

<<现代人的心经>>

图书基本信息

书名：<<现代人的心经>>

13位ISBN编号：9787507535549

10位ISBN编号：7507535541

出版时间：2011-9

出版时间：华文出版社

作者：庄恩岳

页数：142

字数：100000

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>

## <<现代人的心经>>

### 内容概要

现代人虽然物质生活富裕了，但是许多人的快乐却少了。

每天烦恼不断，没有心平气和的时光，身心被各种名利所羁绊，焦虑、烦躁、痛苦、不安、恐惧等坏情绪经常缠绕着，亚健康已经成为其亲密的伴侣，各种各样的时代病不时侵入，甚至有不少人早早夭折……这是为什么呢？

实际上，现代人心灵的痛苦远比肉体的痛苦更难承受，多少人到夜晚无法安心入睡。

那些肉体的损伤、溃疡等疼痛，还可以忍耐和承受，而各种灵魂的烦愁、怨恨等痛苦，却会时时吞噬每个孤独的心灵。

肌体的疾病，多数由心灵的扭曲所引起。

所以说，心病还得心药治，医治心灵创伤更为重要。

## <<现代人的心经>>

### 作者简介

庄恩岳，浙江省宁波人。  
曾任国家审计署科学研究所副所长，南京审计学院副院长，国家审计署经贸司副司长。  
中国工商银行监事会正局级专职监事。  
中国内部审计学会第三届常务理事。  
全国青联第八、第九届委员。  
享受国务院政府特殊津贴。  
现为中国信达资产管理股份有限公司副总裁，执行董事，研究员。  
数年来。  
在工作之余。  
潜心研究素质教育和励志教育问题。  
致力于格言语录体的创作。  
其作品不但进入国内畅销书排行榜。  
而且在海外华人地区广为流传。  
我国台湾地区、韩国、日本等都有不同的版本。  
代表作《人生的每日忠告》出版至今已连续重印十多次，深受人们的欢迎。  
《炒股就是炒心态》新浪点击已经超过百万。  
《今日浙江》等专栏作者。

## <<现代人的心经>>

### 书籍目录

- 一、积极心态
- 二、快乐工作
- 三、工作态度
- 四、自我负责
- 五、了解内心
- 六、管理内心
- 七、读懂权力
- 八、谨慎做官
- 九、不乱攀比
- 十、快乐活当下
- 十一、戒除贪欲
- 十二、不贪不愚
- 十三、放纵是祸
- 十四、严格要求
- 十五、去烦妙药
- 十六、拥有智慧
- 十七、恬静心态(一)
- 十八、恬静心态(二)
- 十九、巧伪不如拙诚
- 二十、不投机取巧
- 二十一、厚德载物
- 二十二、道德修养
- 二十三、自律是福(一)
- 二十四、自律是福(二)
- 二十五、贪欲是火
- 二十六、不贪是福
- .....

## &lt;&lt;现代人的心经&gt;&gt;

## 章节摘录

道德修养是一个人通过自身的知识、品行、智慧和意志等因素所散发出来的一种美德。

“欲修其身者，先正其心；欲正其心者，先诚其意”。

一个人要想成为真正的成功者，必须努力使自己的精神升华以后才能获得成功。

道德修养的第一个目的，是为了让自己拥有高尚的情操。

第二个目的，是为了让自己增强在现代社会中生存的能力。

没有良好的道德修养，就没有什么美德，那么所谓的幸福生活是不存在的。

如果一个人得到美德，那么就能健康、幸福地生活。

如果一个人失去美德，那么只能虚度自己的生命，甚至减少自己的寿命。

没有美德的才智是很危险的，因为有时候这种才智甚至是残害自己和别人的毒药。

道德修养最重要的一个方面是从我做起，塑造一个全新的自我。

我们在抱怨别人不道德的同时，是否深刻地反省自己？

我们在埋怨社会风气不好的同时，是否深刻地反省自己？

是否存在“加塞儿”、“国骂”、“海侃”、“不尊老爱幼”、“见死不救”等行为？

我们在痛惜自然环境恶化的同时，是否深刻地反省自己？

是否存在破坏自然环境的行为？

我们在奢谈国家前途、时代使命的同时，是否深刻地反省自己？

是否只会发表言论而没有实际行动？

我们在惊叹社会变化神速的同时，是否深刻地反省自己？

是否及时进行了观念和知识的更新？

我们在痛骂贪污腐败分子的同时，是否深刻地反省自己？

是否能够自省、自律？

自己做不到，却总要抱怨社会，这样就不会有好的生活态度和人生经历。

如果人人有责任心，有正义感，那么这个世界就会十分的美好。

道德修养是一个人每天必做的功课。

想通过改变自己来改变命运，那么首先要注重自己的道德修养问题。

如果你是一个为人大方，不损人利己，不贪小便宜的人，那么自然会得到别人的敬重；如果你是一个遵守诺言，不失去个人信用的人，那么自然会得到别人的敬重；如果你是一个不骄傲自大，不目中无人的人，那么自然会得到别人的敬重；如果你是一个经常恩泽和关照别人的人，那么自然会得到别人的敬重；如果你是一个言行谨慎，不伤害别人的人，那么自然会得到别人的敬重；如果你是一个处处以人为师，不以自我为中心的人，那么自然会得到别人的敬重；如果你是一个不阳奉阴违的人，那么自然会得到别人的敬重；如果你是一个不见利忘义、不以权谋利的人，那么自然会得到别人的敬重。

……

<<现代人的心经>>

编辑推荐

心散懒，人也慵懒：心浮躁，人也烦躁。  
心恬静，人也安静：心平和，人也温和。  
日日静心片刻，智慧不请自来。

<<现代人的心经>>

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>