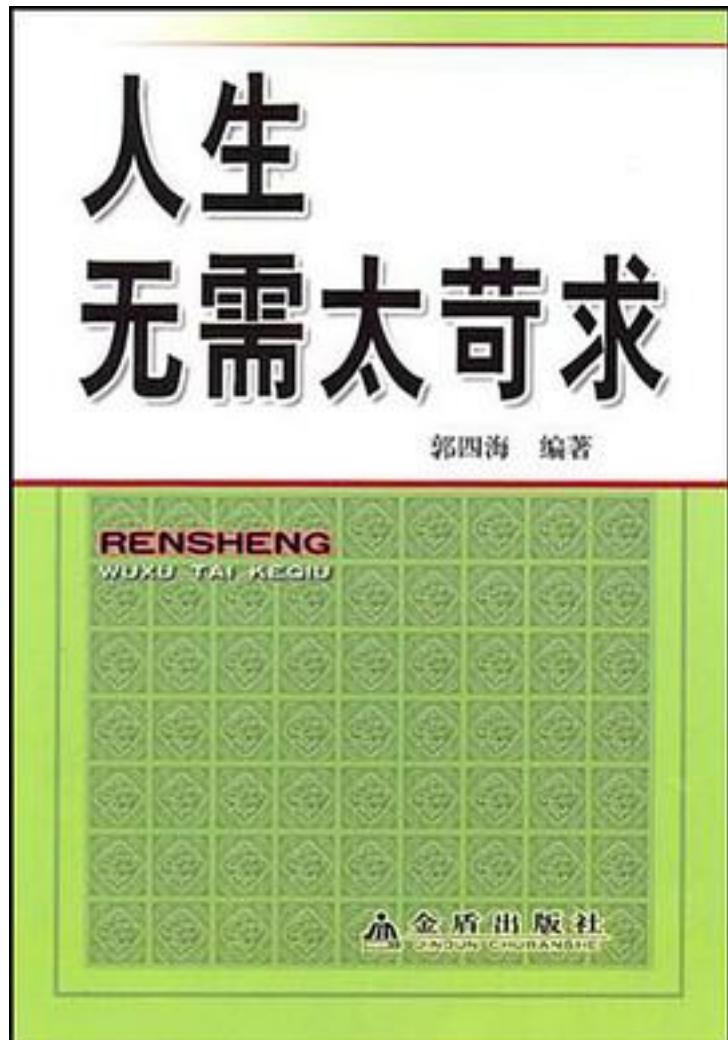


人生无需太苛求



[人生无需太苛求\\_下载链接1](#)

著者:郭四海

出版者:金盾

出版时间:2010-6

装帧:平装

isbn:9787508262482

《人生无需太苛求》内容简介：雨果有句名言：苟求等于断送。现实生活中，对人、对事、对自己都不宜过于苛求。人生会有缺憾，人生无法完美，人生要经历一些磨难，我们应该包容和接纳这些，否则，我们只会生活在烦燥之中，过得闷闷不乐，葬送对人生的美好感觉。《人生无需太苛求》案例丰富，入情入理，读后能使你受到启迪，帮助你保持一份宁静的心态，更好享受你的人生。

作者介绍：

目录: ……第一章 人生需顺其自然

生命，需顺其自然

刻意追求是不可取的

不要过分地追求完美

有些东西要果断放弃

不要跟自己过不去

多大脚就得穿多大鞋

太性急只会坏事

盲目的坚持是偏执

……第二章 艰辛曲折是必然

人不要自己放弃自己

磨难是上帝给的礼物

把对失败的畏惧收起来

吃得苦中苦，方为人上人

挫折是人生的组成部分

别抱怨命运不公平

在困境中要始终坚持

人要握住自己命运的缰绳

……第三章 获得荣誉要淡然

始终要看淡你的成绩

别把自己看得太重

海最大，因为海最低

鲜花与掌声很快会过去的

把荣誉当作继续前进的动力

放下不必要的荣誉

当心被胜利冲昏头脑

要懂得功成身退的道理

懂得把荣誉留给别人

……第四章 失意之时不惘然

人生都有不如意的地方

别让失利的阴影笼罩自己

失意了，别灰心

灾祸的背面是福气

不顺心时，要自我安慰

你并没有失去一切

不要在意那些小事情

人生没有最糟的时候

让信念支撑我们走出磨难

……第五章 遇事处之要泰然

别动不动就生气

炼就处乱不惊的气质

在挫折面前，要给自己打气

看淡生活中的不平事

懂得用微笑来解决问题

面对非常事，要能想得开  
相信人生永远都有希望  
……第六章 遭人非议要坦然  
不要活在别人的评价里  
不要一味迎合别人  
不要希望所有人都说你好  
自己错了，就要坦然认错  
在别人的攻击面前要理智  
放下自尊，虚心接受别人建议  
不要因为小事而犯下大错  
原谅别人，就是善待自己  
……第七章 享受人生要酣然  
做自己情绪的调节师  
一定要拥有一颗爱心  
包容能为你带来愉悦  
换个角度，换种心情  
让欢喜的心永驻心灵  
日子再苦也要笑着过  
让闲趣来充实你的人生  
卸下包袱才会有快乐  
知道简化自己的人生  
忘掉不好的，留下美好的  
……第八章 人生心境需悠然  
给自己一颗宁静的心  
把痛苦当作幸福的起点  
打开心窗，让阳光进来  
活着，就会有希望  
心乏味，生活就会乏味  
过于贪婪只会愚弄自己  
幸福感不是由拥有多少来决定的  
较真会使人生丧失乐趣  
始终要记得给心灵松松绑  
· · · · · (收起)

[人生无需太苛求](#) [下载链接1](#)

标签

哲理

励志

评论

- 1, 虽然封面不在，但不妨碍你绿宝书的形象
- 2, 郭静娅有段时间的口头禅就是：人生无需太苛求
- 3, 很有意义，至少对我来说，不后悔花时间看这本书。

---

[人生无需太苛求](#) [下载链接1](#)

书评

---

[人生无需太苛求](#) [下载链接1](#)