

# 《你是百分百的自己》

## 图书基本信息

书名：《你是百分百的自己》

13位ISBN编号：9787501246971

出版时间：2014-8

作者：薛冰

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](http://www.tushu000.com)

# 《你是百分百的自己》

## 内容概要

生命中的一切，都是应你的要求赴约而来。

我们是自己人生百分百的责任者、创造者、承担者。

《你是百分百的自己》以《家业长青之道》课程演讲稿为基础整理增修而成。婚姻、教子、孝养老人、工作，是每个人的人生必修课，功课做得好，受益的是自己。同时，自己又是一切的根，婚姻、家庭、事业都是从根本衍生出来的枝叶花果。生命中的一切，都是应我们的要求赴约而来，我们是自己人生百分百的责任者、创造者、承担者。做百分百的自己，老老实实“向内求”，开启智慧，是人生迈向幸福与喜悦的唯一之路，是对自己最大的爱护，也是对世界最大的贡献。

购买方式：

定价28元，5折零售，每册14元

电话订购：010-58408356 58408358 65265919

# 《你是百分百的自己》

## 作者简介

薛冰，1970年生，河北邢台人，曾任陶行知学校校长，后下海经商。40岁开始深入研习儒释道文化，卓有心得，现为知名传统文化讲师，并担任中华传统文化师资联谊会会长。先后受邀在全国各地主讲《家业长青之道》《财富与人生》《共学道德经》等课程，深受欢迎。

# 《你是百分百的自己》

## 书籍目录

写在前面的话 /

01 体己篇

人生最重要的事情就是善待自己 / 002

学习一切从自己出发 / 005

生活在感恩的世界里 / 008

自己执行自己的想法，不要求别人 / 010

喜欢，就直接说吧 / 011

擦地、做饭、穿衣，一切都有意义 / 013

劳动的喜悦胜过一切 / 022

谢谢你一直跟我在一起 / 024

向身体臣服，而非控制 / 026

身体是最好的老师 / 029

最简单、最高的养生法 / 034

怎样对待疾病 / 035

停止改变外在的一切 / 041

02 婚姻篇

因为淡，所以长久 / 046

娶媳妇是迎喜神进门 / 047

不要用有限的眼光经营无限的人生 / 048

珍惜每一段缘，善始善终 / 050

心在哪里，你的世界就在哪里 / 051

生命里的一切，都是应你的要求赴约而来 / 053

你永远无法只接受自己喜欢的部分 / 057

夫妻是两个人阴面的相处 / 059

邀请一个人，分享生命的美好 / 063

允许对方做他自己 / 066

真正的幸福来自无心之悦 / 068

你才是你的世界的根本 / 070

谢谢你，对不起 / 072

不随着习性反应就是改变命运 / 075

柔软下来，先学会不伤害自己 / 078

敌人不在外面，一切的冲突都源于我们的内心 / 079

伴侣，只是我们成长路上的拐杖而已 / 081

伴侣的出轨是对他自己的惩罚 / 082

不要用别人的错误惩罚自己 / 084

世界上并没有完美、专一的爱情 / 086

没有任何一件事情值得我们赔上自己的幸福 / 088

接受生命中的不圆满 / 090

放弃向外追寻，幸福在自己手里 / 091

世界上没有什么是应该的 / 093

女强男弱的婚姻模式里，其实受委屈的是男方 / 095

学会欣赏自己，也要学会欣赏别人 / 098

这个世界真的只有你自己，没有别人 / 101

让自己柔软下来 / 102

选那个你不需要学习就知道怎么爱他的人 / 103

婚姻以相契为原则 / 105

接受所有人送来的滋养，但不要生起占有之心 / 106

好好爱自己 / 108

爱情，无法靠一个人的努力完成 / 109

与其说我们爱一个人，不如说我们爱自己 / 111

为选择负责与选择一样重要 / 113

## 03 教子篇

我们无法为别人的人生承担后果 / 116

各尽本分，做好自己应该做的事情 / 117

担心是最差的礼物 / 118

本质上，我们都是小孩 / 120

我们需要向孩子学习，而非教育他们 / 122

放下控制欲，让孩子随顺自己的天性和意愿去成长 / 123

留钱给孩子，其实是限制他的成长 / 125

让孩子学会对自己的爱情和婚姻负责 / 126

放下主宰欲，这是我们每个人的人生功课 / 128

每个生命都是圆满的，都带着自己的资粮而来 / 130

孩子不需要成为全能 / 132

不要把人生中最最重要的东西弄丢了 / 133

心灵的成长，只有用良善引发良善 / 137

别给孩子灌毒 / 139

时间到了，孩子自然就会了 / 142

不妨当孩子人生路上的导航仪 / 144

做好自己才能教好孩子 / 147

做到了也不讲，这样的行为真的有力量 / 150

你给孩子最好的养护，就是一颗快乐的心 / 152

不要打骂孩子，柔软的话语更有力量 / 154

挫折也是每个孩子成长路上的必修课 / 155

多从正向鼓励，让孩子养成内在品格 / 156

习劳知感恩，让孩子的人生收获一路的贵人 / 158

在家庭冲突中，先把自己内心的能量撤出来 / 159

不幸福的原因，是不接受有缺点的自己 / 161

自己内心的矛盾消失了，与他人的矛盾也就消失了 / 163

放手，不要管，不要比 / 165

## 04 孝顺篇

母爱行在最低处 / 170

让父母心安，自己就心安了，智慧也就开了 / 173

能体谅到父母的付出和不易，你就长大了 / 175

孝的根本是守护父母的良心 / 176

真孝，以父母为核心，以父母舒适为原则 / 179

突破外相的限制，接受各种不同的表达爱的方式 / 182

对于家人的想法，能成全就成全 / 185

珍惜无常，建立起正确的生死观 / 187

婆婆也是妈，不分别 / 192

大孝无孝，不执着 / 195

尊重一切境界的庄严，回归最高层次的心灵 / 196

## 05 工作篇

有能力分享自己的有余，才是人生最大的福气 / 200

在生活的一切境界中培养自己的能力 / 202

能力是在长期的工作中慢慢增长的 / 205

有了承担的能力，人生使命就出现了 / 207

## 《你是百分百的自己》

施比受有福，不要让自己的灵魂受委屈 / 209

工作是提高心地、修炼灵魂的舞台 / 211

建立正确的思维方式和心态，业绩自然而然 / 215

# 《你是百分百的自己》

## 精彩短评

1、修身齐家治国平天下 好书 推荐

# 《你是百分百的自己》

## 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](http://www.tushu000.com)