

《男人40岁以后的减法生活》

图书基本信息

书名：《男人40岁以后的减法生活》

13位ISBN编号：9787802502574

10位ISBN编号：7802502578

出版时间：2010-5

出版社：中国言实出版社

作者：舒丹

页数：308

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

《男人40岁以后的减法生活》

前言

男人40岁过后，生活就像进入了一个迷宫：成功者已开始喊累，失败者更是对生活充满着厌倦；有钱者愿花钱买罪，没钱者却抱怨人生；成名者多迷失自我，未名者却昏昏度月；经历过的早已想通了，未经历过的却更加不明白；失去的或许早已忘记，得到的却远不如期待……于是，年过40，不少男人一下子不知如何生活了。有这样一则寓言，或许能帮助中年男人找到正确的答案：有个男人奋斗了半生，终于变得有权有势又极富有。但他常被这两个问题所困惑：人生中何时最幸福？谁是自己生命中最重要的人？当他听说有位睿智的老人能回答这两个问题时，便千里迢迢、一路风尘找上门去。见到老人后男人马上把自己的困惑告诉了他。老人却什么也没说，只是让男人坐下来和自己一起吃饭。男人心存感激却又十分不解。吃过饭后，老人就让男人回去。男人感到十分不解，甚至心中产生了愠怒，怀疑老人徒有虚名。老人似乎看出了男人的心思，不紧不慢地说：“刚才我已经回答了你的问题啊。”“您这是什么意思啊？我不明白。”男人说。老人告诉他：“要知道，过去的已经过去，将来的还未来临。你生命中最幸福的就是现在啊；你最希望见到的人就是你生命中最重要的人。”听老人一席话，男人终于恍然大悟了。

《男人40岁以后的减法生活》

内容概要

《男人40岁以后的减法生活》内容简介：没有宁静致远的修养，便无法淡泊功名；没有超脱自己的精神境界，不可能淡泊名利。这是一种生命的智慧，一种灵魂的典雅。与这种高尚而脱俗的胸怀与风范相比，我们还用得着为那些功名所累，为那些虚华而耿耿于怀吗？

人过中年，追求事业的成功，绝对需要轻装前进。丢掉那些不值得你带走的包袱，抛弃那些拖累你的垃圾，放下那些痛苦的回忆。这样你才可以简洁轻松地走自己的路，人生的旅行才会更加愉快，才可以登得高行得远，看到更多更美的人生风景。

人过40过午。走过半生的中年男人，一路风尘，一路情怀；一路艰辛，一路感恩。因为经历了太多苦难，所以，总把得失看得太重；因为承受了太多压力，所以，总把苦水独自品尝。其实，人生中什么都没有放下最明智，什么都没有真情更珍贵，什么都没有快乐最重要。释放心灵，净化精神，中年之后的男人更潇洒。

