

# 《自己对了,世界就对了》

## 图书基本信息

书名：《自己对了,世界就对了》

13位ISBN编号：978751680388X

出版时间：2014-10-1

作者：米苏

页数：304

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《自己对了,世界就对了》

## 内容概要

人生不过是一场旅行，你路过我，我路过你。世界太大，生命这样短。要把它过得尽量像自己想要的那个样子，才对。

卢思浩说：有人喜欢你，有人讨厌你，但都好过有人妄加定义你。在你年轻的时候，你必须选择一种生活方式，这种生活方式在别人眼里是好是坏随便他们，你要做的，就是把这种生活方式过成无可替代的样子。

我们应该努力让自己无可替代。活着不是为了取悦这个世界，而是为了用自己的生活方式来取悦自己。

# 《自己对了,世界就对了》

## 作者简介

米苏，原名韩雅楠，毕业于首都师范大学中文系，现为自由撰稿人，心灵疗愈系畅销书作家，擅长女性自我修养、心灵励志书籍的策划与撰写。已经出版过的图书有《优雅的女人不生气》、《人生没有太早和太晚，一切都刚刚好》、《淡定的女人最幸福》、《女人受益一生的口才课》。

# 《自己对了,世界就对了》

## 书籍目录

### Chapter1我就是我，是颜色不一样的烟火

很多时候，你累、你烦、你倦，不是生活逼迫，而是内心压抑。羡慕那些备受崇敬的人，效仿那些被追捧的人生，脚步不由自主地偏移，最后成了他人眼中的木偶，说的、做的都不是自己想要的。如此，生活怎会不累？退出条条框框，还心灵以自由，告诉世界：我就是我，是颜色不一样的烟火！

- 01.别人的脚印里，找不到你的路
- 02.不经你同意，没有谁可以伤害你
- 03.人生苦短，卑微不是你该有的
- 04.活在别人的眼神里，等于失去了自我
- 05.你的生活，应该有你自己的精彩
- 06.打破心的禁锢，活出不一样的你
- 07.你就是你，不是任何人的影子
- 08.你要搞清楚自己的人生剧本

### Chapter2当全世界都在下雨，你就在心里放晴

没有谁可以完完全全地掌控这个世界，亦没有谁不曾接受岁月的洗礼就能长大。当生活露出本来的面孔时，你抱怨，你憎恶，你沮丧，你绝望，于事无补。唯有笑对，才能挺得过。有时候你以为那片云就是天，若下雨就是全世界都下雨了；殊不知，有时它只不过是片阴影。走出那片云，或许就是晴天。

- 01.心是一片晴空，人生就没有阴雨天
- 02.若不是心宽似海，哪里来的风平浪静
- 03.找一条向上的路，在绝望中开花
- 04.停下风尘仆仆的脚步享受时光
- 05.让每一个日子都看见欢喜
- 06.幸福的人，无论在哪儿都幸福
- 07.任何不快乐的时光都是浪费

### Chapter3过去的就让它过去，未来的等来了再说

无论那些过往，有多么让你难堪、让你痛苦、让你不安，但它都已经成了你的一部分。过去的惊天动地、不可释怀都会变成可有可无的茶后话，沉湎于过去，不过是自欺欺人而已。无论我们走到生命的哪一个阶段，都该喜欢那一段的时光，完成那一阶段该完成的职责，顺其自然，不沉迷过去，不狂热地期待未来，生命这样就好。

- 01.淡漠一笑，比报复更加厉害
- 02.沉湎过去的人，不过是在欺骗自己
- 03.错了就错了，别让内疚主宰生命
- 04.轻倚时光的路口，静待花开
- 05.其实，你真的不必害怕明天
- 06.你永远都等得起一份对的感情
- 07.变化和未知才是活着的印证
- 08.不幸福，并非生活亏待了你

