第一图书网, tushu007.com

<<把寂寞变成你的财富>>

图书基本信息

书名：<<把寂寞变成你的财富>>

13位ISBN编号：9787122150998

10位ISBN编号：7122150992

出版时间：2013-1

出版时间：化学工业出版社

作者：李洁

页数：231

字数：180000

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：http://www.tushu007.com

前言

寂寞，是人生积蓄财富的时刻。
　现如今，寂寞是一种通病，每个人都感觉自己在这个大千世界上是寂寞、孤独的。
“举杯邀明月，对影成三人。
”每每成为了最真实、最无奈的写照。
其实，仔细想想，寂寞也没那么可怕，上面两句诗中的意境何尝不是一种洒脱，一种乐观态度下的自嘲心境？
并且，很多时候，懂得好好珍惜会发现，寂寞其实是人生最大的财富。
寂寞的时刻，也正是为人生积蓄能量的时刻，而这些能量恰恰是人生最珍贵的财富。
　寂寞是人生路上一定会经过的风景。
虽然，对于每个人而言，它出现的时间不同，但是它是一定会出现的。
等到它出现的时候，不必彷徨，也不用躲避，请用最自然的态度真诚的接纳它。
因为，寂寞本身就是匆忙人生路上的休憩站。
在这里，可以重新辨别定位一下方向；在这里，可以补充一下能量，作为下次腾飞的动力。
　寂寞的时候，一定不要用孤独做借口，来荒废时间、自怨自艾。
应该静下心来，沉淀一下自己，反思一下自己，再为未来的人生积蓄财富。
这样，等到“重出”江湖的时刻，你已经有了沉着的心态、理智的态度和足够强大的力量。
　不要被现在的喧嚣所影响，做自己该做的。
一切的喧嚣总有沉寂的那一刻，如果只为跟风，如果只为表面的浮华，强行赶走寂寞，但其实心中依旧是孤独的、恐惧的。
我们没有必要为了迎合别人的目光、符合别人的话语，故弄玄虚而打破寂寞所带来的宁静。
　静静的品味、享受这属于自己的时光，在寂默中为自己积蓄人生财富。
那些“不鸣则已，一鸣惊人”的成功者和成就，都是经过了寂寞的沉淀、自身的积累，才会如此耀眼、如此精彩。
　所以，把寂寞看作是上天赐予休憩和积蓄力量的时刻，我们要做的应该是让自己把握，不为外界所动，找到自己适合的路，这样才对。
　参与本书编写的人员：何玉花、陈莉、李良、张媛、齐海英、张晓义、叶文娟、郭红霞、李淑云、曾晓丽、霍秀兰、霍立荣、杨春明、季慧、张来兴、陈鹤鲲、顾新颖、李淳朴、赵冰清、魏巍、杨佩薇等。
特此感谢！
　编著者　2012年9月

第一图书网, tushu007.com

内容概要

现如今，寂寞是一种通病，每个人都感觉自己在这个匆忙的世界上是寂寞、孤独的。
寂寞是人生路上一定会经过的风景。
本书从人生、成长、生命、成功、幸福等多方面对寂寞进行了解读，引导人们直面寂寞、品味寂寞，在寂寞中静思，在寂寞中沉淀，在寂寞中审视自己、发掘自己，直至在寂寞中获得超越与救赎。
通过透彻犀利的解析，结合生动有趣的实例，指引我们面对寂寞、品味寂寞，并进而充分发掘寂寞的价值并运用它，从而拥有属于自己的精彩人生。

书籍目录

上篇 寂寞和人生常相伴
第一章 人生本是独行路，寂寞和你常相伴
现代人虽然都生活在群体之中，但事实上，每个人的灵魂都是独行的。
在灵魂的独行时寂寞相随左右，这是每个人都逃避不了的事实。
我们独行的目标就是找寻自己的梦想且，在寂寞的岁月，独自努力，打造自己的理想天国。

2 寂寞，本身就是一种修行
6 人生最高的境界是享受孤独
9 品味寂寞，畅饮美酒
11 你可曾守住了这些寂寞？

13 一盏孤灯伴你畅游在知识的海洋
15 耐得住寂寞的王学圻
第二章 低调生活，让智慧在寂寞中放光
学会低调生活，让内心远离这个世界的喧嚣，在寂寞中聆听自己最需要的东西。
低调生活本身就是一种智慧，一种淡然超脱的态度，在寂寞之中，用智慧之眼看穿世上纷杂的事物，看穿不停变换的风云，从中一窥生活的本质。
真水无香，低调生活才是人生的大智慧。

