

<<放下是一种幸福/最美文>>

图书基本信息

书名：<<放下是一种幸福/最美文>>

13位ISBN编号：9787546356730

10位ISBN编号：7546356733

出版时间：2011-12

出版时间：吉林出版集团有限责任公司

作者：郑红峰

页数：244

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>

## <<放下是一种幸福/最美文>>

### 前言

“明智的放弃，胜过盲目的执著。

”懂得何时该放弃，何事该放弃，何地该放弃，何人该放弃，乃是人生的第一大智慧。

但世人迷失其中，要做到放下好胜心，攀比心，争执心。

淡然面对一切名利纷争与物欲诱惑，殊为不易。

有句话叫做“事不关己，关己则乱”，一旦事情或利益触及己身，我们便耿耿于怀，患得患失，心态失衡，一个都放不下。

有一则禅宗故事，说一位年轻人去寺院的路上看到了一件有趣的事情，到了寺庙后他便考问老和尚：“什么是团团转？”

”老和尚答道：“皆因绳未断。

”年轻人听后大吃一惊：“你怎么会知道？”

！

”原来在他来的路上，看到一头鼻子被绳子穿住栓在树上的牛，因为想离开这棵树到前面草地吃草，谁知它转过来转过去都不得脱身。

年轻人道：“我以为师父既然没看见，肯定答不上来，那知师父出口就答对了。

”老和尚说：“你问的是事，我答的是理。

你问的是牛被绳缚不得解脱，我答的是心被俗务纠缠而不得超脱，一理通百事啊。

众生就像那头牛一样，被许多烦恼痛苦的绳子缠缚着，生生死死不得解脱。

”年轻人闻听之下大悟！

名是绳，利是绳，欲是绳，尘世的诱惑与牵挂都是绳，人生三千烦恼丝，皆因这欲望之绳斩不断，理还乱。

仔细想想，吾辈终日念头离不了四个字：“得失毁誉”。

倘能用超然于物外的恬淡心境去对待世间万物，便如业镜照妖，丝丝毫毫都能看得分明。

而心中只须摆脱一“恋”字，便十分清爽，十分自在。

“放下来，便是真悟”。

放下不是放弃，它只是指放下一切牵挂执着，不再心为物役，对境起心，纯粹以一种万事随缘，自然无为的心态面对人生的一切。

放下来了，其实是人生的幸福。

《佛经》中曾经记载了这样一个故事，说是有一人双手持物，打算献给如来佛祖，佛说：“放下”。

”他便将左手之物放下。

佛又说：“放下。”

”他只好又将右手之物放下。

可佛还是说：“放下。”

”两手空空的他大惑不解。

佛终于微笑着说：“放下你的执念。”

”放下你的执念。

你凭什么要求自己拥有“一日看尽长安花”的得意？

你凭什么要求自己拥有“风雨不动安如山”般的成绩？

你凭什么要求自己拥有“直挂云帆济沧海”的豪迈潇洒？

你凭什么要求自己拥有“扶摇直上九万里”的前程？

世界上本来就没有谁是天生的赢家。

会自我反省本是一件好事，可如果过分看重结果，看重理想与现实的落差，这种反省不但不利于自我调整，反而成了一种变相的自我折磨，使自己情绪低落，阻碍了自我的发展。

盘点那些生活幸福、家庭美满、事业有成者皆为能放的下之人。

廉颇放下了与蔺相如之间的恩怨才有了“将相和”的佳话；范蠡放下越王给的高官厚禄而携美人急流

## <<放下是一种幸福/最美文>>

勇退，泛舟五湖、逍遥商海；卓文君和司马相如放下了世俗与权贵、追求幸福才有了“凤求凰”的千古美谈；司马迁放下了“宫刑之辱”后整理出了传世《史记》；张三丰放下了“人间情孽”才修得“太极宗师”……智者能够成功，就在于他们善于放下不必要的东西，比如怨恨、权势、耻辱等。

这个道理不少人都知道，但为什么真正能够做到的人却很少？

很大一部分是因为我们目光的狭隘，我们还不懂得如何取舍。

试想，如果项羽的目光开阔一些，放下“颜”而与“江东父老”共商光复大计，这江山怎么会如此轻易就姓了“刘”呢？

如果大唐李氏兄弟的目光能不被权势所牵绊，怎么会手足相残，落得个“血溅玄武门”的历史悲剧？

“满清第一权臣”和坤如果能不被金钱蒙蔽了双眼，怎么至于是“白练自绝”的下场？

人生是一场苦旅，想要到达自己真正想要到达的地方，就要学会放下那些附疣与累赘，轻装上阵。

真正的放下，来源于内心的安定与冷静的自持。

在自己心情低落之时，选一个阳光能照得到的地方，搬一把躺椅，拿一本杂志，拉开半卷的湘帘，莫扎特如水般清澈的音乐便会温柔地将你包围。

偶尔，也可以泡上一杯清茶，即使不喝，那袅袅升起的茶香也会让你心神俱醉，而那些烦恼的事情，便会融化在这温暖的阳光里了。

不争，放下，其实是一种更高明的争取方法。

就像林语堂先生在《风声鹤唳》中所说：“不争，乃大争。”