### Chapter4尽己而知天命，活出最好的自己

打拼和上进，不是做给别人看，而是为了不枉此生。怀抱着这份信念，得意的时候才不会骄傲自满；不如意的时候也就懂得变通和自省。人生要有这种高度，才能够面对境遇的无常；毕竟，好运不会永远站在你身边。尽己而知天命，我只要活出最好的自己。我活着，不是要跟任何人比较。

- 01.生命在于内心的丰盛
- 02.活要活得美好，梦要梦得热烈
- 03.你只要干净而舒服地活在人间

## 《自己对了,世界就对了》

04.沉淀后,愿你做一个温暖的人

05.你有权选择自己喜欢的方式

06.心无杂念,活出一个清新的你

07.你只需努力成为最好的自己

Chapter5看淡了,谁的心中都有一片花海

生活并不完全是你所看到的样子,很多事情你经历了,却并不知道。如果你知道了这些,你大概就不会在意现在的得与失了。人生的境界说到底心灵的境界,若心乱神迷,无论你走多远,都捕捉不到人生的本象,领略不到韵致的风景。唯有心灵的安静,方能铸就人性的优雅。笑对这个混浊的世界,看淡那些事情,平静而踏实地经历人生中的起起落落,你会生活得更好。

01.越想得到什么,越会变成什么的囚徒

02.等你真的放下了,会发现也无所谓

03.失去的东西,从未曾真正属于你

04.生命不长,不能用它来悲伤

05.握不住的流沙,不如就扬了它

06.总有那么一天,一切都会过去的

07.别为不该为的人,伤了不该伤的心

08.用心甘情愿的态度,过随遇而安的生活

Chapter6不求惊艳了时光,但求温柔了岁月

人活一世,草木一秋,是应该体悟生活意义的时候了,和影子逞什么强,和浮云攀什么高低,眼前世界无限宽,心地平坦自安然。不是所有的付出都会有回报,不是所有的期待都会有结局,但人生总是要经历这样的历程,只是破灭了之后,那些重新生长出来的东西,才会真正变得坚不可摧,这便是成长的意义。

01.生命,不过是一场经历而已

02.放过那个一时间脆弱的自己

03.一花凋零荒芜不了整个春天

04.至少那些年,真切地爱过了

05.终有一天会长大,何必成熟太早

06.我走得很慢,但从来不会后退

07.就算未能如愿,也曾尽力而为

Chapter7即使没有人鼓掌,也要优雅地谢幕

如果没有人相信你,那就自己相信自己;如果没人欣赏你,那就自己欣赏自己;如果没人祝福你,那就自己祝福自己。用心去触摸属于自己的阳光,用爱去创造属于自己的天地。当自己学会珍惜自己,世界才会珍惜你。

01.像断崖上的野百合,骄傲地盛开

02.懂得享受独处的人,从不孤独

03.在寂寞中不为所动地走下去

04.没有人为你鼓掌,也要优雅地谢幕

05.总有那么一段路,你得一个人走

06.每个优秀的人都有一段沉默的时光

07.欣赏自己的独特,生命才有根系

Chapter8把平淡的日子,梳理成诗意的风景

别感叹生活太过平淡,人生除了幸福和痛苦,平淡占据了大部分的时间。学会享受平淡,平淡如同清茶,点缀着生活的宁静和温馨;学会承受平淡,学会承受淡淡的孤寂与失落,承受那挥之不去的枯燥与沉寂,还要承受那遥遥无期的等待与无奈。当你把平淡的日子过成了诗,串联起的人生便会熠熠生辉。

01.在适合自己的地方滋润地活着

02.把日子过成诗,简单而精致

## 《自己对了,世界就对了》

- 03.一杯白开水的平淡亦是幸福
- 04.你若爱生命，你该不怕去体尝
- 05.轻轻说一句：你好，小确幸
- 06.尽情地享受生活的每一天
- 07.不要弄丢了孩童时期的自己
- 08.慢下来，让脚步顺从心灵

