

<<想得开才能放得下>>

图书基本信息

书名：<<想得开才能放得下>>

13位ISBN编号：9787506451024

10位ISBN编号：7506451026

出版时间：2009-1

出版时间：中国纺织出版社

作者：江城子 编著

页数：240

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>

<<想得开才能放得下>>

前言

当我们的心头布满阴霾时，如何云开雾散？

当我们被各种压力压迫得步履维艰时，如何让脚步轻舞飞扬？

有智者在我们耳边一再告诫：放下，放下，放下就是快乐，放下就是幸福！

但，问题是：我们放不下。

二十岁多时，杜鹃失恋了。

她很痛苦，因为她无法放下这段感情也无力去挽回。

她觉得自己付出太多，不应该是一个这样的结局。

一个长者开导她：“想象一下：在对方不爱你的情况之下，你们结婚，你们生子，你们厮守一辈子，他不爱你，而你也不会再爱他——你光支付‘爱币’却没有回报，很快就会因情感透支而无力继续支付。

要是没有趁早分手的话，形同陌路的你们发展下去将是一个多么大的人生悲剧！

所以，你应该感谢现在的失恋。

”杜鹃想想，也是。

和一个不爱自己的人生活一辈子，真是一种钝刀割肉般的酷刑，要比失恋难受一万倍。

这样的感情，越早结束对自己越有利。

杜鹃想开了，心头郁结的气就散了，先前觉得放下会伤筋断骨、连血带肉的痛也消失了。

她坦然地放下这段感情，潇洒地和往事告别，神清气爽地踏上了新的旅途。

原来，人之所以“放不下”，是因为“想不开”。

一个人欲放得下，一定得先想得开。

而如何“想”，则要看各自的功力。

例如对于失恋，有的人认为是“和自己深爱的人分手”，而有的人则理解成“和不爱自己的人分手”。

两者之间谁更容易想开，谁更放得下，不言自明。

再说事业，有的人经历了九九八十一难，却始终不见成功的曙光。

不是说一分耕耘一分收获吗？

为什么我这么勤奋的耕耘却换不回一点点收获？

命苦啊，老天不长眼呀……人在不知不觉中坠入痛苦的泥淖，不能自拔。

能放下那些失败的过去吗？

当然能，不过你必须学会换个视角想开些。

爱迪生当年发明白炽灯时，灯丝的材料实验了数千种材质都不理想。

对于每一次的失败，他都想得很开：“我又发现了一种不适合做灯丝的材料了！”

发现一种走不通的路，难道不是一种进步吗？

经历一次失败，难道不是一种增长见识吗？

就算所有的努力白费，全部的付出泡汤，我们也没有必要沉溺在痛苦之中。

以色列第二个王——大卫王的孩子得了重病，他为这孩子的病恳求神的宽恕而开始禁食。

大卫王把自己关在内室里，白天黑夜都躺在地上。

他希望用这种方法求得天神的原谅，降福于他的孩子。

然而，在大卫王的“苦肉计”进行到第七天时，患病的孩子终于死去了。

大卫王的臣仆都不敢告诉他孩子的死讯。

大卫王见臣仆们彼此低声说话、神色戚戚的样子，就知道孩子死了。

于是他问臣仆们说：“孩子死了么？”

”臣仆们不敢撒谎，只得如实回答：“死了。”

