

<<快乐工作自在生活>>

图书基本信息

书名：<<快乐工作自在生活>>

13位ISBN编号：9787508069616

10位ISBN编号：7508069617

出版时间：2012-8

出版时间：华夏出版社

作者：肖若木

页数：256

字数：110000

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>

## <<快乐工作自在生活>>

### 前言

现代社会中，工作是一张网。

每一个追求华丽梦想的人都注定要辛苦地奔波在路上。

八小时之内，要迎接上司的质疑、下属的询问，要接受客户的训斥、投诉，无论如何厌倦、迷茫，都必须笑脸相迎……于是，烦闷和焦躁不断涌起，职场的疲惫与缺氧感与日俱增。

工作像一张紧缩的网，紧得人透不过气来。

可是，在这占据我们三分之一的时光里，有多少美丽的梦想与抱负啊……没有良好的状态，如何能有光明的前途呢？

所以，无论我们已经是“江湖老手”还是“职场菜鸟”，我们都应该好好理顺一下职场的生存法则，调整自己的状态，培养出自己的成事智慧。

在职场中，在工作上，我们需要和各种人打交道，我们需要处理责任、言行、人脉、学习等问题，以便能够修身正己，更加游刃有余地畅游在职场里。

然而，再绚烂的成功也终将归于平淡的岁月，只有充实而自在的生活才是人生最大的幸福。

如果我们的全心投入换来的只是成功光环亮起时内心的精疲力竭，如果我们的精进勤劳换来的只是内心的落寞孤寂……那么，再多的财富、再多的喝彩，也无法消解我们的苦闷；再多的掌声、再大的荣誉，也无法填满我们的心灵。

所以，我们可以追逐成功与财富，但永远不要迷失于其中。

生活是一门朴素而又伟大的艺术，就像每天晚上做了一个华丽的美梦。

抛弃了上班的焦虑，摆脱了职场的喧哗，每天下班之后，我们该以什么样的姿态面对生活呢？

——答案很简单：诗意地栖居。

我们需要做的只有简单的几件事：自由，自然，自在！

去除我们的机心，解除精神的重压，在阳光灿烂的午后，泡一杯浓浓的香茶，看树影婆娑，斑驳而下，投递在夕阳的光影里，转而落在杯中渐渐融化……本书主要分为两大部分：第一部分：快乐工作。

指导人们更好地立足于职场。

第二部分：自在生活。

引导人们浮躁的心灵归于宁静，使人们享受生活中的大自在。

这两个部分内容的结合，既提供了“上班”之道，也解决了“下班”的难题，从而使人们能够从容地驾驭工作和生活。

## <<快乐工作自在生活>>

### 内容概要

本书运用积极的入世态度，指导人们快乐地工作，更好地立足于职场；用超然物外的出世心境，使人们浮躁的心灵归于宁静。既提供了职场的经营之道，也解决了生活中的诸多难题，为人们从容地驾驭工作和生活指明了道路。

## <<快乐工作自在生活>>

### 书籍目录

- 第一章 打造优秀的职业品质
  - 开阔的心胸能换来合作的诚意
  - 让自己尽善，让工作尽美
  - 谦虚能让职场生涯游刃有余
  - 优秀的人都敢于担当责任
  - 乐业是职场修炼的最高境界
- 第二章 树立正确的职业态度
  - 忠诚比智慧更重要
  - 保持诚信才能维系人心
  - 正直诚实，表里如一
  - 巧诈不如拙诚
  - 正人先正己
- 第三章 同事间的相处之道
  - 容忍与智慧并举的中庸哲学
  - 极高明而道中庸
  - 乐而不淫，哀而不伤
  - 相处之妙，重在“火候”
  - 职场“小圈子”，同流但别合污
- 第四章 对上对下的哲学
  - 予人所需，最能赢得人心
  - 人情味让领导更亲民
  - 宽待下属，让温暖胜于严寒
  - 适度顾及上司的面子
  - 能身先士卒，也要居安思危
- 第五章 说话的艺术
  - 分清场合再说话
  - 说理三分的谈话术
  - 谣言止于智者
  - 避免黑色玩笑，避开职场尴尬
  - 偶尔装傻，偶尔装明白
- 第六章 成事的智慧
  - 为人生找一盏指路明灯
  - 踏实行动，全心投入
  - 优秀的人更懂得欣赏对手
  - 高效的人把工作完成在昨天
  - 职场“红人”永不失宠的秘诀
- 第七章 明晓生命真正的得失
  - 世上最奢华的珍宝就是生命
  - 简单即是快乐
  - 随缘就好，凡事不可强求
  - 凡夫真糊涂，智者装糊涂
  - 一切都是最好的安排
- 第八章 顺其自然，张弛有度
  - 天下成功者多为老实人
  - 心无杂念，止水澄波

