

# 《活出精彩的自己——用爱呵护身心的秘诀（都市身心疗愈 图文版）》

## 书籍信息

版次：5

页数：

字数：

印刷时间：2012年11月01日

开本：12k

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787500852797

## 编辑推荐

有了爱，幸福便不曾远离；有了爱，你的人生才会更精彩。艾小洋编著的《活出精彩的自己：用爱呵护身心的秘诀》告诉一个让你内心强大的真正秘密。给都市艰苦拼搏奋斗的你，给身心疲惫永不放弃的你，给哭过笑过奋然赶路的你，给孜孜以求幸福安定的你。

## 内容简介

《活出精彩的自己：用爱呵护身心的秘诀》由艾小洋编著。《活出精彩的自己：用爱呵护身心的秘诀》分为：温暖的爱、与爱同行、爱的本分三部分，收录了：《快乐不止一个角度》、《九岁到八十九岁的智慧忠告》、《烦恼不过是快乐生活之外的小刺音》、《慈善的八个等级》、《每个人心中都有一个良善的自己》、《小事忍耐是大事成功的起步》、《持守安稳，便是幸运的人》、《与人为善幸福很简单》、《成功的终极秘密》、《合作也是一种爱的分享》等百余篇关于爱的故事。

## 目录

### 上编 温暖的爱

快乐不止一个角度

九岁到八十九岁的智慧忠告

烦恼不过是快乐生活之外的小刺音

人生非常简单，要学会举重若轻

不要轻易拒绝需要帮助的陌生人

学会对生活的热爱

爱就是把对方看成另一个自己

人是爱的容器

人生的三大目标  
认识你自己，比认识别人更难  
向善，需要一种勇气  
上帝的答复  
爱有无穷的力量  
[显示全部信息](#)

## 在线试读部分章节

认识你自己，比认识别人更难某位先生——其实是我们每一个人，准备搭乘火车，因为匆匆赶路，他精神很差脸黑着。他匆匆忙忙把钱放在柜台上，等了一下，不见售票员。他正要质问，抬头却看见一张很难看的脸。“咦，他在发什么脾气？我又没有做错事。”于是，他开口骂了：“不要这样看人好吗？”没有回应，他突然发觉那张难看的脸是自己的。原来，他站在一个无人看管的柜台面前，台上放了一面镜子。这位先生这才吃了一惊，方才领悟到，能够以第三者的眼光看自己，实在是难得的机会。如果每次忍耐不住要发脾气时，可以想到镜子里的自己的脸，这或许倒是一个帮助自己镇静的好办法。认识你自己，比认识别人更难。向善，需要一种勇气人人追求善，需要向善的勇气，而向善的勇气，我称之为信仰。有信仰，便不会很自我，信仰督促我们时时仰望星空，努力完善自己，使自己更为良善，并言行一致地表现出来。或许你我都需要信仰。信仰在特定条件下可以成为推动人坚持真理、进取向上的积极力量，对认真的信仰者来说，这种自我约束就比强制性的约束更为有力。人若不向善，没有向善的勇气，往往被世俗的恶习所诱惑，人经不住诱惑，就容易跌倒失足。人生有很多自由选择，也有很多选择的勇气，但并不是所有自由选择的结果都是好的结果。上帝的答复

汤姆是一名孤儿，有一年圣诞节，他在孤儿院给上帝写了一封信：“上帝您好！您知道我是一个听话的孩子。可是，您昨天送给哈里一个爸爸、一个妈妈，而您连一个姨妈都不送给我。这太不公平了。”这封写有“上帝亲启”的信，最后被转到神学博士邦尼先生那儿。他是《基督教科学箴言报》专门负责替上帝回信的特约编辑。如何答复汤姆呢？邦尼博士经过深思熟虑，给汤姆回了这样一封信。信中说，我想告诉你，我的公平在于免费向人类供应了三样东西：生命、信念和目标。您知道吗？每一个人的生命都是免费得到的。到目前为止，我没让任何一个人在生前为他的生命支付过一分钱。信念和目标与生命一样，也是我免费提供给你们们的，不论你生活在人间的哪一个角落，不论你是王子还是贫儿，只要想拥有它们，就随时可以得到。孩子，让生命、信念和目标成为免费的东西，这就是我在人间的公平所在。也是我作为上帝的最大智慧。但愿有一天，你能理解。这封信后来被刊登在《基督教科学箴言报》上，成为上帝最著名的公平独白。生命、信念和目标的面前，人人平等，正如阳光面前人人平等一样，这些都是需要感恩的，人不能制造阳光，却可以白白享受阳光，生命也是这样，都是可贵的，所以都需要

珍惜。 P21-24

.....

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)