

<<与大师学智慧>>

图书基本信息

书名：<<与大师学智慧>>

13位ISBN编号：9787505426030

10位ISBN编号：7505426036

出版时间：2011-2

出版时间：朝华出版社

作者：奕飞 编

页数：277

字数：300000

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>

<<与大师学智慧>>

内容概要

伟人之所以被仰视，是因为在他如炬的目光中，蕴藏着穿透一切事物的睿智思想；大师之所以被尊奉，是因为在他留下的印记中，凝练着悟彻一切事物的人生智慧。

奕飞编著的《与大师学智慧》汇百家之长、集各家大师智慧于一体，为您排忧解难、为您导航人生。

《与大师学智慧》汲取国学大师历经千年的人生智慧，总结心理大师掌控人心的独到策略，学习口才大师舌绽莲花的沟通技巧，感受成功大师高人一筹的非凡思维，理解处世大师左右逢源的交际规则，分享情感大师缔造幸福的独特秘诀，掌握教育大师培养精英的教子法则，体会哲学大师驾驭人生的睿智思考，领悟佛学大师淡泊宁静的人生真意。

<<与大师学智慧>>

书籍目录

第一章感悟国学经典，品味大师魅力——与国学大师学智慧

上善若水
言者无罪，闻者足戒
哀莫大于心死
己所不欲，勿施与人
自知者明
尺有所短，寸有所长
锲而不舍，金石可镂
不守信，无以立
信言不美，美言不信
玉不琢，不成器
成由勤俭败由奢

第二章认识自我，了解他人——与心理大师学智慧

从了解“心理”开始
做个有“心”的人
给自己一个客观的评价
完善自己，健全人格
打破常规，发挥创造力
心理状态好，力量就更足
管理好你的情绪
解决心理冲突，早做决定早快乐
平衡自己的心态
“健康”心理，成功人生

第三章学习口才技巧，掌握语言艺术——与口才大师学智慧

好口才是走向成功的捷径
沉默未必永远是金
克服当众说话的恐惧
针对性地进行自我训练
倾听是你的魅力
先声夺人——掌握说话的主动权
动人心者，莫乎于情
模糊语言可以发挥神奇的效应
幽默使语言锦上添花
移花接木，曲径通幽

第四章破解成功秘诀，享受成功乐趣——与成功大师学智慧

谨言慎行，防微杜渐
立大志者可立世
处世若水，水到渠成
明察秋毫，谨慎交友
左右逢源，巧织人脉
宠辱不惊，临危不惧
择善而从，虚心好学
不以物喜，不以己悲
忍一时风平浪静

<<与大师学智慧>>

锲而不舍，持之以恒

第五章灵活处世，精心编织人脉——与处世大师学智慧

千里之行，始于足下

执著坚定，风雨兼程

脱颖而出，超凡脱俗

出淤泥而不染，濯清涟而不妖

与世无争是一种艺术

不偏不倚，中庸之道

进退应有度

曲得了，才伸得直

从知足中去拾得人生真趣

至死方知荣华空

乐观超脱，随风任逍遥

第六章百年修得同船渡，千年修得共枕眠——与情感大师学智慧

弱水三千，只取一瓢饮

爱情要顺其自然

姐弟恋的肩膀不可靠

嫁给爱人还是嫁给房子

婚姻不是爱情的坟墓

夫妻间难得是糊涂

离别苦，相思甜

你有红颜，我有蓝颜

有一种叫做相濡以沫的生活

第七章家教有道，福泽后世——与教育大师学智慧

没有规矩，不成方圆

把孝悌放在第一位

言传不如身教

教子从严

让勤俭成为传家宝

培养子女善良的美德

强扭的瓜不甜

对子女，该放手时就放手

教育是一门学问

磨难也是一种教育

家和万事兴

第八章读哲学故事，品百味人生——与哲学大师学智慧

生命诚可贵

一箪食，一瓢饮

苦尽甘来总是春

烦恼不是生活的错

卸下“烦恼”的包袱

平淡才是真

生活是一种滋味

构建一个精神家园

无须苛求生活

人生祸福，一念之间

第九章养心怡性，返璞归真——与佛学大师学智慧

<<与大师学智慧>>

残缺也是一种美
得之坦然，失之淡然
欲海无边，回头是岸
随遇而安也是一种幸福
人生自古谁无死
给自己留一处“桃花源”
平常心，大智慧

章节摘录

做个有“心”的人 心，是纠缠你一生的痛；心，也是成就你一切的根！

现今社会，物欲?流，人心浮躁，我们生活在一个充满矛盾的环境里。

每天，从早到晚，各种各样的诱惑、烦恼，不断缠绕着我们，使我们身心疲惫，难以应付。

想做的事，不敢做，不能做；不想做的事，反而一件接一件去做了。

每个人都有一定的心理承受能力，超过一定限度，人就会丧失理智甚至完全崩溃。

那时，他就称不上是一个人，只是一个凶恶或者软弱的动物，后果是不堪设想的。

有一个商人，由于地区经济不景气，生意每况愈下，为此他整天闷闷不乐、垂头丧气?每天晚上忧愁与失眠成了他最好的伙伴。

妻子见丈夫如此模样也开始为他担心。

一天，妻子见他过于疲乏，精神状态不佳，建议他去看心理医生，他听从了妻子的建议。

医生见他双眼布满血丝，便问他：“怎么了，是不是为失眠所困？”

” 商人说：“嗯，是的。”

” 心理医生确定病因后继续说：“这是一个小毛病，你回去后，如果再睡不着就数绵羊吧！这样你会很快进入梦乡。”

