

舍与得的人生经营课 (2) : 幸福, 从内心强大开始



[舍与得的人生经营课 \(2\) : 幸福, 从内心强大开始](#) [下载链接1](#)

著者:赵丽荣 著

[舍与得的人生经营课 \(2\) : 幸福, 从内心强大开始](#) [下载链接1](#)

标签

评论

便宜实惠, 网上买方便

东西很好，非常不错，物流很快

看了这书，能使自己对生活的态度有了重新的认识。

快递还行，书还没有看完。具体等看了再说

很不错的书，快递给力，正版书

收到书，包装没有破损，很好，谢谢！

书的内容非常丰富，值得信赖！

书不错。。京东的快递很不错.。赞一个。

东西非常的好，送货也非常的快

是正版，值得购买。送货速度非常快

书不错送人的 包装次了点

是正版哦，当天就收到货了。

还不错的书，有帮助自己提高

不知道好不好，还没看呢

多那个号书看是好事'谢谢

送货及时，一本值得一看的书

非常不错值得购买！！！

不错 挺好的 还没看

不错，性价比高！！！

好哈好哈好哈好哈好哈

书还没有看呢！

值得一看的好书

不错。。。,

值，刚开始看

一次过买太多了还没来得及看完，慢慢看以后再说吧！

真心不错！！价格实惠！很有用

送货速度快，一本值得一看的好书

给侄女买的，物流服务满意

改变自己的心情，调整心态

好好好好好

好看的好

正版的

不咋地，建议别买。。。。。

舍得是一种智慧，它启迪你：放得下，才能轻装前行走得更远；内心强大是一种力量，它鼓舞你：在困顿中看到机会，即使遭受挫折也决不放弃希望；决不放弃希望是一种信念，它告诉你：坚持到底，前路将是一片阳光！幸福不是别人给的，是自己争取来的，任何人的爱都只是生命的附加品，而不是生命的源头。人生得失去留，我们都不必为之所动，因为只要内心足够强大，自己就能给予自己幸福。

心理励志通俗读物中的经典。世界如此纷繁复杂，人心更是容易浮躁、迷惘。在得到的惊喜之余，我们也在经历失去的苦涩。在得与失之间要做出正确的选择，是一件非常艰难而痛苦的事情，所以需要我们内心强大，不过分计较得失，用“看开、放下、平和、淡然”的良好心态来面对。“舍与得”是人生的重要课题，只有真正把握好舍与得的尺度，才能更好地善待自己，才能敲开真正适合自己的成功之门，获得幸福的人生。

《舍与得的人生经营课2:幸福,从内心强大开始》，多了一份沉淀，毕竟四年了，四年磨一剑，请允许我这样疏狂一次吧。四年，如果够细腻，足以让一个人成熟起来，我深信我可以，因为我有着文字工作者天生的敏感，没有什么感触能逃得过我的眼睛，躲得过我的心灵，只要我能捕捉到的，我都已经采撷于心。可以算是心理励志通俗读物中的经典之作。世界如此纷繁复杂，人心更是容易浮躁、迷惘。在得到的惊喜之余，我们也在经历失去的苦涩。在得与失之间要做出正确的选择，是一件非常艰难而痛苦的事情，所以需要我们内心强大，不过分计较得失，用“看开、放下、平和、淡然”的良好心态来面对。“舍与得”是人生的重要课题，只有真正把握好舍与得的尺度，才能更好地善待自己，才能敲开真正适合自己的成功之门，获得幸福的人生。

《舍与得的人生经营课2:幸福,从内心强大开始》编辑推荐：舍得是一种智慧，它启迪你：放得下，才能轻装前行走得更远；内心强大是一种力量，它鼓舞你：在困顿中看到机会，即使遭受挫折也决不放弃希望；决不放弃希望是一种信念，它告诉你：坚持到底，前路将是一片阳光！幸福不是别人给的，是自己争取来的，任何人的爱都只是生命的附加品，而不是生命的源头。人生得失去留，我们都不必为之所动，因为只要内心足够强大，自己就能给予自己幸福。

“[ZZ]的书写的不错,对买者的用处比较大,[SM]是朋友推荐的,值得一读,京东商城的配送速度也很快,头天上午订购,第二天就送达了,快递的服务态度也不错,都和快递人员搞的很熟了,每次来都非常热情.读书是一个很好的习惯,不能丢了,电脑看书是替代不了纸质书籍的.读书养性,读书可以陶冶自己的性情,使自己温文尔雅,具有书卷气;读书破万卷,下笔如有神,多读书可以提高写作能力,写文章就才思敏捷;旧书不厌百回读,熟读深思子自知,读书可以提高理解能力,只要熟读深思,你就可以知道其中的道理了;读书可以使自己的知识得到积累,君子学以聚之.总之,爱好读书是好事.让我们都来读书吧。[QY],一本书多读几次, [SZ]。高尔基曾说：“书是人类进步的阶梯。”的确,看一本好书就像在和一个高尚的人谈话,书在每个地方,每个时代都有着重要的地位,包含着无穷无尽的知识。

“一个家庭没有书，就等于一间房子没有窗子。”可想而知书在日常生活中的重要性。它像一束阳光，一扇风景。不仅可以提高我们的生活情趣，而且，使生活变得更加丰富多彩，有声有色。我们通过读书丰富知识，增长见识，让生活过得更充实，更有意义。在书中我们可以学习许多小窍门，解决生活中遇到的小难点。

几百上千年前的古人已经知道了读书的好处，有许多热爱读书的故事都流传至今，其中王羲之的故事非常值得我们深思相传。一天中午，王羲之正在读书，书童送来馍馍和蒜泥，他因为看书入了迷，竟拿着一块馍沾了墨汁就往嘴里送，错把墨汁当蒜泥吃了，还说：“今天的蒜泥真香啊！”

通过这个故事，我深深体会到了读书的重要性，前人能做到读书废寝忘食的地步，为后人留下了许多宝贵的知识，财富，我们有什么不好好读书而沉迷于游戏，电视？与他们相比我们不感到惭愧吗？[NRJJ]

舍与得的人生经营课 (2) 幸福，从内心强大开始很满意，会继续购买印刷精致得很工作之余，人们或楚河汉界运筹帷幄，或轻歌曼舞享受生活，而我则喜欢翻翻书、读读报，一个人沉浸在笔墨飘香的世界里，跟智者神游，与慧者交流，不知有汉，无论魏晋，醉在其中。我是一个穷书生，尽管在学校工作了二十五年，但是工资却不好意思示人。当我教训调皮捣蛋的女儿外孙子们时，时常被他们反问：你老深更半夜了，还在写作看书，可工资却不到两千！常常被他们噎得无话可说。当教师的我这一生注定与清贫相伴，惟一好处是有双休息日，在属于我的假期里悠哉游哉于书香之中，这也许是许多书外之人难以领略的惬意。好了，废话不多说。还可以，和印象里的有一点点区别，可能是我记错了书比我想的要厚很多，就是字有点小，不过挺实惠的，很满意！书非常好，正版的，非常值，快递也给力，必须给好评，就是感觉包装有点简陋啊哈哈不过书很好，看了下内容也都很不错，快递也很给力，东西很好物流速度也很快，和照片描述的也一样，给个满分吧下次还会来买！好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的五个一工程奖，我们期待看到更多网络文学作品的入选。据说，2011年8月24日，京东与支付宝合作到期。官方公告显示，京东商城已经全面停用支付宝，除了无法使用支付服务外，使用支付宝账号登录的功能也一并被停用。京东商城创始人刘先生5月份曾表示京东弃用支付宝原因是支付宝的费率太贵，为快钱等公司的4倍。在弃支付宝而去之后，京东商城转投银联怀抱。这点我很喜欢，因为支付宝我从来就不用，用起来也很麻烦的。好了，现在给大家介绍三本好书古拉格一部历史在这部受到普遍称赞的权威性著作中，安妮·阿普尔鲍姆第一次对古拉格——一个大批关押了成百上千万政治犯和刑事犯的集中营——进行了完全纪实性的描述，从它在俄国革命中的起源，到斯大林治下的扩张，再到公开性时代的瓦解。阿普尔鲍姆深刻地再现了劳改营生活的本质并且将其与苏联的宏观历史联系起来。古拉格一部历史之后立即被认为是一部人们期待已久的里程碑式的学术著作，对于任何一个希望了解二十世纪历史的人来说，它都是一本必读书。厌倦了工作中的枯燥忙碌吃腻了生活中的寻常美味那就亲手

