

<<不生气的智慧>>

图书基本信息

书名：<<不生气的智慧>>

13位ISBN编号：9787546356662

10位ISBN编号：7546356660

出版时间：2011-12

出版时间：吉林出版集团有限责任公司

作者：刘欣 编

页数：246

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>

## <<不生气的智慧>>

### 前言

天堂与地狱只有一步之遥，好与坏也只有咫尺之隔，当顺心摇身一变成不如意，总会惹人怒气冲天。怒气冲上心头，吵架、争执、理论、大打出手在所难免。

面红耳赤、乌烟瘴气的争斗换来的很有可能是伤了身子，还占了下风。

智者攻心为上，知己知彼，是识时务的俊杰，是不露锋芒的“糊涂者”；智者以曲为直，善借人力，是耍太极的高手，是不喜怒于色的“隐者”；智者深谋远虑，睿智沉着，是三思而后行的典范，是智勇双全的“能者”。

智者斗智，斗智者，才是生活的智者，才是生活的强者，才是生活的赢家。

在现在这个讯息传输高度发达的社会，地球变得越来越小，人与人之间的距离越来越近，高密度的接触必然频繁地产生各种各样的利益冲突。

不公平的事、意料之外的事、烦心的事每天都在发生，加之再遇上暗箭伤人或蛮不讲理的小人，如果一味斗气，斗来斗去只会气坏了自己，反而助长了仇者气焰，正中他人下怀。

所以，不妨学学聪明的古人，智慧出击，以智取胜。

面对不期而遇的人和事，面对突如其来的争斗场合，理智、清醒、静下心来，以智应对，你收获的不仅有别人对你的敬佩和尊重，还有自己得到的泰然和健康。

编著

## <<不生气的智慧>>

### 内容概要

现实社会中，矛盾无处不在，无时不有。大至国家、民族，小至朋友、同事之间，总会有这样那样的纠纷，以至引来明争暗斗。斗的结果是鹿死谁手，还要取决于谁的智慧更高一筹。

本书以斗智为线，分别从心经、知经、守经、争经、藏经、曲经、借经、变经、防经忍经、退经、和经、柔经几大方面入手，将斗气和斗智一较高下，用大量的历史典故与现代实例彰显斗智者与斗气者的优劣，增长人生智慧，指点交际生活。

《不生气的智慧》让人在多变的人生际遇中游刃有余，轻松面对。

## <<不生气的智慧>>

### 作者简介

刘欣，女，1974年出生，北京师范大学毕业，曾任中学心理辅导老师，现为自由撰稿人，编写过多部青少年励志类图书。

主要作品有《高考前怎样调节家长、学生心态》、《初入职场怎样面对低收入》等。

## <<不生气的智慧>>

### 书籍目录

#### 第一章 修心：修炼心性，智对人生

气大伤神，斗气为智者所不为  
愚者斗气，智者斗志  
少一些盲目与躁动，多一些冷静与思量  
人能伏虎，靠的是智慧，而不是蛮力  
以君子之智对付小人伎俩  
成大事者必是大智大勇之人

#### 第二章 识人：读懂人心，知己知彼，方能立于不败之地

摸准对方的软肋，便可牵一发而动全身  
察言观色，听懂对方弦外之音，看清他人真实目的  
凡事做到心中有数，才能稳操胜券  
心明眼亮，抵制住诱惑，知己可为才为之  
“马屁”拍到点子上，才会取得好效果  
蛇要打七寸，人要抓关键

#### 第三章 自守：明哲保身，低调做人才能进退自如

弱肉强食的年代，自强是最好的自保方式  
唯不争，天下莫能与之争  
保全自身，不受名利诱惑，则无人能争  
低调，是一种高明的处世手段  
以柔克刚，以静制动，有时会取得不战而胜的效果  
与其主动出击消耗体力，不如退而结网保存实力

#### 第四章 勇争：狭路相逢，敢争者胜

面对是非之人，不可一味地退让  
蛮横无礼之人，要敢于与其针锋相对  
人善被人欺，属于自己的要努力争取  
不做他人的垫脚石  
没有实力就没有发言权，用事实来驳倒对方  
找一位对手来激发自己的潜能