” 商人接受了心理医生的建议，便道谢离去。

一个星期后，他再次来找心理医生。

这一次的状况比上次更加严重了，双眼又红又肿，精神萎靡不振，心理医生给他复诊时吃惊地说：“难道我教给你的方法不管用吗？”

” 商人委屈地回答说：“是呀！”

有时数到三万多头还睡不着！”

” 心理医生又问：“难道你数了这么多，一丝睡意都没有吗？”

” 商人回答道：“本来已经困了，可一想到那么多的绵羊能够产多少毛呀，不剪岂不可惜，就睡不着了。”

” 心理医生说：“那你就将它剪完再睡不?可以了吗？”

” 商人叹了口气说：“可是令人头疼的问题又会继续出现，我又会想这么多的羊毛制成的毛衣，销往哪儿呀！”

一想到这儿，我就又睡意全无了。”

” 很多心理医学家都告诉我们，在轻松的心情下吃东西容易消化，在紧张的心情下吃东西容易得胃病；一个心情经常轻松的人沾枕头就睡着，一个心情经常紧张的人则容易失眠；一个永远从容不迫的人准能长寿，一个紧锁眉头经常紧张的人定会早亡。

没见过一块发条永远上得十足的表会走得长久，没见过一辆马力经常加到极限的车会用得长久，没见过一根绷得过紧的琴弦不易断，也没见过一个心情日夜紧张的人不易病。因此，善用表的人永不把发条上得过足，善驾车的人永不把车开得过快，善操琴的人永不把琴弦绷得过紧，善养生的人永不使心情日夜紧张。

所以，我们应该学会自我调节心理，让身心始终处在一种平和的状态，真正快乐的状态。

这样，我们才能够更好的去面对生活，解决所有的烦恼。

当迈克尔·乔丹带领芝加哥公牛队连续三次夺得NBA总冠军后宣布他将退役时，整个职业运动界都震?了。

迈克尔·乔丹在带领芝加哥公牛队获得了三次冠军之后又会迎来更为艰巨的压力与挑战，如果他选择在第三个赛季后仍留在公牛队，那么任何人，包括乔丹，都很自然地希望像从前一样获得第四次成功。

实际上，想到曾经获得过冠军，无法获得再一次的成功应该比再次获得冠军更引人注目——无论取得这个冠军多么艰难。

如果那时乔丹没有退役，那么他的非凡成就所带来的压力一定会一次次威胁到他的心理。

只要乔丹不退役，无论他取得多少次成功，这种压力总会伴随着一次次成功接踵而来。

<<与大师学智慧>>

所以无论乔丹过早退役产生的心理损害有多大，这都远远小于如果他无法实现他的声望所带来的心理损害。

可以说，乔丹的这一决断是英明的。

追求成功抓住了玩的本质，但是保持成功要付出纯粹的、单调的努力。

一个追求成功的人有机会不断地重新肯定他的自尊，但是一个保持成功的人却不能这样做。

当你追求成功时，你感到自己充满精力、机敏、有活力，因为你能看到自己为一个实体或一个企业增加了价值。

因此必须实现其全部的潜力。

相反，当你保持着成功的进取心或事业心时，你就容易厌倦或抑郁，因为你不得不去想，“这项工作或我的生活的目的是什么，是否我所做的一切就是像雇工一六去赚钱？”

正是这个主要原因，使一个看起来处于巅峰的成功者选择放弃或退出。

心理学家阿德勒·弗洛姆·霍妮认为解脱有三个层次：一是对物质贪欲的解脱。

人一生其实并不需要消耗太多物质，就现代有能力的人来说，并不需要每日去为物质而战，人大部分时间是为面子而战，为野心而战；二是对心理牵挂和心理疾病的解脱。

我们每个人都是被教育出来的，都不免打上了各种方式的烙印，都承接了人性弱点的习性；三是心灵自由的解脱之路。

每个人都是独立的人，都有自己的路要走，都有自己的使命要完成。

一个人若还未走彻底的自由之路，那么他一定是还未成熟的人，还是未真正实现自我的人，还只是个半成品，还只是人的赝品。

人生的本质就是在束缚和解脱之间跳摇摆舞。

生命的束缚无处不在，如短暂、有限、痛苦、灾难、罪恶、仇恨、短缺等，而生命的高贵之处就在于它具备能自动去寻求一种消除对人生不利因素的能力。

每解脱一次，就成长一次。

生命就这样不断地升级，不断地走上了卓越的道路。

<<与大师学智慧>>

编辑推荐

也许您是一名应届大学生，正在跃跃欲试、心潮澎湃地准备大干一番事业，却苦于对处世之道的茫然不知所措；也许您已经步入职场，正强烈渴望着在职场一展身手、游刃有余，却苦于言行笨拙、心态失衡的障碍与苦闷；也许您是一名成功的管理者，却苦于与爱情失之交臂的烦闷；也许您已步入婚姻的殿堂，却苦于年复一年、日复一日感受婚姻的乏味与单调；也许您是一位望子成龙、望女成凤的家长，却苦于对教育之道的生疏与无知；也许您正在苦苦的寻求养生之？，却苦于屡试屡败的失落绝望；也许您已到达成功的巅峰，事业、婚姻、家庭都已获取圆满，却苦于对生命的终极目标以及人生意义的真谛的迷惑不解；也许您..... 奕飞编著的《与大师学智慧》汇百家之长、集各家大师智慧于一体，有国学大师、心理大师、口才大师、成功大师、处世大师、情感大师、教育大师、哲学大师、佛学大师为您排忧解难、导航人生。

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>