”大卫王听了孩子的死讯，就从地上起来，沐浴后抹上香膏，又换了衣服，吩咐人摆上饭菜，大口大口地吃了起来。

大卫王对着疑惑不解的臣仆们说：“孩子还活着的时候，我不吃不喝，哭泣不已，是因为我想到也许

<<想得开才能放得下>>

天神耶和華會憐恤我，说不定還有希望不讓我的孩子死去；如今孩子都死了，怎麼也无法復活了，我又何必繼續禁食、哭泣來折磨自己呢？

我怎麼做都不能使死去的孩子返回來了！

”當悲劇已成定局，我們也得如大衛王一樣想得開：我努力過了，奮鬥過了，爭取過了，我已經沒有任何在精神或肉體上虐待自己的理由，因為任何的抗爭與悲傷都無濟於事。

既然無濟於事，那麼不如善待自己，過好自己的每一天。

天使之所以能夠飛翔，是因為他們有著輕盈的人生态度。

如果我們能將感情、事業、生死的事情想開一點，那麼我們會發現我們其實有很多該放下卻未放下的東西。

這些東西，妨礙了我們愉悅的心情，讓我們變成一個常常連自己都覺得可憐的人。

想開點，放下些。

想開、放下是一種有彈性的生活方式。

一個想得開的人，不僅放得下，而且挺得住。

這樣說來，想得開真是一枚開心果、一粒解煩丹、一道歡喜禪。

<<想得开才能放得下>>

内容概要

人之所以“放不下”，是因为“想不开”。

一个人欲放得下，一定得先想得开。

而如何“想”，则要看各自的功力。

例如对于失恋，有的人认为是“和自己深爱的人分手”，而有的人则理解成“和不爱自己的人分手”

。两者之间谁更容易想开，谁更放得下，不言自明。

再说事业，有的人经历了九九八十一难，却始终不见成功的曙光。

不是说一分、耕耘一分收获吗？

为什么我这么勤奋的耕耘却换不回一点点收获？

命苦啊，老天不长眼呀……人在不知不觉中坠入痛苦的泥淖，不能自拔。

能放下那些失败的过去吗？

当然能，不过你必须学会换个视角想开些。

爱迪生当年发明白炽灯时，灯丝的材料实验了数千种材质都不理想。

对于每一次的失败，他都想得很开：“我又发现了一种不适合做灯丝的材料了！”

发现一种走不通的路，难道不是一种进步吗？

经历一次失败，难道不是一种增长见识吗？

<<想得开才能放得下>>

书籍目录

第一章 人生三苦的咏叹调 得失本是糊涂账 享受现在的拥有 莫等失去再后悔 专业找碴子的人 幸福并不都相似 人生痛苦的陷阱 追求幸福的障碍 似金圣叹般快活 如李叔同般享受第二章 别让成功成为负累 有一种负累叫成功 到底什么才叫成功 只为幸福设计成功 传说中的成功人士 莫让金钱主宰心情 攀比是一味剧毒药 不如坐下来喝杯茶 平凡工作也有意义第三章 哪里的天空不下雨 起居室里的露营 困境如草原之火 食指：相信未来 没有什么大问题 有趣的征兵广告 滑铁卢的裁纸刀 一辆新车的奇遇 等待失明的痛苦 伤害造成别再揭 不能流泪就微笑 给自己一点心理补偿 奇妙的替代定律 两个幸存者的故事 我们可以从头再来 超越使生活余味悠长第四章 要是换一个角度呢 三个人眼里的蜘蛛 一对双胞胎的差别 有点口吃的韦尔奇 疼痛也值得庆幸 不要开错了窗 事物的两面性 错过也是一种美丽 向坏心情说拜拜第五章 当不公平从天而降 付出就一定有回报吗 是心不平还是事不平 梨子树的启示 站到别人的立场想一想 抛弃狭隘的公平 带着感恩上路 变生气为争气 如果受伤的总是你第六章 返璞归真中的大自在 等等灵魂 做裸心安草 多余的忧虑 何必“杞人忧天” 摆脱忧虑的万灵公式 多向儿童学习 简化你的生活 像庄子一样逍遥 扫除堆积心灵的垃圾 少事是福，多心为祸 平静与平安就是幸福第七章 自得其乐里的真快活 快乐的钥匙在谁手里 爱默生的快乐态度 留一份欢喜给自己 数数你拥有的幸福 快乐可以很简单 一万个开心的理由 生活的优雅与独处 莫奢望成为万人迷 一笑而过的淡定 勇敢地说“不” 用幽默自我解脱第八章 谦卑处世，低调做人 谦逊的人受伤少 卸下面子的包袱 别人没那么在意你 坦陈自己的不足 认错何尝不体面 用低调化解嫉妒 少出头，多自由第九章 化敌为友的妙处 仇恨就像垃圾一样 走出心灵的监狱 让伤心随风而去 你赢了又怎么样呢 何苦两败俱伤 想要和解很容易 把敌人变成朋友 民国时期的名人轶事第十章 有一种拥有叫舍得 人生只在取舍之间 得失之间如何取舍 舍得的本质是珍惜 荣辱不惊，顺其自然 贪婪是灾祸的根源 虚名也不要贪 放弃多多益善的想法 把吃亏当成你的福气 人生不需要太多的行李第十一章 幽默是一道欢喜禅 你微笑，世界也会对你笑 幽默宣扬的是豁达与雅量 幽默究竟有趣在哪里 幽默与人际关系 化解敌意的最佳选择 把幽默带回你的家 没有幽默细胞怎么办 当代文化名人的幽默第十二章 明白到极致是什么样 人为什么活得很累 看似糊涂其实很高明 何苦精明，难得糊涂 有点愚蠢又何妨 装傻是一种顶级心术 一分糊涂，一分洒脱 谁说健忘不是一种福 莫拿着显微镜交朋友 有一种明白叫糊涂

