第一图书网, tushu007.com

<<再见，向你的杂乱人生告别>>

图书基本信息

书名：<<再见，向你的杂乱人生告别>>

13位ISBN编号：9789862724095

10位ISBN编号：9862724099

出版时间：2013-7-11

出版时间：商周出版

作者：布魯克斯．帕瑪

译者：威治

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

内容概要

讓我們活在雜亂中的許多捨不得，其實都來自於你的心
放下心中不需要的人事物，才是你快樂的開始
再見，向你的雜亂人生告別
很多時候，我們都試圖讓雜亂遠離自己，卻往往事與願違。

成堆發霉的箱子、櫃檯上以及桌上堆滿了報告或是各種雜物、我們看了就討厭卻又不甘心就這樣丟棄的沙發、衣服滿到關不著的衣櫥、三年內都不想再打開的儲藏室，塞的密密麻麻，亂到不行的抽屜與櫥櫃…
這些雜亂，並不是因為我們真的懶得去整理或丟棄，而是因為我們的內心使然。

有些人的雜亂是別人帶給他的困擾而造成的，而且這個問題也輕易的就能延伸到其他的狀況之中，與他人的人際關係常常是造成雜亂的原因所在。
有些人會帶來一些他們收到的禮物，說道：「別人送這些東西給他，但他不喜歡，卻也無法就這樣把它們通通丟掉。
」他們擔心把這些他們不想要的禮物通通丟掉會讓對方覺得不快，或是在某種程度上不尊重彼此的關係。
這層發自於內心的恐懼變成了一種雜亂，因為這妨害了這個禮物的受贈者以及贈送者之間的關係。

也有些人會說家具或是其他他們從某個已故的親戚那邊繼承而來的物品讓他們有壓迫感，但同時又對於擺脫已故親人帶給他們的雜亂有著深深的罪惡感。

以上種種狀況，其實我們可以很清楚的看出來，什麼要留，什麼要丟的問題其實是很複雜且微妙的，不是僅僅按照某個人的意見就可以做出決定的事情。
真正的雜亂常常是基於人們對某人的對立情緒所造成的。
他們只是想知道，要怎麼樣才能讓這份情緒獲得紓緩罷了。

因此，本書將深刻的探究我們在人際關係上的本質——我們跟自己的連結，以及我們在生活中與他人的連結，以及雜亂如何干涉、扭曲並且損害這些連結，這種種的內在侵擾就是雜亂的根源。
這本書闡釋了當我們的心涉入了這些人際關係上的雜亂，並且忽略了那份從人際關係而來的連結與喜悅時，究竟發生了什麼事。
一旦意識到這件難以捉摸的問題，就可以減少這份干擾著我們的雜亂，因此，我們就可以再次享受人際關係所帶給我們的愉悅，進而讓自己的內心更加自由。

清除這內心的雜亂，比起丟掉那些身外之物的意義要深邃的多，因為我們心中最大的愉悅必定是來自於與他人的連結關係。
釐清它，你的人生將更有意義！

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