不争则天下人与之不争。

”读完本书你会发现，幸福其实就是心的清楚、愉快与平静的状态，同时能放下烦恼，就是达到了幸福的境界！

## <<放下是一种幸福/最美文>>

### 内容概要

本书由郑红峰主编，不争，放下，其实是一种更高明的争取方法。

就像林语堂先生在《风声鹤唳》中所说：“不争，乃大争。

不争则天下人与之不争。

”读完本书你会发现，幸福其实就是心的清楚、愉快与平静的状态，同时能放下烦恼，就是达到了幸福的境界！

<<放下是一种幸福/最美文>>

作者简介

郑红峰，男，河北遵化市人，1980年生，2002年毕业于北京大学法学院；现为北京著名经济文化策划人、畅销书策划人、北京国图博雅文化公司总经理。  
曾用笔名大洋、三言，策划并创作《与公司共命运》、《为你自己工作》、《感恩的心》、《硅谷禁书》等系列知名畅销书。

<<放下是一种幸福/最美文>>

书籍目录

第一辑 遇到圣人的时候

无边无际的宁静  
极地的一位盲人  
忙里偷闲  
人生无须被保证  
自信是成功的第一秘诀  
戒酒女人  
黄金与鲜花  
令人着迷的琴声  
学习绝不是最枯燥的事  
遇到圣人的时候  
赎回自己的梦想  
把握住现在  
华特的新生活  
位置  
自我磨炼  
成功的阶梯  
我不该如此自怜  
对致命打击的抗争  
有志不在年高  
一次成功就足够  
做自己的主人

第二辑 用乐观的情绪自救

认错并不丢脸  
克尔的坚持  
坚持不懈的收获  
苏珊的帽子  
派蒂，向前跑  
永远和你在一起  
竭尽所能突破现在困境  
自我控制的力量  
让他把话说出来  
我也会送给你一辆这样的车  
讲“仁义”不能“越礼”  
诚实的虚伪  
我要好好活下去  
不要等我吃饭  
苦难是所最好的学校  
在不幸中坚持把牌打下去  
用乐观的情绪自救  
把自己放在一个正确的地方  
造父学驾车的技术  
新开的杂货铺  
宽容与感恩  
冤家和朋友

<<放下是一种幸福/最美文>>

第三辑 绝境中的生者

爱的力量

一个被医生预言可能永远无法走路的人

一切都可能改变

空的彩蛋

内心最重要

失去一条腿的将军

绝境中的生者

不肯永远居于人后的黄慎

坦诚赢得人脉

加温的选择

一个攀岩的女孩

六英尺四英寸

人定胜天

永恒的美德

要承受一切发生的事情

把全部的苦难都赶走

使自己没有时间去忧虑

玫瑰天使

克服自己的缺憾

专注一件事

不要害怕去做那些“做不了的事情”

择优录取的简单方法

第四辑 比金子还贵的那是生命

希望的灯塔

比金子还贵的那是生命

维护尊严

一枚金币的代价

把帽子扔过栅栏

一道最能体现推销员实力的实习题

生存的机会是永远存在的

“现在”就去

高贵的“草叶”

歌唱家的成才路

永不绝望

一直怀有伟大梦想的女孩

努力向前迈进

黑色波浪中的歌声

倾听为你的交际魅力加分

谨慎的马歇尔上将

理智伴他成功

飞上蓝天

一生中偶一为之的作品

不轻易说话的总统

高大的枫树

击进军鼓

搭顺风车的人

<<放下是一种幸福/最美文>>

第五辑 让世界多一点人情味儿

执着梦想

企图“一劳永逸”的齐国人

对应聘者的三次考核

冒险的收获

体面的人

种族歧视不是失败的理由

娱乐就是工作

高级的凯迪拉克

莫忘致谢

学会感动

朝鲜的奥斯特洛夫斯基

让世界多一点人情味

要用气和来交朋友

别把栅栏门带上

认真倾听

米老鼠征服世界

骄傲自负的麦克阿瑟

人生不止一条路

在饥寒交迫中写作

99块金币

顽强地和自身的缺陷抗争

不愿失去宝贵自由的狼

第六辑 别为打翻的牛奶哭泣

把挫折当作学习的机会

为了不让自己后悔而努力

不屈的陶瓷艺术家

戈林和一只顽强的蜜蜂

生命的一课

要变成钢筋铁骨

它正从我的脚背上爬过去

生命中充满种种坎坷

用不着上银行取钱

为尊严而战

心理健康击退癌症

生命良方

学会弹钢琴

在墓地上举行的婚礼

致好心家长的信

抬头挺胸

别为打翻的牛奶哭泣

做生意的目的

追赶太阳的安格斯

永远错过的时机

四个老化的轮胎

不同等级的文明

第七辑 一切都会过去



<<放下是一种幸福/最美文>>

以宽容和怜爱的心情对待世界  
忠于职守  
今天同您玩的是一位苏联小姑娘  
为什么大家不找我看诊  
亲自接待的道理  
一切都会过去  
《思想者》的诞生  
拿破仑最大的失败  
最会挣钱的作家  
死神害怕欢乐  
天下没有白吃的午餐  
机遇垂青于那些有准备的人  
抓住万分之一的机会  
全力投入  
不要轻易下“不可能”的结论  
暴风雨夜的奇遇  
牛奶的回报  
如何才能成为优秀的律师  
一夜升空的超级明星  
带有温暖和鼓励的几个字  
拥有一颗平常心  
“辉煌”的战果  
袖口上的纽扣  
与众不同的钓鱼高手  
趁着今天的大好时光  
立志学武的少年  
作品被撕碎之后

