

## <<适度的艺术>>

### 图书基本信息

书名：<<适度的艺术>>

13位ISBN编号：9787511307590

10位ISBN编号：7511307590

出版时间：2011-4

出版时间：中国华侨出版社

作者：张易山

页数：269

字数：210000

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>

## &lt;&lt;适度的艺术&gt;&gt;

## 前言

有个成语叫过犹不及，意思是说事情做得过火就和做得不够一样，都是不好的；还有个成语叫适可而止，意思是说做事做到了适当的程度就可以了。

其实，这两个成语都说明了一个意思，做事要有度。

凡事有度才有衡量和制约的标准。

交往要适度。

人与人相处，难免会产生利益上的冲突与摩擦，关键在于用什么样的心态来面对。

如果斤斤计较、得理不饶人，那么他们的矛盾就有可能进一步升级；相反，如果宽宏大量，礼让别人，那么他们就会化干戈为玉帛、握手言和。

只有那些心胸宽阔的人才能够和别人友好相处，所以做人心态要适度。

言语要适度。

在与别人交流的过程中，有的人为了自己一吐为快，根本不顾及旁人的感受，无意之中讲了一些伤及别人自尊的话语，说了一些不公正的言论。

等到事后自己恍然大悟的时候，悔之晚矣。

如果自己在讲话的时候，言语恳切，点到为止，言简意赅，一语中的，那么就不会恶语伤人，所以讲话要适度。

工作要适度。

上班一族为了工作而奔波忙碌，早出晚归，有时饮食还没有规律。

整天不是为业绩的提升而绞尽脑汁，就是为自己的前途而忧心忡忡。

工作的压力有时会让你喘不过气来。

人非机器，不能一天24小时高效运作，该休息的时候就要适当休息。

身体是革命的本钱，如果因工作把身体累垮，患上脊椎病等各种职业病，那将是得不偿失的。

所以工作时要心无旁骛，一心一意，休息时要心无杂念，抓紧放松。

只有这样生活才会张弛有度，所以说工作要适度。

欲望要适度。

人的一辈子会有功名利禄等形形色色的追求。

如果一个人太贪心，就会整日沉溺于花天酒地之中，被无谓的名利所羁绊，被无聊的世俗所围绕。

要想活得简单轻松，就必须淡看名利，追求平淡的生活。

世人只知道拥有名利地位是令人快乐的事，却不知道淡忘名利地位的快乐才是真正的快乐；世人只知道挨饿受冻是令人忧虑的事情，却不知道不愁吃不愁穿但精神上有某种痛苦才是真正的痛苦，所以说