#### 第五章 收与藏：内敛不斗气，智在深藏不露

大智若愚，大巧若拙  
把装傻作为一种智取手段  
匍匐前进，深藏不露  
藏才隐志，明哲保身一  
学会藏锋，立于不败  
时机未到，要善于藏身

#### 第六章 巧韧：行事宜曲，以迂为直，回旋才有余地

说话前要理性三分，不图一时之快  
言谈须含蓄委婉，“忠言”不一定要“逆耳”  
行事宜曲，以迂为直  
适当用点欲擒故纵法  
旁敲侧攻，以巧取胜

#### 第七章 借势：巧借外力，事半功倍，聪明人善假于物

四两拨千斤，要善于借众人之力  
借用别人的智慧来做事  
他山之石，可以攻玉

## <<不生气的智慧>>

巧妙借用第三者

看清形势，顺应时势，方能成事

顺水推舟，狐假虎威，借他人之势为己所用

第八章 变通：没有办不到的事只有不会变通的人

审时度势，善变是制胜的法宝

做人要活一点，见风要学会使舵

静观其变，以不变应万变

抓住时机，及时应变

拆掉思维的围墙，打破常规看问题

对别人的反应要灵敏

第九章 稳防：君子防未然思患而智对

善见未萌，防患未然

谨于言而慎于行

遇事要睿智沉着

才高更要防人妒

把“防”一手记在心头

害人之心不可有，防人之心不可无

第十章 以退为进：大气大量“退”是为了更好地“进”

舍小取大，才能高人一筹

待人退一步，爱人宽一寸

做事要留有余地，莫把对方逼到墙角

忍一时风平浪静，退一步海阔天空

放下身段蹲下，才能跳得更高

以退为进才能站稳脚跟

第十一章 和气：宽厚待人，和气生财，万事以和为贵

以和为贵，纷争无益

得理要饶人，理直要和气

揣着明白装糊涂，这是睿智之举

两败俱伤，不如化敌为友

没有永远的仇人，只有抹不开的面子

不计较的人生快乐多

## <<不生气的智慧>>

### 章节摘录

版权页：“疲”能够产生一种平和的、不伤人之力量，因此对方无法在现实及情理上找到可以持续打击你的理由。

若你真的被打击了，这反而还会给对方的良知造成负担，使他产生愧疚感，这对你是有利的。

“疲”是把自己摆在下位，这样可满足对方的上位感，因此对方不会对你产生戒心，谁会欺负一个甘拜下风之人呢！

疲不带攻击性，我们可以说它只是一种防守态势，因此很容易耗尽对方的攻击能量及意志，最终放弃对你的攻击。

—“疲”无敌于天下。

在人类生存竞争领域，这是最平和、有效的一招。

由于人性丛林里的战争是一场智慧之战、时间之战、耐力之战，也是命运之战、人性之战，因此强者看来可以主宰一切，可是也不一定完全能打胜仗，而弱者似乎注定当个被主宰者，但在某些状况下也不一定被主宰。

人性丛林里的争斗就是这么诡秘难测，因此碰到这种争斗，最好的态度则是：一个“疲”字！

为保自身不战为上策 自从地球上有了生物，有了人类社会，自然界无时无刻不在保持着一种生态的平衡。

在人性丛林里，差不多也是这种情形，只不过不是那么明显而已。

人与人之间也不断进行着各种形式的生存之战。

面对人与人之间的明争暗斗，你应该如何应对？

某机关有一个女孩子，平日只是默默工作，并不多话，和人聊天，总是微微笑着。

有一天，机关里来了一个好斗的女孩子，很多同事在她主动发起的攻击之下，不是辞职就是请调。

## <<不生氣的智慧>>

### 编辑推荐

《不生氣的智慧》描述了在现在这个讯息传输高度发达的社会，地球变得越来越小，人与人之间的距离越来越近，高密度的接触必然频繁地产生各种各样的利益冲突。

不公平的事、意料之外的事、烦心的事每天都在发生，加之再遇上暗箭伤人或蛮不讲理的小人，如果一味斗气，斗来斗去只会气坏了自己，反而助长了仇者气焰，正中他人下怀。

所以，不妨学学聪明的古人，智慧出击，以智取胜。

<<不生气的智慧>>

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>