第一图书网, tushu007.com

<<脾气没了福气来了>>

图书基本信息

书名：<<脾气没了福气来了>>

13位ISBN编号：9787515701356

10位ISBN编号：7515701358

出版时间：2012-3

出版时间：海潮出版社

作者：徐杰

页数：229

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

<<脾气没了福气来了>>

前言

听，幸福在敲门……　人际交往摩擦不断？
　工作压力无法排解？
　花花世界你却总是求不得？
　漫漫人生你只拥有不完美？
　生活中总有不如意事，而且随着生活压力的不断增大，现代人的烦恼也越来越多。
亲人朋友不理解，家庭事业无法兼顾，同事领导关系紧张，等等，说不完，道不清。
你处于怎样的生活状态，是开心相伴，还是烦恼缠绕，关键就看能否处理好这些问题。
　面对烦恼，很多人选择了一个简单粗暴的方式：发脾气。
一言不合，雷霆震怒；一句有差，怒发冲冠。
任何人，任何事，只要不遂心意，都能让他们一肚子气。
怨气、怒气或戾气，总有一口恶气堵得心里发慌，似乎不发泄出来就无法忍受。
　坏脾气是把双刃剑，对别人发脾气，影响人际关系；对自己发脾气，损害健康。
除了伤身伤心伤感情，又能有什么用呢？
　其实，也有很多人明白发脾气非但于事无补，反而会让人失去更多，包括温馨的家庭氛围、和谐的工作环境、身心的平衡健康……但很多人又苦于不能收敛自己的坏脾气，练就好脾气。
　本书即以修养心性为主，同时兼顾了成功励志的内容。
全书线条明晰，从控制住坏脾气说起，谈到了宽容、舍得、知足等话题，结合富有趣味性的生动故事和实例，分析了如何用一副好脾气来面对生活。
并且还有减压、自身提升以及保持心态的内容与方法，有助于读者提高工作效率与业绩，完善生活品质。
　仔细想想，到底有多少事是真值得你大动干戈大发脾气的呢？
是问题，总有解决的方法。
找对钥匙，自然迎刃而解。
可如果你只知道横冲直撞，何时才能得其门而入呢？
仇恨愤怒的时候，我们可以选择宽容；斤斤计较的时候，我们可以选择舍得；艳羡他人的时候，我们可以选择知足。
再大的压力，也有缓解的方法，有福的生活，需要有福的心态。
每个人都是自己的主人，只要你愿意，你也可以控制脾气，而非被脾气控制。
人生贪嗔痴，得陇复望蜀。
嫉妒、攀比、仇恨、计较、愤怒……何如宽容、忍让、祝福、放下、平和？
　钟鸣鼎食就一定幸福？
华服豪车就一定舒适？
关键看你取舍的标准和进退的依据。
懂得体会个中滋味，粗茶淡饭，菜根也香。
你我布衣百姓，不过想求安稳生活。
多少是多？
多少是少？
衡量的标准在于心态。
我们只有一个肉身，赚不完所有的钱，住不了所有的豪宅，但好脾气，好修养，好心性，好品格，好福气，却可以如影随形，一生相伴。
　有副好脾气的人，生活是不舍得亏待他的。
有个好脾气的朋友，是你的幸运；有个好脾气的家人，是全家的幸运；自己修炼出一副好脾气，是一辈子的福气。
因为，脾气没了，幸福就会随之而来。
　没脾气与没个性不同，它是在保持自我个性的同时，选择一种知性、理性与平和的人生态度，需要

第一图书网, tushu007.com

一定的智慧与修炼。
为人处世不容易，但也并不难。
拥有一副好脾气，就等于拥有一世好福气。
要知道，赶走坏脾气，才有空间迎接好福气。
　不信，你听，幸福在敲门……

<<脾气没了福气来了>>

内容概要

《脾气没了，福气来了》向坏脾气下逐客令，好福气才会来做客！
不让坏脾气鸠占鹊巢，好福气自会大驾光临！
添福宝典多福圣经聚福法则让你从发脾气到好脾气，从好脾气到好福气。