在书店看上了这本书一直想买可惜太贵又不打折，回家决定上京东看看，果然有折扣。毫不犹豫的买下了，京东速度果然非常快的，从配货到送货也很具体，快递非常好，很快收到书了。书的包装非常好，没有拆开过，非常新，可以说无论自己阅读家人阅读，收藏还是送人都特别有面子的说，特别精美；各种十分美好虽然看着书本看着相对简单，但也不遑多让，塑封都很完整封面和封底的设计、绘图都十分好画让我觉得十分细腻具有收藏价值。书的封套非常精致推荐大家购买。

打开书本，书装帧精美，纸张很干净，文字排版看起来非常舒服非常的惊喜，让人看得欲罢不能，每每捧起这本书的时候似乎能够感觉到作者毫无保留的把作品呈现在我面前。

作业深入浅出的写作手法能让本人犹如身临其境一般，好似一杯美式咖啡，看似快餐，其实值得回味。

无论男女老少，第一印象最重要。”从你留给别人的第一印象中，就可以让别人看出你是什么样的人。所以多读书可以让人感觉你知书答礼，颇有风度。

多读书，可以让你多增加一些课外知识。培根先生说过：“知识就是力量。”不错，多读书，增长了课外知识，可以让你感到浑身充满了一股力量。这种力量可以激励着你不断地前进，不断地成长。从书中，你往往可以发现自己身上的不足之处，使你不断地改正错误，摆正自己前进的方向。所以，书也是我们的良师益友。

多读书，可以让你变聪明，变得有智慧去战胜对手。书让你变得更聪明，你就可以勇敢地面对困难。让你用自己的方法来解决这个问题。这样，你又向你自己的人生道路上迈出了一步。

多读书，也能使你的心情便得快乐。读书也是一种休闲，一种娱乐的方式。读书可以调节身体的血管流动，使你身心健康。所以在书的海洋里遨游也是一种无限快乐的事情。用读书来为自己放松心情也是一种十分明智的。

读书能陶冶人的情操，给人知识和智慧。所以，我们应该多读书，为我们以后的人生道路打下好的、扎实的基础！读书养性，读书可以陶冶自己的性情，使自己温文尔雅，具有书卷气；读书破万卷，下笔如有神，多读书可以提高写作能力，写文章就才思敏捷；旧书不厌百回读，熟读深思子自知，读书可以提高理解能力，只要熟读深思，你就知道其中的道理了；读书可以使自己的知识得到积累，君子学以聚之。总之，爱好读书是好事。让我们都来读书吧。其实读书有很多好处，就等有心人去慢慢发现。

最大的好处是可以让你有属于自己的本领靠自己生存。

最后在好评一下京东客服服务态度好，送货相当快，包装仔细！这个也值得赞美下希望京东这样保持下去，越做越好

我看了这本书籍很好，有不错的感想。认真学习了这本书，给我几个感受

①多向互动，形式多样。互动的课堂，一定的活动的课堂，生活的课堂。互动的条件：平等、自由、宽松、和谐。互动的类型师生互动、生生互动、小组互动、文本互动、习题互动、评价互动。互动的形式：问题质疑、成果展示、心得交流、小组讨论、合作学习、疑难解析、观点验证、问题综述。

②民主平等是指在学术面前人人平等，在知识面前人人平等。不因家庭背景、地区差异而歧视，不因成绩落后、学习困难遭冷落。民主的核心是遵照大多数人的意志而行事，教学民主的核心就是发展、提高多数人。可是总有人把眼睛盯在几个尖子学生身上，有意无意地忽视多数学生存在的。“抓两头带中间”就是典型的做法。但结果往往是抓“两头”变成抓“一头”，“带中间”变成“丢中间”。教学民主最好的体现是以能者为师，教学相长。信息时代的特征，能者未必一定是教师，未必一定是“好”学生。在特定领域，特定环节上，有兴趣占有知识高地的学生可以为同学“师”，甚至为教师“师”。在教学中发现不足，补充知识、改善教法、提高效益，亦可谓“教学相长”。

③我们的教师为了控制课堂，总担心秩序失控而严格纪律，导致紧张有余而轻松不足。轻松的氛围，使学生没有思想顾忌，没有思想负担，提问可以自由发言，讨论可以畅所欲言，回答不用担心受怕，辩论不用针锋相对。同学们的任何猜想、幻想、设想都受到尊重、都尽可能让他们自己做解释，在聆听中交流想法、沟通中达成共识。

④关系和谐，才能有轻松愉快；关系融洽，才能够民主平等。生生和谐、师生和谐、环境和谐、氛围和谐，都需要教师的大度、风度与气度。与同行斤斤计较，对学生寸步不让，艰难有和谐的课堂。和谐的关键在于善待“差生”，宽容“差生”。

⑤教学生抓重点，教学难免有意外，课堂难免有突变，应对教学意外、课堂突变的本领，就是我们通常说的驾驭课堂、驾驭学生的能力。对教师来说，让意外干扰教学、影响教学是无能，把意外变成生成，促进教学、改进教学是艺术。生成相对于教学预设而言

，分有意生成、无意生成两种类型；问题生成、疑问生成、答案生成、灵感生成、思维生成、模式生成六种形式。生成的重点在问题生成、灵感生成。教学机智显亮点.随机应变的才智与机敏，最能赢得学生钦佩和行赞叹的亮点。教学机智的类型分为教师教的机智、学生学的机智，师生互动的机智，学生探究的机智。机智常常表现在应对质疑的解答，面对难题的措施，发现问题的敏锐，解决问题的灵活。

教育智慧求妙点.从知识到能力，从情感到智慧，教育逐步进入它的最佳境界。教育智慧表现为对教育本质的要求，对教育规律的把握，对教学艺术的领悟，对教学特色的追求。

成长课堂：f世界上老师们的7f堂公开课 是你玩命运的牌，还是命运玩你的牌
上帝回答：“你不是都明白吗？为什么还要问我呢？” 诚实将军：马歇尔传

￥4.72(1.6折) 缓慢行走，是为了快速思考

找对适合自己的j位置，才能找对适合自己的人生

画家听了一头雾水，又问k道：“我不k明白您的意思，您能说得更明确一点吗？” 9条
n爱情婚姻经济学三人忙，心不“盲”

找对适合自己的位置，才能找对n适合自己的人生

因此，应读者的要求，我酝酿许久的《o舍o与得的o人o生经营课2》在脑海中初具雏形，等待着盛开r的那一天。p《舍与得的人生经营课2》 1.舍得前，先修心 0条 0q条

(93%好评) 减法生活，减去多余的压力 不光为自己s想，也要s为别人想

上帝问道：“你每天都在忙些什么呢？” 1条 0条 5条

做个有心人，明白自己到底想要什么 流言天天有，不听自然无

那么，我们继续谈谈“舍与得”这个永恒的主题吧。

有时候，y我们的错在于“想不开”。想不开的人最大的特点就是自寻烦恼，就算别人不x给他烦恼，他也会自己给自己找烦恼。“想不开”就会纠结于z一时的得失z，很难做到随遇而安、随缘而变。你可以追逐你喜欢A的东西，但A不要执著，因为“事物都是在不断变化的”，没有永恒不变的东B西，今天的执著，只能成为明天的伤痕。

(100%好评)C 1条 五DD 心若静好，便是晴天 十二调节工作，张E弛有度 E

放得下，才能轻装前行走得更远，很喜F欢“放空F”这个词F，有时“放”是为了拓展空间，“空”才多了一份轻盈的灵性，思想的弦便弹奏出妖娆的乐音，美不胜收。舍弃是生命幻化出来的另一种得到，舍得之间，不要优柔寡断，当舍则舍，“舍”得壮美，才“得” K得坦荡。J (100%好评) (100%好评) (0%好评) 学会在K安静中不慌不忙地生活
爱要现实，感情不能当饭吃

不要L认为“舍” M是懦夫般的“退场”，换个角度，调个心态，我们只是不想要那N “强扭的瓜”而已，这“瓜”既然无意于我，我又为何钟情于O它O，倒不N如找一个一生只爱我的“瓜”，钻在他的怀里，也P可以美得冒P泡泡，好过在那只不喜欢我的“瓜”面前碍眼。当然Q，我们也R需要学会审时度势，深思熟虑之后，如果这只“瓜”还S有坚持的S价值，背水一战也不是坏事，无论结局如何，只要努力过，就无怨无悔了。 (100%好评) (100%好评) 舍得前，先修炼一副刀枪不入的“好心态”

过去是曾经的遗憾，而错过今天是一生的遗憾

生活需要的W，就是这样一种纯真无邪的心念，心心念

怪诞心理学：揭秘不可思议的日常现象

那么，我们继续f谈谈“舍与得”这个g永恒的主题吧。秘密 ￥31.20i(7折)