17 诱惑是陷阱
20 与其苦苦寻觅，何不顺其自然
22 生命因为寂寞而厚重
25 孤独是一种绝美的风景
28 理想转个弯，成功在眼前
31 除去让人不安的沙粒
34 忍受寂寞其实是一种能耐
36 只有淡泊才能走得更远
第三章 婚姻中的寂寞不是逃离围城的借口
别说因为婚姻太寂寞，为了找寻刺激，找寻快乐，所以才“红杏出墙”。
别用寂寞做你出轨的借口，婚姻的真谛就是在平平淡淡中相濡以沫，一辈子的婚姻不是爱出来的，而是守出来的。
在柴米油盐酱醋茶的寂寞中，相互扶持一辈子，这才是人生最大的幸福。

39 幸福，是守护出来的
42 出轨，是平淡婚姻中伺机吞噬人的陷阱
45 诱惑不是借口
47 出轨是无法控制寂寞的表现
50 因为选择爱，所以成全了寂寞
53 远嫁的女孩，你失去了什么？

第四章 淡定的人生不寂寞
淡定是一种人生态度，是一种生活方式。
淡定可以让聒噪远离人生，将平实注入生活之中；淡定能赶走盲从，让理性主宰自己的世界。
这片淡定的世界，是经过风浪洗礼之后重归的平静，是历经人世沧桑的平静，这是人生的醒悟境界，更是一种提升的修为。

56 在寂寞中依旧活得优雅
59 先在寂寞中耕耘，后才有收获
61 莫攀比，知足常乐
63 一切随它去吧
65 在寂寞中收获快乐
67 直面寂寞，人生才完美
69 卧薪尝胆，终成大器
71 成长比成功更重要
73 不公平的遭遇成就忍耐力
76 欲望要有度
下篇 现在的寂寞 将来的财富
第五章 耐得住寂寞的人更容易成功
成功都是从寂寞中走出来的。
成功之路不可能是一帆风顺的，要跨越很多的坎坷，战胜很多的困难。
有时当我们苦苦追求成功的时候，却依旧不能看到成功的半点曙光，这时候我们只有忍耐寂寞，因为成功的光芒往往就在寂寞的背后。

79 在寂寞中学会独立，直至走向成功
82 忍耐让你在寂寞中突破
85 耐住寂寞，经受住繁华
88 寂寞中的慰藉是金钱买不来的
91 把寂寞的折磨变为一种磨砺
93 成功之前最寂寞
96 低调行事，迎接成功
99 走自己的路，不被他人的成功所迷惑
第六章 低谷时期不放弃，突破寂寞
低谷，人生风景线上不可或缺的构成部分。
世事难料，人生无常，不经历风雨怎能见彩虹，没有低谷中的忍耐，何来成功的辉煌。
人生遭逢低谷时期，我们应该学会在寂寞中忍耐，认清自我，继而锤炼自我，一定要有一颗坚守之心，这样才能绝地逢生，奋起搏击。

102 人生低谷不放弃
105 美好，在转角处等着你
108 跌倒之后依旧要站起来
110 镇定是走出低谷的武器
113 寂寞是思考宽容的黄金时间
116 不妨把低谷期当做“冬眠期”
118 低谷是人生不可错过的风景
120 不放弃，不抛弃
第七章 让亲情在寂寞中延伸
人生在世，亲情是我们最温暖的家园。
在现实生活中，我们往往只顾自己壮志未酬，一心在路上拼搏，却忘记了家中的老父母。
他们默默为我们付出了一切，却只能老年独守空房，许久不能见到我们。
多回家看看，我们不能让：“树欲静而风不止，子欲孝而亲不待”的悲剧一次又一次上演……
123 儿行千里，寂寞守护母亲
126 亲情是寂寞中永恒的歌