追求要适度。

选择要适度。

人生难免起起伏伏，在人生的十字路口，只有懂得进退，审时度势，才可以做出明智之举。

如果总是优柔寡断，徘徊不定，迟迟难下定论，那么机会便会擦肩而过。

机不可失，时不再来，即使扼腕痛惜也是无济于事。

鱼和熊掌不能兼得，任何事情必须有所舍弃。

聪明之人会根据个人喜好当机立断，果断抉择，所以舍弃要适度。

交友要适度。

一个人的事业能否成功，除了他持之以恒的不懈努力外，周围人脉的力量也发挥着意想不到的作用。

所以为了事业，多多结交有识之士，会对他的一生产生不可估量的影响。

然而与别人交往，并不是只要见面便是朋友，有的人是酒肉朋友，有的人是为了自己的私人小利才去交往的，只要能达到自己的目的便六亲不认。

知人知面不知心，画人画虎难画骨，所以交友要适度。

舍得要适度。

老子说：“五色令人目盲；五音令人耳聋；五味令人口爽；驰骋畋猎令人心发狂；难得之货令人行妨。

。

## <<适度的艺术>>

”面对林林总总的诱惑，很多人迷失了方向，将宝贵的时间浪费在无谓的追求中；很多人背上了沉重的包袱，让年轻的人生承担了过多的重任。

只有审时度势后纠正方向，深思熟虑后卸下包袱，才会拥有甩掉包袱后的轻松自在，重新享受先前难得的快乐，所以选择要适度。

综上所述，做人要适度。

只有真正践行于实际，方可收获美满的人生。

## <<适度的艺术>>

### 内容概要

交往要适度。

人与人相处，难免会产生利益上的冲突与摩擦，关键在于用什么样的心态来面对。

如果斤斤计较、得理不饶人，那么他们的矛盾就有可能进一步升级；相反，如果宽宏大量，礼让别人，那么他们就会化干戈为玉帛、握手言和。

只有那些心胸宽阔的人才能够和别人友好相处，所以做人心态要适度。

言语要适度。

在与别人交流的过程中，有的人为了自己一吐为快，根本不顾及旁人的感受，无意之中讲了一些伤及别人自尊的话语，说了一些不公正的言论。

等到事后自己恍然大悟的时候，悔之晚矣。

如果自己在讲话的时候，言语恳切，点到为止，言简意赅，一语中的，那么就不会恶语伤人，所以讲话要适度。

工作要适度。

上班一族为了工作而奔波忙碌，早出晚归，有时饮食还没有规律。

整天不是为业绩的提升而绞尽脑汁，就是为自己的前途而忧心忡忡。

工作的压力有时会让自己喘不过气来。

人非机器，不能一天24小时高效运作，该休息的时候就要适当休息。

身体是革命的本钱，如果因工作把身体累垮，患上脊椎病等各种职业病，那将是得不偿失的。

## <<适度的艺术>>

### 书籍目录

#### 第一章 人际交往有学问，未可全抛一片心

##### ——交往要适度

- 1.对待仇恨能放下就放下
- 2.把更宽阔的路留给他人
- 3.尊敬他人换回双倍的尊重
- 4.心胸之广，甚于海洋
- 5.有投入才有回报
- 6.谦卑受益无穷，得意招致祸端，
- 7.眼前吃亏，事后得福
- 8.忍痛割舍，别因小失大
- 9.低调行事，不要急于暴露想法
- 10.容忍有度，事不过三
- 11.含蓄做人，过于直白易吃亏
- 12.赠人玫瑰，手有余香
- 13.能屈能伸，学会忍耐
- 14.方圆人生，灵活应变
- 15.乐对挫折，笑看不幸

#### 第二章 说该说的话，不逞口舌之快

##### ——言语要适度

- 1.话不说绝，留有回旋余地
- 2.言多必失，尽量少说多听
- 3.谨言慎行，防止祸从口出
- 4.善于聆听，用心领会言外之意
- 5.分清场合，看清对象再说话
- 6.把握分寸，注意说话禁忌
- 7.难得糊涂，过于聪明招祸端
- 8.面对非议，淡然待之会更好
- 9.适时沉默，说了不如不说
- 10.放低姿态，躲开众人的矛头
- 11.委婉说话，恰到好处最佳
- 12.一语中的，说话抓住要害

#### 第三章 健康工作都重要，劳逸结合是关键

##### ——工作要适度

.....

#### 第四章 功名利禄如烟云，欲望太过终害人

##### ——欲望要适度

#### 第五章 把握进退尺度，成败在于选择

##### ——选择要适度

#### 第六章 结交真正的朋友，滥交害人害己

##### ——交友要适度

#### 第七章 懂得放手，学会舍得

##### ——舍得要适度

## &lt;&lt;适度的艺术&gt;&gt;

## 章节摘录

2.把更宽阔的路留给他人 发生利益冲突的时候,有的人会坚决维护自己的小利益,不愿意做出任何让步;有的人则甘愿牺牲自己、委屈自己而换来难得的共赢局面。

那种甘愿牺牲的精神是值得发扬光大的。

在一个校园里有一片柿林,每当柿子成熟时,总是挂满又大又甜的柿子,它们沉甸甸的,都快将树枝压弯了。

尽管学校明文规定“未经管理人员许可,不得私自进入园内采摘果实”,但还是有不少学生违背校规,抓住机会偷几个柿子解解馋。

那是一个周末的夜晚,明月高照。

学生们刚刚上完自习课,整个教学楼的灯都给熄灭了。

有三个住校的学生觉得柿林的管理人员应该回家了,于是他们便想乘着这个机会偷柿子解馋。

他们三人找来了手电筒,进行了明确的分工。

经过商量,他们决定三人中间,一人在园外负责看人,一人上树摘柿子,一人在树下接柿子。

于是他们便紧急行动,不到一会儿他们便装满了一包柿子。

就在大家洋洋自得的同时,突然那位放风的学生喊道:“管理人员来了,大家赶紧走!”

