

图书基本信息

书名：<<品悟人生书系-脾气没了 福气来了>>

13位ISBN编号：9787510704635

10位ISBN编号：7510704634

出版时间：2012-1

出版时间：中国长安

作者：高英

页数：274

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

没有好脾气，往往不会有好福气。

人们常常说：“某某的脾气太坏了，一接近他，我心里就烦，所以还是离他远一点儿好。”不难看出，没有好脾气，就不会受人欢迎。

古代的祢衡，虽然饱读诗书，精于韬略，但因为击鼓骂曹，被曹操推荐给刘表，最终被喜怒无常的刘表杀死。

所以说，没有好脾气，即使才华横溢，也只会落个悲惨的下场。

其实，生活的很多痛苦往往都是因为脾气引起的。

我们常常会有这样的遭遇：在家中，我们会觉得这也不是，那也不妥，常常为此和家人生气，结果，气走了爱人，疏远了孩子。

在社会上，常常会因为一句话就会和人大动干戈，结果，得罪了朋友，失去了贵人。

在单位里，稍有不快，就会大发雷霆，结果，惹怒了上司，丢掉了工作。

不知道控制脾气，人就会失去理智，思想会变得混乱；缺乏理智，很难集中精力。

这种人常常先行为，再思考，这样很容易做出愚蠢的决定。

水池里，住着一只坏脾气的乌龟。

天旱了，池水乾涸，乌龟要搬家，两只雁儿用一枝树枝，叫乌龟咬着中间，雁儿各执一端，吩咐乌龟不要说话，就动身高飞。

孩子们看见，觉得很有趣，拍手笑起来。

乌龟大怒，开口责骂。

口一张开，就落了下来，碰着石头摔死了。

雁儿叹气说：“坏脾气多麽不好呵！”

当一个人控制了脾气，心里没有怒气了，脸上微笑就多了，待人会显得更加亲切，做事会愈加的冷静。

一个好脾气的人，不会轻易为一句话、一件小事动怒；不会恃宠而骄，不会嚣张跋扈；也不会为突然的小变故手忙脚乱，大失方寸。

这样，生活就会更加的和顺。

美国前总统马可利是个善于操纵脾气的人，任何人都很难激怒他！

有一回，他委任一个人出任税务局长，遇到议员们群起反对。

反对党的议员们还组成一个小集团，当面质问他凭什么理由做出这样的决定。

在这些议员中，有一个脾气很大的家伙，他一见到马可利总统的面，不由分说地破口大骂，最最难听的话也出口了。

他的政敌以为这么一闹，一定使得总统暴跳如雷，有一场好戏可看了！

但是，出乎意料的是，总统却微笑着默然不语，任凭那位议员大发脾气。

看到总统这般和颜悦色，那位议员反而觉得难为情起来，觉得自己身为议员也实在太失仪了。

等他发完脾气之后，总统耐心地向他解释“为什么委任某人为税务局长”的理由，那位议员奇迹般地不断点头称是，认为总统的决定完全正确！

很多时候，你无法改变事实，但你可以改变脾气；你无法控制他人，但你可以控制自己的情绪。

不管面对任何样让你讨厌的人和遇到什么样让你烦心的事，只要学会掌控脾气，你就会很少生气，迎来属于自己的幸福。

不信，你试试看，当你收敛一下你的脾气你会发现，爱人变得体贴了，孩子变得乖巧了，朋友变得真诚了，同事变得和善了，上司更加赏识自己了，身体感觉舒畅了很多。

所以说，脾气没了，福气来了。

《脾气没了 福气来了》不仅教会读者脾气控制术，更是一本让读者获得幸福的指导手册，希望你从中找到人生幸福的箴言，过上幸福快乐的生活。

## 内容概要

生活的很多痛苦往往都是因为脾气引起的。

我们常常会有这样的遭遇：在家庭里，我们会觉得这也不是，那也不妥，常常为此和家人生气，结果，气走了爱人，疏远了孩子；在社会上，常常会因为一句话就会和人大动干戈，结果，得罪了朋友，失去了贵人；在单位里，稍有不快，就会大发雷霆，结果，惹怒了上司，丢掉了工作……