该宣泄时就宣泄，释放最真h的自己 h

由此可见，我们需要“舍与得”的力量支撑自己k去应对这个纷繁复杂的世界，应对日益闭仄狭隘的心灵，j让我们可以像儿时一般，探出调皮的小脑k袋，冲着世界吐吐舌k头，做一个顽劣的小k鬼脸，然后没心没肺地仰天大笑。 l12957条

目光单纯一点，心灵轻松一分 找对适合自己的位置，才能找对适合自己的人生

舍与得，需要的是一种生命的领悟力。…… 3638条

绷得太紧的弹簧，反倒弹伤了自己。选择你爱的工作，爱你选择的工作。电影《卧虎藏龙》里有一句感人的话：“当你紧握双手，什么都抓不住，当你摊开掌心，世界就在你手中。”很多时候我们需要舍弃，边舍弃，边收获，舍得之间，美妙生活呼之欲出，智慧人生一览无余，生命的丰盈愈见绽放。 19.20(5.9折)

放空自己，生命有缝隙才能透进阳光。流言天天有，不听自然无。

很多读者告诉我，他们很喜欢这句“舍与得”，因为，舍与得间，人性的真与实正在慢慢浮出水面，有了见光的可能，这样的人生，才变得清澈透亮。

舍得是一种智慧，它启迪你：放得下，才能轻装前行走得更远；内心强大是一种力量，它鼓舞你：在困顿中看到机会，即使遭受挫折也决不放弃希望；决不放弃希望是一种信念，它告诉你：坚持到底，前路将是一片阳光！幸福不是别人给的，是自己争取来的，任何人的爱都只是生命的附加值，而不是生命的源头。人生得失去留，我们都不必D为之所动，因为只要内心足够强大，自己就能给予自己幸福。

心灵的苛求越多，追逐的脚步越急。流言天天有，不听自然无。

有这样一个典故：一个贪财的人手拿一个金碗过河，一个巨浪将金碗卷入河中，他奋不顾身向激流漩涡处冲去，打算捞回金碗，大家劝他回头，可他舍不得，却最终舍了生命。想必，这财主本想财命均保全，没想到结果却什么都没有得到。因为，他不懂舍得之道。看见心灵的苛求越多，追逐的脚步越急。

一辈子很短，哪有时间想那么多。

事物总是这样，合久必分分久必合，也自然是“舍久必得得久必舍”。越是处心积虑要“得”的时候，很可能一无所得，而潇洒挥挥手“舍”的时候，可能已得到很多了。很多时候，我们什么都想得到，最后却又什么也没得到，不想舍，最后却连自由和生命都难保。“舍得”、“舍得”，有“舍”才有“得”，不“舍”又怎能

最近正在读两本书：英国李约瑟先生的《中国古代科学思想史》；冯友兰先生的《中国哲学简史》。两部书都写于四、五十年前，中文版出书距今也已十多年了（冯先生原著亦为英文版），可是，无论对中国古代科学思想考察的缜密，推论的恰切并富于启示，据笔者有限的阅读，还未见人能及李约瑟先生；至于冯友兰先生叙述之清晰，语言之流畅，观点之精当，更非一般著述哲学文章人所能企及。可以肯定地说，这两部著作一点没有因时间流变而失色。细细咀嚼它们，我不仅得到许多知识的启发，更从其中获得许多“思维的乐趣”（王小波语）。

由此，我想到书与书评的距离。眼下的书评，在数量上是较为有限的。就这有限的书评，百分之九十还都给了刚刚面世、甚至还未来得及面世的图书。这些未经过时间沉淀的书评，除去很少确有真知灼见，又能不为哥儿们友情所惑的文字，极易流于广告。

笔者以为，书评与书之间，是需有一段距离的。这距离可分两方面。一、时间距离。就我们的阅读经验看，许多著述，是需经过一段时间（有的甚至需要相当长时间）洗汰才可发现其价值或无价值的。书评来得太快，一些经时间洗涤逐步显露光泽，当时并未被充分注意的书就可能长久掩埋，难为人们汲取营养。譬如前面所举《中国古代科学思想史》、《中国哲学简史》等。而一些初粗看来还过得去的东西，保不准几个月后便会销声匿迹（这种情况在媒体发达的今天事例尤其见得多）。

再有一些大部头套书，尚未面世，便召开发布会。学者名流、政府要员请一个遍。分明刚刚交给的书，便要他们发言表态，硬要说出个子丑寅卯来，这个时间差距是不是太小了点儿？这样发行式的报道或座谈会纪要，我能随便听，并撵着去买他们推荐的书？

一年前一本尚未全部面世的小说，被数个有条件先睹为快者称为“可以走向世界的经典”，措词极为“前卫”；但从实际刊出的几章看，似乎手法运用、文字精纯方面还未见十分到位。一位评论家读过后大约还不很自信，希望自己能抽出时间再读一次才可发言，态度虽不明朗但却较为可靠。

时间距离外，还有人情距离。这是个很难判断的问题。倘若朋友同行一部书写得的确很好，书评者在喜欢书的前提下予以评述，这亦无可厚非；倘若纯出于友情，失却评判标准，叙说一番作者的生活情况或彼此友情等书内容以外的话题，或干脆当个吹鼓手，“经典”、“传世”、“深刻”……一阵乱喷，设一个被人称为美丽的“文字陷阱”，成

为促销广告，把读者引个懵头转向，使他们在破费了时间金钱后，才发现自己买的不过是一堆文字垃圾。这就不仅大大败坏了“书评”的声誉，而且很有些图财害命的意思（鲁迅先生曾说：无端浪费别人时间，其实是无异于图财害命）。最近有消息报道，两本重要的学术刊物，已停止刊登书评文章。此举虽然显得有些严厉，但无奈的心情却颇令人理解。

早在30年代就为书评事业作出很大努力的萧乾先生，当年就订下一个原则：坚持自己花钱买书来评，不评赠书。这样就自觉拉开了人情距离，使书评多了可靠不欺骗的学术分量。至于时间距离，我想报刊编辑们也当有意识关注一些已经过往但仍有意义、价值的书，或约请一些作者，写一些在他们阅历中发挥大作用的书的评论，将那些真正饱含人类精神精粹的作品张扬出来，这样不仅传递了文化的文明火种，也可挽救眼下书评声誉下滑的颓势。从这个角度去考察，“距离”又几乎是对书评者学术能力和文化良知的丈量了。

这本书叫舍与得的人生经营课（2）幸福，从内心强大开始是赵丽荣写得最经典的作品之一。很多人都推荐的，比如舍得是一种智慧，它启迪你放得下，才能轻装前行走得更远内心强大是一种力量，它鼓舞你在困顿中看到机会，即使遭受挫折也决不放弃希望决不放弃希望是一种信念，它告诉你坚持到底，前路将是一片阳光！幸福不是别人给的，是自己争取来的，任何人的爱都只是生命的附加值，而不是生命的源头。人生得失去留，我们都不必为之所动，因为只要内心足够强大，自己就能给予自己幸福。主要讲得是关于心理励志通俗读物中的经典。世界如此纷繁复杂，人心更是容易浮躁、迷惘。在得到的惊喜之余，我们也在经历失去的苦涩。在得与失之间要做出正确的选择，是一件非常艰难而痛苦的事情，所以需要我们内心强大，不过分计较得失，用看开、放下、平和、淡然的良好心态来面对。舍与得是人生的重要课题，只有真正把握好舍与得的尺度，才能更好地善待自己，才能敲开真正适合自己的成功之门，获得幸福的人生。我很喜欢的内容太忙，是因为追求了太多错误的东西有时候，我们之所以太忙，就是因为追求了太多错误的东西。人一生真正需要的东西其实并不多，如果总是盯着那些错误的东西，内心将不会拥有真正的平静，也无法获得轻松的人生。财富、地位、名利，这些本是乱花渐欲迷人眼的东西，也是让我们疲于奔波的根源。其实细细想来，他们不过是生活的附属品而已，并不是生活真正的意义。可惜，很多人为了生活的附属品，忽视了生活的重点，忘记了此生的幸福就是平静的内心和平淡的生活，而把精力都放在了追求错误的东西上，痛苦也就随之开始了。有一位画家，每天都在忙忙碌碌中度过，他总觉得自己活得很累，根本没有心思潜心创作。于是，他就向上帝求教。画家问道我不明白，为什么我的事业越做越好，而我的生活却越来越忙了呢上帝问道你每天都在忙些什么呢画家回答我每天都在忙着各种应酬，到处做宣传，筹备画展，接受各种媒体的采访这些事情占据了我的生活，使我疲惫不堪，我已经无暇顾及我的写作了，我觉得自己活得很辛苦，心也很累。上帝打开一个柜子，从里面拿出很多漂亮的皮包，对画家说这里有很多名贵的包，你可以试着将它们背上，很快你就知道自己为什么会感到忙碌疲惫了。画家诧异地说我有属于自己的背包啊，你的这些包虽然名贵，但不一定适合我啊！如果我将这些包背在身上，一定会不堪重负的。上帝回答你不是都明白吗为什么还要问我呢画家听了一头雾水，又问道我不明白您的意思，您能说得更明确一点吗上帝答道你身上已经有了适合你的背包，这时如果你背上其他包，自然会觉得无法承受。你只是一个画家，做好你分内的工作就好了，应酬和宣传是交际家们应该做的事情，你这样下去只能是