### Chapter9 安心地存在，才是最恰当的活法

人生不一定要过多么华丽的生活，衣食无忧即可；人生不一定要名利双收，保证生活标准即可。该起床时就赶紧起床，该休息时就安心休息，保持安宁而没有烦扰的心态；身边的人要来就让他来，要去就让他去，让钟声回荡，下定决心好好地过每一天。管它时间走得多快，你就慢慢地走，按照自己觉得舒服的节奏走。静心做事情，安心过日子，让每一个当下都完好无损，我们要的不过是安心踏实的感觉。

- 01.生命没有输赢，不是得到就是学到
- 02.别让你的人生贫乏得只剩“钱”
- 03.不要去沉醉那些得不到的幻想
- 04.对生命而言，接纳是最好的温柔
- 05.我很幸福，因为我曾经生活过
- 06.亲爱的，要爱你现在的时光
- 07.努力而不浮躁，最好的总会到来

# 《自己对了,世界就对了》

## 精彩短评

- 1、在你的世界里，你是唯一的主角。只是，不要奢望让世界来适应你，你能改变的只有你自己~~
- 2、以前就看过米苏的书，感觉写的还是挺不错的，自己的某些经历，总是能在她的书中，找到答案。支持米苏，还会继续关注她写的书的~~

- 1、“你是否也被冠上你变了”的头衔？”当有一天，你也遇到了难处，不得已改变过去的某种的习惯，就被人冠上“你变了”的头衔，似乎从前真诚付出的一切，也成了一种虚伪。尽管你心里知道自己是一个好人，并没有改变，但你却怎么也开心不起来。“真的不必用“好人”的标签束缚着自己，“好人”的头衔只能保一时平安，却不能求长久无事。许多事只要尽力了，自己问心无愧，就不必在意别人怎么看、怎么说。况且，在某些情况下，说“不”既可以让自己幸福，也可以尊重他人。学会过滤吧！过滤自己的思想，过滤自己的灵魂，过滤那些不必要的束缚与偏见。生命只有一次，与外界和谐相处的同时，也要记得照顾好内在的自己，干净舒服地活在人间，平静、幸福、快乐才会接踵而来。
- 2、挺不错的，若想活出自己的精彩人生，你一定要记得，跟随自己内心的方向，坚持自己的选择。因为，你的内心不会欺骗你，它比任何人都懂你。别人说这件事不行，这条路行不通，只代表他们不行，但这和你没关系，坚持去做你想做的事。等到那小小的坚持开花结果的时候，它会让你俯视所有曾经看低你的人！
- 3、是我选择了这个世界的样子，是我允许了别人对待我的方式，是我限制了生命的呈现，是我拒绝了无限的可能，是我编剧、导演、演出了我自己的人生剧本，所发生的一切都应由我自己来承担责任，我有责任、有义务、有权利让自己更轻松、更愉悦、更富足、更平和地享受活着！这就是我这个阶段爱自己的方式！
- 4、一辈子有三万天，你想要生活三万天，还是只生活一天，然后重复三万次？我相信，所有人内心向往的都是前者，想活出不一样的精彩；只不过，在平淡的柴米油盐、日出日落间，多数人都不知不觉地将日子过成了前者。写的太戳心了，我们真的不知道什么时候开始，人生就偏离了我们预想的轨道，说找寻自由的人，永远都没有办法真正去拥有自由。80后，多数都是按别人期望的方式去生活，真的很想有一次，按照自己的渴望的方式生活。之前看一代骄女，里面有一句台词我很喜欢：这条路，就算是错的，我也要把它走成是对的！张国荣在《我》中唱到的那样：“我永远都爱这样的我，快乐的方式不止一种，谁都是造物者的光荣；不用闪躲，为我喜欢的生活而活；不用粉墨，就站在光明的角落；我就是我，是颜色不一样的烟火；天空海阔，要做最坚强的泡沫；我喜欢我，让蔷薇开出一朵结果；孤独的沙漠里，一样盛放得赤裸裸。”就像书里所写，不求多少人理解，但求过得舒心自在；不求多少荣华富贵，但求心安理得；不求惊艳了时光，但求无悔地活过。待到迟暮之年，坦然地大声地告诉全世界，我是唯一的存在，我的人生无可替代！
