

<<怎样摆脱生活为烦恼>>

图书基本信息

书名：<<怎样摆脱生活为烦恼>>

13位ISBN编号：9787501757343

10位ISBN编号：7501757348

出版时间：2003-1-1

出版时间：中国经济出版社

作者：于学彬

页数：255

字数：140000

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>

<<怎样摆脱生活为烦恼>>

内容概要

“人要好好活着”丛书通过《怎样提高生活的质量》、《怎样摆脱生活的烦恼》、《怎样走出生活的误区》三本书指点人们通向幸福生活的支点即三个“轮子”。

每个人都希望自己能够过得好一点。

而美好的生活有时却似乎与我们隔着一条大河。

要想达到幸福的彼岸。

就必须有一条过河的渡船。

那么，怎样才能找到这条渡船呢？人要好好活丛书之一《怎样提高生活的质量》一书。

已为您准备了通向幸福的渡船。

烦恼是人们对自己的生活状态的一种不满情绪。

它就像是一条条毒蛇把人紧紧缠住，人越是挣扎，它就缠得越紧。

最后会使人窒息而死。

那么，怎样才能摆脱生活的烦恼呢？人要好好活丛书之二《怎样摆脱生活的烦恼》一书，将给您一些有益的提示。

误区是人们所犯的一种不以为错，反以为对的一些错误。

误区就像是一些盖着青草的泥沼，人们很容易误入其中，而一旦陷进去又很难自拔。

其结果很可能是灭顶出之灾。

那么，怎样才能走出生活的误区呢？人要好好活丛书之三《怎样走出生活的误区》一书，将给您一些有益的忠告。

<<怎样摆脱生活为烦恼>>

书籍目录

总序前言第1章 君子坦荡荡，小人常戚戚——挨个心态试试看 1. 寻找工作和学习中的乐趣 2. 为高兴找个理由 3. 做个美梦也无妨 4. 为心灵手个港湾第2章 拿得起，放得下——挨个活法试试看 1. 何不潇洒走一回 2. 不要为别人活着 3. 放下过去和将来，只关心现在 4. 不妨睁只眼闭只眼第3章 苦药别细品，没事偷着骂——换个方式试试看 1. 没事偷着骂 2. 苦药别细品 3. 也来“幽”一“默” 4. 自己奖励自己 5. 别让自己闲下来第4章 面包会有的，好运也会来的——挨个假设试试看 1. 面包会有的 2. 好人总有好报 3. 我并不比别人差 4. 人无完人，事无尽美 5. 生活就是一团乱麻 6. 把别人的葡萄想成酸的第5章 既然屡射不中，何不换个靶子——挨个目标试试看 1. 没有大的小的也将就 2. 只要满意，不必最好 3. 堤内损失堤外补 4. 让生活多一些色彩 5. 让自己少一份欲望第6章 比上不足，比下有亲——换个参照试试看 1. 没有鞋的要与没有脚的相比 2. 好汉重提当年勇 3. 你比我有钱，我比你充实 4. 常忆昨日苦，方知今日甜第7章 坐坐别人的椅子，穿穿别人的鞋子——挨个角色试试看 1. 丈夫就是丈夫，妻子就是妻子 2. 不妨当“第三者” 3. 请把鞋子脱在门外 4. 坐坐别人的椅子第8章 江山不必改，本性也该移——换个人格试试看 1. 我是一探无名的小草 2. 天外有天，楼外有楼 3. 海水也有潮起潮落的时候 4. 妹妹你大胆地往前走 5. 安时守顺，学会等待 6. 心浮气躁请服“镇静剂”第9章 把快乐放大，把烦恼缩小——换个原则试试看 1. 连死都不怕，还怕什么 2. 既未之，则安之 3. 穷则独善其身 4. 棋子落地应无悔第10章 哪怕颠三倒四，感觉也会不同——换个顺序试试看 1. 先喝苦药后吃糖 2. 先做重要的事 3. 先做客易的事 4. 先上车，后买票第11章 只有恰当暗示，才能心想事成——挨个暗示试试看 1. 别人生气我不气 2. 我也可以慢慢学会 3. 我就是不怕失败 4. 要分清“我必须”与“我愿意”第12章 眼不见，心不烦——换个环境试试看 1. 此处不养爷，自有养爷处 2. 亲近一下大自然 3. 找另外一些朋友聊聊 4. 把烦恼扔到大街上第13章 能怨天时便怨天，能尤人时就尤人——换个归因试试看 1. 这不是我的错 2. 谋事在人，成事在天 3. 只怪没人给我这个支点 4. 不必为搬不动泰山而烦恼第14章 幸福不是毛毛雨，不必天上掉下来——换个观念试试看 1. 人生难得一糊涂 2. 精神胜利也是胜利 3. 高薪不如高兴 4. 让生活变得简单些 5. 生者为过客，死者为归人第15章 躺在地上看卧佛，拿个大顶看翻车——换个角度试试看 1. 拿个大顶看翻车 2. 登泰山而小天下 3. 绕到背面看一看 4. 以君子之心，度君子之腹第16章 粥晾凉了再喝，馍蒸熟了再吃——换个时间试试看 1. 从现在做起 2. 粥晾凉了再喝 3. 天放晴了再出门 4. 不该凑的热闹不要去凑第17章 兴趣要广泛，情致要高雅——换个志趣试试看 1. 棋琴书画，自得其乐 2. 多交几个乐观的朋友 3. 业余爱好也要扬长避短 4. 到厨房中去寻些乐趣第18章 欲穷千里目，更上一层楼——换个层次试试看 1. 小民也要关心大事 2. 从奉献中获得快乐 3. 要充分实现自己的价值 4. “退一步”海阔天高

<<怎样摆脱生活为烦恼>>

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>