《男人40岁以后的减法生活》

书籍目录

A 事业篇 一、有追求。但不要强求 1.人生苦短，目标不宜太多 2.不要总用“加法”过日子 3.追求不必太多，专注一事最好 4.做什么都需要讲究适度 5.把有限的人生资源集中地使用好 6.即使精彩的东西也不要死抓不放 二、别把事业看得过重 1.不要成为工作的奴隶 2.别让身体长期超负荷地运转 3.休息好才能工作得更好 4.适者生存，强者未必能赢 5.高明的棋手不争一子之得失 三、不要为功名所累 1.让自己在名利面前心如止水 2.看淡名利，活出生活的本色来 3.跳出功名利禄的罗网 4.丢掉事业的副产品：名利 5.放下身份，路会越走越宽 6.耐得住寂寞，远离浮名诱惑 四、千万不要与工作过不去 1.选择最适合自己的工作 2.享受快乐工作的过程 3.聪明的犹太人的享受观念 4.择己所热爱，爱己所选择 5.让好习惯帮你清除工作压力 6.不要为工作而使自己心力交瘁 五、职场竞争.不要强求和攀比 1.不要陷入过度竞争的泥潭 2.竞争里最不该缺少的是和谐 3.让位于贤，释然解脱 4.盲目攀比只会徒增烦恼 六、谨慎地转岗与跳槽 1.树挪死，人挪就活吗 2.跳槽之前不妨客观地评价自己 3.认清自己的优势与性格特征 4.敢于挑战自我，改行换业 5.辞职也应当讲究策略 七、冷静地处理职场危机 1.用辩证的眼光看下岗 2.把下岗作为人生新起点 3.面对解雇，解决问题有技巧 4.努力适应新职业、新环境 八、必要时可以在事业上选择退身 1.急流勇退，为了熊掌而舍鱼 2.在适当的时候放弃也是一种成功 3.敢于放弃，把握人生命运 4.放下忙碌，享受转身后的生活 B 财富篇 九、树立正确的金钱观 1.金钱真的是个好东西吗 2.懂得金钱的真正价值 3.君子爱财，取之有道 4.将金钱看得淡一些 5.别在金钱中迷失自我 十、不要为金钱所累 1.不要成为金钱的奴隶 2.别被过度的金钱欲望所压垮 3.当心金钱这把双刃剑 4.不能一头扎进钱眼里 5.贪婪是人生最大的敌人 十一、不与人攀比财富的多少 1.不要做无谓的比较 2.放下物欲的负担就会快乐 3.与人攀比，自讨没趣 4.欲壑难填，知足方能常乐 十二、乐施好舍。捐献善款 1.善心是我们最大的财富 2.慈善并非是富人的专利 3.把钱用在最有意义的地方 4.体现社会价值的播种金钱 5.助人者，天不负 6.济难救急，做个乐善好施者 C 情怀篇 十三、精神要文明.情感要纯洁 1.心存公正，正直待人 2.与人为善天地宽 3.拥有一颗感恩的心 4.纯洁心灵，轻装上阵 十四、别把得失看得太重 1.懂得放弃才有人生的快乐 2.顺其自然，淡泊地生活 3.烦恼缘于“多余”的要求 D 人际篇 E 生活篇

《男人40岁以后的减法生活》

章节摘录

犹太人注重休息。也注重享受。犹太人大多是商人。商人同普通人相比，有一个特点就是忙，他们几乎没有什么工作定时，随时都有事，只要他愿意，干一辈子也干不完，工作耽搁了，钱就减少，犹太人绝不浪费一分钟时间。但是，对于犹太人来说身体健康是根本，而身体健康需要休息，休息必将和工作相冲突，怎么办？这时犹太人毫不犹豫地放弃工作，选择休息。假如你不理解，向犹太人提问：“你们工作一小时可赚50美元以上，如果每天休息一小时，一月就少赚1500美元，一年少赚1.8万美元以上，这值得吗？”犹太人会比你算得更快：“假如一天工作8小时不休息，一天可赚400美元，那我的寿命将减少5年，按每年收入12万元计算，5年我将减少60万美元收入。假如我每天休息1小时，那我除损失每天1小时50美元外，将得到5年每天7小时工作所赚的钱。现在我60岁，假设我按时休息还可活10年，那么15万和60万谁多呢？”这在犹太人看来是很简单的道理。犹太人确实是很精明的，不会休息的人是愚蠢的人！俗话说：“不会休息，就不会工作。”那些不重视休闲生活的人，总是以工作太忙，抽不出时间为搪塞。实际上不走出办公室，是无法体会到海边沙滩日光浴，或去爬山所能享受到的大自然的风情对消除身体疲劳的好处。这些人总是浪费自己的休息时间，使自己一天到晚在紧张忙碌中度过，而这一切对身体健康、提高工作效率、个人生活都是有害的。俗话说：“休息是为了更好地工作。”一张一弛，你必须学会强迫自己休息。能否在事业上成功，实际上主要取决于你怎样去安排时间。应该好好地安排你的休闲时间，且坚决执行。否则，时间的空格就会让繁重的工作所侵占。只有这样，才能“享受生活，享受挣钱”。

《男人40岁以后的减法生活》

编辑推荐

《男人40岁以后的减法生活》

精彩短评

- 1、我老公说很不错写得好
- 2、客户给我推荐的，我就买了。可是收到书本很旧，部分书页有折损，物流服务有待提高。还没看，期待是我想要的内容~
- 3、很好的一本书，但书面显得很旧。怀疑是否从哪特意淘来的？但鄙人读书特重内容，还是强烈推荐此书。
- 4、内容不错，发货速度超快，五个星

《男人40岁以后的减法生活》

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