

<<让心灵更轻盈的365个舒心安慰>>

图书基本信息

书名：<<让心灵更轻盈的365个舒心安慰>>

13位ISBN编号：9787510401237

10位ISBN编号：7510401232

出版时间：2009-3

出版时间：新世界出版社

作者：文柯

页数：303

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>

<<让心灵更轻盈的365个舒心安慰>>

内容概要

人生漫漫，每天我们都在生活的舞台上扮演着自己的角色，为金钱、地位、梦想、事业而奔波。挫折、算计、伤痛……其间种种人生之苦常常让人身心疲惫，不堪重负。日益沉重的生活压力，让我们的心灵提前枯萎，过早进入了暮年。

是该静静坐下来，用一道坚实的屏风把所有的纷繁芜杂挡在心域之外，于平和的心境中浸润我们的心灵了。

本书将人生的各种遭遇浓缩于一年的每一天，从不安、迷茫、挫折、自卑、痛苦、贪厌、烦恼、嫉妒、愤怒等几方面入手，向读者传授轻盈心灵之道。

帮助读者以轻对重，以轻对累，既不受名利之累，也不为劣境所苦，无论处于佳境还是不幸，都能找到自我轻松之法。

每天，给自己一个心灵安慰，让心灵自由地呼吸。

每天，给自己一个快乐的理由，让自己活得更加轻松自在！

<<让心灵更轻盈的365个舒心安慰>>

书籍目录

第一章 读懂生活，品味心灵的宁静 水性人生 坚持而已 花朵静悄悄地开 胡萝卜、鸡蛋和咖啡 身正不怕影子歪 画家卖画 玩好上帝发给你的牌 等待花开 生活的味道 必要的等候 耐心等待成功 水到自会渠成 只有他坚持到最后 今天你能做到的 遇见好心情 心宁智生 上了弦的弓 智者的快乐法则 松手就可以着地 微笑的生命 远离沮丧，坚持梦想第二章 点一盏心灯，照亮人生之路 点亮你生命的心灯 人生没有平坦路 失业不矢志 兴趣铸就伟大 学会选择，学会放弃 始于心动，成于行动 你需要的只是一块面包 倾听自己的心声 无怨无悔，我走我路 过不去了，另起一行 路在脚下 今天之失去，明日之得到 101岁成名的画家 把长路走短 成功绝非偶然 人生的圈圈 居安要思危 阳光就是希望 风通病和蜘蛛 绳子不能太长 教练的减肥绝招 似懂非懂的教授 一步改变一生 不走寻常路 方法不对 选择成就未来 永远都要坐前排 把失望变成希望 “0”的价值 不要失去主见 目标的召唤 机遇在哪里 承受极限 “飞人”乔丹 英国人和犹太人第三章 跨越生命的荆棘，让前行的脚印更清晰 泥泞留痕 浮生若茶 永不言败 比金子更重要的东西 一颗金子般的心 挫折的恩赐 笑对人生的残局 绝境后的绝唱 挣脱思想的束缚 抬头是片蓝蓝的天 水激石则鸣 挫折的缺口 当生活抛弃了你 危险的森林里 成功在报酬之外 生活没有绝望 死神也怕咬紧牙关 永不放弃 化被动为主动 一切可以重新开始 向命运发起挑战 人生红绿灯 是我抱着你 败了亦从容 太多的宠爱 再努力一次 洗厕所的少女 追逐梦想的人 转角就是希望 当挫折不期而至 跨越生命中的低谷第四章 释放心灵，找回内心深处的自己 最优秀的人是你自己 他们都曾自卑 一秒一秒地摆动 相信自己是一只雄鹰 一个人的长相没有标准 上帝眷顾哪些人 让自卑成为过去 谁是帮你东山再起的人 让我画完吧 美国总统 命运靠自己来把握 幸亏没有录用他 不必抬头看人 自信成功了一半 我已经不是哑巴了 家传宝箭 信念的力量 不适合种麦子的地可以试着种豆子 给每个人一次机会 自知之明 解除心灵的枷锁 世界因你而精彩 做最出色的自己 玛莉的蝴蝶结 生命的价值 黑色的气球 秉持本色 亮出你自己第五章 人生如茶，从苦乐中轻嗅生命芬芳 无根禅师 体验痛苦的方式 不知地狱，何谓天堂 左臂的功劳 劣势并不意味着不幸 苦难至极，天才至极 痛苦是生命中的财富 苦难不过如此 经历苦难，懂得改变 用微笑把痛苦埋葬 不能流泪就微笑 那个球是上帝踢中的 只要一颗心不残疾 人不自助天无助 每个人都曾失去过亲人 珍惜生命之痛 造福全球的意外 “泥沙”也是梯子 不屈不挠的米契尔 人生不会一帆风顺 甩开绝望，迎接希望 没有任何理由绝望 遗忘痛苦，收获希望 痛，证明你还活着 总有一扇为你而开 “让今天更有价值” 天才的苦难 事情既然如此，就不会另有他样 破茧的蝴蝶 身残志坚 忘记束缚 谁是真正的残障第六章 轻载生命之舟，让心灵轻舞飞扬 放下石头去登山 原来我也很富有 一杯水的启示 贪婪的乞丐 成功的秘诀 心中无牢，处处自在 善良比财富更重要 有钱也是一种负担 找不到快乐的国王 攀登另一种巅峰 疲惫来自欲望 最有智慧的人 挑剔的待嫁姑娘 命运女神和乞丐 没有烧熟的铁茄子 狮子、狐狸与鹿 人要懂得珍惜现在 不要试着引狼入室 贪婪只会让你失去更多 人心不足蛇吞象 免费的看守人 睡觉时有双暖和的脚 贪厌猛于虎 生命不可贪 淳朴的山民 幸福的秘密 鲁庙里的怪酒壶 莫让贪婪蒙蔽你的双眼 哪里是绿洲，何处是彼岸 一不小心就丢了自己的心第七章 给心灵洗个澡，让生命自由呼吸 烦恼都是自找的 心乃快乐之根 不作茧自缚 怎样烧开水 穷汉的幸福归宿 上帝的回答 忘却烦恼，轻装上阵 狮子的烦恼 三天是不幸最大的期限 只要借到最后1万美金 沙漠里的星星 不过一碗饭 赶不走的驴子 选择快乐 气色很好 转换角度 一切都还在 生活的阳光 把卖鱼当做一种艺术 不同的小镇 种花的邮差 幼女配老翁 心宽出境界 保持乐观 真正的富翁第八章 放下就是快乐，成就心灵的碧海蓝天第九章 别让心灵上了火，聆听生命的浅歌低吟第十章 平淡是真，让心灵于自然中得到安宁第十一章 再苦也要笑一笑，感受幽默带来的温馨第十二章 善待自己，让心灵像花儿一样灿烂

