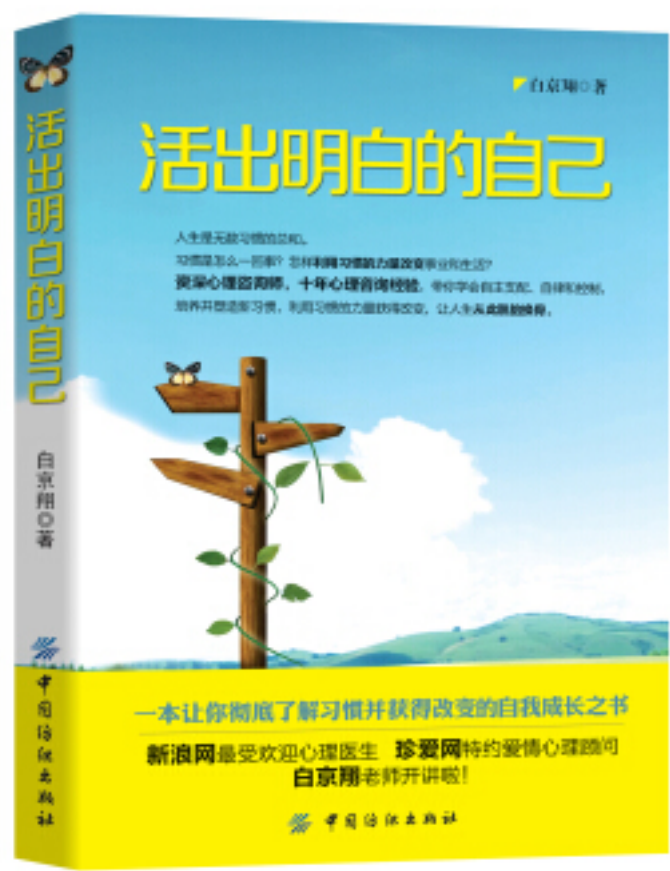


活出明白的自己



[活出明白的自己_下载链接1](#)

著者:白京翔 著

[活出明白的自己_下载链接1](#)

标签

评论

OK

一般，没怎么看

好qwertyoojvc

你到底f做了多少无用功——我们应如何i让行i为变得j有意义把时j间填满不等于有效利用——以充实的名义浪费是什么让你被迫助人——从不敢说拒绝开始失败的习惯性借口u——为做不到而开v脱别坚持错误——减肥是w跟w习惯做斗w争大包大揽不是帮人是毁人——协作催人成A长，包办毁人前程替换法则——有效比完美更实用想赢就要敢输——什么样的心态才H能赢得漂亮第二章
你能J搞定自己的J坏脾K气吗——是时候让情绪帮你做点好事了面对那些必然之Q痛——唯有做出选择才是解决利用情绪——将负面焦虑转换成可控的微U紧张急人所急——V——是W在传染坏情绪W情绪是绊脚石，也可以是垫脚石——让情绪丧失毒性身在何处都能愉悦自己——快乐是一种转换力第五章

第一章 清晨，宁静的海面，粼粼微波中，闪耀着初升太阳的金色光芒。
离海岸一英里的地方，一艘渔船在下饵捕鱼，海鸥们有早饭了，这个消息在长空旋即传开。刹那间，成千上万只海鸥飞来，东躲西闪争抢一点早饭。又一个忙碌的日子开始了。只有海鸥乔纳森·利文斯顿远离群鸥、海岸和渔船，在远处独自练习飞翔。
飞到一百英尺的高空时，他垂低蹠足，仰起尖喙，努力把双翅弯成一条曲线。他开始放慢速度，直到风在耳边低语，直到海洋在身下恢复了平静。他眯起双眼，集中精力，屏住呼吸，努力使身体再弯一些……再……弯……—……英寸……突然间，羽毛蓬散开来，他失速了，向下坠去。
你知道，海鸥从不畏缩，从不失速。生为海鸥，在半空中失速简直丢脸、可耻。但，海鸥乔纳森·利文斯顿并不感到羞愧。他重新伸展双翅，再颤抖着弯成曲线——放慢速度，再放慢，又失速坠落……他是那样非同一般。
大多数海鸥不愿自找麻烦去学更多的飞翔技巧，只满足于简单地飞到岸边觅取食物，然后再飞去。他们并不在乎飞翔，在乎的只是吃。然而，对于这只海鸥，飞翔远比吃重要。
他发现，这种想法使他不受欢迎。甚至连父母也不理解他为什么整日独处，成百上千次地苦练低空滑翔。
有些事他也不明白，比如，要是在离水面不到半翼幅的高度飞行，他就能在空中停留更久一点，也不太费力。他滑翔结束时，不是像普通海鸥一样双脚朝下踩入海中，溅得水花四起，而是双脚紧贴身体，以流线型触及海面，只留下一道又平又长的水痕。当他收着双脚滑到海滩上，然后步测自己在沙中滑行的距离时，目睹这一切的父母真是忧虑万分。
“为什么？乔，为什么？”母亲问道，“难道像大家一样就那么难吗？为什么你不能放下低飞的事让鹈鹕和信天翁去做呢？为什么不吃点东西？儿子，你已经瘤得皮包骨头了！”
“妈妈，我不管什么皮或骨头。我只想知道我在天上能干什么，干不成什么，只想知道这些。”
“你看，乔纳森，”父亲不无慈爱地说，“冬天快来了，船也少了，水面的鱼要深游了。要是你非学不可，就学学怎么抢食吧。飞行当然是好事，可是，滑翔不能当饭吃呀。别忘了，会飞不过是为了吃。”

乔纳森顺从地点点头。接下来的几天，他努力像别的海鸥一样做。他真的努力了，在码头和渔船周围与群鸥一起尖叫、盘旋，争抢小鱼小虾或面包渣。可是，他做不下去。太没意思了！他一边想着，一边故意把一只辛苦得来的凤尾鱼抛给在后面追逐的饥饿的老海鸥。我本可以利用这些时间学习飞翔。要学的东西还有那么宏！

[活出明白的自己_下载链接1_](#)

书评

[活出明白的自己_下载链接1_](#)