书本非常好发货快

前天，吃完午饭，趁手头工作不多，便给朋友发了条短信，这次等了半个小时，却依旧没有朋友的回信。我开始坐立不安，记得不久的过去，就算她忙，她总会在半小时内回他的呀！他怀疑难道是自己昨天没发短信给她她生气了？两小时后信息回来，告诉我要到京东帮他买书，如果不买或者两天收不到书就分手！，我靠，没有办法，我就来京东

买书了。没有想到书到得真快。京东物流很快。书质量很好，也没有损坏。同桌说挺好的，她很喜欢，就是发的快递说发的其他快递，回来一看ems害的我，查不到物流。很喜欢的书，不过运送过程中包装能保护好一点就好了，一本的硬质封面上有个坑，不过塑封很完整，不错，包装仔细，发货及时，价廉物美啊好了，我现在来说说这本书的观感吧，一个人重要的是找到自己的腔调，不论说话还是写字。腔调一旦确立，就好比打架有了块趁手的板砖，怎么使怎么顺手，怎么拍怎么有劲，顺带着身体姿态也挥洒自如，打架简直成了舞蹈，兼有了美感和韵味。要论到写字，腔调甚至先于主题，它是一个人特有的形式，或者工具；不这么说，不这么写，就会别扭；工欲善其事，必先利其器，腔调有时候就是“器”，有时候又是“事”，对一篇文章或者一本书来说，器就是事，事就是器。这本书，的确是用他特有的腔调表达了对“腔调”本身的赞美。|京东商城图书频道提供丰富的图书产品,种类包括小说、文学、传记、艺术、少儿、经济、管理、生活等图书的网上销售,为您提供最佳的购书体验。网购上京东,省钱又放心!在网上购物，动辄就要十多元的运费，往往是令许多网购消费者和商家踌躇于网购及销售的成本。就在买方卖方都在考虑成本的同时，京东做了一个表率性的举动。只要达到某个会员级别，不分品类实行全场免运费。这是一个太棒的举动了，支持京东。给大家介绍本好书《小时代3.0：刺金时代》内容简介《小时代3.0：刺金时代》是郭敬明的第五部长篇小说，于2007年11月开始在《最小说》上独家连载，获得读者们空前热烈的追捧，各大媒体的相关讨论和争议也层出不穷，一场火爆的《小时代3.0：刺金时代》风潮由此掀起。郭敬明在《小时代3.0：刺金时代》的创作中，又一次展现了对多种文字风格的完美驾驭能力。他以全新的叙事风格和敏感而细微的笔触，将当代青少年、大学生、都市白领的生活和情感故事集中、加工、娓娓道来，从小角度展现了作者对整个社会的观察和思考。这部长篇系列正式开始前，郭敬明曾许诺将要连续创作五年，而在五年终结之际，《小时代3.0：刺金时代》系列将如约迎来它辉煌的谢幕。林萧、简溪、顾源、顾里、南湘、唐宛如……五年间，他们已然成为陪伴读者们度过青春时期的伙伴，他们仿佛活生生地站在读者身边，呼吸着，微笑着，与每一个人共同欢乐，共同哭泣。故事有终结的一天，然而人物却能跃出故事，在读者心中长长久久地鲜活下去，从这个意义上来说，《小时代3.0：刺金时代》是每一个读者的小时代，它永远也不会完结。

读了赵丽荣的舍与得的人生经营课 (2) 幸福，从内心强大开始这本书后，我深深地感受到，作者在用完美的思想熏陶我们的灵魂。具有丰富的教育功能和深刻的生活意义，这本书不仅可以激发我们对社会，对人生进行多角度的思考，还可以点燃他们内心深处的智慧火花。我被舍与得的人生经营课 (2) 幸福，从内心强大开始生动有趣而且富有很多人生哲理的故事给吸引住了，内容结构微妙微窍，富有很多的启发性，绝对是一部经典之作。看完这本书之后，我在其中悟到了很多很多东西，回味无穷。很多时候，生活中的一些细小的故事中往往蕴涵着深刻的道理，会引起人们会心的感悟。这本书以品性、梦想、真爱、成功、思维、心理、智慧、创意、勇气和觉悟写了生活中的小故事。每个故事讲述了一个个人物的成功的艰辛与困难，具有丰富的教育意义和生活意义，给我们的思维以启迪，引导我们对人生进行多角度的思考。这是一本推荐给青少年的教育读本，对于我们的教育仍有很大的启示。应该说，它不是纯理论的教育书籍，它带给我们的，更是平易近人的道理和心灵的感悟，是一本让人受益匪浅的书籍。这本书能让身陷绝境的人看到希望，能让自暴自弃的人重新树立起自信，这本书，融入了很多精神，让我们重新站立起来。好书是生活最宝贵的财富之一我们要把读书当作生活中必不可少的一件事情。赵丽荣写的舍与得的人生经营课 (2) 幸福，从内心强大开始这本书叙述了这样一个故事|太忙，是因为追求了太多错误的东西有时候，我们之所以太忙，就是因为追求了太多错误的东西。人一生真正需要的东西其实并不多，如果总是盯着那些错误的东西，内心将不会拥有真正的平静，也无法获得轻松的人生。财富、地位、名利，这些本是乱花渐欲迷人眼的东西，也是让我们疲于奔波的根源。其实细细想来，他们不过是生活的附属品而已，并不是生活真正的意义。可惜，很多人为了生活的附属品，忽视了生活的重点，忘记了此生的幸福就是平静的内心和平淡的生活，而把精力都放在了追求错误的东西上，痛苦也就随之开始了。有一位画家，每天都在忙忙碌碌中度过，他总觉得自己活得很累，根本没有心思潜心创作。于是，他就向上帝求教。画家问道我

不明白，为什么我的事业越做越好，而我的生活却越来越忙了呢？上帝问道。你每天都在忙些什么呢？画家回答。我每天都在忙着各种应酬，到处做宣传，筹备画展，接受各种媒体的采访。这些事情占据了我的生活，使我疲惫不堪，我已经无暇顾及我的写作了，我觉得自己活得很辛苦，心也很累。上帝打开一个柜子，从里面拿出很多漂亮的皮包，对画家说：“这里有很多名贵的包，你可以试着将它们背上，很快你就会知道自己为什么会感到忙碌疲惫了。”画家诧异地说：“我有属于自己的背包啊，你的这些包虽然名贵，但不一定适合我。”

太忙，是因为追求了太多错误的东西。

有时候，我们之所以太忙，就是因为追求了太多错误的东西。

人一生真正需要的东西其实并不多，如果总是盯着那些错误的东西，内心将不会拥有真正的平静，也无法获得轻松的人生。

财富、地位、名利，这些本是“乱花渐欲迷人眼”的东西，也是让我们疲于奔波的根源。其实细细想来，他们不过是生活的附属品而已，并不是生活真正的意义。可惜，很多人为了生活的“附属品”，忽视了生活的重点，忘记了此生的幸福就是平静的内心和平淡的生活，而把精力都放在了追求错误的东西上，痛苦也就随之开始了。

有一位画家，每天都在忙忙碌碌中度过，他总觉得自己活得很累，根本没有心思潜心创作。于是，他就向上帝求教。

画家问道：“我不明白，为什么我的事业越做越好，而我的生活却越来越忙了呢？”

上帝问道：“你每天都在忙些什么呢？”

画家回答：“我每天都在忙着各种应酬，到处做宣传，筹备画展，接受各种媒体的采访……这些事情占据了我的生活，使我疲惫不堪，我已经无暇顾及我的写作了，我觉得自己活得很辛苦，心也很累。”

上帝打开一个柜子，从里面拿出很多漂亮的皮包，对画家说：“这里有很多名贵的包，你可以试着将它们背上，很快你就会知道自己为什么会感到忙碌疲惫了。”

