

<<人生幸福来源于自我和谐>>

图书基本信息

书名：<<人生幸福来源于自我和谐>>

13位ISBN编号：9787111364313

10位ISBN编号：7111364317

出版时间：2012-1

出版时间：机械工业出版社

作者：叶建华

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>

<<人生幸福来源于自我和谐>>

内容概要

幸福已成为当今时代的热词。

拥有幸福，是每个人的热切追求。

如何才能拥有幸福？

是一道需要智慧来解答的课题。

本书将告诉读者朋友，幸福来源于和谐，尤其需要修炼“再气也要想得开”和“得理也要让人”的功夫。

本书融入中国文化智慧，通过古今中外案例阐述：“生气伤身，恼怒丧智；调整目标，原谅自己；理解别人，化解怨气；直面挫折，积极应对；日月交替，阴阳转换；阳光心态，快乐人生；宽容大度，有德不孤；顾全大局，不计小节；百忍成金，尖刻招祸；与人方便，自己方便；真理相对，视角有别；坚持原则，弘扬正气”等理念与方法。

本书作者精心烹制的“心灵鸡汤”，将有助读者朋友远离烦恼，拥抱幸福。

<<人生幸福来源于自我和谐>>

作者简介

叶建华，知名企业文化学者，曾任《信息早报》社总编辑、蓝星文化产业公司总经理、党委书记；蓝星清洗上市公司监事会主席，中华炎黄文化研究会理事，美国东西方大学北京研究院客座教授，中国化工协会理事、国资委班组建设专家委员会委员、中国化工企业企业文化建设专家委员会委员、中国人力资源公益论坛学术指导专家、凤凰网财经评论和《现代企业文化》杂志专栏作者，中国化工集团公司政策法规部主任，现任中国化工集团公司办公室副主任。

出版《贤文与股市》、《品贤文谈做人》、《品贤文谈管理》、《品贤文谈知识产权》和《大爱中国—抗震救灾彰显中华民族文化与精神》等专著。

先后应邀在中共中央党校、国家行政学院、北京大学、清华大学、中国人民大学、北京化工大学、中国石油管理干部学院、国家电网公司、中国兵器工业集团公司、中航国际集团公司、广州军区总医院、山东省国税局、黄海橡胶集团公司等单位做文化和管理专题讲座，深受听众欢迎。

<<人生幸福来源于自我和谐>>

书籍目录

前言

第一章 生气伤身，恼怒丧智

人活一口气

生气为致病之源

恼怒容易丧智

不要被别人激怒

生气不如争气

不要轻易生气

心胸决定事业

第二章 调整目标，原谅自己

不要嫉妒别人的成就

选择适合自己的人生目标

人非圣贤，孰能无过

阿Q一下也无妨

第三章 理解别人，化解怨气

品味盲人摸象的寓意

对亲友多一分理解

学会换位思考

没有人会踢“死狗”

职场走向可以预知

不要活在外界的掌声里

价格围绕价值上下波动

睁一只眼闭一只眼

不拿别人的错误惩罚自己

第四章 直面挫折，积极应对

人生挫折不可避免

挫折是成长的动力

如何应对挫折

成就大业更要靠对手

将玻璃杯变成玻璃钢杯

第五章 日月交替，阴阳转换

塞翁失马，焉知非福

冬天来了，春天还会远吗？

让不高兴的事成为高兴的事

风物长宜放眼量

第六章 阳光心态，快乐人生

乌云遮不住，终究要日出

为有半杯水而高兴

鸟巢为我而盖

用快乐覆盖忧郁

带着微笑入眠

感谢让我们生气的人

第七章 宽容大度，有德不孤

水往低处流，人向善处聚

<<人生幸福来源于自我和谐>>

有容乃大
得理也让人

第八章 顾全大局，不计小节

黄河九曲归大海
把智慧的锋芒收敛起来
得饶人处且饶人
饶人是一种自信的表现
增强大局意识

第九章 百忍成金，尖刻招祸

忍得一时之气，免得百日之忧
无人愿意与尖刻之人为伍
舌头比牙齿寿命长
忍让是一种大智慧
忍耐是成功的品质

第十章 与人方便，自己方便

给别人留情面，给自己留台阶
宽容他人，轻装上阵
礼让是社交的润滑剂
帮助别人就是帮助自己

第十一章 真理相对，视角有别

每个人的知识都是有限的
让别人把话讲完
当好倾听者
不要急于下结论
真理向前一步成谬误

第十二章 坚持原则，弘扬正气

小事可糊涂
原则不可丧失
不要轻易将难事推给上司
提升与小人相处的技巧

<<人生幸福来源于自我和谐>>

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>