

拿得起是生存 放得下是生活



[拿得起是生存 放得下是生活_下载链接1](#)

著者:沈明明

出版者:新华

出版时间:2010-7

装帧:

isbn:9787501193165

《拿得起是生存,放得下是生活:老子如是说》内容简介：上善若水，因势成形，以无形

战胜有形，功遂身退，天之道也，高处时学会低头；弯曲时懂得伸腰，当有无，有（车、器、室）之用，空杯心态，给自己留出温暖空间，天下皆知美之为美，斯恶已，释放负担，不活在别人的眼光里，为无为，则无不治，幸福不是你拥有多少，而是你内心的满足，难得之货，令人行妨，身心的脆弱，是因为欲望的重负，宠辱若惊，贵大患若身，跳出“小我”的樊笼，才能收获“大我”的洒脱，致虚极，守静笃，悄悄地从人群中走出来，真正找回自己。

作者介绍:

沈明明，1963年9月出生，江西九江人。

大学和研究生均就读于厦门大学。哲学硕士。现任教于九江学院政法学院，教授，鄱阳湖历史文化研究所，所长。

发表学术论文五十多篇；发表文艺作品几十万字；出版译著《皮亚杰的认知和情感发展理论》，专著《善待生命善待自己——生存智慧的一种解读》、《释放紧张一走出职场心理困境的智慧》、《有水一方：倚着码头读九江》等。

目录: 1 上善若水 ——因势成形，以无形战胜有形2 功遂身退，天之道也
——高处时学会低头；弯曲时懂得伸腰3 当有无，有(车、器、室)之用
——空杯心态，给自己留出温暖空间4 天下皆知美之为美，斯恶已
——释放负担，不活在别人的眼光里5 为无为，则无不治
——幸福不是你拥有多少，而是你内心的满足6 难得之货，令人行妨
——身心的脆弱，是因为欲望的重负7 宠辱若惊，贵大患若身
——跳出“小我”的樊笼，才能收获“大我”的洒脱8 致虚极，守静笃
——悄悄地从人群中走出来，真正找回自己9 太上，不知有之；其次，亲而誉之
——不要傻等别人来帮你开门10 大道废，有仁义；智慧出，有大伪
——世道人心的救赎要从每个人的认识开始11 见素抱朴，少私寡欲，绝学无忧
——是活着为了吃饭还是吃饭为了活着12 俗人昭昭，我独昏昏。俗人察察，我独闷闷
——别让“聪明”误了自己13 夫唯不争，故天下莫能与之争 ——舍，便是得14
故飘风不终朝，骤雨不终日 ——狂风刮不了整个早晨，急雨下不了一整天15
人法地，地法天，天法道，道法自然 ——做人要做怎样的人？ 16 轻则失根，躁则失君
——莫让情绪左右自己的心智17 知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强
——人生最大的悲剧是不知道自己是谁18 处其实，不居其华
——立足真实，去除虚伪的繁华19 甚爱必大费；多藏必厚亡
——砸自己脚的那块石头，原来是自己辛苦搬来的20 大直若屈，大巧若拙，大辩若讷
——做好走弯路的准备，因为这可能是真正的捷径21 其出弥远，其知弥少
——不行而知，不见而名，不为而成22 善之，吾善之；不善之，吾亦善之
——善待生命，善待自己23 祸兮，福之所倚，福兮，祸之所伏
——身陷逆境，不是悲切和胆寒的理由24 鸡犬之声相闻，民至老死，不相往来
——保持距离，和谐相处25 玄之又玄，众妙之门
——生活之美，皆因为“道”的沉默和人们的未知后记
· · · · · (收起)

[拿得起是生存 放得下是生活_下载链接1](#)

标签

心理学

哲学

评论

[拿得起是生存 放得下是生活 下载链接1](#)

书评

[拿得起是生存 放得下是生活 下载链接1](#)