

<<有了烦恼我不烦>>

图书基本信息

书名：<<有了烦恼我不烦>>

13位ISBN编号：9787801703750

10位ISBN编号：7801703758

出版时间：2005-03

出版时间：当代中国出版社

作者：（日）中谷彰宏

页数：172

字数：110000

译者：时晨

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>

## <<有了烦恼我不烦>>

### 内容概要

说起“烦恼”，大概没有几个人愿意拥有它。

虽然明知道不可能，我们却依然憧憬着自己的人生能够“没有烦恼”。

可是，在忙碌紧张的现实生活中，谁又能没有烦恼呢？

在本书中，作者对“烦恼”却持欢迎的态度。

他认为，在对烦恼的追求中，人们可以克服人生道路上的种种障碍，可以清楚地了解自己人生的本质，从而为自己和周围的人带来幸福。

一个人有多大的烦恼，就有多大的志向和动力。

努力地追求烦恼、超越烦恼，也就是人们追求人生理想、实现自我价值的过程。

作者在本书中介绍了49种换个角度对待烦恼的方法，观点新颖有趣颇有道理，令人耳目一新。

## <<有了烦恼我不烦>>

### 作者简介

中谷彰宏（1959-）：日本当代著名作家、教育理论家、管理学家，毕业于早稻田大学第一文学系戏剧专业。

曾做过8年广告策划人，之后创办了自己的事务所。

他是一位高产的畅销书作家，作品包括《让孩子自立的55种方法》、《家长再教育的62种方法》、《教给孩子人生经验的43种方

## <<有了烦恼我不烦>>

### 书籍目录

第1章 实现烦恼的方法 拥有三种烦恼，成为幸福之人 拥有烦恼是件困难的事 没有烦恼，世界将是无趣的 即使牺牲自己，也无益于别人的幸福 做一个烦恼的一览表吧 梦想实现不了，但烦恼可以实现 哪里能接到“天上掉下来的馅饼”，就到哪里去 仅仅将烦恼分一下类，就能实现愿望 把烦恼分为以下三种： 1 相当困难的事； 2 稍微努力即能实现的事； 3 马上可以做的事 可以拥有三个能代替食欲、性欲和睡眠欲的欲望 女性的食欲等于男性的性欲；女性的购物欲等于男性的工作欲 有烦恼的人，不追求回报第2章 激发干劲的方法 即使做了“第二想做的事”，还是无法实现梦想 为了烦恼，放弃部分人权 因为否定烦恼，所以总是抱怨 因为隐藏烦恼，所以理想总是无法实现 追求烦恼的人善于自我反省 烦恼就是你自己 如果死气沉沉，欲望就会占上风 没有了烦恼，剩下的只有存款；有了烦恼，赚钱的欲望就会消失 意欲胜于技术 只要有了烦恼，工作就能成功 生活中处处都有解决烦恼的原材料 没有烦恼，换换脑子就成了单纯的休息 给烦恼以大义，就能成功第3章 增强自信的方法 没有烦恼，就没有热情 不要成为只谈现实、毫无情趣的人 把烦恼和行动结合起来，就会产生自信 对什么事都烦恼的人是没的 成为烦恼的“专业人士” 如果能客观地看待自己的烦恼，就能取得成功 理解他人的烦恼，能够帮你获得成功 .....第4章 丰富人生阅历的方法

## <<有了烦恼我不烦>>

### 编辑推荐

“我烦恼、我幸福”一族语录：如果别人对你说：“你可是有个老大的烦恼呀！”那就等于说，你胸怀大志；想吃“天上掉下的馅饼”，并不是一件坏事；说“我什么都能做”的人，实际上是缺乏自信的人；如果一个人的所作所为脱离了现实、已经让别人感到诧异和好奇了的话，那么这个人就是有趣的。

只有不断拥有新的烦恼，人们才能不断地获得新生。

<<有了烦恼我不烦>>

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>