第一图书网, tushu007.com

<<智慧人生>>

图书基本信息

书名：<<智慧人生>>

13位ISBN编号：9787538863819

10位ISBN编号：7538863818

出版时间：2010-9

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：程超

页数：302

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

内容概要

智慧人生的三大感悟　　宽心：祛除贪嗔痴三大病，修持善缘，承载万物，成就万事。
包容：心胸有多大，事业就有多大。
包容有少，拥有就有多少。
舍得：种善因得善果，人是自己的园丁，一念美国则福田无量。

<<智慧人生>>

书籍目录

上篇　宽心的智慧第一章　救赎：自由自在地活出彩扼住命运的喉咙，做生命的主人认识你自己，人贵有自知之明找准角色定位，做最好的自己学会肯定自我，接纳自我坚持不懈地改进自我世上没有后悔药，坦然接受无法改变的事实在痛苦中享受生活，在苦难中品味人生寻找内心真实的自我，别为物欲而谜失懂得感恩，感恩会让你的生活更加美好第二章　乐事：职场中的自我宽心法和工作谈恋爱：培养对工作的强烈兴趣正确对待工作中遭受的委屈全心全意，尽职尽责地把工作做好把工作当成一种生活方式从工作奉献中感受快乐要快乐工作就要避开职场中的人际陷阱和工作谈恋爱，保持对工作的兴趣让工作激情像火一样蔓延与同事融洽地相处第三章　经营：浇灌情感的幸福之花爱情只是人生的一部分而不是全部不要幻想用性来留住感情对待婚姻一定要谨慎，莫让感情冲昏头有了孩子后，别疏忽对丈夫的爱维系夫妻感情的并不是物质财富白头偕老的秘诀是什么？
幸福的家庭需要用心经营如何巩固夫妻问的感情做不了夫妻，还可以做朋友第四章　当下：获得平和与宁静的入口活在当下的人，才是最具人生智慧的人不为昨天埋单，不为打翻的牛奶哭泣未来永远不会到来，学会享受当下的幸福珍爱健康，不要用健康换金钱让身体休息，更要让心休息活在当下，感受现时现刻的快乐享受过程，不要太过在意结果第五章　修持：自我主宰，做心的主人人生的三大病之一：贪欲人生的三大病之二：嗔心人生的三大病之三：愚痴静心修持：心动烦恼生，心静烦恼止勘破生死的智慧：生死撮之在己生命中值得拥有之物中篇　包容的智慧第六章　有容：你可以不信但不必排斥违心并不是一种罪过不要得罪小人切忌抬杠，退一步海阔天空不牵涉原则的问题，不妨让对方一步更新观念，适应环境才能得以生存不要靠损害对手获益正确地面对反面意见将别人的嘲笑当做改正缺点的机会第七章　若水：至柔，善利万物而不争柔能克刚，化敌人为朋友的真本事做人做事要有一种韧劲，柔和的才能长存莆辱不惊，坦然面对得失万事低调为先，不要处处争老大无论是做人还是做事都不能走极端人生没有过不去的事情面对别人的羞辱，要争气而不只是生气第八章　止步：不给别人留余地。
你自己也可能没有立锥之地凡事多替他人想一想，得理切勿不饶人失意之人不可辱，不要在失意之人面前说得意之事面对别人的“痛处”：别在伤口上撒盐待人切勿太苛刻：己所不欲，勿施于人正眼看人，不要吹毛求疵做人要留有余地：人情留一线，日后好相见善待对手，给失败者留一份尊严不要越界，保持距离才是美第九章　变通：通权又达变的成功智慧换个角度看问题，不要迷信于一种思维做人做事要懂得变通，莫钻牛角尖勤于动脑，跳出思维陷阱在人屋檐下时，一定要懂得低头变通之道不要什么事情都硬顶，要懂得迂回制胜放下面子，爱面子做事难有创意头脑放灵活，做吃“回头草”的“好马”灵活变通但不要丢掉自己的原则第十章　度己：自省者自强，自律者自尊别人可以轻视你，但你不能轻视自己改变别人不如调整自己保持理智，控制住自己的情绪养成珍惜时间的习惯，一寸光阴一寸金懂得惜福，知足常乐境由心生，快乐要靠自己去寻找别总是抱怨不幸，学会欣赏自己的生活每一种生命都值得我们敬畏下篇　舍得的智慧第十一章　沉浮：屈伸有道，进退自如大丈夫能屈能伸，表面上的弱者可以做学会忍耐，获取成功需要忍耐学会示弱助你赢得人心进退得当，从容面对成与败以退为进，化被动为主动功成身退，小心兔死狗烹退一步可以避免为人所嫉不管是进是退，主动市又都要尽量掌握在自己手中第十二章　选择：随风就势，舍小取大在关键的时刻一定要作出正确的抉择两利相权取其重，两弊相衡取其轻目光长远，不要为眼前利益所迷惑学会抵抗诱惑，危险往往就在诱惑中无论什么时候都不能放弃诚信放弃仇恨，心底无币厶天地宽舍弃自身的奴性，自助者天助拿得起，放得下第十三章　本相：放下面子，为自己而活敢于承认自己的无知，不要为面子而不懂装懂丢掉虚荣心，别为了虚莆心而死要面子面子是做事的绊脚石，大胆“丢面子”放下面子，学着去向赢家请教不要怕丢面子，敢于主动推销自己用眼泪做武器，打动人心需要你放下面子不要为了面子而死不认错懂得拒绝，烂好人不能做做事要雷厉风行，不要净想着给人留面子不要太清高，必要时要能和不喜欢的人相处不要刻意地追求完美第十四章　拭尘：舍弃人性中的垃圾嫉妒是心灵最大的枷锁猜疑是一条毒蛇骄傲会让你成为孤家寡人拒绝自卑，将其化为前进的动力勇敢尝试，懦弱的人什么事也做不成自币厶会毒噬纯净的心灵冲破自闭的怪圈第十五章　快乐：将坏心情阳挡在一米阳光之外快乐就掌握在你自己的手中培养积极健康的心态如何让自己变得快乐面向太阳，你就不会看到阴影懂得欣赏，会让你的生活充满快乐快乐无处不在，不需要为快

乐制造条件简单的生活也可以很快乐善待自我，用喜剧的方式演绎悲剧输什么都别输了好的心情第十六章　坚持：矢志不渝。
永不放弃学会专注，专注是打开成功之门的钥匙磨炼意志力，成功需要无坚不摧的意志永不放弃，只要活着就一定有市几会准确且迅速，做事最忌拖延矢志不移，完成目标要执著坚定做事要有耐心，切忌半途而废集中突破，专心做好一件事

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