

<<放下做人必须学会的选择>>

图书基本信息

书名：<<放下做人必须学会的选择>>

13位ISBN编号：9787802228412

10位ISBN编号：7802228417

出版时间：2009-4

出版时间：中国华侨

作者：魏晋风

页数：265

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>

<<放下做人必须学会的选择>>

内容概要

人总是希望得到的多失去的少，以为拥有的东西越多，自己就会越快乐。所以，这一人之常情就迫使我们沿着追寻获取的路走下去。可是，有一天，我们忽然惊觉：我们的忧郁，无聊、困惑、无奈、一切不快乐，都和我们不懂得放下有关，我们渴望拥有的东西太多了，或是太执著，而徒增了很多烦恼。

懂得放下，才能在成功的路上走得更久。

放下那些不适合自己去充当的社会角色，放下束缚你的世故人情，放下伪装你的功名利禄，放下徒有虚荣的奉承夸奖，放下各种蒙住你眼睛的遮羞布，你才能够腾出手来，用足够的精力和智慧来赢取你真正应该有的东西。

充分地做好自己应该做的事，自由自在地发掘自己的潜力，主题明确地奔向自己应该追求的目标，坚定不移地走自己的路，充分实现自己的人生价值。

<<放下做人必须学会的选择>>

书籍目录

第一章 人生三分是选择，七分靠放下 01. 卸下行囊，轻松上路 02. 该得则得，该放则放 03. 贪得是祸，不贪为宝 04. 权衡利弊，舍小取大 05. 放弃享乐，就是选择幸福 06. 人生在于选择 07. 放弃执著，灵活变通 08. 把苦难当成垫脚石 09. 慎重择友，宁缺毋滥 10. 别和生活过不去 11. 选择积极的心态 12. 放弃是一种智慧

第二章 善于放下，逆境中求生存 01. 忍今日之耻，求明日之伸 02. 适时而退是一种大智慧 03. 抓大放小，难得糊涂 04. 放弃眼前富贵，激流勇退 05. 忍一时之气，方能成就大事 06. 冷静对待人生的成与败 07. 善于放下，懂得隐忍 08. 放下是一种豁达的心态 09. 放他人一马，绝处能逢生 10. 放下面子，成就自己 11. 吃点眼前亏，留下更多福祉

第三章 恰当定位，做出最明智的取舍 01. 认清自己是一个什么样的人 02. 适合的就是最好的 03. 扬其长而避其短 04. 坚持走自己的路 05. 有过则改之 06. 发现自己的闪光点 07. 找准人生坐标，理智地放弃 08. 不要追求十全十美 09. 抛弃恐惧，行动起来 10. 消除需要得到赞许的心理 11. 失败来自于自我设限 12. 挖掘自身的潜能

第四章 把握方向，放下是一种成功 01. 确定自己的目标 02. 理想是成功的阶梯 03. 放下的另一面是坚持 04. 真正的敌人是自己 05. 善于放权，精于决策 06. 不为薪水而活 07. 放下也是一种成功 08. 做事不能犹豫不决 09. 把握方向，不被小利所诱惑 10. 有了理想就要立即行动 11. 选择正确的坚持下去

第五章 变换思维，让放下卓有成效 01. 撞了南墙及时回头 02. 改变自己，适应环境 03. 打破常规，逆向思维 04. 机会在抱怨中失去 05. 否定过去，勇于创新 06. 换个角度看祸福 07. 为别人点灯，替自己打算 08. 不要一条道走到黑 09. 换位思考更有效

第六章 舍得：敢于放下就会获得 01. 勇于舍弃，才会获得 02. 有一种爱，叫作放手 03. 懂得放弃小利益 04. 放弃是另一种开始 05. 敢于承认错误 06. 放弃该放弃的 07. 利益均沾，获得双赢 08. 舍得，是一种智慧 09. 给人滴水之恩，会得涌泉相报 10. 告别错的才能和对的相逢 11. 舍得投资才会有回报

第七章 得失：人生有得必有失，有失才有得 01. 人生处处有得失 02. 塞翁失马，焉知非福 03. 敢于舍弃，善于抉择 04. 得中有失，失中有得 05. 越想得到，越难得到 06. 坦然面对得与失 07. 有小失，才能有大得 08. 失去的就让它失去 09. 用理性度量得失 10. 做人不可患得患失 11. 名利如包袱，该放下时且放下

第八章 欲先取之，必先予之 01. 欲先取之，必先予之 02. 学会与人分享 03. 与人方便，与己方便 04. 奉献越多，得到越多 05. “亏”中也有黄金屋 06. 种瓜得瓜，种豆得豆 07. 帮助他人不图回报 08. 给予，即是爱 09. 帮别人就是帮自己 10. 付出真心，才能收获真爱 11. 先播种，后收获

第九章 涤荡心灵，放下就是快乐 01. 放下，就是快乐 02. 放下是一门学问 03. 学会给自己减压 04. 失意时把心放宽 05. 忘记是快乐之源 06. 怨恨别人等于毒害自己 07. 知足，才能常乐 08. 健忘也是福 09. 清扫心灵上的灰尘 10. 惟宽可以容人，惟厚可以载物 11. 懂得放下，远离烦恼

<<放下做人必须学会的选择>>

章节摘录

凡事都有一个度和量，过分追求自己的所得，往往套适得其反，失去更多。

该得则得。

该放就放，一张一弛乃人生一大智慧。

人生即哲学，要有所得有所放。

有时，人生需要加法，追求名利、追求知识、追求成功、追求富贵；但有时也需要用减法，远离名利，看淡成败、安于淡泊。

宋代林逋在《省心录》中说：“饱肥甘、不知节者损福；广积聚、骄富贵不知止者杀身。

”在我看来，老子和林逋这两位智者劝导人们要知足、节制、知止，其实质上就是说人生要学会选择，要懂得去放弃，要该得则得，该放就放。

做人该得则得，该放则放，就能更清醒科学地悟透人生的内涵，合理安排人生的进退取舍，有所为、有所不为，使人生不至于走向极端，从而使人生更充满活力、更健康、更有利于社会，进而使人更有意义。

人生当中最难把握的就是得和放的分寸。

做人做到恰如其分，是人生的最高境界。

做事做到恰到好处，是人生的最大学问。

在科学上有一个关于分寸的定论叫黄金分割，德国的科学家刻卜勒则称之为神圣分割，就是最具有美学价值的比例，也就是我们人类的视觉感到最舒服的造型。

其实在生活当中，黄金定律几乎无处不在。

旗帜的长宽、人体上下部的长短，窗子的大小、一天当中气温冷暖的比差，甚至阳光的强弱，都有一个科学的定律在发挥作用，这也就是人生的分寸。

掌握好了进退的分寸，我们才知道什么该得什么该放。

<<放下做人必须学会的选择>>

编辑推荐

《放下,做人必须学会的选择》由中国华侨出版社出版。

放下是一种智慧,放下了一时的耻辱,就能卷土重来;放下是一种清醒,放下了一时的诱惑,就不会翻船;放下是一种成功,放下了失败的痛楚,就能寻找新的出路;放下是一种快乐,放下了烦恼和忧愁,就搭上了幸福的快车。

人只有一只手,不可能什么都抓到,生活有时会逼迫你,不得不交出权力,不得不放走机遇,甚至不得不抛下爱情。

在鱼和熊掌不可兼得的关口,我们要权衡利弊,善于放下。

放下就意味着释怀,释怀就意味着无忧无虑,这是每个人所追求的一种理想境界。

<<放下做人必须学会的选择>>

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>