作者简介

徐杰，男，80后生人，毕业于西北政法大学。
喜欢音乐、收藏、旅行，闲暇爱好阅读和写作，醉心于中国传统文化。
广泛的兴趣造就了他温和随缘的性格。
他认为人生就像弈棋，一着不慎就有可能全盘皆输，甚至没有再来一局的机会。
因此真正的聪明人从不乱发脾气，不拿别人的错误来惩罚自己。
没脾气，不等于没性格；发脾气，不如长志气。

<<脾气没了福气来了>>

书籍目录

第一章控制坏脾气，做自己的主人想解决问题就别发脾气愤怒失控，智商归零用笑声浇灭心中的怒火摆脱偏执，换个角度思考间题别让攀比绑架好心情放下虚荣，呼吸自由的空气面子重要，内心更重要嫉妒是一剂毒药害除心中报复的毒瘤生活可以没有抱怨用正确的渠道发泄情绪第二章宽容他人，就是放过自己别用生气惩罚自己计较小事不值得有理也要让三分不要跟小人较劲放下仇恨，放过自己换位思考，理解他人与其指责，不如宽容原谅无心的过失过去了就算了吧宽容忍让，以德服人宽容对手，化敌为友比天空更广阔的是心胸第三章有舍有得，付出也是收获先舍后得，学会放弃舍得放下，活得潇洒舍掉独食，学会分享舍弃孤立，合作双赢身劳心安，利少义多低调为人，必有福报帮助别人就是帮助自己退一步海阔天空懂得吃亏是一种大智慧想成功就别舍不得努力取得之前，先学会付出第四章知足常乐，笑对生活是福气别让贪婪害了你贪得无厌是快乐的大敌生活可以有些遗憾不做名利的奴隶少些计较，多些福气放低自己，学会满足接纳不完美的自己珍惜拥有的一切随遇而安最快乐大肚能容，开口便笑幸福来自简单的生活第五章以忍化怒，干戈成玉帛第六章幽他一默，驱散坏脾气第七章学会减压，给自己松绑第八章发脾气，不如长志气第九章心态好，福气自然来

<<脾气没了福气来了>>

章节摘录

版权页：第一章 控制坏脾气，做自己的主人控制不了自己脾气的人只能做脾气的奴隶。
怒火、嫉妒、仇恨、虚荣……都是夏娃的毒苹果，一面是诱惑，另一面是痛苦。
人人都有弱点和不足，我们无法拥有完美的人格，但至少应该管住那些破坏性的脾气，不让它们出来添乱。
想解决问题就别发脾气发脾气从来只会摘砸事情，如果你不想事情变得无可挽回，那就先别急着发脾气。
俗话说，人生不如意事十之八九。
生活不可能一直平平顺顺，经常碰到些磕磕绊绊才是正常，对每个人来说都是这样，但相似的处境，有的人能生活得乐呵呵的，人人都夸有福气，有的人却过得十分辛苦，别说福气，只积累了一肚子的怨气和怒气。
为什么会有这样的区别？
脾气大的人遇上不顺心的事就大发雷霆、怒不可遏，其结果，本来想发泄怒气，却反而加深了怒气，让自己更加难受，还往往因此得罪别人，不仅于事无补，还很可能让事情变得更糟。
本来已经碰上问题，又因自己的坏脾气而雪上加霜，增添新的烦恼，既危害自己的健康，又破坏人际关系，惹人生气的问题却丝毫没有因此改变。
吴某刚接手了一个新的项目，这个任务十分棘手，上级领导给的压力也很大。
这让他一连几天都处在情绪很不稳定的状态，心里一把无明火烧着没处发。
当他看到手下团队成员提交的报告时，怒气终于爆发了。
在他看来，那些报告根本就是垃圾，分析平庸、见解肤浅，毫无建设性，完全是在敷衍了事。
他气得抄起办公桌上的烟灰缸狠狠砸了出去，又把那摞报告书抓起来扔出门外。
吴某的动作把所有人的目光都吸引了过来，只见他唇角紧抿，脸色铁青。
他手下的人都被吓坏了，个个缩头缩脑，大气都不敢出，生怕自己撞到枪口上。

编辑推荐

《脾气没了,福气来了!》向坏脾气下逐客令，好福气才会来做客！
不让坏脾气鸠占鹊巢，好福气自会大驾光临！
添福宝典 多福圣经 聚福法则 让你从发脾气到好脾气，从好脾气到好福气。

第一图书网, tushu007.com

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