

《舍与得的人生经营课》

图书基本信息

书名：《舍与得的人生经营课》

13位ISBN编号：9787508080858

出版时间：2014-6

作者：赵丽荣

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以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《舍与得的人生经营课》

内容概要

欢迎关注新华文轩小站：<http://site.douban.com/110086/>

人生就是一个不断“舍”与“得”的过程。

只有懂得“舍”与“得”的人，才能真正掌控自己的命运。

一个人真能做到与时俱进，不断地有自己的取与舍，以一种清楚的眼界，让自己确定准则，并且以这样一种心游万仞的自由空间，调整自己的生活秩序，永远保持一种动中的平衡，那么你就不会倒……

——于丹

会活的人，或者说取得成功的人，其实懂得了两个字：舍得。不舍不得，小舍小得，大舍大得。

——贾平凹

舍，看起来是给人，实际上是给自己。舍和得的关系，就如因和果，因和果是相关联的，舍与得也是互动的……所以我们劝人不要把烦恼、愁闷传染给别人，因为舍什么就会得什么，这是必然的因果。

——星云大师

人生就是一个不断“舍”与“得”的过程，在“舍”与“得”之间，每个人都需作出自己的抉择。

舍与得，是一种哲学，更是一种艺术；是一种精神，更是一种领悟；是一种智慧，更是一种境界。

鸣蝉舍弃了外壳，因而能自由高歌；壁虎舍弃了尾巴，因而能在危难之中保全生命；雄蜘蛛舍命求爱，因而得以繁衍后代。

舍，并不是全部舍掉，而是舍掉那些沉重的、让你走不远的负累，留下那些轻快的、灵性的美好，从而让你闪耀着含蓄、内敛、从容的光芒。

本书主要告诉读者如何在舍与得中达到幸福和平衡，并且一直保持着幸福的状态。只要你能用“放下、乐观、平和、宽容、坚强”的心态来面对人生的变数，你就一定能经营好你的人生。

《舍与得的人生经营课》

作者简介

赵丽荣，大众畅销精品书策划人，曾策划一系列畅销选题，其中《舍与得的人生经营课》自出版至今连续加印50次，已发行二十余万册，引领了此类图书出版的跟风热潮，并于2013年出版《舍与得的人生经营课2》《幸福，从内心强大开始》等。

书籍目录

目录

第一章 舍弃痛苦与烦恼

幸运不是天生的，是设计出来的
我们不是拥有太少，而是欲望太多
何必徒劳寻求完美，生活本身就是不完美的
有个好心态，才会有个好人生

第二章 人生苦短，要善待自己

千万不要用别人的错误来惩罚自己
活在自己的心里，而不是别人的眼里
不要让自己活得太累，偶尔放松一下
放开手脚，去做你喜欢做的事吧

第三章 因为舍得，所以快乐

快乐不在别处，就在你的心里
生活再苦，也可以笑着面对
放下烦恼，快乐其实很简单
小乐乐于人，大乐乐于己

第四章 幸福其实很简单

羡慕别人的幸福，不如找到自己的幸福
永远不要把幸福寄托在别人身上
幸福就是猫吃鱼，狗吃肉，奥特曼打小怪兽
幸福趁现在，不要去预支明天的烦恼

第五章 舍得的真意是珍惜

把每一天当作生命的最后一天来过
幸福在当下，珍惜现在的所有
在还没有失去时，将幸福紧紧握在手中
珍惜眼前人，莫失再追悔

第六章 要看开，不看透

看开，想开，烦恼就会走开
换个角度，你会看到更美的风景
既然不能改变，不妨试着接受
那些不能看开的，唯有遗忘

第七章 从容人生，淡定生活

在喧嚣尘世中淡定吟唱
那些云淡风轻的日子里，一箪食，一瓢饮足矣
隐于野的心境，入于市的淡泊，登于朝的气度
平凡却不平庸，生活照样精彩无限

第八章 舍计较之心，学会宽容

将怨恨收藏于心，只会让自己再度受到伤害
包容有多少，拥有就有多少
何必为生活中的琐事较真，把心放宽就好了
给对方一个台阶下，实际上是给自己日后留下方便

第九章 学会专注，更要懂得坚持

生活，你可以打败我，却不可以打倒我
想要不再吃苦，就要战胜苦难
仅仅只需要一步，就能迈过这个坎儿
每一次跌倒，都是为了再爬起

第十章 在恰当的时间做恰当的事

《舍与得的人生经营课》

趁父母还在身边的时候，多孝敬他们
不要等到有空的时候，才来珍惜爱情
朋友一生一起走，那些日子不再有
珍惜健康，从我做起；热爱生命，从今天开始
第十一章 活出自我，活出真性情
挥洒自我的个性，强过附庸风雅的流俗
崇拜偶像，不如崇拜自己
从此不再为了生活而讨好别人
我的地盘，当然要由我自己做主

《舍与得的人生经营课》

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：www.tushu000.com