## <<放下是一种幸福/最美文>>

### 章节摘录

6年前，威廉·赫伯特经营着一家服装店。

他虽然过着平凡而又体面的生活，但是这并不是他理想的生活。

他家的房子不大，也没有钱买他们想要的东西。

但他的妻子并没有抱怨，很显然，她只是安于天命而并不幸福。

但赫伯特的内心深处变得越来越不满。

当他意识到爱妻和他的两个孩子并没有过上好日子的时候，心里就感到深深地刺痛。

但是今天，一切都发生了变化。

现在，赫伯特有了一个漂亮的新家。

他和妻子再也不用担心能否送他们的孩子上一所好的大学了，他的妻子在花钱买衣服的时候也不再畏缩了。

明年春天，他们全家都将去澳洲度假。

赫伯特过上了真正的生活。

他说：“这一切的发生，是因为我利用了信念的力量。

6年以前，我听说在底特律有一个经营服装的工作。

那时，我们还住在克利夫兰。

我决定试试，希望能多挣一点钱。

我到达底特律的时间是星期天的早晨，但公司与我面谈还得等到星期一。

晚饭后，我坐在旅馆里静思默想，突然觉得自己是多么的可憎。

‘这到底是为什么？’

‘我问自己，‘失败为什么总属于我呢？’

‘……’赫伯特不知道那天是什么促使他做了这样一件事：他取了一张旅馆的信笺，写下几个他非常熟悉的、在近几年内远远超过他的人的名字。

他们取得了更多的权利和工作职责。

其中两个原是邻近的农场主，现已搬到更好的地区去了；其他两位赫伯特曾经为他们工作过；最后一位则是他的妹夫。

他问自己：什么是这5位朋友拥有的优势呢？

他把自己的智力与他们作了一个比较，他觉得他们并不比自己更聪明。

而他们所受的教育、他们的正直、个人习性等，也并不拥有任何优势。

终于，赫伯特想到了一个成功的因素，即主动性。

赫伯特不得不承认，他的朋友们在这点上胜他一筹。

当时已快深夜3点钟了，但赫伯特的脑子却还十分清醒。

他第一次发现了自己的不足。

他深深地挖掘自己，发现缺少主动性是因为在内心深处，他并不看重自己。

赫伯特坐着度过了一夜，回忆着过去的点点滴滴。

从他记事起，他便缺乏自信心，他发现过去的自己总是在自寻烦恼，自己总对自己说不行，不行，不行！

他总在表现自己的短处，几乎他所做的一切都表现出了这种自我贬低。

于是，他做出了决定：“我一直都把自己当成一个二等公民，从今后，我再也不这样想了。”

第二天上午，赫伯特仍保持着那种自信心。

他暗暗把这次与公司的面谈作为对自己自信心的第一次考验。

在这次面谈以前，赫伯特希望自己有勇气提出比原来工资高750甚至1000美元的要求，但经过这次自我反省后，赫伯特认识到了他的自我价值，因而把这个目标提到了3500美元。

结果，赫伯特达到了目的。

他获得了成功。

P6-8

<<放下是一种幸福/最美文>>

## <<放下是一种幸福/最美文>>

### 后记

本书收集了大量流传中外的名家散文、故事，这些文章从不同方面阐述了心态的力量、人生的真谛、对成功的追求等等，细细品读，它能让每个人都能从中得到了启发。

为了使本书更具完整性和权威性，在编辑本书的过程中，我们利用各种途径查阅了相关的资料，力争为读者奉献出一本最完美的精品文摘。

在我们查阅的资料当中，有一些极好的理论，我们进行了阐述和引用，在此对这些理论的倡导者表示感谢。

此外，由于资料来源广、渠道多，对部分作品我们未能及时联系上作者，我们在此深表歉意，若您的文章被选编后，请及时联系我们，以便及时支付稿酬与邮寄样书。

## <<放下是一种幸福/最美文>>

### 编辑推荐

懂得何时该放弃，何事该放弃，何地该放弃，何人该放弃，乃是人生的第一大智慧。

不争，乃大争。

不争则天下人与之不争。

《放下是一种幸福(最美文)》由郑红峰主编，收集了大量流传中外的名家散文、故事，这些文章从不同方面阐述了心态的力量、人生的真谛、对成功的追求等等，细细品读，它能让每个人都能从中得到了启发。

<<放下是一种幸福/最美文>>

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>