生命精彩纷呈。
无伤不香041
精彩多自苦难中着墨，旷世奇才多在悲怆中诞生。
我在寻找那片野花052
贮备丰足的力量和充沛的爱，在艰难中寻找希望。
自拔057
挣脱压力的桎梏，破茧成蝶。
每天都冒一点险059
挑战“不可能”，一切皆有可能。
第三章 微凉世界，安暖相依
蚕是被自己的丝裹住的064
放下心防，拥抱世界。
让我们彼此善解人意068
你的“人意”我要能解，我的“人意”请你也要能解。
看着别人的眼睛070
让我们做一个襟怀坦荡、心灵像水晶般透明的人。
友情，这棵树上只有一个果子，叫做信任073
人生一世，消失的是岁月，收获的是朋友。
我的支持系统075
总有一些人，温暖了我们的人生。
谁是你的重要他人078
有些人闯进我们的生命中，教会我们成长和成熟。
爱的回音壁091
在爱中领略被爱，学会爱。
第四章 去留无意，宠辱不惊
流露你的真表情096
痛则大悲，喜则大笑，这是从心底流出的对世界的真情感。
第6000次回答102
培养爱心，锻炼耐力。
总有，你会为自己的傲娇买单106
大胆向世界发出你的声音，不要在稚嫩的年龄假装深沉。
优点零111
发现自己的优点，并且告诉自己：我能行。
击碎无所不在的尺114
以平常心做人，以进取心做事。
节令是一种命令116
人生有节令：少年需率真，老年需稳健。
造心119
以我手塑我心。
第五章 自在人生，自在独行
珍惜愤怒124
愤怒可使我们年轻。纵使在愤怒中猝然倒下，也是一种生命的壮美。
紧张127
大将不紧张，他们举重若轻、温柔淡定、成竹在胸。
忍受快乐131
你的付出值得你享受快乐。

写下你的忧伤136

打开精神的创口，为自己疗伤，你会发现：忧伤没你想象的那么多。

切开忧郁的洋葱143

有限生存岁月中，挑战忧郁，让生活自由，欢愉，勃勃生气。

孤独是一种兽性148

自在人生，自在独行。

行使拒权150

拒的实质是一种否定性的选择。智慧地勇敢地行使拒权。

第六章 不负年华，不负梦想

生命借记卡156

站在死亡的终点回望人生，把有限的生命“浪费”在美好的事情上。

闭阖星云之眼161

生而为人，总该有点儿理想。

你为什么而活着163

人生是没有意义的，你要为之确立一个意义。

人可以大限度地逼近真实171

全力以赴，一切都是好的安排。

所有的动力都来自内心的沸腾176

你永远无法叫醒一个装睡的人，除非那个人自己决定醒来。

机遇是怎样在不知不觉中降临的178

锤炼你的人格和目标，一手造就自己的好运气。

你的身体里，必有一颗成功的种子181

成功并不像想象的那样难。因为我们不敢做，它才变得难起来。

第七章 着意耕耘，自有收获

被老师读作文的时候184

做“尖子生”，不做高处不胜寒的“尖子生”。

做一个“欢喜”的学习者187

把学习当成乐趣与习惯，不忘初心，砥砺前行。

读书使人优美189

读书是简单的美容之法。

人生有三件事不能俭省191

在好的时间里，求知问学，行走人生。

教养的证据193

繁衍在骨髓里的教养，愿你我都有。

精神的三间小屋198

求一颗大心，盛得下喜怒，输得出力量。

我的五样203

学会断舍离，才能找到生命中的重中之重。

第八章 脚下有路，心中有光

感动是一种能力210

在感动中耳濡目染，逼近那些曾经感动过我们的灵魂。

常常爱惜213

爱惜是薄而透明的温情。

青虫之爱215

母爱是战胜本能、战胜恐惧的力量。

非血之爱221

爱一个和你没有血缘关系的人，是对美与永恒的无倦追索。

幸福的七种颜色223

只要你认真寻找，幸福比比皆是。

世界观与观世界228

趁年轻，去远方。

远行，与美的世界相遇234

这个世界美好的地方，就在我们咫尺相遥的指尖。的动力都来自内心的沸腾176

你永远无法叫醒一个装睡的人，除非那个人自己决定醒来。

机遇是怎样在不知不觉中降临的178
锤炼你的人格和目标，一手造就自己的好运气。
你的身体里，必有一颗成功的种子181
成功并不像想象的那样难。因为我们不敢做，它才变得难起来。
第七章 着意耕耘，自有收获
被老师读作文的时候184
做“尖子生”，不做高处不胜寒的“尖子生”。
做一个“欢喜”的学习者187
把学习当成乐趣与习惯，不忘初心，砥砺前行。
读书使人优美189
读书是简单的美容之法。
人生有三件事不能俭省191
在好的时间里，求知问学，行走人生。
教养的证据193
繁衍在骨髓里的教养，愿你我都有。
精神的三间小屋198
求一颗大心，盛得下喜怒，输得出力量。
我的五样203
学会断舍离，才能找到生命中的重中之重。
第八章 脚下有路，心中有光
感动是一种能力210
在感动中耳濡目染，逼近那些曾经感动过我们的灵魂。
常常爱惜213
爱惜是薄而透明的温情。
青虫之爱215
母爱是战胜本能、战胜恐惧的力量。
非血之爱221
爱一个和你没有血缘关系的人，是对美与永恒的无倦追索。
幸福的七种颜色223
只要你认真寻找，幸福比比皆是。
世界观与观世界228
趁年轻，去远方。
远行，与美的世界相遇234
这个世界美好的地方，就在我们咫尺相遥的指尖。
．．．．．[\(收起\)](#)

[向往高处的阳光_下载链接1](#)

标签

毕淑敏

随笔

read-in-2019

评论

很治愈 很励志 一直都喜欢毕淑敏的书

[向往高处的阳光_下载链接1_](#)

书评

[向往高处的阳光_下载链接1_](#)