



人生,走着走着便懂了,对于未来,不再迷茫彷徨,而是以更坚定的步伐迈向预定的目标;人生,走着走着便懂了,对于爱情,不再痴迷悲伤,而是以更理智的心态去接受爱情细水长流的平淡;人生,走着走着便懂了,对于生活,不再困惑感伤,而是以积极乐观的心态去迎接每一个黎明的到来

·佳片推荐·

《滚蛋吧！肿瘤君》

英文名 Go away Mr. tumor

主演 白百何,吴彦祖,李媛,刘芮麟,程伊,刘莉莉,李建义

上映时间:2015年8月13日

类别:喜剧 励志 爱情

导演:韩延

编剧:袁媛,张维重

拍摄地点:北京

制片地点:中国大陆

制片人:李亮文

剧情简介:

29岁生日前那天,熊顿(白百何饰)因吐糟奇葩老

一样可以对命运微笑。同时,这些形形色色的人也给熊顿有限的生命带来了无限的精彩。

推荐理由

1、笑是良药,能治好最难的绝症

作为一名青年漫画家,熊顿有极强的想象力,乏味的生活在她的幻想中,总能变得美好梦幻。让她笑出声来,开心的时候,她放肆地笑;难过的时候,她豁达地笑,即使被生活戏弄,她也潇洒地笑出声来。住院的时候,她看到帅气的男医生甜蜜地笑,得知自己得了肿瘤,她笑着安慰家人朋友,即使在自己的葬礼上,视频中的她也笑着告诫他人要热爱生活。她的一生在笑中度过,难搞的日子没有将她打倒,因为笑给了她力量。

她笑着坚强地度过了自己的一生,留给世界的,是满满的爱和正能量!虽然熊顿最后离开了我们,但是她走之前,却教会了我们如何珍惜,如何感恩,如何用微笑赶走世界的阴霾!

2.流年易逝,学会珍惜

年轻的人们大多是不懂得珍惜的。挥霍身体,不爱回家。追求着大家都在追求的东西,荣华富贵,功名利禄。却忘了珍惜早已拥有且十分重要的东西。在功利的角斗场追来逐去,疲倦了身体,疏远了关系。一天看你长大人,陪你度过青春岁月的人的人,曾经承诺爱你一生一世的人,才是真正的来之不易。健康,亲情,友情,爱情,请在还来得及的时候珍惜。给爱你的父母打个电话,哪怕只是简单的几句。给你许久不联系的朋友发一条讯息,告诉他你一切安好,因为你们共同拥有着那一段最纯真美好的记忆。对你的爱人,或者,你爱的人,大声地说出我爱你,趁现在还来得及!

3.把悲剧笑着讲出来

众所周知,这部电影由真实的熊顿的故事改编而来,电影还没开始,观众就都知道了结局。可是,重要的不是结局,而是过程。电影并没有哭诉生命的不幸,而是着重展示了一个阳光向上的女孩的人格。《滚蛋吧!肿瘤君》的大部分内容是欢快的,结尾的点点煽情也拿捏有度。没有冗长繁琐的说教,而是让观众在饶有兴趣的心情下体会到了厚重的人生哲理。面对残酷,憋住不哭的是英雄,但是,居然还能笑着逗乐别人,画出一部温暖作品,又穿上性感红裙、打扮美美的,只有熊顿。而熊顿最后,也用自己的经历,告诉大家,要勇敢地去活。“劝别人我比谁都拿手,但自己想干的事却只停留在嘴上,等到想去做的时候才发现,其实根本不存在来不及这回事,在梦面前,一切都是借口。”

·积极心理学·

从前,有一个村庄住着三个渔夫,他们都是捕鱼高手。有一天州长巡查到此,听说近期的黄花鱼不错,就告诉村长想吃黄花鱼。

村长说:“那好吧!咱们村有三个高手,我让他们马上出海捕捞。”

村长领着三位强壮的渔夫,拜见州长后,他们三人就出发了。三、四个小时后,这三个渔夫回来了。

第一个渔夫提了一篓子活蹦乱跳的黄花鱼。州长看了喜笑颜开,叫手下赏这位渔夫黄金一条。

第二个渔夫也赶紧将鱼篓递上来,州长低头一看里面是一只小乌龟。

州长问:“那鱼呢?”