128 把自己送回家给父母看看
131 过年回家陪父亲喝酒
133 父母永远等你回家
136 遗嘱中的爱
139 感恩父母
141 儿子是站起来的动力
第八章 坚持，让梦想大放华彩
每个人都希望自己的梦想可以生根、发芽、开花，但是生活中只有少数人可以实现自己的梦想，这是因为在坚持梦想的道路上充满了寂寞，我们只有坚守寂寞，在寂寞中奋力前行，才能让梦想落地生根，大放华彩。
只有经过默默地坚持，才能用寂寞的小河浇灌出梦想的美丽家园。

143 浮躁心态让你在寂寞中失败
147 欲速则不达，急于求成要不得
149 坚持梦想，犒劳寂寞
152 等待机遇，一冲云天
154 成功，不能一蹴而就
156 信念，在坚持中释放魔力
159 梦想的鲜花盛开在寂寞身后
161 用耐心捂热梦想的冷板凳
164 别让别人偷走你的梦想
167 对机会说NO
第九章 寂寞，还原爱情本色
别说寂寞中的爱情是枯燥的，是无奈的，是懦弱……如果那样理解的话，只能说明你不理解爱情，不理解寂寞，在那段无人喝彩的清冷岁月中，爱情是那么真，那么纯，那么令我们感动：一句诺言，一份期待，几十年的岁月，不变的初衷……只因为，我爱你。

169 相思，世界上最甜的寂寞
174 寂寞，让树留在了心中
176 静好岁月，流年为真
180 执子之手，一辈子的约定
184 两棵树的寄语
187 懂得取舍，品味人生
189 将爱情藏进细节中
191 凌晨四点的闹铃声
194 幸福就隐藏在寂寞的阴影中
197 你我心意相通
200 你可知道我爱你
第十章 世界很喧嚣，寂寞还心灵宁静
世界太浮躁了，这是无数人的感言。
可是，你有没有深究过：是世界太浮躁，还是你的心根本就不宁静？
如果有一颗宁静的心，那么身处闹市，我们依旧可以嗅到深山中宁静的味道，感受到那份自然的气息，处闹市心不乱，才是我们的修行方向……
204 人生因为寂寞而美丽
207 在寂寞中沉淀，让生活从污浊走向清澈
210 耐住寂寞，自我超越
212 心静，世界自然洁净

第一图书网, tushu007.com

214 疲惫来自心中的脆弱，寂寞是你的强心剂
217 心境如此淡然，灵魂如此愉悦
220 寂寞，我愿和你长相伴
223 坚守无人喝彩的人生
227 活下去就有希望
229 心若没有方向，何处都是流浪
231 灿烂之花盛开在寂寞的土壤之中

