

<<有一種心態叫放下>>

图书基本信息

书名：<<有一種心態叫放下>>

13位ISBN编号：9789866152160

10位ISBN编号：9866152162

出版时间：大都會

作者：黃冠誠 著

页数：240

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>

<<有一種心態叫放下>>

前言

前言 放下，是一種心態的選擇。

放下，是一門心靈的學問。

放下，是一種生活的智慧。

放下壓力，獲得輕鬆；放下煩惱，獲得快樂；放下自卑，獲得自信；放下懶惰，獲得充實；放下消極，獲得進取；放下抱怨，獲得舒心；放下猶豫，獲得瀟灑；放下狹隘，獲得自在……人生在世，有些東西是根本沒必要讓它存在的。

只有懂得該放下時就放下，你才能夠騰出手來，抓住真正屬於你的快樂和幸福。

生活富裕了，但壓力愈來愈大；收入增加了，快樂卻愈來愈少，愁苦隨著壓力的增長而增長……人為什麼有這麼多的愁苦？

其根本原因就是因為人們沒有學會放下。

有時候，我們得有一種豁達的、能放下的心態，有些事是根本不值得我們惦記的。

面對人世紛雜、塵事庶務、名利地位、私心雜念、聲色犬馬……該放下的就得放下，把什麼都抓在手裡，也是種累。

古往今來，不少功成名就之人，或捐資濟世，或甘於淡泊，出入於世，都是勇於並捨得「放下」。

在放下的同時，獲得的是意外的、雋永的、更高層次的幸福。

放下使人格得以提升，使人性趨於完美。

我們要想生存，就必須學會放下。

放下那些看似最有利可圖卻不能令人再進步的東西，只有鼓起勇氣，不斷放下，才能攀登人生的另一高峰。

為了熊掌，可以放下魚；為了事業的成功，可以放下消遣娛樂；為了純真的愛情，可以放下金錢；為了崇高的真理，可以放下利祿乃至生命……要想有所成就，就要懂得保留生命中最有價值、最必要、最純粹的部分，放下不必要的牽掛與累贅，輕裝上陣。

伏爾泰說：「使人疲憊的不是遠方的高山，而是鞋裡的一粒沙子。」

在人生的道路上，要想邁步遠行，就必須學會隨時倒出「鞋裡」的那粒「沙子」。

這小小的「沙粒」就是那些需要放下的東西。

放下之後，你會看到天空的蔚藍，感受到陽光的溫暖；你會聞到芳草的清香，聽到動人的音樂……當你決定放下的那一刻，也許你就找回了自己，找回了快樂。

放下是一種人生哲學，是灑脫，是積極的人生態度。

學會放下，也就學會了解脫，這有助於我們在人生前行的路上坦然面對一切，成為更大的贏家。

放下是一種睿智的表現，是一種生活智慧。

絕對不是一種隨意捨棄的態度，一切隨緣，一切莫強求，它不僅可以帶給你幸福的生活，還會為你的人人生增光添彩。

<<有一種心態叫放下>>

內容概要

放下，是一種心態的選擇；放下，是一門心靈的學問；放下，是一種生活的智慧。

放下壓力，獲得輕鬆；放下煩惱，獲得幸福；放下自卑，獲得自信；放下懶惰，獲得充實；

放下消極，獲得進取；放下抱怨，獲得舒坦；放下猶豫，獲得瀟灑；放下狹隘，獲得自在...

... 「人生最大的成功是拿得起，生命最大的安慰是放得下。

」一個人往往只有經歷了漫長的人生跋涉後，才能最終明白生命的意義其實並不在於獲得，而在於放下。

懂得放下的人，才是懂得生活的人；學會了放下的人，才有可能擁有更為廣闊的天空。

放下，既是理性的表現，也是豁達的舉動。

「快樂地經歷風雨，輕鬆地面對人生的起伏」，才是最精彩的人生狀態。

也只有學會了放下，我們才能夠騰出手來，抓住真正屬於自己的快樂和幸福！

<<有一種心態叫放下>>

書籍目錄

第一章 為人處世，正確取捨 愈放下得愈多1．要拿得起更要放得下2．不要苛求百分之百的公平3．算計別人就是算計自己4．戰則敗，不戰則勝5．不必凡事都爭個明白 第二章 調節心理，放下包袱 愈放下愈輕鬆1．凡事尋常看，排壓「心」舒暢2．貪婪，讓你失去快樂3．放下憂慮，迎來快樂4．放下嫉妒，使自己的幸福完美 第三章 幸福生活，自我選擇 愈放下愈灑脫1．只有善於放棄，才能暢快地生活2．月有圓缺，人有得失3．退一步海闊天空4．放棄，另一種選擇5．一失足未必成千古恨6．放下包袱，品味生活 第四章 絢爛情感，淨化心靈 愈放下愈多姿1．放下，給自己自由2．緣分不可強求3．該放就放，世間沒有完美4．錯過了美麗也不必遺憾 第五章 快樂人生，燦爛晴空 愈放下愈快樂1．人生之路始於「放下」2．放下就能快樂3．簡單即是快樂4．笑看人生的輸贏得失5．捨「小」顧「大」，放下的哲學6．寬廣胸襟，無憂也無惱

<<有一種心態叫放下>>

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>