

## <<北大送给青少年的最好礼物>>

### 图书基本信息

书名：<<北大送给青少年的最好礼物>>

13位ISBN编号：9787564060640

10位ISBN编号：7564060646

出版时间：2012-8

出版时间：北京理工大学出版社

作者：安忆

页数：244

字数：224000

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：<http://www.tushu007.com>

## <<北大送给青少年的最好礼物>>

### 内容概要

对于广大学子来说，北京大学无疑是心中的一座圣殿，已经超越了学校的角色定义她的历史，她的精神，她的文化都已经成为一种象征，能够对青少年时刻起到磨砺和教化的作用。正是基于此，本朽从北大所具备的精神和气质出发，从培养青少年的品质切入，以认识品质、树立品质、在品质的指导下做人做事为宗旨，阐述青少年应该而且必须具备的素养共分为优雅、白养、熬住、心态、独立、聪明、气质、宽容、智慧、梦想、感恩、爱情十二个部分。

## <<北大送给青少年的最好礼物>>

### 作者简介

安忆，北京大学新闻学毕业，现为专业撰稿人，曾出版过《每天读点季羨林全集》、《心灵深呼吸》《禅悟》《幸福女人要读的心理学》等多部图书。

## <<北大送给青少年的最好礼物>>

### 书籍目录

礼物一 优雅，不是与生俱来的

优雅不是美丽，却胜过美丽，它是一种和谐，是一种艺术的产物。

优雅从文化的陶冶中产生，也在文化的陶冶中发展。

因此，优雅不是与生俱来的，而是后天熏陶和培养出来的。

内心没有优雅的话，不能说是真正的优雅。

北大本身就是一个优雅的所在，她亦教会学子如何做一个真正优雅的人。

品位，就是品鉴-种心境

最是那一低头的温柔

优雅在心也在行

关注容貌不如培养气质

艺术修养是魅力源泉

礼物二 自养，让青春多一份厚重

对每个青少年来说，自养首先是一种心态，其次是一种能力。

自养就意味着放弃依附，靠自己的力量来生存，没有足够的勇气和意志是做不到的。

但是，光有心态还不够，还需要有正确的定位和方法，找到真实的自己，并由此起步去开始属于自己的人生，坦然地迎接生活中的痛苦和快乐。

不要做“别人”的依附

真心真意爱自己

用自信来提升自己

不是天才，也要像天才一样

和自己的心灵签订契约

青春因自信而美丽

礼物三 熬住，北大不相信眼泪

世上最美味的汤，都是“熬”出来的。

就像茶是泡出来的、豆腐是磨出来的、功夫是练出来的一样，人生也是“熬”出来的！

磨炼、忍耐、拼搏，倾其精髓就一个字--“熬”！

所谓成功，其实就是俗话说说的“熬出了头”。

别和困难硬碰硬

低的是位置而不是心

青春因挫折而精彩

不是失败，只是暂时没有成功

不要轻言放弃

成功就是一天天熬出来的

礼物四 好心态，需要不断的修炼

好心态不是面对困难无动于衷，也不仅是失败后的微微一笑，而是在跌倒时能够迅速起身，并找到跌倒的原因；在痛苦时能够找到开心，并乐观地享受痛苦；在绝望时能够找到希望，并紧紧抓住坚持下去……好心态就是逢山开路、遇水搭桥，把不好的变成好的。

学会享受克服困难的过程

上善若水

先尽力，然后顺其自然

不做青春“忧郁族”

## <<北大送给青少年的最好礼物>>

“输得起”才是真少年

多用减法，少用加法

礼物五 独立，才能拥有更多的自由

礼物六 聪明，首先要有自知之明

礼物七 气质，腹有诗书气自华

礼物八 宽容，多一分爱就多一分收获

礼物九 智慧，永远都比物质管用

礼物十 梦想，有资格才能获得

礼物十一 感恩，心灵的维生素

礼物十二 爱情，早潘多拉的盒子还是被偷吃的果子

## <<北大送给青少年的最好礼物>>

### 章节摘录

老子告诉我们：“持而盈之，不如其已；揣而锐之，不可长保。”意思是，执持盈满，不如适时停止；显露锋芒，锐势难以保持长久。老子认为，不论做什么事都不可过度，而应该适可即止。锋芒毕露，富贵而骄，居功贪位，都是过度的表现，难免招致灾祸。一般人遇到名利当头的时候，没有不心驰神往的，没有不趋之若鹜的。老子在这里说出了知进而不知退、善争而不善让的祸害，希望人们把握好度，适可而止。“盈”即是满溢、过度的意思。自满自骄都是“盈”的表现。持“盈”的结果，将不免于倾覆的祸患。所以老子谆谆告诫人们不可“盈”，一个人在成就了功名之后，就应当身退不盈，才是长保之道。

秦国丞相李斯可谓富贵功名于一身，权大势重不可一世。

然而最终却做了阶下囚。

临刑时，他对儿子说，“吾欲与若复牵黄犬，出上蔡东门，逐狡兔，岂可得乎？”

不仅丞相做不成了，连做一个布衣百姓与儿子外出狩猎的机会也没有了，这就是不懂得“持而盈之，不如其已；揣而锐之，不可长保”道理的下场！

事实上，我们常说“知足常乐”，所谓的知足并不等同于完全的满足，如果一个贫困潦倒的人还很知足，那显然是不能接受的，所以知足指的是对已拥有的满足，然后在此基础上去一点点追求，而不是裹足不前、停留原地。

当然，这样的追求必须每一步都走得扎实、稳当，否则就可能摔跟头，将已有的都失去了。

一位哲人说：“一味地追求完美，只会让自己离快乐越来越远。

与其执著地追求完美不如接受生活中的不完美，并感受其中的美好。

事实上，生活中各种事物都会以“缺陷”的形式呈现在我们面前，完美，只是一种妄念，在很多时候，追求完美反而会丧失生命的本真，会让人疲惫不堪。

还因为不能达到自己的期望而生出了许多的怨恨，导致自己心情不佳，严重者还会心理失衡。

.....

## <<北大送给青少年的最好礼物>>

### 编辑推荐

北大造就精英的经验和智慧 青少年必读的情商培训课！

<<北大送给青少年的最好礼物>>

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:<http://www.tushu007.com>