

<<有一种心境叫放下>>

图书基本信息

书名：<<有一种心境叫放下>>

13位ISBN编号：9787565803222

10位ISBN编号：7565803227

出版时间：2011-7

出版时间：人民出版社

作者：艾迪生

页数：272

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>

## <<有一种心境叫放下>>

### 内容概要

放下，是一种心态的选择。  
放下，是一门心灵的学问。  
放下，是一种生活的智慧。

放下压力，获得轻松；放下烦恼，获得快乐；放下自卑，获得自信；放下懒惰，获得充实；放下消极，获得进取；放下抱怨，获得舒坦；放下犹豫，获得潇洒；放下狭隘，获得自在……人生在世，有些事物没必要让它存在。

只有懂得适时放下，你才能够腾出手来，抓住真正属于你的快乐和幸福。

古人云：“君子坦荡荡，小人长戚戚。”

君子行事光明磊落，干大事不拘小节，一事当前，敢于担当，事后则彻底“放下”。

相反，“小人”则往往执著于私利，患得患失，墨守陈规，既“拿”不起，也“放”不下。

面对尘事庶务，声色犬马……该放下的就得放下，否则便是累赘。

古往今来，多少功成名就之士，或捐资济世，或淡泊于世，甘于“放下”。

在他们放下的同时，也获得了意外的幸福，这种幸福虽然无形，但却隽永，具有更高的层次。

它使人格得以提升，使人性趋于完美。

## <<有一种心境叫放下>>

### 书籍目录

#### 前言

第一章 放下包袱，轻松快乐——愈放下愈快乐

第二章 宽以待人，正确取舍——愈放下得愈多

第三章 洒脱自如，心态选择——愈放下愈自在

第四章 绚烂情感，净化心灵——愈放下愈多姿

第五章 竞争职场，智慧生活——愈放下路愈宽

第六章 自主创业，输赢自定——愈放下愈成功

第七章 调节心理，放下包袱——愈放下愈轻松

第八章 修身养性，心随意动——愈放下境愈高

## <<有一种心境叫放下>>

### 章节摘录

高山无语，深水无波。

“淡然”是至美的人生境界。

绚烂至极归于平淡，不是平庸之平，也非无味之淡，而是素净质朴、宁静深沉，是深邃的执著，是内心的祥和，是物我两忘的境界。

淡然处世，以宽容换得内心的宁静。

淡然的人有条不紊，工作兢兢业业，生活中怡情养性，体面而不张狂，不做强人，也不做附庸。因为人生需要执著，更需要随缘，缘来惜缘，缘去尽释，才可真正从容。

淡然的人，懂得不断修炼从容的心性和健康的心智。

在职场拼杀中放达宽厚，气定神闲，当白日的尘埃落定、纷繁且逝时，在灯下或开卷慢品，或靠枕细读，岁月的风霜洗不去她的温婉、典雅与端庄，将万缕思绪托付于温柔宽容，在岁月轮回中，细致经营着执子之手的生死契约。

淡然处世，是对人生的宽容。

淡然处世者，往往受到敬仰与爱戴，而历史上争名夺利之人，大多落得身败名裂的可耻下场。

大权在握的魏忠贤，不可一世的林彪，凡是翘起尾巴、不知收敛的，哪一个有好下场？

显示威风的，最终被人制服；狂妄自大的，也跌落马下。

淡然处世是对人生的俯视，是超然于物外的另一番人生境界。

淡然处世，懂得隐忍，把沧桑深埋心底，让一切在记忆中沉淀，远离刻薄与庸俗。

明白什么是爱，什么是不爱，属于自己的，与不属于自己的。

……

<<有一种心境叫放下>>

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>