

<<我想學會生活>>

图书基本信息

书名：<<我想學會生活>>

13位ISBN编号：9789573269014

10位ISBN编号：9573269015

出版时间：2012-1-1

出版公司：遠流出版事業股份有限公司

作者：蔡穎卿

页数：128

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>

<<我想學會生活>>

內容概要

2011年蔡穎卿（Bubu）最新著作這本書是我送給自己五十歲的生日禮物。蔡穎卿林白夫人教會我辨識能與不能、勝利與失敗、喜樂與痛苦、勇敢與退怯；我所不懂得，似乎都可以因為一再閱讀與思考而乞答於她。

她把從大海得到的禮物分享給大家，使我們相信，每個人都有在自己生活中沉靜的能力與深呼吸的自由。

- - 蔡穎卿一本即將敲響台灣女性心靈的沉思筆記1955年，遠在西方的林白夫人寫下了世紀經典散文《來自大海的禮物》影響世界無數女性，包括台灣

<<我想學會生活>>

作者簡介

蔡穎卿

1961年生於台東縣成功鎮，成大中文系畢業。

因為最想要當一個「好大人」，所以努力以生活實作、教學分享來接近這個夢想，期待能透過書籍、專欄、部落格及習作，與大家共創安靜、穩定的生活。

著有《媽媽是最初的老師》、《我的工作是我母親》、《在愛裡相遇》、《廚房之歌》、《寫給孩子的工作日記》、《小廚師--我的幸福投資》、《我的兔子朋友》、《漫步生活》。

<<我想學會生活>>

書籍目錄

前言 - - 林白夫人給我的禮物

緣起 - - 從這張圖談這本書

第1章 珍惜

突然之間，我省起了人生有一種無法說明的公平，
是感受與擁有之間微妙的平衡，
因此，這個世界上或許並沒有真正的貧者或真正的富人。

第2章 變動

雖不能說我永遠歡迎變動，
但面對任何變化，
如今我最足夠的經驗就是：永遠不要先心懷恐懼！

第3章 恩典

「我希望生命中能有大半的時間活在上天的恩典裡。
」
不要忘記這句話的主詞是「我」：
恩典的生活是從幫助自己開始的。

第4章 付出

我喜歡這樣連結「付出」與「熱情」的關係：
想想老式腳踏車的照路燈，
我們的付出是摩擦力，
引發的熱情照亮了自己與他人的生活。

第5章 牢籠

牢籠的掙脫有時並不在用力撐開出口的框限，
而是適時地側身，縮小原本不需如此巨大的自我。

我們可以在籠內定睛於困擾自己的欄架，
也可以從欄與欄的當中眺望遠處。

第6章 平衡

「生活平衡」帶來一種最美好的結果就是「和諧」--
心靈的和諧與生活品質的和諧是可以並行的；
而和諧更使日子充滿微風吹動的美感.....

第7章 創作

我們無法靠著不斷搜集資料來模仿或複製生活，
有質地的學習過程必須是動腦筋與再創造；
於是生活才有了自己的味道。

第8章 複雜

我們的複雜絕不是來自外在的多元，
而是失去對於生活價值的共識；
一個少了堅強信念維繫的世界，
必然會不斷複製憂慮使生活產生複雜的外表與內在。

<<我想學會生活>>

第9章 溝通

我但願與任何人溝通時
能經常想到自己省思中的四個節制：
好好聽別人說話，說真正想說的話，
說有禮貌的話，不說本來不想說的話。

第10章 捨棄

在人際互動中，我不是捨棄一種關係的價值，
而是不能不捨棄它既定的維護方式。

第11章 錯覺

我們一直以為有一個更可愛的「自己」
還停留在愛情或婚姻關係的起點，
可供我們回頭去把他或她「找回來」，
虛幻的感覺不斷對比出現實生活裡的不完整，
但我們其實是可以與過去同樣完整甚至是更完整的。

第12章 快樂

我看到所有的快樂都是前進的，
在時間的巨流中接受自然的改變，
踩著實步、哼著輕歌，一路向前！

跋 - - 值得修改的人生

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>