很多时候，你无法改变事实，但你可以改变脾气；你无法控制他人，但你可以控制自己的情绪。

不管面对什么样让你讨厌的人，遇到什么样让你烦心的事，只要学会掌控脾气，你就会很少生气，迎来属于自己的幸福。

不信，你试试看，当你收敛一下你的脾气你会发现，爱人变得体贴了，孩子变得乖巧了，朋友变得真诚了，同事变得和善了，上司更加赏识自己了，身体感觉舒畅了很多。

所以说，脾气没了，福气来了。

书籍目录

第一章 心态平和，人生才能和顺

看开点儿，你就不会浮躁

好心态，危机有时就是转机

放松自己，保持乐观的心境

用笑声淹没痛苦

幸与不幸全在一念之间

泰然面对尘世中的苦与乐

以积极心态面对生活

放旷达观，才能怡然自得

乐观做人，就不会有压力

莫强求，凡事顺其自然

心平气和是最好的心理状态

含蓄的人才讨人喜欢

心浮气躁，难以享受福气

第二章 不生气了，快乐就会来了

愤怒是制造恶果的罪魁祸首

敏感往往会带来毁灭

少斗气，享受争气带来的快乐

不生气，才会有福气

咽下一口气，问题自然解决

不要被坏心情左右

幸福跟着妥协走

控制脾气，就会改变命运

幸福就是不为小事生气

别走极端，可以适当地宣泄

不要成为一个“踢猫者”

发怒就是惩罚自己

别怀着怒气投入战斗

第三章 选择宽恕，就是选择了幸福

心胸放宽，生活轻松

宽容是对人最好的教化

选择宽恕就是选择愉快

量宽福厚，器小禄薄

宽恕别人最能快乐自己

让步为高，宽人是福

包容者兴万事

忠恕待人，养德远害

心地放宽，恩泽流长

不要在小事上计较

.....

第四章 退让一步，你就能找到福地

第五章 为人和善，才能找到真心朋友

第六章 做人最忌性急，从容不迫人自在

第七章 少些挑剔，你就会有幸福的家

第八章 脾气好了，人生才会好

第九章 优化情绪，就会活得更快乐

章节摘录

版权页：人与人之间不要过分在意一些是是非非、恩恩怨怨的事情。

如果你过分执着于是非恩怨的问题上，总是念着别人的种种坏处，其实，你不但时刻伤害着别人，同样也是在伤害自己。

这样的人，整天生活在恩怨之中，轻则时刻充满抱怨，郁闷寡欢，重则痛苦不堪，饱受折磨，甚至不惜疯狂报复，最终伤害别人，也深深伤害着自己。

过去有个男子娶了两房太太：大太太膝下无子，小太太则生了一位容貌端正、模样可爱的男婴。

由于丈夫非常喜欢这个小儿子，大太太因此心生嫉妒；但是，对外却宣称自己疼爱这小男婴胜于亲生骨肉。

因此，家人也都认为大太太将他视如己出，根本没有起任何疑心。

然而，大太太始终有意要害死小男婴。

就在小男婴大约1岁时，大太太找到了下毒手的机会，用针刺入小男婴的脑门，而且深入颅内组织。

小男婴因此生病，啼哭不止，也不再吃奶，一家大小都不知道原因。

过了七天，小男婴便命终了。

大太太啼哭不已，小太太更是伤心欲绝，肝肠寸断。

过了一段时日，小太太在各种查证下，逐渐怀疑大太太是真正的凶手。

由于丧子之痛，加上有仇未报之感慨，小太太迅即命终。

心怀怨结而死的小太太命终后，为报杀子之仇，投生当了大太太的女儿，长得容貌端正，大太太自然对她疼爱有加。

然而，女婴才1岁就命终，令大太太每天端坐不食，悲恸哭更胜于过去的小太太。

编辑推荐

《脾气没了福气来了》一个乱发脾气的人是蠢人，一个能够控制自己情绪，做到尽量不为小事生气的人是智者。

不管面对什么样让你烦心的事，只要学会掌控情绪，你就会很少发脾气，生活自然处处充满幸福与欢乐。

一部改变亿万心灵的幸福指南，让所有读者产生共鸣的人生感悟经典之作，聆听智者的敦敦教诲给疲惫的心灵点一盏明灯让负重的人生在快乐中前行。

乱发脾气，只会浪费有限的生命，动不动就发脾气的人，往往什么事都办不成。

不知道控制脾气，人就会失去理智，就容易做出愚蠢的决定。

当一个人控制住脾气，心里没有怒气了，脸上微笑多了，待人会显得更加亲切，做事会愈加的冷静。

一个好脾气的人，不会轻易为一句话、一件小事动怒，也不会为突然的小变故手忙脚乱，大失方寸。

这样，生活就会更加和顺。

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>