渔夫答:“报告州长大人,乌龟也是鱼,俗称甲鱼。”

州长忍着怒火说:“我要的是黄花鱼,这甲鱼呢你就留着自个吃吧!”

渔夫好没眼力还在贪心地辩解:“州长,奖金呢?”

州长一拍桌子:“胆大包天!任务没完成还滥竽充数,还要奖金?”

渔夫回敬到:“你知道出海有多么艰险吗?我能捞只甲鱼回来已经非常冒险了,你不给我金条,给我只银元宝也行啊!”

州长很有修养的叹口气,摇摇头:“好了,好了,给他拿个元宝!”

渔夫乐颠颠地出去了。

第三个渔夫用衣襟抹着满脸的鼻涕眼泪,空手上来,哭着说:“您知道吗,州长,海有多深?有无数鲨鱼、海蛇、巨浪,我今天经历了人生最艰苦的时刻,若干次的生命危险,我心里坚定地相信;我一定要活着回去,见州长大人,您就是我生命的希望!”

州长转转大眼珠子,真有点发懵,问道:“你捕的鱼呢?”

渔夫答:“州长大人,您说鱼重要还是人重要啊?”

答:“当然是人重要了。”

渔夫说:“是啊,这不是我活着回来了!我做人的勇气和坚强的生命力,应该得到您的嘉奖吧?”

州长气得把胡子一甩:“这真是一帮坚定的无赖!秘书,拿元宝来!”

这就是人们常说的积极心理学,从一件糟糕的事中看到希望,乐观积极的对待每件事情,人生才能更加精彩!

看见雨后的阳光



The art of being wise is the art of knowing what to overlook. 智慧就是懂得该忽略什么的艺术。

Any one thing,as long as be most willing to,always simple. 任何一件事情,只要心甘情愿,总是能够做得简单。

Don't try so hard,the best things come when you least expect them to. 不要着急,最好的总会在最不经意的時候出现。

Time will give you what you want ,and believe,you are worth waiting. 时间会给你想要的,并且相信,你是值得等待的。

Life is apure flame,and we live by an invisible sun within us. 生命是一束纯净的火焰,我们依靠自己内心看不见的太阳活着。

Hold the head of the lonely,put proud expression-bravely say:I not bad not all. 昂起孤单的头,摆着骄傲的表情,勇敢地说,我一点都不赖。

The world is brutal today, even more brutal tomorrow and wonderful the day after, butmost guys would die by tomorrow and never see the sunshine the day after tomorrow . 今天很残酷,明天更残酷,后天更美好,但绝大多数人都死在明天晚上,却见不到后天的太阳。

1.校园的学习生活中,总有说不尽的精彩故事。生活在继续,每天都会有全新的感受。生活随笔,记录点滴,走进心灵,我们见证你的独白。分享你的喜怒哀乐,《心灵瑜伽》伴你成长,欢迎您的投稿。

投稿方式:学院+班级+姓名+联系方式

投稿地址:besohappy@163.com

2.为提高学生心理素质,促进学生情感健康发展,并开展学习和行为指导,调动学生学习的积极性,化工学院大学生心理咨询室——静心坊期待生活中感到困惑又渴望得到倾听、解答的同学通过以下方式与其联系。给心灵一个流淌的出口,让烦恼、迷惘消失掉。

开放时间:周一:14:00~16:30

周三:14:00~16:30

咨询地点:化工楼 A204

咨询老师:王颖 王璐璐 戴海金

预约邮箱:llwanglrw@126.com

QQ:493154573

3.新兴媒体“来势汹汹”,化工学院心理自助中心此刻也活跃在浪尖上,人人主页和新浪微博都相继开通啦,在这里有中心的日常动态分享、各种活动的前期宣传和后期反馈、以及妙趣横生的心理小知识,更有许多惊喜的内容等待你的发现哦。

在这里,你可以开拓视野;在这里,你可以接触到各种新鲜的事物;在这里,你可以自由表达自己的观点和看法;在这里,你可以接触到优秀的学长和学姐,充分分享他们的经验与心得。关注我们吧!

人人主页:@矿大化工学院心理自助中心
新浪微博:@中国矿业大学化工学院心灵驿站

·心灵鸡汤·



人人主页



新浪微博

指导老师:瞿望

主编:陈杰

副主编:
周子瑞 姚俊列
于洋 陈洋
杨凡 杨开发

本期执行主编:
姚俊列