第一图书网, tushu007.com

<<苦着坚持 笑着放下>>

图书基本信息

书名：<<苦着坚持 笑着放下>>

13位ISBN编号：9787506483452

10位ISBN编号：7506483459

出版时间：2012-6

出版时间：中国纺织出版社

作者：徐宪江

页数：256

字数：154000

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

第一图书网, tushu007.com

<<苦着坚持 笑着放下>>

内容概要

人生不如意十有八九。
因此，许多人说，人生是一段苦难历程。
其实，大可不必如此伤感。
只要掌握了在苦与乐、坚持与放下之间进退、选择的学问，就能品出人生的味道。
本书围绕“坚持”和“放下”来阐释人生的哲理，为读者提供了在人生道路苦难与挫折的策略。
成功从来只青睐人生中的种种负累，比如名和利及以往的成功与荣耀，只要淡然面对，你就可以活得更轻松、更快乐。

作者简介

徐宪江，资深图书策划人，成功励志类畅销书作者，关注生活、关注人们心理，曾成功策划多本心理励志图书。

第一图书网, tushu007.com

<<苦着坚持 笑着放下>>

书籍目录

第一章　苦与乐，坚持与放下
　何为苦，何为乐
　何为人生之苦
　何为人生之乐
　苦与乐相依而存
　正确的苦乐观能帮你选对前进的方向
　不经风霜苦，难得腊梅香
　风霜苦
　人言苦
　心志苦
　会当凌绝顶，一览众山小
　从古今看那些坚持不懈的人
　古有勾践卧薪尝胆终伐吴
　今有“俞校”永不言败创佳绩
　立志须持之以恒
　失败未必味苦
　失败苦吗
　失败不苦吗
　失败真的未必苦
　满身负累，会使你远离快乐
　累，因“贪”而来
　累，因“嗔”而来
　累，因“痴”而来
　“戒、定、慧”三无漏学
　你心中的幸福未必是真正的幸福
　什么是幸福
　想象中的幸福
　真正的幸福
　取与舍，苦与乐
　要取还是要舍
　“取”等于“乐”吗
　“舍”等于“苦”吗
　衡量好人生的取舍，苦也可变乐
第二章　为什么你还没有成功
　成功从来不会自己找上门
　成功，从来不是一件容易的事
　想成功，我们还要做很多
　坚毅与屈从
　故事中的坚毅与屈从
　唯坚韧者方能遂其志
　锻炼出坚毅的性格
　……
第三章　人生需要坚持的八样东西
第四章　坚持不懈，直到成功的那一刻
第五章　追寻永远得不到的，你快乐吗

第六章　人生需要放下的八样东西
第七章　简单放下，轻松生活
参考文献
后记

章节摘录

版权页： 何为苦，何为乐 人的一生如同在海上航行，有时风平浪静，有时波涛汹涌。
尽善尽美的人生并不存在，只有经历过酸甜苦辣的人生才算是完整的。
在现实生活中，有人常常会因为陷入困顿之中而感到痛苦万分。
其实，苦难不一定总是带来痛苦，苦与乐相依而存，苦可以向乐转变，它们之间只存在一步的距离。
如何看待苦与乐，是人生哲学中的一大学问。
通向成功的道路上一定存在着种种困难，拥有正确的苦乐观，才能在人生的旅途中坚定地奋斗下去。
何为人生之苦 有人说生活的困顿便是苦，也有人说生离死别才是苦……苦的范围可谓无穷之大。
然而，从本质上来看，苦产生的根源正是一个人的心境。
一个人若不能在个人修养和理想追求等方面达到一定的高度，便不能看透人生的真谛。
因此，有些人遇到人生中不可避免的挫折，便呼天抢地，破罐子破摔，从此一蹶不振，这样的人生可谓苦矣。
但从另一个角度来想，倘若在挫折面前仍然镇定自若，乐观旷达，那么痛苦便会缩减许多。
苦由心生，任何挫折和不幸都可能成为苦；而荣华富贵、一掷千金却也同样可能是苦。
人生最苦的事情是什么？
苦乐感是因人而异的，有人把不能实现目标作为人生最苦的事情，有人则把客观环境的艰难看做是最苦的事情。
其实，人生最苦的事情莫过于不能去实现自己的梦想。
苦不等于痛苦，苦同样也是一种奋斗着的状态。
对一个兢兢业业、夜以继日写作的作家来说，创作是辛苦的过程，但这种苦却是值得的，是作家所心甘情愿的；在长征过程中，红军跋山涉水的旅程无比的艰苦，但没有这种艰苦的付出也不会迎来胜利；古人‘‘头悬梁，锥刺股”，可谓苦到极点，但苦功之后便能实现上进之志。
总而言之，人生最苦的事情在于不能苦。

编辑推荐

《苦着坚持 笑着放下》教你了悟人生的取舍之道，于坚持与放下间从容进退，轻松而快乐地走出不一样的人生旅程。

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