<<让心灵更轻盈的365个舒心安慰>>

章节摘录

听完父亲的话，他选择了教师职业。

在从教中，他感到自己在这方面很难有建树，只好离开了学校，选择了唱歌。

17岁时，他的父亲介绍他到“罗西尼”合唱团，他开始随合唱团到各地举行音乐会，并经常在免费音乐会上演唱，希望能引起大家的留意和注目。

可是，近七年过去了，他还是无名小辈，眼看着周围的朋友都有了成就，而自己还没有养家糊口的能力，他苦恼极了。

偏偏在这个时候。

他的声带长了一个小疖，在一场音乐会上，他吃力地演唱，被观众的倒喝彩给轰下了台。

此时，他想起了父亲对他说的话，最终选择了坚持。

几个月后，他在一场歌剧比赛中崭露头角，后来，演出了歌剧《波希米亚人》，演出结束了，他赢得了观众雷鸣般的掌声。

从此，他的知名度不断上升，成为活跃于国际歌剧舞台上的最佳男高音。

当一位记者问起他成功的秘诀时。

他说：“我的成功在于我在面对人生的岔路口时做出了明智的选择，我选对了自己施展才华的方向。”

他就是名震世界的男高音歌唱家帕瓦罗蒂。

她成功了，淡淡地说：“其实，每个人只要能清醒地找到自己的最佳位置。

就能获得成功。

说心里话，谁都想最大限度地发挥自己的能量，但是由于各种原因。

并不是你想干什么就能干什么，生活其实就如写文章一样，当你发觉笔下的那一句不是自己最满意的言语，甚至是败笔的时候，那你就暂时停笔思考一下，等到精彩的华章涌向笔端，何妨另起一行重新抒写，直至满意为止。

”路在脚下阿雷德在高中读书时，校长对他的母亲说：“阿雷德或许不适合读书，他的理解能力差得让人无法接受，他甚至弄不懂两位数以上的计算。

”母亲很伤心，她把阿雷德领回家，准备靠自己的力量把他培养成才，然而阿雷德始终对读书不感兴趣。

一天，当阿雷德路过一家正在装修的超市时，他发现有一个人正在超市门前雕刻一件艺术品，阿雷德对此立刻产生了兴趣，他凑上前去，好奇而又用心地观赏起来。

不久，母亲发现阿雷德只要看到什么材料，包括木头、石头等，必定会认真而仔细地按照自己的想法去打磨和塑造它，直到它的形状让他满意为止。

母亲很着急，她不希望他玩弄这些而耽误学习。

阿雷德最终还是让母亲失望了，没有一所大学肯录取他，哪怕是本地并不出名的学院。

母亲无奈地对阿雷德说：“你已长大，走自己的路去吧！”阿雷德知道，他在母亲眼中是一个彻底的失败者，他很难过。

决定远走他乡去寻找自己的事业。

几年以后，市政府为了纪念一位名人，决定在政府门前的广场上放置名人的雕像。

众多的雕塑大师纷纷献上自己的作品，以期望自己的大名能与名人联系在一起，这将是难得的荣耀和成功，最终一位远道而来的雕塑大师获得了市政府及专家的认可。

<<让心灵更轻盈的365个舒心安慰>>

编辑推荐

《让心灵更轻盈的365个舒心安慰》由新世界出版社出版。

<<让心灵更轻盈的365个舒心安慰>>

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>