

图书基本信息

书名：<<有一种境界叫放下-有一种心态叫舍得-经典珍藏版>>

13位ISBN编号：9787504466310

10位ISBN编号：750446631X

出版时间：2009-10

出版时间：中国商业

作者：辉浩

页数：355

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>

前言

我不知道什么叫做失败，我只知道失败之后还会成功；我不知道什么叫做难过，我只知道痛哭之后还有快乐。

我不知道的太多，可是我却知道人生就如同两面境，即统一又矛盾，而人往往就注意其暗淡的一面，而不去理会它另一面的光彩。

我们生活的这个社会本来就很复杂，然而很多人却把这个本来就复杂的社会弄得更复杂；人生本来就复杂，舍舍得得，拿起放下本来就是很简单的事。

更多时候，我们大可不必在舍弃的时候可惜，在放下时候痛苦，因为有的东西舍了未必不好，放下未必就是错误。

时光匆匆，人生短暂，如果一味为着不值得的事痛苦，执迷不悟，不知为何而生，不懂为何而活，这又何尝不是人生的悲哀？

这让我想起了一个小故事：围棋大师吴清源初到日本参加比赛，胜利在望之时却舍掉棋局，放弃了那次获胜机会，但是那一次放弃却促成他日后成为征服日本围棋界的英雄人物。

人烦恼太多因为太过贪婪，中华五千年里有多少人不仅死于名利，而且还落个千载骂名；又有多少君王为美人而惑，最后国破家亡，死不得安，怨谁？

怪谁？

其实我们每个人都要能得而思舍，拿得起还要能放得下。

我们只有能遇贪而舍，才可脱胎换骨，才能成为人上之人。

古之贤能常言：人应得而思舍，然无人思舍，故而头破血流。

舍不得必报舍，若舍必有得，舍之为得，亦必有得而甜，得而乐。

内容概要

在社会上生活，不管是何种职业的人都有很多难以诉说的烦恼，或生活或事业或感情，终究逃不出的还是自己的心灵折磨，你的痛苦没有任何人给予，只是自己在处理上以一种心态来看待。

《有一种境界叫放下，有一种心态叫舍得》正是针对广大人世的问题而编著的，它用世界几千年的智慧结晶，告诉人们懂得舍得，懂得放下就懂得生活，懂得生活必定玩转人生，走向成功。

本书道尽世上人生成功之心境，对待生活之心态，使读者知其理，懂其生，为现在或是未来生活放平心态，带来快乐与成功，本书通俗易懂，适合所有读者，看其书懂其理，感慨人生在世不枉活。

本书是一把打开心灵之窗的钥匙，是一次感悟社会感悟人生的新体验，它通过小故事看大道理，通过大道理论人生真谛，让读者走出执著，走出迷茫，走出困惑，走出仇恨，迎来光明，看到希望，懂得感恩，知其人生。

书籍目录

前序前言第一章 知足常乐——取舍间把握心态 1.学会舍得才能获得快乐 2.知足的生活最快乐 3.潇洒心态看人生的输赢得失 4.懂得合得，学会放下 5.宽广胸襟，抛弃烦恼 6.舍之有道，取之有度 7.人生的幸福便是放下 8.平淡生活最洒脱 9.合得贪婪，放下欲望第二章 睿智人生——取舍间彰显智慧 1.智者，合弃就是得到 2.想要改变环境不如改变自己 3.在正确的道路上勤奋打拼 4.合弃自卑，自信让人生更有色彩 5.追求美，但不是完美 6.人生的“取”与“合” 7.赠人玫瑰，手有余香 8.弯曲一下又何妨 9.让生活变得轻松起来第三章 大智若愚——取舍间独辟蹊径 1.糊涂处世，不要自作聪明 2.把自己当成聪明的人是件愚蠢的事情 3.在忍耐中等待时机 4.优越感过于膨胀则有失分寸 5.不逞一时口舌之快 6.学会示弱，淡然处事 7.隐忍做人，赢得先机 8.做人要学会大智若愚第四章 浮躁为祸——取舍切忌有贪念 1.贪婪的人容易受到打击 2.欲望越少，生活越幸福 3.生活中切忌浮躁 4.平淡是真 5.嫉妒给人带来烦恼 6.合弃心里的怨恨也是对自己的宽容 7.多一些大度，少一些计较 8.让心有呼吸的空间第五章 空杯心境——取清净而舍忧虑 1.心态决定命运 2.拥有空杯心态，随时从零开始 3.生命之舟需要轻载 4.做人生减法 5.消除厌职心态，找到生活乐趣 6.挫折不是成功的绊脚石 7.笑对人生每一天 8.分解压力，乐观生活第六章 绚烂情感——愈放开则愈多姿 1.放下过去，给彼此自由 2.缘分不能勉强 3.该放手的时候就放，不要遗憾 4.失去了爱情也是一种收获 5.放下也是成全 6.感情攥得越紧反而失去的越多 7.放下才不会痛苦第七章 志在绝顶——放下输赢天地宽 1.放下空想，始于足下 2.放下顾虑，轻装上阵 3.把握自己，成就自我 4.锲而不舍，直至成功 5.人生漫漫，从头再来 6.放下面子，坚持自己 7.适时放下，赢得机会 8.放下输赢，你才会赢第八章 处世哲学——退一步海阔天空 1.拿得起，更要放得下 2.没有百分之百的公平 3.给别人使绊将会误伤自己 4.不必凡事都争个明白 5.适当放弃也能赢得机会 6.放下猜忌，赢得友谊 7.让他一墙又何妨 8.放下理想主义，赢得和谐人生第九章 生活智慧——狭路相逢“放”为上 1.放弃是取得胜利的力量 2.弦紧弓断，学会放下 3.过于执著未必是件好事 4.放下架子，用心接纳 5.没有纷争便不会有祸端 6.不要用自己的眼光看待别人 7.面对仇人要放开过去 8.欲望无止境，顺其自然为最真第十章 修身养性——放下一切为养生 1.放下是修身养性的最高境界 2.懂得放下，生命才会更完美 3.若要养心则要放下 4.放下是一种智慧 5.多一物多一心，少一物少一念 6.凡事放下才会有所得 7.懂得放下才会拥有平常心 8.一念成佛，一念成魔 9.放下是别样的美

