

<<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：9787508057705

10位ISBN编号：7508057708

出版时间：2010-8

出版时间：华夏

作者：赵丽荣

页数：307

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>

<<舍与得的人生经营课>>

前言

我们生活的世界原本纷繁复杂，很多东西在追求和面对的时候，需要我們不断地去选择，去割舍。很多时候，鱼与熊掌可以兼得的例子真的很少，你在得到的同时也会经历失去的苦澁。

在得与失当中要想作出正确的选择，是一件非常艰难而痛苦的事情，所以需要我们用“看开、放下、平和、淡然”的良好心态来面对。

人生充满变数，所以人生必然是一个不断选择、不断“获得”与“失去”的过程。

如果没有一种乐观豁达的心态，那么不管他是多么幸运的一个人，都不会拥有真正完美快乐的人生。

人不可能永远只是获得，而从不失去，珍惜曾经的拥有，就是一种最好的生活方式。

所以，得不到就放手，是人生的大智慧。

放弃，并不是愤世嫉俗、脱离现实，只是让我们能够在为人处世当中，做一个拿得起放得下的人，活出自我，追求自己想要的生活，不被无谓的世事所牵绊。

只有做到这一点，你才会成为一个快乐而充满魅力的人：只有做到这一点，你才会拥有一个成功而幸福的人生。

我们只有真正把握好舍与得的尺度，才能更好地善待自己，才能敲开真正适合自己的成功之门。

要知道，人生苦短，不过是来去匆匆的几十年，与其在抱怨中度过，不如为自己营造一份快乐的天地。

舍得是人生的重要课题。

追求梦想是每个人的自由，但不要奢望太多，否则你只能不堪重负。

该放弃时就放弃，不以物喜，不以己悲，宠辱不惊，淡泊明志、宁静致远，你就会得到幸福。

<<舍与得的人生经营课>>

内容概要

《舍与得的人生经营课》主要包括：舍弃痛苦与烦恼、幸福其实很简单、舍得的真意是珍惜、有一种境界叫放下、在绝望中寻找希望等。

<<舍与得的人生经营课>>

作者简介

赵丽荣，主要做大众畅销精品书的策划，涉及励志、女性、心理、家教、健康生活类图书，曾策划有一些列畅销选题。

<<舍与得的人生经营课>>

书籍目录

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嫉妒不会为自己带来好处，也不会减少别人的成就有个好心态，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这个世界上，最爱你的人就是你自己第三章 因为舍得，所以快乐快乐不在别处，就在你的心里找对快乐的角度，生活再苦也可以笑着面对佯装快乐，你就会真的快乐放下烦恼，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，不如找到属于自己的那份幸福永远不要把幸福寄托在别人身上不要用一些虚幻的东西把幸福模式化幸福就是猫吃鱼，狗吃肉，奥特曼打小怪兽幸福趁现在，何必去预支明天的烦恼第五章 舍得的真意是珍惜把每一天当做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眼前的风景是最美的，已经拥有的是最好的珍惜眼前人，莫失再追悔第六章 与其抱怨、不如努力不抱怨的人生，不抱怨的智慧与其抱怨，不如改变人生态度成功者永不抱怨，抱怨者永不成功只摘够得着的苹果，不要羡慕高处的苹果抱怨无用，改变自己才是真理第七章 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，不妨试着接受生活难免会有不公平，看开就好那些不能看开的，唯有遗忘第八章 有一种境界叫放下要向前看不向后看，要向好看向坏看得不到的就放手，抓不到的就转身不要找了，世上没有卖后悔药的地方放下过去，才能重新开始放下包袱，你能走得更远第九章 不以物喜，不以己悲看庭前花开花落，宠辱不惊望天上云卷云舒，去留无意大喜大悲之时认清自己，大起大落之间看清朋友人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全不以物喜，不以己悲，是人生的大智慧第十章 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，一簞食，一瓢饮足矣隐于野的心境，入于市的淡泊，登于朝的气度不求轰轰烈烈，但求幸福平淡有味道平凡却不平庸，生活照样精彩无限第十一章 舍弃计较之心，学会宽容将怨恨收藏于心，只会让自己再度受到伤害宽容别人，还心灵一份纯净包容有多少，拥有就有多少……第十二章 在绝望中寻找希望第十三章 学会关注，更要懂得坚持第十四章 想成功先学会失败第十五章 在恰当的时间做恰当的事第十六章 活出自大我，活出真性情

<<舍与得的人生经营课>>

章节摘录

插图：人们问他：“你是想让灵潭再帮你长出一条腿来吗？”

”他回答说：“不，我只想让灵潭告诉我，在失去一条腿后，我要怎样幸福地生活！”

”在这个失去一条腿的人的眼中，活着本身就是一种幸运，也正是因为如此，他才会认为自己是个幸运的人，还有继续享受美好生活的机会。

“只有我自己能决定幸运与不幸运”，只要我们感觉到活着就是一种幸运，自然就会对生活产生感恩之心，就会对生活充满希望，从而去更好地生活。

有一句话说得极好：“生即幸运，活即机遇。

”只要我们的心不被悲观封锁，不在失意时一蹶不振，阳光就终会穿透重重阴霾照在我们的身上。

幸运与不幸，其实并没有什么标准，差别只在于心态。

有时候，小倒霉的积累往往孕育着大的幸运，大幸运之后往往让你再小小地倒霉几下。

人生就是这样，不可能一切都尽如人意，只要保持一种积极向上的心态，不幸之人也会变得幸福无比。

如果总是用消极的心态看待问题，那幸运之人也会变得毫无幸福感。

幸运者和倒霉者，不是因为上帝对他们的待遇不同，而是当上帝将相同的境遇和生活赐予他们时，他们选择了不同的心态来面对生活，才会使得他们的结局产生了极大的差别。

所以，还是把“不幸”的窗户紧紧关闭起来吧，打开那扇“幸运”的窗户，你会发现，幸运这缕阳光就在我们的周围，只是我们没有注意到而已，它可能是极其平凡的，比如是一个朋友的问候、一次不寻常的邂逅、一个不经意的电话、一次努力，甚至一个小小的惊喜，都有可能是属于你的幸福。

生活中有些事是我们无力改变的，是不可避免的，是无法预测的。

谁都不可能保证事事顺心，但一定要调整好自己的心态去坦然面对眼前所发生的事。

<<舍与得的人生经营课>>

媒体关注与评论

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

<<舍与得的人生经营课>>

编辑推荐

《舍与得的人生经营课》：树舍灿烂夏花，得华实秋果；壁虎舍其尾，得生命……舍分量，得质量，得通透，佛教导我们要舍得，只有舍掉陈旧不堪的执著，才能得到新的观念、新的思维；放下不切实际的妄想，轻松上路，你才有机会比别人跑得快，才有体力比别人跑得远。

日月经天纬地，生命似水流年。

有舍才有得，懂得舍得，你才会快乐。

生活就是一面镜子，你对着它笑，它也会对着你笑。

人这一辈子，最重要的并不是“得不到”和“已失去”，而是真正去爱惜眼前你所拥有的。

因此，不要挣扎于失去的，要把握当下。

佛说：看得不可太透彻，透彻见了底.就找不到活着的理由。

所以，不要看透。

但是，要看开，因为《金刚经》云：“一切有为法，如梦幻泡影。

如露亦如电，应作如是观。

”育一种心态叫舍得，有一种人生叫放下。

朝朝暮暮，日出日落，人生就如放飞气球，舍得才知其自由，放下才感其奔放。

<<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:<http://www.tushu007.com>