- 5、若只关注终极目标，错过了真正重要的一切，那么永远没有第二次重新选择的机会。活着，就该尽情地享受人生，幸福与否不在于你是不是到达了目的地，而是在于追求的本身及其过程。有追寻目标的心固然好，但更该珍惜开往终点的那一段旅程。知道生命是由通往目标的过程中所经历的点点滴滴而组成；清醒而坦然地面对生命长卷，一步一个脚印地走完全程；感受路上所有的悲欢离合，把每一份心情都铭记于心，体验真实的百味人生。若能用这样淡然的心过完一辈子，谁又敢说你的人不丰盛呢？
- 6、本书挺不错的。这本书没有像鸡汤似的灌输，而是从文章中就能体会到生活的意义。的确，没有谁可以完全地掌控这个世界，亦没有谁不曾接受岁月的洗礼就能长大。当生活露出本来的面孔时，你抱怨，你憎恶，你沮丧，你绝望，都于事无补。唯有笑对，才挺得过。有时候你以为那片云就是天，若下雨就是全世界都下雨了；殊不知，有时它只不过是片阴影。走出那片云，或许就是晴天。
- 7、为了握不住的流沙，让自己陷入痛苦的泥潭。就算这份痴心为对方所知，他也未必了解，未必领受。当一份爱无法变成相爱，它就是残缺的。真正的云淡风轻，不是明白两个人不适合便不去开始，而是明白两个人不适合就放下，不再纠缠。在现实的世界里，得不到的，已经失去的，都当成流沙吧！松开手，让它飘散在空中，落到本该属于它的角落。别再折磨自己的心，别再苦苦地纠缠，漫漫人生路，谁也无法预知明天，做一片摇曳在清新空气里的绿叶，生活就会有无限的希望和可能。只有放下，才会有新的驿站。当你潇洒地松开手，放开昨日的一切，幸福也许就在不远的地方向你招手。
- 8、最开始是打算去同仁书店买另一本书的，在畅销书架上看到它，当时的第一感觉是精神鸦片，可我当时的状态需要精神鸦片。读起来发现蛮吸引人的，一整本书就像是一盒疗伤膏药，真的让我相信任何伤痛只要一直关爱都会痊愈。收获也有很多：1.肯定自己，追求自己，一直以来诚实友爱的待人态度在扭曲的环境里不被认同一度让我怀疑自我，还好我买了本书看了下外面的世界；2.开始珍惜生



## 《自己对了,世界就对了》

活中的每一个小幸福，下雪时踩在雪地上的吱吱声，口袋里不经意摸到的零钱...3.带着强大的内心和诚实的笑容，经历漫漫的长夜，相信黎明能到来。

9、只要你往前走，你就不可能知道明天到底会发生什么。很多时候你要回头看才能知道是什么一点点改变了你的轨迹，所以做出选择之后再纠结是对是错没有任何意义。你能做的只有相信自己，并且尽力去做。坚持到底的事情才有意义，而行动是解决焦虑的最好办法。

10、“你是否也被冠上你变了的头衔？”当有一天，你也遇到了难处，不得已改变过去的某种的习惯，就被人冠上“你变了”的头衔，似乎从前真诚付出的一切，也成了一种虚伪。尽管你心里知道自己是一个好人，并没有改变，但你却怎么也开心不起来。“真的不必用‘好人’的标签束缚着自己，‘好人’的头衔只能保一时平安，却不能求长久无事。许多事只要尽力了，自己问心无愧，就不必在意别人怎么看、怎么说。况且，在某些情况下，说‘不’既可以让自己幸福，也可以尊重他人。学会过滤吧！过滤自己的思想，过滤自己的灵魂，过滤那些不必要的束缚与偏见。生命只有一次，与外界和谐相处的同时，也要记得照顾好内在的自己，干净舒服地活在人间，平静、幸福、快乐才会接踵而来。