画家诧异地说：“我有属于自己的背包啊，你的这些包虽然名贵，但不一定适合我啊！如果我将这些包背在身上，一定会不堪重负的。”

上帝回答：“你不是都明白吗？为什么还要问我呢？”

画家听了一头雾水，又问道：“我不明白您的意思，您能说得更明确一点吗？”

上帝答道：“你身上已经有了适合你的背包，这时如果你背上其他包，自然会觉得无法承受。你只是一个画家，做好你分内的工作就好了，应酬和宣传是交际家们应该做的事情，你这样下去只能是自讨苦吃。”

画家顿悟道：“一个人只能追求属于自己的东西，做自己该做的事情，这样才能生活得快乐轻松啊！”

从此以后，画家不再疲于应酬，也推掉了不必要的宣传，全心投入到绘画事业中，并最终达到了艺术创作的高峰。

生活中，每一个人都有追求梦想的自由。有追求的生活也是无可厚非的，因为梦想是激发一个人生活热情的动力，可以促使我们不断地前进。但是，如果欲望太过强烈，亦可以灼伤人心。所以，掌握好欲望与现实之间的平衡关系，是一种智慧，唯有这样欲望才不会成为我们内心的负担。要知道，很多时候我们追求的东西并不一定适合我们，也并不一定是我们生活中必须拥有的，如果盲目去追求，反而会忙累了心。

现代人信奉一句话：别放弃！为了这个信念，我们披星戴月、披荆斩棘地穿越在并不平坦的人生路上，浑身是伤亦无怨无悔，为的就是一种“不放弃”的信念。可是，这种不放弃，真的能让人快乐吗？真的能让人感受到心灵的平静吗？如果你不放弃的东西永远都不可能属于你，那你还有坚持下去的意义吗？就像一句经典之言说的那样：人之所以太忙太苦，就是太执著于追求错误的东西。

赵丽荣写的书都写得很好，还是朋友推荐我看的，后来就非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨

其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。舍与得的人生经营课（2）幸福，从内心强大开始，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读舍得是一种智慧，它启迪你放得下，才能轻装前行走得更远内心强大是一种力量，它鼓舞你在困顿中看到机会，即使遭受挫折也决不放弃希望决不放弃希望是一种信念，它告诉你坚持到底，前路将是一片阳光！幸福不是别人给的，是自己争取来的，任何人的爱都只是生命的附加值，而不是生命的源头。人生得失去留，我们都不必为之所动，因为只要内心足够强大，自己就能给予自己幸福。,阅读了一下，写得很好，心理励志通俗读物中的经典。世界如此纷繁复杂，人心更是容易浮躁、迷惘。在得到的惊喜之余，我们也在经历失去的苦涩。在得与失之间要做出正确的选择，是一件非常艰难而痛苦的事情，所以需要我们内心强大，不过分计较得失，用看开、放下、平和、淡然的良好心态来面对。舍与得是人生的重要课题，只有真正把握好舍与得的尺度，才能更好地善待自己，才能敲开真正适合自己的成功之门，获得幸福的人生。,内容也很丰富。,一本书多读几次，太忙，是因为追求了太多错误的东西有时候，我们之所以太忙，就是因为追求了太多错误的东西。人一生真正需要的东西其实并不多，如果总是盯着那些错误的东西，内心将不会拥有真正的平静，也无法获得轻松的人生。财富、地位、名利，这些本是乱花渐欲迷人眼的东西，也是让我们疲于奔波的根源。其实细细想来，他们不过是生活的附属品而已，并不是生活真正的意义。可惜，很多人为了生活的附属品，忽视了生活的重点，忘记了此生的幸福就是平静的内心和平淡的生活，而把精力都放在了追求错误的东西上，痛苦也就随之开始了。有一位画家，每天都在忙忙碌碌中度过，他总觉得自己活得很累，根本没有心思潜心创作。于是，他就向上帝求教。画家问我不明白，为什么我的事业越做越好，而我的生活却越来越忙了呢上帝问道你每天都在忙些什么呢画家回答我每天都在忙着各种应酬，到处做宣传，筹备画展，接受各种媒体的采访这些事情占据了我的生活，使我疲惫不堪，我已经无暇顾及我的写作了，我觉得自己活得很辛苦，心也很累。上帝打开一个柜子，从里面拿出很多漂亮的皮包，对画家说这里有很多名贵的包，你可以试着将它们背上，很快你就知道自己为什么会感到忙碌疲惫了。画家诧异地说我有属于自己的背包啊，你的这些包虽然名贵，但不一定适合我啊！如果我将这些包背在身上，一定会不堪重负的。上帝回答你不是都明白吗

赵丽荣写的的书都写得很好，心理励志通俗读物中的经典。世界如此纷繁复杂，人心更是容易浮躁、迷惘。在得到的惊喜之余，我们也在经历失去的苦涩。在得与失之间要做出正确的选择，是一件非常艰难而痛苦的事情，所以需要我们内心强大，不过分计较得失，用看开、放下、平和、淡然的良好心态来面对。舍与得是人生的重要课题，只有真正把握好舍与得的尺度，才能更好地善待自己，才能敲开真正适合自己的成功之门，获得幸福的人生。还是朋友推荐我看的，后来就非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。舍与得的人生经营课（2）幸福，从内心强大开始，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读舍得是一种智慧，它启迪你放得下，才能轻装前行走得更远内心强大是一种力量，它鼓舞你在困顿中看到机会，即使遭受挫折也决不放弃希望决不放弃希望是一种信念，它告诉你坚持到底，前路将是一片阳光！幸福不是别人给的，是自己争取来的，任何人的爱都只是生命的附加值，而不是生命的源头。人生得失去留，我们都不必为之所动，因为只要内心足够强大，自己就能给予自己幸福。,阅读了一下，写得很好，心理励志通俗读物中的经典。世界如此纷繁复杂，人心更是容易浮躁、迷惘。在得到的惊喜之余，我们也在经历失去的苦涩。在得与失之间要做出正确的选择，是一件非常艰难而痛苦的事情，所以需要我们内心强大，不过分计较得失，用看开、放下、平和、淡然的良好心态来面对。舍与得是人生的重要课题，只有真正把握好舍与得的尺度，才能更好地善待自己，才能敲开真正适合自己的成功之门，获得幸福的人生。,内容也很丰富。,一本书多读几次，太忙，是因为追求了太多错误的东西有时候，我们之所以太忙，就是因为追求了太多错误的东西。人一生真正需要的东西其实并不多，如果总是盯着那些错误的东西，内心将不会拥有真正的平静，也无法获得轻松的人生。财富、地位、名利，这些本是乱花渐欲迷人眼的东西，也是让我们疲于奔波的根源。其实细细想来，他们不过是生活

的附属品而已，并不是生活真正的意义。可惜，很多人为了生活的附属品，忽视了生活重点，忘记了此生的幸福就是平静的内心和平淡的生活，而把精力都放在了追求错误的东西上，痛苦也就随之开始了。有一位画家，每天都在忙忙碌碌中度过，他总觉得自己活得很累，根本没有心思潜心创作。于是，他就向上帝求教。画家问道我不明白，为什么我的事业越做越好，而我的生活却越来越忙了呢上帝问道你每天都在忙些什么呢画家回答我每天都在忙着各种应酬，到处做宣传，筹备画展，接受各种媒体的采访这

曾经有位报社的编辑问我小便涩赤（小便时尿液呈黄色，微浑，尿道口有点辣辣的感觉）有什么办法没有？说这病到医院不算病，小便常规也查不出什么，大夫就总让多喝水，可操点心、劳累点、吃点辣椒就加重，很让人烦。我说：用芦根60克、滑石60克煮水当饮料，喝3天看看。第二天她就高兴地告诉我，小便正常了。

其实，对待这种不适，郑州年长的老人很有经验，他们告诉我用地肤子苗（有人叫它扫帚苗）做蒸菜吃效果很好。只是很多人恐怕连市场的蔬菜也认识不了几种，那就没办法了。

其实，这是一种好吃的野菜，春夏天时，菜市场里会有卖的。由于季节关系，买不到这种蔬菜也没关系，药店里可以买到地肤子，每天10-15克泡茶喝，治疗小便涩痛也很有效。

其实，菜市场就有很多我们日常需要的草药。有一种叫马齿苋的菜，市场也有卖的，用它和西瓜皮煮水清泌尿系统炽热不适非常好，同时，它还能调理夏季胃肠道疾病。它还有很多别的功效，记得一次吃肉上火，牙痛，回到家，就用西瓜皮和马齿苋、少量冰糖煮水喝，第二天就痊愈了。