树上的学生一听,觉得大事不妙,赶快从树上往下滑。

然而这时守柿林的老者已经赶到,正好逮住他们。

就在他们惶恐不安的同时,让他们惊讶的是那位老者缓缓地用手电照在树上,告诉在树上的学生别着急,下来时要注意安全。

当他们三人站在老者对面的时候,他们面红耳赤,解释道:“我们想吃柿子,于是就想摘几个。”

没想到那位老者竟然没有斥责他们,他说道:“大家想吃柿子和我说一声,晚上摘柿子多危险。”

这三个人心里清楚,他们的学校向来纪律严明,赏罚分明。

如果这次他们被学校通报,将来就会影响他们的毕业。

而且不久他们将要毕业,如果这事让学校知道,他们的下场可想而知。

就在他们在这里周旋的时候,校方的两个值勤人员听到响声赶到了。

这事要是让他们知道,那等待他们的肯定是严厉的处分。

只见他们手里拿着电筒,一个还拿着违规学生登记本,严肃地询问:“究竟发生了什么事?”

是不是有人在偷柿子?

叫什么名字?

让学生意外的是,老者抢在他们前面说道:“今晚闲着想吃柿子,就叫了三个刚下自习的学生帮我摘几个尝尝。”

“不可能吧?”

摘几个柿子用得着几个包吗?

肯定是你有私心,想拿到校外去卖。

“值勤的人不怀好意地说。”

“不信你可以问问他们啊!”

“老者平静地说。”

于是他们异口同声帮老者圆谎,值勤的人悻悻然走了。

老者说:“孩子,回去吧,以后可别犯错误,前途要紧!”

“后来,老者的身影消失在了校园里。”

原来学校认为老者私自在夜里偷学校的柿子到外面卖,被学校辞退了。

正是老者的谅解让三个学生免于受到处分。

如果老人向校方如实坦白,他不会丢掉自己的工作。

而受处分的将是三个涉世未深的学生,他们将会因一时的冲动付出惨重的代价。

老人用牺牲自己来换三位学生的前途,他的品德实在是让人钦佩不已,他的义举实在是让人感动不已。

。

## <<适度的艺术>>

现实中能够像老人那样牺牲自己来为别人铺路的人寥寥无几。

在大多数人的眼中，他们更加重视的是自己的个人利益。

一旦公众利益和自己的私人小利发生冲突，他们会坚决维护自己的利益，根本不愿意考虑别人。

“人不为己，天诛地灭”便形象地说明了这一现象。

可是社会中也不乏那种舍生救人的英雄的存在。

一个大一班的学生在一次郊游途中，在长江边上发现了两个在水中挣扎的男孩。

为了拯救这两位落水男孩，十几位学生决定手拉手，将在水中的男孩救出。

可是不幸的是由于水中淤泥很多，当他们救出男孩的时候，他们用手拉成的生命线一下子断了，他们顿时都掉进了深水中。

幸亏有三位临时赶来的会水的大人及时把好几个学生救了上来。

然而由于时间太紧，依然有三位花季少年献出了他们年仅十八岁的生命。

十八岁，对于人生而言，是人生最美好的时光，是一生最宝贵的年华。

可是那三位可亲可敬的少年却把自己的生命献给了他人。

在两位落水儿童在水中呼喊救命的时候，他们首先想到的便是不顾自己个人安危，如何去救落水的儿童。

且不提他们救人的方法是否科学，单单是他们那种甘愿牺牲的精神就难能可贵，这种精神应该成为这个时代中青年一代承担建设祖国重任的主旋律。

“当个人利益和集体利益发生矛盾的时候，要把集体利益放在第一位，要去牺牲个人利益来保全集体利益。

”这是上学时候政治课本里经常提及的一句话。

三位少年用自己的实践来证明了自己的价值。

他们的品德是高尚的，他们的精神是永存的。

## <<适度的艺术>>

### 编辑推荐

《适度的艺术》：现用现查随手翻阅的智慧书人际交往有学问，未可全抛一片心——交往要适度说该说的话，不逞口舌之快——言语要适度健康工作都重要，劳逸结合是关键——工作适度功名利禄如烟云，欲望太过终害人——欲望要适度把握进退尺度，成败在于选择——选择要适度结交真正的朋友，滥交害人害己——交友要适度懂得放手，学会舍得——舍得要适度花至半开色正浓，酒至微醉境最佳。

话不说绝，事不做绝，凡事该放就放；进退有度，过犹不及，遇事三思而行。

己所不欲，勿施于人。

——《论语》日中则昃，月满则亏；盛极必衰，物极必反。



<<适度的艺术>>

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>