11、一直喜欢这种类型的书，我是一个因为其他人的观点而会随便去改变自己的人。有时候真的会感觉找不到自我，这本书，很值得在人生路口迷茫的年轻人读读。。人，其实应该学会欣赏自己，珍惜自己，学会在平淡的日子里过出自己的精彩。。不求多少人理解，但求过得舒心自在；不求多少荣华富贵，但求心安理得；不求惊艳了时光，但求无悔地活过。

12、写的还可以吧。比较喜欢后面的。说把平淡的日子，梳理成诗意的风景，其实说是这么说，可是做起来又谈何容易。。虽然懂得人生除了幸福和痛苦，平淡占据了大部分的时间，去承受挥之不去的枯燥与沉寂，还要承受遥遥无期的等待与无奈。但是真正能做到的又有几个呢？

13、很喜欢这本书，书中有一篇叫《沉淀后，愿你做一个温暖的人》，“当我们手捧鲜花送给别人时，先弄脏的是我们自己的双手。一个温暖的人，一颗充满爱的心，胜过监狱里高大上的围墙，足以感化世上最冷酷的心灵。是的，最好的生命，无非是做一个温暖的人。

14、人生不一定要过多么华丽的生活，衣食无忧即可；人生不一定要有名利，保证生活标准即可。该起床时就赶紧起床，该休息时就安心休息，保持安宁而没有烦扰的心态；身边的人要来就让他来，要去就让他去，让钟声回荡，下定决心好好地过一天。管他时间走得有多快，你就慢慢地走，按照自己觉得舒服的节奏走，静心做事情，安心过日子，让每一个当下都完好无损，我们要的不过是安心踏实的感觉。

15、生活中，绝大多数人都在重复着这样的生活方式：达到目标我们成了唯一关心的事，过程变得毫无意义。旅行如此，其他事情也如此。如同疲于奔波的人生，始终处于残酷的竞争压力下，被“达到目标”的思维所控制，无暇享受当下的快乐，想的永远是“等我到了车站，就可以”“等我晋升了，就可以”“等我还清房贷，就可以”“等我退休了，就可以”终有一天，他会发现，生活根本就没有所谓的车站，也没有什么可以到达的地方。

16、俞敏洪先生说过一段话：“我们人的生活方式有两种：第一种方式是像草一样活着，你尽管活着，每年都在成长，但是你毕竟是一棵草，吸收雨露阳光，可惜的是长不大。人们可以踩过你，但是人们不会因为你的痛苦，而产生痛苦；人们不会因为你被踩了，而来怜悯你，因为人们根本就没有看到你。我们每一个人，都应该像树一样地成长，即使我们现在什么都不是。但是只要有树的种子，即使你被踩入泥中，你依然能够吸收泥土的养分，使自己成长起来。当你长成参天大树以后，在遥远的地方，人们就能看到你，走近你。”也许，每个人在得到理想生活之前，都必然要经历一段不太理想的日子，我们要学会接受这段不大满意的时光。每天告诉自己要努力，纵然看不到希望，也要相信自己，坚持下去。别怕孤单，别怕冷落，每一个优秀的人都有一段沉默的时光。那段时光，是付出了很多努力，忍受着孤独和寂寞，不抱怨、不诉苦，日后说起时，连自己都能被感动的日子。但愿，在未来的某一天，回顾起曾经的一切，你也能够坦然地说，是那些沉默的、艰难的时光，造就了最好的你。

# 《自己对了,世界就对了》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)