<<想得开才能放得下>>

章节摘录

第一章 人生三苦的咏叹调得失本是糊涂账俄国文学家托尔斯泰云：不幸的家庭各有各的不幸。把这句话套用在作为个体的人身上也非常贴切：不幸的个人各有各的不幸。不过，归纳起来，人的不幸大部分源于“得失”二字：想要得到某些东西，但却得不到，于是愤恨、嫉妒、气急败坏等各种情绪便出现了。

抑或是你不想失去什么，却偏偏失去了，于是就变得沮丧、挫折、怨天尤人。

一个人既忧心于得不到所要的东西，又悔恨于所失去已经拥有的，再加上担心可能将要失去的东西。得失之间，内心忐忑，岂能不苦？

一对经常吵嘴的夫妻，有一天一起出游，经过一个小湖。

太太看到湖上两只鹅恩爱地相互依偎在一起，就感慨地说：“你看，他们多恩爱呀！”

丈夫听了，一声不吭。

到了下午，这对夫妻回家时，又经过那小湖，依然看见那对鹅在湖面上卿卿我我，真是令人羡慕！

此时，妻子又开口了：“你要是能像那只公鹅一样体贴温柔，那就好了。”

“是啊！”

我也希望如此啊！

先生指着湖面上的那一对鹅说：“不过，你有没有看清楚，现在那只母鹅，并不是早上那一只哦！”

俗话说：“有一好，就没两好。”

“蜡烛不可能两头烧，甘蔗不可能两头甜。”

得到娇妻是得吧，但你在得到的同时，意味着要失去单身时代的无拘无束。

而且，当你找了一个会持家的人，她对你的某些嗜好也可能“精打细算”；而当你找了一个懂得浪漫情趣的人，免不了她也可能对别人浪漫体贴。

<<想得开才能放得下>>

编辑推荐

《想得开才能放得下》由中国纺织出版社出版。

天使之所以能够飞翔，是因为他们有着轻盈的人生态度。

如果我们能将感情、事业、生死的事情想开一点，那么我们会发现我们其实有很多该放下却未放下的东西。

这些东西，妨碍了我们愉悦的心情，让我们变成一个常常连自己都觉得可怜的人。

想开点，放下些。

想开、放下是一种有弹性的生活方式。

一个想得开的人，不仅放得下，而且挺得住。

这样说来，想得开真是一枚开心果、一粒解烦丹、一道欢喜禅。

<<想得开才能放得下>>

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>