章节摘录

面对现如今越来越多样化的生活方式，多数人钟情于热闹，不喜欢一个人独处，面对寂寞他们会不知所措，夜夜笙歌只为远离寂寞，躲避寂寞。
其实，人越害怕寂寞就会越孤独。
如果能做到珍惜现在，珍惜此刻这份独处时的寂寞，自然也会在这份体验中提升自己的心灵高度。
曾经，有一位修行的僧人，在听师父讲法的时候说寂寞本身就是一种修行。
于是，他开始实践，从此一个人化斋，一个人吃饭，一个人修行。
并且在寺院之中，宣扬自己的修行方式才是最为正确的，周围的师兄弟闻言都只是笑笑，倒也没人和他计较、争论。
僧人为此洋洋得意，感觉众僧皆未领悟佛祖真意。
后来，佛祖听说了这件事情，便叫来了这位修行的僧人，问道：“我听闻你一直在宣扬寂寞是一种修行。
”僧人自豪地回答道：“是的，佛祖，可惜我的师兄弟们都没有参悟透。
”佛祖闻言却微微笑道：“其实，是你没有参悟透。
寂寞是内心，并不一定要拘泥于形式。
因为，你所谓的寂寞其实是一种外在的形式，并没有修行到自己的心中。
你一味地沉醉于外在形式，那只是修行给别人看的，而没有进入你的内心。
”僧人听到佛祖的话，羞愧地低下头，继而向佛祖请示真正的修行方式。
佛祖说：“相对于外在孤独的修行方式，真正的内在修行应该是放下过去，放下未来，一心对待此刻的生活，全心全意投入到身边的事情，同时，不要过于执着，要知道，万事万物的发展总有它的道理，这也是自然的奥妙，不要固执地按照自己的思想进行改变。
”是的，诚如佛祖所言，过去的已经过去，成为了浮云；未来充满了变数，我们无法掌控；只有现在和此刻才是自己的，认真地活在当下，真心地对待身边的事情，用一颗自然的心去看待身边的世界，你会发现寂寞原来也是这般的美丽。
只要内心远离了喧嚣，无论身处怎样的世界，只要心中坚持虔诚的信仰；无论是在庙堂还是在民间，只要心中有了那份坚持，那个让自己不动不移的信仰，何处都是修行的道场。
人生本是美妙的旅行，虽然前方的道路上有无数的荆棘和挫折阻挡，但是只要我们拥有一颗在寂寞中修行的心，终究会注意到路边那些灿烂的花朵，它们会消除你满身的疲劳，带你升华到新的高度。
深夜的广场，万籁俱寂。
厂房的尽头上空，天车也正静静地躺在轨道上，此刻，它身上的每个部件都准备休息，逐渐进入梦乡……“哎，我怎么这么倒霉呀！
”钩头抚摸着自己的肩膀忽然痛苦地说道：“我天天马不停蹄地吊进吊出各种物资和产品，累得腰酸腿疼，苦不堪言。
但是每每待到了夜晚该休息的时候，主人却要把我甩到这个毫不显眼的旮旯里，头皮触着地皮好难受呀！
”天车闻言，温和地说：“我们本身就不是像花儿那样摆在明处让人看的，只要圆满地完成任务，那么就应该感到幸福和愉快！
早点睡吧，天亮后我们还得工作！
”“工作、工作，为什么我们要成天为别人服务？
这是什么破工作，我就不睡，不睡……人类对我们太不公平了！
”钩头气愤地说，“凭啥我把一台台发电机装车运出，然后它们便被安装在那高大明亮的厂房里，嗡嗡的声音和耀眼的色彩都显示着它们的能耐……而我却要在入夜后就被冷落在这里，我抗议！
”天车说：“发电机‘嗡嗡’的声音是表明它正在发电，可以用来供人类学习、工作和生产，我们没有必要计较那么多，这仅仅是社会分工不同……”但是，此刻正愤愤不平的钩头哪里听得进去这些道理，它只是一个劲儿地发牢骚，根本没注意到时间的流逝，结果，一抬头，发现天亮了，然后，人们开始工作和生产。

然而，由于钩头夜间的失眠，白天工作起来昏头涨脑，全身乏力，精力不能集中，所以当天车把钩头从地上拉起来后，刚刚升到半空，钩头就感到了一阵头晕目眩，“刷”地一下便从空中栽了下去！说时迟那时快，天车倏地将钩头抓住了……而后，钩头就这样被天车抓得紧紧地继续从事着爬上滑下的工作，吊运各种货物。
现在，每到晚上休息的时候，天车仍然依旧静静待在不显眼的地方。
而钩头也不再充满怨气，懂得在寂寞中适时补充自己的体力，这样才能做好自己的事情，才能在关键时刻一显身手。
通过这次的事件，钩头也开始明白了那些寂寞夜晚过后的白天能更好地展示自己。
或许，此刻的你犹如当时的钩头，正对自己吃苦受累的生活满腹牢骚，喋喋不休的抱怨填充了闲下来的寂寞时光，你可能获得了一时之快，但却忘记了应该在这个时候补充体力，调整自己。
于是，你错失了身边最宝贵的寂寞修行时光，那么即使等到机会到来的时刻，也不能获得成功；或许你不甘于现在的平静，不满于现在的寂寞，想着出人头地，就犹如紧悬在半空最显眼的钩头，虽然位置突出，一眼就能被人看到，但是，真正在起作用的却是默默无闻地抓紧钩头的天车。
如果自己能像天车一样在寂寞中修行，在寂寞中成长，关键时刻，方能一鸣惊人，要知道，成功来自于修行…… P2-5

编辑推荐

寂寞，是人生积蓄财富的时刻。
　《把寂寞变成你的财富》由李洁编著，寂寞是人生路上一定会经过的风景。
虽然，对于每个人而言，它出现的时间不同，但是它是一定会出现的。
等到它出现的时候，不必彷徨，也不用躲避，请用最自然的态度真诚的接纳它。
因为，寂寞本身就是匆忙人生路上的休憩站。
在这里，可以重新辨别定位一下方向；在这里，可以补充一下能量，作为下次腾飞的动力。

第一图书网, tushu007.com

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:http://www.tushu007.com