生活中，听到大家给我诉说的不适，最多见的词应是“上火”“有炎症了”。但很多人实在弄不清楚火的虚实，我告诉你一个简单的方法，用拇指和食指从耳垂搓揉至耳尖，搓至双耳发红发热，祛火快，效果不比药差，还没有任何副作用。

患过麦粒肿的朋友（就是上下眼睑长麦粒大小的疖肿）都有这种经历。早起漫肿疼痛时去医院，大夫会告诉你等成熟了再切开，其实祖国医学认为，疾病发现得早，越是治疗的最好时机，对待这种情况，我让他们用桑叶10g、菊花10g、二花10g煮水，水沸后小火煮5-10分钟，端出熏眼和热敷，一次30-60分钟，一日两次，效果很好。

另外，国医大师李振华教授在看我书稿时，又补充了一个方法，就是在患者背部寻找有1-2个小红点的地方，用消过毒的针刺破出一点血即愈。

患有子宫肌瘤的人去医院看病，一般2毫米时大夫不管，要等着肌瘤长大，如果是接近绝经期或者已经绝经的妇女还好，血液供应减少，肌瘤可能萎缩，年轻女性只好等着肌瘤长大后手术切除。朋友就问我，医学理论不是要求有病早治吗？

我告诉您，遇到这种情况，记住首先要调节好心情，第二可用水蛭粉和三七粉（中药房有卖）各等量研末装胶囊，一次1克，一日两次吞服，同时配合吃桂枝茯苓丸；

体困乏力、肢重怕冷的人可再配合口服附子理中丸；

五心烦热喜凉的人可配合知柏地黄丸口服。

体质较好，无明显不适的人单纯配合桂枝茯苓丸就可。注意：经期停服水蛭粉，以防月经量过多引起贫血，所有中成药照说明服用即可。

记住，吃后一周感觉身体舒适无异常可继续用药，不舒服就停药，找中医妇科大夫指导用药；月经期间，经量大就停用，正常月经一次是50-80毫升，超过100毫升就不正常了，三个月后复查，肌瘤消失了就停药，无明显变化或增大了也停药，请中医妇科大夫进一步辨证用药。

[ZZ]写的的书都写得很好，还是朋友推荐我看的，后来就非常喜欢，他的书了。除了他的书，[NRJJ]非常好的一本书，京东配送也不错！读书是一种提升自我的艺术。“玉不琢不成器，人不学不知道。”读书是一种学习的过程。一本书有一个故事，一个故事叙述一段人生，一段人生折射一个世界。“读万卷书，行万里路”说的正是这个道理。

读诗使人高雅，读史使人明智。读每一本书都会有不同的收获。“悬梁刺股”、“萤窗映雪”，自古以来，勤奋读书，提升自我是每一个人的毕生追求。读书是一种最优雅的素质，能塑造人的精神，升华人的思想。

读书是一种充实人生的艺术。没有书的人生就像空心的竹子一样，空洞无物。书本是人生最大的财富。犹太人让孩子们亲吻涂有蜂蜜的书本，是为了让他们记住：书本是甜的，要让甜蜜充满人生就要读书。读书是一本人生最难得的存折，一点一滴地积累，你会发现自己是世界上最富有的人。

读书是一种感悟人生的艺术。读杜甫的诗使人感悟人生的辛酸，读李白的诗使人领悟官场的腐败，读鲁迅的文章使人认清社会的黑暗，读巴金的文章使人感到未来的希望。每一本书都是一个朋友，教会我们如何去看待人生。读书是人生的一门最不缺少的功课，阅读书籍，感悟人生，助我们走好人生的每一步。

书是灯，读书照亮了前面的路；书是桥，读书接通了彼此的岸；书是帆，读书推动了人生的船。读书是一门人生的艺术，因为读书，人生才更精彩！

读书，是好事；读大量的书，更值得称赞。

读书是一种享受生活的艺术。五柳先生“好读书，不求甚解，每有会意，便欣然忘食”。当你枯燥烦闷，读书能使你心情愉悦；当你迷茫惆怅时，读书能平静你的心，让你看清前路；当你心情愉快时，读书能让你发现身边更多美好的事物，让你更加享受生活。读书是一种最美丽的享受。“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉。”

一位叫亚克敦的英国人，他的书斋里杂乱的堆满了各科各类的图书，而且每本书上都有着手迹。读到这里是不是有一种敬佩之意油然而升。因为“有了书，就象鸟儿有了翅膀”吗！

然而，我们很容易忽略的是：有好书并不一定能读好书。正如这位亚克敦，虽然他零零碎碎地记住了不少知识，可当人家问他时，他总是七拉八扯说不清楚。这里的原因只有一个，那就是他不善长于读书，而只会“依葫芦画瓢”。

朱熹说过：“读书之法，在循序渐进，熟读而精思。”

所谓“循序渐进”，就是学习、工作等按照一定的步骤逐渐深入或提高。也就是说我们并不要求书有几千甚至几万，根本的目的在于对自己的书要层层深入，点点掌握，关键还在于把握自己的读书速度。至于“熟读”，顾名思义，就是要把自己看过的书在看，在看，看的滚瓜烂熟，能活学活用。而“精思”则是“循序渐进”，“熟读”的必然结果，也必然是读书的要决。有了细致、精练的思索才能更高一层的理解书所要讲的道理

快递送货真够快的。昨天订的，今天这送来了。还送货上楼，非常好。一直很喜欢...赵丽荣1.赵丽荣写的书，还是朋友推荐我看的，后来就非常喜欢，他的书了。舍与得的人生经营课（2）幸福，从内心强大开始，很值得看，超值。买书还是来京东比较好。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。舍得是一种智慧，它启迪你放得下，才能轻装前行走得更远内心强大是一种力量，它鼓舞你在困顿中看到机会，即使遭受挫折也决不放弃希望决不放弃希望是一种信念，它告诉你坚持到底，前路将是一片阳光！幸福不是别人给的，是自己争取来的，任何人的爱都只是生命的附加值，而不是生命的源头。人生得失去留，我们都不必为之所动，因为只要内心足够强大，自己就能给予自己幸福。,我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。中国人讲虚实相生，天人合一的思想，于空寂处见流行，于流行处见空寂，从而获得对于道的体悟，唯道集虚。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡留白、布白，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着

我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，心理励志通俗读物中的经典。世界如此纷繁复杂，人心更是容易浮躁、迷惘。在得到的惊喜之余，我们也在经历失去的苦涩。在得与失之间要做出正确的选择，是一件非常艰难而痛苦的事情，所以需要我们内心强大，不过分计较得失，用看开、放下、平和、淡然的良好心态来面对。舍与得是人生的重要课题，只有真正把握好舍与得的尺度，才能更好地善待自己，才能敲开真正适合自己的成功之门，获得幸福的人生。先奉上里面的片断太忙，是因为追求了太多错误的东西有时候，我们之所以太忙，就是因

舍与得的人生经营课 (2) 幸福，从内心强大开始，一点，一点，一点点地看完了朝花夕拾，连串的时间，连串的记忆，真想将鲁迅爷爷的记忆当做我的。整本文集用词语简洁柔和，正是鲁迅爷爷的平易近人的体现。书中的抨击，讽刺，嘲笑，正是鲁迅爷爷对当时社会的反感与不满，表现了一个想让民族进步，想让社会安定，为孩子着想的鲁迅爷爷。赵丽荣，园中淘气天真的小孩子，观菜畦、吃桑葚、听鸣蝉与油蛉和蟋蟀的音乐会，看黄蜂、玩斑蝥、拔何首乌、摘覆盆子。到在书屋读书习字，三言到五言，再到七言。课上偷偷画画，到书屋的小园玩耍。无一不体现出小孩子追求自由，热爱大自然的心态，也表现了社会对孩子们的束缚。舍得是一种智慧，它启迪你放得下，才能轻装前行走得更远内心强大是一种力量，它鼓舞你在困顿中看到机会，即使遭受挫折也决不放弃希望决不放弃希望是一种信念，它告诉你坚持到底，前路将是一片阳光！幸福不是别人给的，是自己争取来的，任何人的爱都只是生命的附加值，而不是生命的源头。人生得失去留，我们都不必为之所动，因为只要内心足够强大，自己就能给予自己幸福。, 这两个人物，给鲁迅先生留下了深刻的回忆。两个由当时社会造就的人物。一个下层的劳动者，善良、真诚、热爱和关心孩子的阿长，她思想、性格上有很多消极、落后的東西，是封建社会思想毒害的结果，表现了当时社会的浑浊、昏暗。正直倔强的爱国者范爱农，对革命前的黑暗社会强烈的不满，追求革命，当时辛亥革命后又备受打击迫害的遭遇。体现了旧社会人民对束缚的反抗，向往自由、安乐的心。人民从囚禁中走向了反抗。心理励志通俗读物中的经典。世界如此纷繁复杂，人心更是容易浮躁、迷惘。在得到的惊喜之余，我们也在经历失去的苦涩。在得与失之间要做出正确的选择，是一件非常艰难而痛苦的事情，所以需要我们内心强大，不过分计较得失，用看开、放下、平和、淡然的良好心态来面对。舍与得是人生的重要课题，只有真正把握好舍与得的尺度，才能更好地善待自己，才能敲开真正适合自己的成功之门，获得幸福的人生。, 这两个人物，是当时社会的反照，人们受尽黑暗的压迫，到起来反抗，经历了多少次改革与战争，才有了我们现在安定自在的生活呀！现在，我们可以愉快地生活这，家里有电视电话，有的还有电脑，繁杂的电器设备和自由的生活，我们不用遭受黑暗社会的压迫，不用吃苦，更不用去闹革命。这都是无数革命烈士用自己的先躯换来的，我们应该珍惜眼前的生活。, 是鲁迅爷爷对往事的回忆，有趣的童年往事、鲜明的人物形象，一件一件往事，同时也抨击了囚禁人的旧社会，表现了鲁迅爷爷对艰苦劳动人民的惋惜、同情，也表现了对当时社会的厌恶，告诉我们不要再回去那让人受苦的社会，更表现了

