

# 《怎么过上美好生活》

## 图书基本信息

# 《怎么过上美好生活》

## 内容概要

古往今来，无数伟大的思想家都曾深入思考过，究竟什么才是美好的生活？究竟什么对自己真正有好处？什么对自己和他人都有益？什么值得一生去追求呢？为了实现目标，我们究竟需要采取怎样的态度呢？最后他们认识到：只从自己利益出发，或为了实现自我根本不顾及他人利益的人，根本无法找到真正的幸福。

《怎么过上美好生活》是美好生活的指南书，由一篇篇短小精悍、主题鲜明的美文组成，每篇美文都浓缩了古人圣贤智慧的结晶，发人深省。该书阐述了生活中各种各样的价值观，通过阅读本书，读者会明白，无需向外求索，其实幸福就在我们心中。

# 《怎么过上美好生活》

## 作者简介

# 《怎么过上美好生活》

## 书籍目录

# 《怎么过上美好生活》

## 精彩短评

1、 前半部分写的还不错，后面重复性内容较多。作者貌似是个虔诚的基督徒，通书看完有种在聆听神父传教的错觉，书中多引用圣经的语句和故事。

一句话总结本书:要想过上美好生活，请先养成好的习惯和品格吧。

2、 书里举出了很多要点，确实美好生活没有一个可以量化的标准，个人觉得这本书因为是外国人写的，一直参考了《塔木德》和《圣经》，不过一直强调大爱真的有点难而且为什么只有三个人读过，我看的书是有多小众（ ）

3、 大概让我读个一百万遍也过不上美好生活。。。

## 章节试读

### 1、《怎么过上美好生活》的笔记-怎么过上美好生活

专注自己，否则会失去自我，关注能战胜恐惧与麻木，  
关注他人，并以清醒的眼光看清所有事物的本质，  
独处时如果感到寂寞，就意味着没有善待自己，  
利用好自己年龄优势，才能拥有美好生活，  
以礼相待是值得的，  
生活并非单纯享受，它与辛勤劳动是联系的，在劳动中练就值得信赖、乐于助人、毫不利己的行为习惯，以此与心灵与佛法连接，  
“好好劳动，不要难过”，  
禁欲是为了内心的自由的修炼，  
不思考的话，任何事物都无所谓好与坏，  
做正直的人，在乎自己的名誉，也在乎他人的名誉，  
人次：善待弱者：若我向他人敞开心扉，而非拒人于外，就是慈悲了，  
不要按医院生活，而要如所能生活，如此努力地去过每天，  
感恩好事一样去感恩坏事，感恩源于思考，思考到某种得以感恩的意义，  
谦卑：使人勇敢面对阴暗面，  
谨慎回答问题：思考，谨慎是一种听任事情存在，不对事物做判定的能力，  
替他人保守秘密，并以敬畏之心看待它，  
敬畏是一种态度：接收并尊重他人的不同之处，让他人他物保有本来面目的空间，  
友善之人：不加判定，施以援助，微笑，激励他人展开新生活，  
爱你的敌人 听任他人的为非作歹，而是去看到这人内心的分裂与无能，因为他无法平和地生活，所以我们要通过爱这个内心分裂之人，打破冤冤相报的恶性循环，创造出安宁的空间，  
好客是博爱与智慧的表现，  
遵从自己本性且生活正确的人，必然结出丰硕的果实，  
希望不是盼晴天的感觉，希望不仅是一种内心态度，而应转化成行动，  
真正的战斗，其目标永远是生活的本身，  
爱的反面不是恨，而是漠视，  
这个人如何走上歧途的，我也可能会以同样方式犯下罪行，  
无所事事对灵魂有害！  
要生活中保持可持续状态，要有心灵的积蓄，只有足够的心灵力量，才能给予他人支持，  
宽容：最好是沉默，  
有意义的秩序：戒律，有序的生活和人际关系，  
没尽到自己所承担的责任，就不可能幸福，  
内心富有之人，能毫无恐惧地活着，心灵祥和，  
力量来自平静的心灵，  
自控：对心灵的保护，  
叫人使泪水变得神圣，泪中的痛苦是珍珠，  
不关心别人=辜负自己的存在，  
当伤害很深的时候：原谅，给自己自由，  
有为：我虽指示芸芸众生，但我还是其中的一员：不拒绝做力所能及之事，  
“我们发现自己能做到的，只是海洋中的一滴水，但如果这滴水不汇入海洋，它就会对大海无比眷恋”（Helen）  
一个说出来的想法是无法收回的，  
我们每日计算的时间是无价的，  
满足：给他人带来福祉

# 《怎么过上美好生活》

# 《怎么过上美好生活》

## 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：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)