章节摘录

插图：第一章知足常乐——取舍问把握心态1. 学会舍得才能获得快乐纵观中外古今历史，多少君王能舍得高高在上的王位？

为了王位，许多人失去了本该拥有的幸福与快乐，到最后妻离子散家破人亡；有些人虽然得到了王位，可是怕自己守不住，弄得自己终日疑神疑鬼。

由于不舍得而惶惶度日，永不快乐。

舍得是一种境界，古人有云：“相由心生，烦恼皆自添，若为舍不得，又怎寻快乐。

”为利所扰，舍不得而忧；为情所困，舍不得而痛，人要快乐，就要舍得。

舍得是一种智慧 常言道：一鸟食亡，人为财死。

人为事业执著，为金钱奔劳，这固然是好事，但是如果你为了舍不得放弃的事去损害别人的利益，就会得到不好的结果，想再找回快乐，就会很难。

只有懂得合弃，才会获得快乐。

在很久以前，有一个国王，他可以说是上帝的宠儿，他有着爱他的妻子，有着最崇他的儿女，而且他还有着信任他、听他指挥的士兵，有着一国忠于他的人民，但是他却有着一种超越生、老、病、死的追求，为了这种追求，他决定离开这里，放弃这里的一切。

当他摘下头上的皇冠，把这顶象征着权力和财富的帽子戴到自己聪明儿子身上时，他突然有一种满足和快乐，他为了自己的追求，离开了爱他、亲他的这个地方。

当他走遍了千山万水，看尽了人世间的丑与恶后，他用着自己的血肉之躯冲破黑漆与阴冷，以自己的智慧，照亮尘世中挣扎迷茫的人们。

他被人们当做了神，见到了他就见到了光明，后来他完全抛弃了自我，舍弃了一切，终于参悟了真相，懂得了什么叫做生生不息，什么叫做源源不断，一举得道成佛，他就是后来人们常说的释迦牟尼佛。

做人要不被外界事物所惑，不被物质所累，不在权利面前放弃自己想要的东西，为了自己的追求宁可合弃一切，这便是一种大智慧。

如今，有些人为了自我的利益而处处破坏别人的利益。

用阴谋、诡计害得他人凄凄惨惨，但最后也使自己得不到好下场。

生活中不是所有执著的东西都是美好的，不是所有的欲望都能满足，一个人要有自己的思想与智慧，要知道人生中最重要的是什么，面对所有的诱惑与利益，要知道适可而止，合欲而得乐。