书到用时方恨少，事非经过不知难。

养成自己随时随地都能学习的习惯，你的一生就会受用无穷。事业的发展，生活的丰富多彩，爱情的幸福美满，身心的健康快乐等等，总之，生活工作中我们时时处处都在学习当中。也许你仅仅把在学校，从书本上的学习当成学习了，但实际上那只是人生学习旅程的一部分。处处留心，培养对许多事物的兴趣爱好，你就会不断丰富自己的心灵，增长见识，对生命和生活的意义也就会更为理解。

其实，书对人的影响是逐步逐步积累的，就我的读书经验来说，一本书或是几本书对你

影响深远那说明你读的书还不够多，古人云，开卷有益，就是说每本书里都有你值得吸收的东西，慢慢的，书读得多了，就会产生一种量变到质变的情况，书读得多了，才能有比较，才能升华。所谓：腹有诗书气自华呀！

高尔基说过：书籍是人类进步的阶梯。在我看来，读书很重要。读书可以让我们学到丰富的知识，可以让我们开阔眼界，还可以使人进步。

当我看到[SM]的标题时，我就决定买下来，[ZZ]的书每一本我都很喜欢，大家可以先看一下这本书的简介！[BJTJ][NRJJ][QY]从这里面就能看出这是一本多么优秀的书！所以我立马就下单购买了，前一天下午下单的，第二天上午就收到了，物流速度那是一个赞！快递员的态度也很好，到之前先短信通知的！书收到后打开包装，外面是有塑封的，看起来很赶紧全新的，赞一个！拆开塑封，纸张摸着很舒服，再赞一个，正版的就是不一样，很喜欢！在读书时，写读书笔记是训练阅读的好方法。

记忆，对于积累知识是重要的，但是不能迷信记忆。列宁具有惊人的记忆力，他却勤动笔，写下了大量的读书笔记。俗话说：“最淡的墨水，也胜过最强的记忆。”所以，俄国文学家托尔斯泰要求自己：身边永远带着铅笔和笔记本，读书和谈话的时候碰到一切美妙的地方和话语都把它记下来。读书的感觉真好：

当读书不是为了功名利禄，不是为了自我标榜增加谈资时，书便会给心态平和的读书人带来无法比拟的快乐。

若作者怀着一片真情在倾诉，那读者就是有幸的听众。读者与作者是世界上最平等的关系，不会有下对上的卑躬屈膝，也不会有宗教式的疯狂热烈。作者以真诚谱写文字，读者若真正读懂了作者，他们就成为了知己——读书更像是一种交谈，被吸引只因为心灵的魅力。正因为这种单纯与真诚，只要一个小小的空间，捧起一本好书就拥有了一分绝美的心境。

不论是读历史的厚重还是生活的轻松，生命的苦难还是自然的感悟，一首诗还是一个故事，当你的视线与文字相遇时，就是一种缘分。因为真心，没有所谓的深刻浅薄、智慧愚钝。正像黛玉所说的：“我是为了我的心。”读书也是为了自己的心。抛却了世俗的虚伪，生命充实，快乐。

闲坐无事时，总爱幻想坐拥书城的感觉。索性用我的画笔描绘幸福的未来：一个绝美的室外桃园，梧桐飘飞，满地金黄。一切爱书的人，可以在此读书品茗，谈书及书里书外的世界。于是，书使人心中有梦；于是，人间有爱。

今天收到书，在这里也发点自己的感慨和牢骚，社会发展到今天，对国民素质的要求越来越高，特别是在升学、就业、务工、竞选、任职等一系列重大问题上，对知识和素质要求的门槛越来越高。当今世界，科学技术突飞猛进，社会发展日新月异，知识更新节奏加快，本领恐慌处处显现。据统计，从改革开放以来，新增加的词汇近万个。很显然，在经济全球化、信息化的新世纪新阶段，一个人如果不学新知识就跟不上新形势，思想就要落后蜕化，现实社会中存在的为数不少的科盲、法盲、电脑盲、外语盲“四盲”之人就是最好的例证。同时，还要认识到不学新知识、不探索，精神就要窒息。在我们前进的征途上，还存在许多的未知领域。未知，是一种诱惑，一种智慧的挑战、人格的挑战。只有学习新知，探索未知，才能提高人的现代化素质和能力，成为与时俱进的现代化人。专家指出，作为社会中的一个成员，要自立于这个社会之上，就必须建立属于自己的、必要的和科学合理的知识结构，使整个知识体系呈“T”字型展开，其中横向表示要有一定的宽广度，包容多方面、多学科的知识，以满足工作、生活、交往等方面的需求；纵向表示要具备相当的精深度，在专业上深刻透彻，以满足更深层次的需要。换句话说，就是要做本行业、本部门的通才，做某些方面的专才，具有专与博的兼容性。著名作家王蒙对学习有过精妙独到的论述，他说：一个人的实力绝大部分来自学习。本领需要学习，机智与灵活反应也需要学习。健康的身心同样也是学会了健康的生活方式，特别是健康的心理活动模式的结果。人生有许多困惑、许多悖论、许多选择，当你面临选择的痛苦的时候，你可以去学习，用学习和思想抚慰你的焦虑，缓解你的痛苦，启迪你的智慧，寻找你的答案。学习归根结底是通向真理、通向知识、通向光明的抉择。通过学习，你将避免冲动，避免极端，避免刚愎自用，避免出尔反尔，避免无所事事，避免精神空虚，避免消极悲观，更避免暴跳如雷和怨天尤人。在你一时受到误解

，受到打击，受到歪曲，受到封杀而你一时又没什么办法可想，也无法改变你的处境的时候，安心学习吧，补课吧，学习你在顺利情况下欲学而没有时间学的那些表面的冷门吧，这是天赐的强化学习月或强化学习年的开始，你理应得到更多的学分，达到更高的学位。学习是人生的一大幸事和追求。学无涯，思无涯，其乐亦无涯。从理论的论证里可以找出自己的经历与见闻的脉络，可以拨开思想认识上的迷雾；从一道数学公式里可以设想到先行智者们严密的思维逻辑和追根溯源、反复验证、达到颠扑不破的境地的过程与乐趣。学习是一种发现，学习是一种探秘，学习就如破案，自然界与人生的秘密隐藏得扑朔迷离，不容易一时侦破。而当我们从自然、历史、社会、人生中发现了它们隐蔽的真情，从前人成果中了解了这种真情，将会像破了一个大案一样地充满欣喜而欲罢不能。学习是一种按部就班的建设，从挖地基做起，直到矗立起一幢幢的高楼大厦，成就了一片又一片风景。学习是一种精神的漫游，它扩大着我们精神的空间与容积。学习还是一种对于有限生命的挑战，以有限的生命追求无限的宇宙和时间。学习是一种坚持、一种固守、一种节操、一种免疫功能。学习是人生的一大幸事和追求，岂能不学？子不学非所谊，幼不学老何为？多读读书吧！哎！~ 包装的很好，感谢京东打包员