<<快乐工作自在生活>>

休息是为了更好地工作

一念万年，万年一念

第九章 幸福的家庭温馨常乐

平和地对待生活

布衣桑饭，可乐终身

百善孝为先

孩子的快乐比优秀更重要

把生活过成艺术

第十章 活在当下的力量

人生如梦，如梦初醒

世间并无永恒

心水无尘，心花常新

自在，若有若无的把握

有些事，错过以后就不再来

珍惜今天，才能眺望未来

第十一章 活出自由的生命

享受生命的大自在

自由永远无价

有一种人格叫特立独行

每天留一点时间独处

坐忘人生事，心迹了无痕

## <<快乐工作自在生活>>

### 章节摘录

版权页：插图：孔子带着学生到鲁桓公的祠庙里参观的时候，看到了一个可用来装水的器皿，倾斜地放在祠庙里，孔子便向守庙的人问道：“请告诉我，这是什么器皿呢？”

守庙的人告诉他：“这是欹器，放在座位右边，用来警戒自己，如‘座右铭’，就是一种用来伴坐的器皿。”

孔子说：“我听说这种用来装水伴坐的器皿，在没有装水或装水少时就会歪倒；水装得适中、不多不少的时候是端正的；水装得过多或装满了，它会翻倒。”

孔子回过头来对他的学生们说：“你们往里面倒水试试看吧！”

学生们听后，舀来了水，一个个慢慢地向这个可用来装水的器皿里灌水。

果然，当水装得适中的时候，这个器皿就端端正正地立在那里。

不一会儿，水灌满了，它就翻倒了，里面的水流了出来。

又过了一会儿，器皿里的水流尽了，它又像原来一样歪斜在那里。

这时，孔子长长地叹了一口气，说道：“唉！”

世上哪里会有太满而不倾覆翻倒的事物啊？”

谦虚和自信从来都不是完全被割裂开的。

一味的谦虚不容易取得事业的成功，而过度的自信又会成为自满，同样不能成功。

难怪人们说“谦虚使人进步，骄傲使人落后”，又说“水满自溢，人自满会跌倒”。

没有人有骄傲的资本，即使他在某一方面的造诣很深，也不能够说他已经彻底精通、彻底研究全了。

“生命有限，知识无穷”，任何一门学问都是无穷无尽的海洋，都是无边无际的天空，所以，谁也不能够认为自己已经达到了最高境界而停步不前、趾高气扬。

否则的话，他必将很快被同行赶上，很快被新人超过。

## 后记

一本著作的完成需要许多人的默默奉献，闪耀的是集体的智慧。

其中铭刻着许多艰辛的付出，凝结着许多辛勤的劳动和汗水。

本书在策划和写作过程中，得到了许多同行的关怀与帮助，及许多老师的大力支持，在此向他们致以诚挚的谢意：于海英、张保文、齐艳杰、张艳芬、赵广娜、王艳明、梁素娟、曹博、王杰、王鹏、何瑞欣、周珊、慈艳丽、李文静、刘健、程仕才、李彦岐、李静、宋洁心、黄亚男、李猛、黄克琼，魏清素、李良婷、武敬敏、黄梦溪、张晓静、李娜、李佳、李倩、杨英、徐娜、赵一、王艳、聂小晴、蔡亚兰、淡佳庆、黄薇、黄晓林、李伟军、齐红霞、李惠、欧俊、姜波、史慧莉、闫晗、焦亮、秦凤超、常娟、闫瑞娟、曹徐学、廖春红、杨云鹏等。

阅读是一种享受，写作这样一本书的过程更是一种享受。

在享受之余，我们心中也充满了感恩。

因为在写作过程中，我们不仅得到同行的帮助，还借鉴了其他人智慧的精华。

相信你们劳动的价值不会磨灭，因为它给读者朋友们带来了宝贵的精神财富。

## <<快乐工作自在生活>>

### 编辑推荐

《快乐工作自在生活》是一本让你从容驾驭工作和生活、享受惬意人生的智慧读本，教你去除工作的阻碍，摆脱生活的烦恼，掌握成事的智慧，领悟生命的真谛，从而以积极、健康的心态去面对每一件事，享受工作，享受生活。



<<快乐工作自在生活>>

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>