舍得是一种领悟 草木有情，何况人呢？

但是面对感情却不是所有的都要守住不放，那样使我们会为情所困，痛苦一生。

爱无交易，无利益，应该是单纯的、简简单单的，而且要一心不二用，面对诱惑要懂得合弃，合而得幸福。

一个白领，他拥有着让人羡慕的工作，收入也很丰厚，老婆又十分贤惠。

但是有一天他们公司搞联谊，在舞会上，他见了与他一样有着共同爱好、又十分漂亮的女子。

他凡心大动，忘记了家中的老婆，忘记了工作上的事情，上班无精打采，回家有气无力，晚上不睡觉，心里一直想着那个姑娘。

妻子看到这种种情况就带他到一家心理医院治病，经过检查心理医生知道他得了心病，于是就跟他聊天沟通，通过交谈，知道他在想什么事情了，后来他找来了那位姑娘，发现她已结婚并且有一可爱女儿，顿时好感全无，又恢复了以前的自信与男人风度。

面对生活中这些常见的事情，要懂得合弃，不要吃着碗里看着锅里的。

世界之大，什么事情都有可能发生，关键是自己面对这些事情时要知道合弃。

只有舍得才能更好地去珍惜眼前的美好，一生奔劳就是图个美满的生活，顺利的工作，不要为了单单一件事把人生中的美好全部给磨灭掉，人要懂得领悟，鱼与熊掌不可兼得，合二取一也。

现代社会很多人因为不懂合，只想得，在事业和工作中，抱着天上掉馅饼的病态，结果却等来了无尽的痛苦与烦恼，这又何苦呢？

舍该舍之物得意外之喜生活中有的人因为有太多的不舍而迷失了双眼，看不到应有的幸福与快乐。

其实合与不合都是心中所想，合平坦大道，闯危险山洞，走出山洞才发现豁然开朗，什么叫作别有洞天，什么叫做美好人生，在于合与不合。

一个女孩子喜欢上了一个男士，可是这个男士不认识她，为此她对佛说，能让我变成他身上的一样东西吗，长在最显眼的地方，那样他每天都会看着我，爱护我。

于是，佛把他变成了这个男士手心里的一颗痣，男士每天都带着她走南闯北，可是有一天男士看到这颗痣却心烦了，为此用刀挑掉这个东西，痣从男士身上脱落了，而男人脸上的泪水却流了下来。

女子问佛这是为什么？

佛说你在看男人的眼睛时候却没有发现他每天眼眶中打转的泪啦吗？

那是一个很早就喜欢你的男士，他为你变成了男人的眼泪，每当看着你难过时就会溢出泪水，现在她为了你流了出来，生命也在阳光中蒸发了。

女孩子对男人痴迷的同时却忘了自己身边的幸福，她不舍得丢掉那份不属于自己的期待，却再也得不到自己应得的幸福与快乐了。

是啊，当被某一种事物迷惑时却忘记了看身边的美好东西，也许人生有太多的留恋，也许人生中有太多的不合，所以人生中才有那么多的痛苦。

用智慧之心合二取一，用人生经历领悟有舍有得，舍痛得乐。

合，并不是要放弃所有，而是冷静地看待事物，仔细观察身边的事情，该合就舍，不要盲目追求。

舍弃让你痛苦不快乐的东西；合弃让你不安心忧愁的东西；合弃让你背信弃义善恶不分的东西，得其纯真，得其安心，得其快乐。

人生路漫漫，生活却短暂，幸福要自己去把握：只有学会舍得才能获得快乐。

智慧背囊人活一世本就图个快乐，可是人的贪婪与无止境的欲望使得我们对现实中的物质利益举棋不定，活得极不快乐，在人生的征程中留下了遗憾与痛苦。

其实生活很简单，只要能舍二取一，不贪不争，为自己内心想要的东西所追随，舍名利得梦想，舍痛苦得快乐。

2. 知足的生活最快乐人生在世要知足常乐。

要想知足就要脚踏实地，“不以物喜，不以己悲”，保持平常之心，拥有正常情感，为自己喝彩，为自己加油，知足不断耕耘，知足中不断进取，知足中不断创新，知足中感恩生活，享受快乐。

知足是一种精神：不知足者贪，由贪生恶，算计一生，享得一世福，却终日不欢；知足者善，无欲无求，满足于一念之间，笑口常开，才能自得其乐。

满足人生，话出平常之心智者乐山，仁者乐水。

每个人的喜好都有所不同，在不同的喜好中做着不同的事，所以不必为别人的成功感到眼红，不必为别人的骄傲感到自卑，懂得好好爱护自己，满足人生。

人生世上，就要懂得知足，懂得去满足自己的人生。

有一次村里参加画画比赛，要求画一条很逼真的小蛇，很多画家都争相观摩，里面有一个画家画得比较不错，他在画好自己的画时，发现别人画得也别有风味，就照着把别人的优点融进到自己的画里。

