第一图书网, tushu007.com

<<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

第一图书网, tushu007.com

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。

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。

第一图书网, tushu007.com

<<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
……

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。
……

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。

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