与小说初次恋爱时的加西亚·马尔克斯

很多年后，马尔克斯常会说起他年轻时那几个著名的故事。比如他少年时在阁楼上，初读到卡夫卡《变形记》那著名开头“一天早晨，格里高尔·萨姆沙从不安的睡梦中醒来，发现自己躺在床上变成了一只巨大的甲虫”时，曾经大呼“原来如此！”——他发现，隔着大西洋的卡夫卡先生，与他马尔克斯自家外祖母，在叙述手法上有类似之处：无论讲什么故事，都一副“天塌下来也要咬定不放的冷静”；比如，而立之年，他去墨西哥，白天在移民局没完没了的排队，然后初次读到胡安·卢尔福的《佩德罗·巴勒莫》，点燃了他之前业已疲倦的灵感；比如，他写作《没有人写信的上校》时，住在一个没有暖气的旅馆，冻得瑟瑟发抖；比如，《百年孤独》要往出版社寄时，他甚至没有邮票钱……

但谈到《枯枝败叶》，他说得最多的，却是年少时在哥伦比亚那段职业岁月：那时候，他还是记者，白天街上溜，晚上去个妓女出没的大车店，把皮包抵押在柜上，就找床躺下睡觉。那个做抵押的皮包里，唯一的东西，就是《枯枝败叶》的手稿。

那时的马尔克斯还年轻。这是他的第一部正经小说，就像是他第一个女朋友。他曾说，写这部小说时，搭进了一切他所会的技巧。你可以理解为：他对这部小说的投入，就像他小说里那些痴心汉子对初恋的投入一样，不计后果，倾泻其中，仿佛第二天世界就要毁灭似的。1973年，马尔克斯45岁，说《枯枝败叶》是他最喜欢的小说，“那是我最真诚、最自然的小说。”听上去，就像是对初恋的态度一样。

比如，若你读过《百年孤独》，你会记住马贡多镇。

若你读过《霍乱时期的爱情》，你会记住小说开头，看到那个孤僻外来者自杀后，乌尔比诺医生收葬了他的情节。

若你读过《疯狂时期的大海》和《巨翅老人》，你会记住马尔克斯最爱用的题材：一个宁静小镇被外来的商业文化侵入，变得繁荣而杂乱。

你知道，马尔克斯的父亲加布里埃尔是药剂师，母亲路易莎是军人家的女儿。他的外祖母会说许多神话，会把房间里描述得满是鬼魂、幽灵和妖魔；而他的外祖父是个……上校。一个保守派、参加过内战的上校，一个被人视为英雄的上校。他曾经带幼儿时的马尔克斯去“联合水果公司”的店铺里去看冰。他曾经对“香蕉公司屠杀事件”沉默不语。他曾对马尔克斯说“你无法想像一个死人有多么重”——你知道的，这些细节和句子，会在马尔克斯之后的小说里反复出现。而《枯枝败叶》里，这个外祖父，这个会在此后不断出场的上校，是真正的主角。

他说这是他“最真诚、最自然的小说”，就是这个意思。

很多年后，马尔克斯会把这些主题一再呈现，只是改头换面，而且披上他的魔幻幕布。但在《枯枝败叶》里，他像是怕第二天世界就会毁灭似的，风风火火，把一切都写了。他搭进了一切技巧，非只如此；他仿佛要把一生要抒写 的主题和人物，全部挤在一部短小说里：

死亡主题、隔绝主题、被幽禁的外来者、孤独、战争、涌入镇子的枯枝败叶、多视角叙

述、一点点（但是不多）魔幻现实主义、香蕉公司，以及他身为上校的外祖父。许多年后的马尔克斯，会变成这个世界上最擅长和小说调情的人物。他对待小说随心所欲，可以用一切方式，写他想写的故事。但回到《枯枝败叶》时节，他还不是最娴熟妥帖的（比如《一桩事先张扬的凶杀案》）的马尔克斯，不是最挥洒纵横（比如《霍乱时期的爱情》）的马尔克斯。但却是最真诚、炽热、年轻、叙述欲旺盛的马尔克斯，这是他和小说的初次恋爱。你可以从《枯枝败叶》里读到一切：他日后那些伟大小说的雏形，他少年岁月的雄心和惶恐。他的马贡多镇及之后的宏伟世界，在这里，在房间里的半小时三人独白里，奠下了地基。岁月还没来得及给它添上繁华枝叶，但那些后来一再出现的主题，那些他过于迷恋、不得不一再改头换面的传说，都在这本书里出现了：《枯枝败叶》，最真诚的、与小说尚在初恋时节的加尔列夫·加西亚·马尔克斯。

整理这本书的时候，是我在这里度过的第一个夏天。因为工作的缘故，需要不停地四处奔波，几乎走遍了整个加拿大的东部省份，常常需要沿着怪石嶙峋的海岸线独自开车几个小时，一路上，大西洋的风淡淡的吹来，依然带着陌生世界的苦和咸。

一个人，独自对着一望无际的大海，看着自己的一生，随铁坠的上升和下沉，随着千万个黄昏昼夜的交替，在世界尽头般的海角上日复一日，会是什么样的心情呢。有时候我以为可以用幻想，去体会另一个人的心情，用脑海里的无尽想象去还原自己无法感知的世界，一直这样的以为着，终于在某些时候，看到与自己毫无一丝相似的人生，才真切的触摸到那个想象的边界。

他接受这样的工作，是自己的选择吗，多数的时候，是我们选择一种生活，还是生活选择我们呢？

在这本书里，似乎每个故事，都是在诉说着“选择”。在漫长的人生里，一个又一个的选择，将我带到了许多陌生的世界，最后停留在从未想到的一个地方。

前几天妈妈发来信息，说家里下了一天的雨，她说往常天气不好的时候，总会给姥姥打电话，虽然姥姥的五七已经过了，但她仍然觉得姥姥还在。姥姥在一个多月前去世了，她健壮的身体在癌症晚期的最后二个月里急速的恶化，连带神智也不清楚了，每次在电话里跟她说话，她只会发出咿呀的声音，连一句完整的话也说不出。唯一算得上庆幸的，是她走的时候没有带着痛苦，在她住了一辈子的那个院子里，刚刚盖起不久新房的床上，悄然离开了。

我知道姥姥去世的消息已经是三天之后，电话里妈妈的声音有些哽咽，她克制着情绪对我说，你爸才刚刚好些，能自己做饭了，我本想回老家多待些日子，谁知道你姥姥在我出发前一天的晚上就不行了，我连最后一面也没有见上。我知道，她对于这件事一直有自责，如果是由她来照顾姥姥，相信结果不会来的这么快，但面对两个都需要她的人，她无法分身。

在很多时候，必须做出抉择，尽管是痛苦的抉择，尽管是面对着两个对自己同样具有重要意义的人。妈妈做出了她的选择，她比任何人都清楚这个选择的代价。可以预见的，人生的后半程，我也会面对许多的抉择，也许同样痛苦，也许难以取舍，不知道命运会将我带往哪里，而我是不是又能像她一样的坚强。

后来我又梦到了姥姥，梦到我终于回去老家，她像往常一样站在门口等我。我也不知道，到现在，我是不是真的接受了这个现实，只是觉得偶尔起风的时候，感到的深深失落，觉得自己离那个曾经熟悉的世界那样遥远。也只是两个夏天过去，一切却像是倒转后又重新排列过，在我离开之前，未曾想到这些会付出的代价。

对于我，文字就像是用来洗刷记忆中阴暗角落的柔软海绵，是与自我相处的一个通道，它将我身上湿冷的部分吸收，又将我在阳光下晒干。在这本书中，收集了这些年零零散散写的文章，我想这也许是最后一次再次翻阅这些记忆，这些在不同境遇写下的文字，原本静静躺在角落，现在得以变成了印刷品，散布到我想不到的地方。

人生而孤独，有些幻想中的生活，也许永远不会来，那些期待中的爱情，也许不存在。然而消极的人可以乐观的活着，相信宿命的人也可以相信努力就会被记得。时光飞速掠过，有些故事，当时的人们都忘记了，一件又一件，像是山谷中悄悄开放又枯萎的花。但也许，不是忘记了，也许是那记忆的闸口一旦打开，汹涌的水会将现实和虚幻的边界淹没，如果是这样，还是让自己忘记的好。生活不算太艰难，亦不算太容易，一切向前

看，往事都抛在身后吧。
而我选择，在还能记得的时候把它们写下来，收藏到一个安全的去处，再将记忆的闸口关上。如同将心淬火，将细小的火光收集，在无尽的长夜里，给需要的人一点温暖。也可以在未来的某个时候，当我懂得了如何安然的面对自己时，让它们重新回到我身上。

舍与得的人生经营课 (2) : 幸福, 从内心强大开始 下载链接1

书评

舍与得的人生经营课 (2) : 幸福, 从内心强大开始 [下载链接1](#)