他的想法非常好，把自己画得不好的地方改掉，可是当他画好后，又想出与别人不同的地方，于是就在蛇的下部添出四只脚，画是画好了，可是一交上去惹得大家哄堂大笑。

蛇有脚吗？

本来他的画是最好的，可是自己不满意。

非要在画上再添四只脚，使得自己的画比别人的难看，当然这次参赛他落选了。

由于自己的不知足，导致适得其反。

人生也是一样，不管在什么位职上，都要懂得满足，不要看着别人的工作就觉得比自己的好，而应该静下心来试想一下，如果自己真的处于那个位置，会真的干得那么开心吗？

我们应当把自己的喜欢当成一种享受，在工作中享受着那一份独有的娴静与清雅，享受着工作之后的成就感，享受着工作过程中的那一种满足，岁月如流，所以我们要乐天知命，而不是因为不满足弄得干什么事都没有情调、提不起劲来，那样生活着就没有意义了。

把生活看淡一些，活出一种平常之心，那么人生就会很容易满足，当你满足了你的事业，满足了你的家庭，你就没有心思去和别人较真，和别人攀比了，这时你的心而是被自己的这一份满足占满，满脑

子都想着上班的事情，下班的甜蜜，天天乐在其中，这不是一种快又是什么？

满足生活，活出大度之心生活中为了一点小事就大吵大闹，工作上因为一点失误就怕这怕那，到最后是离婚协议拿左手，离职通知拿右手，看着两手空空，何不大度一点满足生活，看到一些不顺眼的事就包容一下，看到错误就大度一点，认真改过，把自己放低一点，把别人抬高一点，也许你会拥有更多的快乐。

有一个公司经理，他对工作是兢兢业业，对家人是关怀备至，但就是有一点太过自私，看到一点不顺眼的事就会鸡蛋里挑骨头，要是有人小声抗议一下，他就会把此人严训一翻，然后再施以小惩，使得很多下属都不喜欢他，什么话都不对他说。

他回到家，虽然也帮妻子收拾点家务，但总是觉得这也不顺眼那也不顺眼，为此总是跟妻子吵架。

特别是妻子外出办事回来，他总是怀着一种不放心的口气质问妻子。

一次公司推行民主选才意见，公司里很多员工都写了“太差”两个字。

而他的妻子也因为受不了他这种疑神疑鬼的做法，提出与他离婚，他一下陷入了痛苦中，后来还是想不通自己做错了什么，对妻子关心，可是却换来换来妻子的离婚，对工作多兢业，却得到下岗待业的通知。

多么幸福美满的人生被他的自私，不够大度夺去了一切，他如果能看开一些，在工作中对别人施以恩惠，晓之以理动之以情，也许他现在是所有人的模范，公司人人爱戴的经理了，他要是把对妻子的这种自私的关心发扬到体贴之中，给妻子以信任和包容，那么两个人肯定是恩爱一生。

编辑推荐

《有一种境界叫放下,有一种心态叫舍得(经典珍藏版)》：放下，是一种做人做事的艺术岁月蹉跎，时光荏苒，人生就如一杯清茶，舍得才知其清甜，放下才闻其香郁！

年复一年，日复一日，人生就如缺口苹果，舍得才知其甘脆，放下才觉其珍贵！

朝朝暮暮，日升日落，人生就如放飞气球，舍得才知其自由，放下才感其奔放！

舍得，是一种泰然处世的哲学。

不入深山，不知其危险；不探大海，不知其深浅；不攀高峰，不知其艰难。

在探索中思考人生，知其舍得；在追求中完美人生，知其放下。

月有圆缺，人无完人。

舍：悟其生，放：得其生。

我不知道为什么飞蛾扑火，自取灭亡，舍生命；我不知道为什么凤凰涅槃，苦受煎熬；我不知道为什么幼鹰离家越山，不顾生命；自然告诉我，这是规则，有舍才有得。

不扑火舍命怎可得光明；不投火海舍得自由怎能重生；不飞越山峰舍得温暖，怎入云霄。

只有学会舍才能得！

人生都是两面的，对与错，只在于你的选择，在痛苦中迷失自我的人只会自找烦恼，在挫折中不能自己的人只会越陷越深，永远找不到成功的大门！

成功永远是属于对少数人放下和舍得之后的犒赏！

舍得，是一种领悟；放下，是一种境界。

舍得，是一种豪爽；放下，是一种洒脱。

舍得，是一种大气；放下，是一种精神。

舍得，是一种承担；放下，是一种忍耐。

舍得，是一种哲学；放下，是一种艺术。

舍得，是一种心态的选择；放下，是一门心灵的学问。

舍得，是一种生活的智慧；放下，是一种生命的色彩。

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>