

图书基本信息

书名：<<該放下就放下, 不要緊緊抓住不放>>

13位ISBN编号：9789866928635

10位ISBN编号：9866928632

出版时间：曼尼文化事業有限公司

作者：史榮新 著

页数：224

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>

<<該放下就放下, 不要緊緊抓住不 >>

內容概要

有句話說：「人生不要太圓滿，有個缺口讓福氣流向別人，是很美的一件事。」是的，每個生命都不可能圓滿無缺，缺憾，是為了成就圓滿，唯有經歷過失去、經歷過缺憾，你才能懂得珍惜、懂得人生。

透過失去與缺憾，你才能讀懂人生，懂得：「珍惜把握當下的每個片刻、每個幸福、每個擁有，不執著在得不到與失去的傷感中，就是你人生的圓滿。」

是什麼在讓你放不下？

是什麼讓你總是緊緊抓住不放？

那放不下的、緊緊抓住不放的東西，其實都是因你的心念而起。

一念心起，讓你失去了自由。

它值不值得你耗盡心思、催肝折肺地傷神又傷身，完全在於你一念之間。

放不下的、緊握不放的越多，你的人生越悲慘。

唯有把心打開，讓該釋放的釋放、該放下的放下、該鬆手的鬆手，你的心才能獲得自由、你的人生才能繼續往前走、你的靈魂才能獲得提升，也才能完成生命的功課。

本書透過一篇篇充滿人生智慧的小故事，帶領讀者用積極樂觀的心態來面對生命中的失去與缺憾，並且從心理學的角度來解析、闡述人生道理，循循善誘讀者用更寬廣的心，來看待生命中的悲傷離合，那些曾經有過的執著、失去、得不到、挫折、打擊等，每個際遇，都有它的意義與價值，一切都是你我這一世投生地球的功課，不用太入戲，只要認真活在當下，勇敢品嚐並體會箇中滋味，學會生命要我們學習的功課，那就是你的人生使命。

放過自己吧，該放下就放下、該鬆手就鬆手，別緊抓不放，苦了自己。

本書透過一篇篇小故事，啟發讀者放眼未來，不把心遺落在過去的追悔中，是一本正向引導、改變心靈的勵志書。

作者簡介

史榮新 一個認為人生不管是活到多大歲數，都必須時時學習新知、更新腦袋的人。他認為世界廣闊、知識浩瀚，即使窮盡一生，也只能學得皮毛。

所以，認真活在當下、清醒活在當下，是他的人生宗旨。

平日極愛親近大自然，跟大自然對話，夜裡看著滿天星斗，任由想像遨遊天際；白日裡躺在沙灘，望著無垠蔚藍海岸與晴空日麗，是他最大的生活享受；將生活所感化為文字，紀錄所思所想，是他最大的興趣。

編著有《不執著，心就自由》、《掌握生命的高度，活出生命的寬度》、《該放下就放下，不要緊緊抓住不放》等。

编辑推荐

本書特色 本書透過一篇篇小故事，啟發讀者放眼未來，不把心遺落在過去的追悔中，是一本正向引導、改變心靈的勵志書。

編者簡介 史榮新 一個認為人生不管是活到多大歲數，都必須時時學習新知、更新腦袋的人。

他認為世界廣闊、知識浩瀚，即使窮盡一生，也只能學得皮毛。

所以，認真活在當下、清醒活在當下，是他的人生宗旨。

平日極愛親近大自然，跟大自然對話，夜裡看著滿天星斗，任由想像遨遊天際；白日裡躺在沙灘，望著無垠蔚藍海岸與晴空日麗，是他最大的生活享受；將生活所感化為文字，紀錄所思所想，是他最大的興趣。

編著有《不執著，心就自由》、《掌握生命的高度，活出生命的寬度》、《該放下就放下，不要緊緊抓住不放》等。

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>