

《把錢踩在腳底下的練習》

图书基本信息

书名：《把錢踩在腳底下的練習》

13位ISBN编号：9789861371610

10位ISBN编号：9861371613

出版时间：2012-9-28

出版社：究竟出版社股份有限公司

作者：小池龍之介

页数：200

译者：陳系美

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《把錢踩在腳底下的練習》

內容概要

《把錢踩在腳底下的練習》

作者簡介

小池龍之介

日本人氣僧侶作家。1978年生於日本山口縣，東京大學教養學系畢業，現為月讀寺（位於東京都世田谷區）、正現寺（位於山口縣）住持。在自我修行的同時，也於月讀寺和新宿朝日文化中心等處，指導一般民眾坐禪、舉辦演講，從自身經驗，推廣「訓練心靈」的方法。活動經常滿座，大家說是「最難預約的坐禪教室」。主要著述有《不思考的練習》（究竟出版）、《當你覺得自己不夠好》（圓神出版）等書。

《把錢踩在腳底下的練習》

精彩短評

- 1、對於愛買東西的我，當我想要買東西時，會拿出來翻一下。有降低購買慾的效果！品質好的東西貴一點可以用很久，且人家可以用少少的物品過日子，相信我也可以
- 2、覺得很棒的一本書 作者說現在的日本很需要這種重整價值觀的心靈改革 我覺得現在的中國人也很需要學習這本書里的智慧 書裡蘊涵的智慧 絕非三言兩語可推薦 但如果您可以好好讀完這本書 一定會有很棒的體驗和幸福的感受。
- 3、我觉得可能是翻译的不好，读起来很累。欲望给人带来痛苦，但金钱不会创造幸福，快乐不等于幸福，满足欲望只能带来一时的快乐，并不能带来幸福。减少持有物，降低欲望，专注在感兴趣的地方才能获得幸福。他分析了欲望的构成，幸福的构成，金钱的作用，告诉你如何过富足的清贫生活。不要被金钱摆布，不要被欲望摆布，才能获得真正的自由。

《把錢踩在腳底下的練習》

章节试读

1、《把錢踩在腳底下的練習》的笔记-序言 我富足的清贫生活

极力避免花钱，减少持有物，时时提醒自己要摆脱金钱束缚，拥有自由的生活。虽然我的东西很少，但所有的东西都是以长久珍惜使用为前提，买下设计好、品质优的东西。就算价格有点贵也不在意地买下，这是避免“穷酸味”很重要的一点。有钱能过得幸福，没钱也能过得幸福。无论有钱没钱都能活下去，都能活得从容自得。先建立起这种心态，就能培养不易动摇的平常心，沉着自持。首先，试着减少东西。其次，即使收入十分阔绰，也尽量别花钱，朝着摆脱金钱、得到自由的方向过日子。硬是压抑自己的欲望，明明想要，却摆不出想要的样子，就败给欲望、被欲望控制这一点来说，这和想要很多东西而拼命存钱的人其实没什么两样。金钱原本的目的，就是得到幸福。毕竟大家都是为得到幸福而追求金钱，不是追求金钱本身吧。

《把錢踩在腳底下的練習》

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