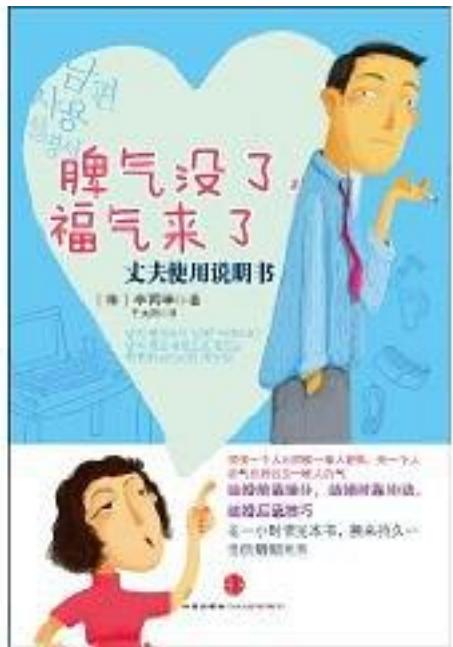


脾气没了，福气来了



[脾气没了，福气来了 下载链接1](#)

著者:林庆昭

出版者:机械工业

出版时间:2011-9

装帧:

isbn:9787111357902

《脾气没了,福气来了》内容简介：人生在世，不过短短数十载，很多事根本就是过眼烟云，根本不值得挂念，何况微不足道的小事。如此说来，我们为何还如此顽固，经常为了小事和别人争执呢？争执有输赢，赢你赢到了什么，输你又输掉了什么？退一步海阔天空，如果你能拥有《脾气没了,福气来了》提示的40个人生态度，不再为小事纠结，心情一定快乐得不得了。记住：脾气没了，福气来了。

作者介绍:

林庆昭，台湾知名作家。曾任记者、总编辑、主持人等职。多次获得各类文学奖项。出版有多本畅销好书，位列台湾金石堂网络书店十大畅销男作家之一。

目录: 自序辑一 轻松篇

想避免情绪化的方法, 只要好好放松心情和经常自我反省, 还有别把事情看得太严重, 就不会为了任何的事情耿耿于怀。学会幽自己一默 保持轻松的心情 沉默和微笑

学习宽宏的气量 敞开心胸坦然接受辑二 沟通篇

人与人相处, 互相坦白是维系双方关系的最好桥梁, 但光是坦白还不够, 必须多为对方的处境着想, 别只在乎自己的感受。解决小事趁现在 用沟通代替争执

让理智与感情均衡一下 用感谢取代责备 只要有心就能做到辑三 自制篇

如果说固执是引起纠纷的根源, 那么学会自制绝对具有改善的效果, 不过如果光说不练, 无谓的争执只会一再发生。别动不动就生气 学会自制 转化倔强的脾气

可以理直, 但不用气壮 学会自我反省辑四 善意篇

无论彼此有多了解, 交情有多深, 最好别把话说得太难听, 应该多给别人留一些退路, 才不会引起对方的反感。别因事小而不为 充满感激的心情 别用命令的语气

善意让你无往不利 别把话说得太难听辑五 勇气篇

从自己本身改变做起, 当然就不需要别人来逼迫我们。相信改变自己绝对比屈服别人来得容易, 而且好处多多。放下傲慢与自大 别犯相同的毛病 从错误中学习成长

别找借口搪塞 从自己本身改变做起辑六 修身篇

生活中如果少了忍耐, 必定什么事都要计较, 什么事都看不顺眼, 生活当然毫无乐趣可言。忍得一时之气 别给自己找罪受 多一些冷静 别浪费力气 忍耐不予以理会辑七 装傻篇

凡事看开一点, 用开朗的心胸看待事物, 才能走出自我设置的框框, 不会心情太沉重。

有些事该忘的就忘 吃点小亏又何妨 凡事看开一点 对小事该糊涂就糊涂

当做什么事都没发生辑八 用心篇

想赢得大家的喜爱, 每个人必须从自身做起, 彻底做好自我反省的工作, 随时注意自己的言行举止。以礼待人 尊重别人的意见 用心聆听 多一点谦虚 注意别人的观点

· · · · · (收起)

[脾气没了, 福气来了](#) [下载链接1](#)

标签

18

评论

图书馆就有的一本可以60分钟读完的好书。其实什么脾气就是一种不成熟表现的的“耍小脾气”, 就像是好像别人做错了一件事, 你就不想理他, 以此来作为惩罚的措施, 而你的心里又非常清楚想要原谅他。别为小事生气, 就是善待自己。最后, 像高中班主任教的那样——学会制怒

[脾气没了，福气来了](#) [下载链接1](#)

书评

[脾气没了，福气来了](#) [下载链接1](#)