

<<在心灵牧场上放逐>>

图书基本信息

书名：<<在心灵牧场上放逐>>

13位ISBN编号：9787510435386

10位ISBN编号：7510435382

出版时间：2013-2

出版时间：新世界出版社

作者：柳迦柔 著

页数：211

字数：151000

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>

<<在心灵牧场上放逐>>

前言

心灵就是一片牧场，广袤而深远。

当我们有幸在草原上驰骋，就会发现，拿着牧鞭放牧的人，不是机械地驱赶着那些游动着的生灵，而是让自己的心灵与蓝天白云相融，在蒙古长调与马头琴的歌声里陶醉。

这样的意境曾经让无数人幻想过，可真正能够实现的又有几人？

生活在钢筋水泥的丛林里，你有没有这种体验：随着空间的缩小，你的心胸不知不觉间也变得狭小而没有缝隙。

看着清晨路上的清洁工，你是否也在想：我心里的垃圾难道也越积越多？

搜索着大量的网络信息，你是否会发出一声感叹：我的生活为什么变得越来越复杂？

如何才能变得更加轻松？

诗意地生活，虽然听上去浪漫，其实，就存在于现实之中。

不只美酒如诗，生活才是最精彩的诗篇。

因为生活氛围的浓厚与否，直接决定着人们生活的幸福指数。

幸福指数的高低，又与人们的生活情趣和生存状态密切相关，其中千丝万缕的联系足以让人们惊叹：这个世界的美好，原来是由那些奇妙的生活构成的。

一个人一辈子有很多要做的事，并不是每件事都能让他感到开心，有些人做事是为了帮助别人，有些是为了愉悦自己，有些是为了弥补遗憾，也有些是不得已而为之。

如果我们能换位思考，将快乐和不快乐的事放到一起，然后以快乐的心境去回味自己做过的每一件事，或许，人生就会从此而改变。

遥望幸福，不如感受幸福。

生活得快乐与否，完全取决于个人的心灵感受。

面对纷繁复杂的世界，人生的境遇不尽相同。

生活中的精彩，让人们的内心变得充盈；生活中的不幸，又让人们的内心变得凄凉。

充盈了，如同牧场浸润了甘露，滋生而茁壮；凄凉了，好似败絮又遇夜雨，千疮百孔。

无论快乐和忧伤，都在心灵的牧场里扎根、生长、开花、结果。

由此可见，心灵，是多么需要清理啊！

.....

<<在心灵牧场上放逐>>

内容概要

本书从认真品读生活开始，让读者给自己定位，接受自己，规划好生活，拥有自信和快乐。从而遵循开心快乐的生活法则，保持乐观的心态，拥有一份淡然的心绪。再从享受孤独到仰望幸福，从生活的不等式到善用友情的力量，在放慢生活脚步的同时，回归生活的本真。让读者感受无处不在的幸福，并将挫折化为前行的动力。学会释放、有效减负，做快乐的主人，珍惜生活，在拾起和放下之间，享受已经拥有的一切。

<<在心灵牧场上放逐>>

作者简介

柳迦柔，作家、书评人，文著协、作协会员。

曾从事教育管理、翻译及文史工作，荣获第三届中国法制文学原创作品大赛长篇小说奖、辽宁青年散文优秀作品奖，先后于40余家报纸杂志发表书评、散文随笔、科普等专栏文字逾百万。

2010年1月出版长篇小说《财政局长》；2011年1月出版长篇小说《女刑警队长》；2012年6月出版长篇小说《老警》；2012年8月出版繁体版心灵成长类作品《在心灵牧场上放逐》；2012年9月出版繁体版心理减压类作品《原味的幸福》。

已出版散文评论集及散文合集四部。

多篇作品被收入“青春阅读丛书”《拥有感恩的心》《品读生活的书签》等书籍。

<<在心灵牧场上放逐>>

书籍目录

生活中的幸与不幸
生活中的幸与不幸
享受孤独是一种幸福
在烦恼里仰望
幸福就是一顿榆钱儿饭
最容易满足的快乐
生活中的不等式
花朵的魅力容颜
让幸福像花儿一样绽放
淡定的人生更开心
给心灵做一次瑜伽
学习是美丽的同桌
谈一场叫工作的热恋
有一种幸福叫健康
冥想每一天开心伴随你
仰望星空，你就是最亮的那颗星
无尽的快乐正等着你回家
做自己的船长063
人生就是一场兔子舞
遗憾也是一种美
给自己作一次规划
策划的魅力
爱自己，生活才会更多彩
做自己的船长
时光不会逆转

<<在心灵牧场上放逐>>

章节摘录

像回味初恋一样品味幸福 生活真的平淡无味了吗？
在经过婚姻的阵痛之后，很多食色男女对人生感到失望，对幸福产生了怀疑。
这个时候，也许，回味初恋，会帮助你疗伤。

初恋是否值得回味？

幸福真的如初恋一样吗？

很多人不约而同地提出了这样的问题。

在秦海璐的首张音乐专辑《幸福回味》中，听到了《再一次》《幸福回味》《下一站风景》《爱有天意》《等待》《记号》《没主角的戏》《为自己》《明天比今天幸福》《重生》等歌曲，而在《幸福回味》这首歌中，似乎找到了答案。

歌中唱道：黄昏街道冷清独自慢慢步行 / 枫叶纷纷落入我手心 / 风也带走冷静你步伐渐渐已停 / 曾经笑着流泪就算心意违背 / 心里的声音它对我说 / 爱的感觉依旧留恋付出的感受 / 不管这一条路它有多难走想的全都是你 / 一个没有星星的清澈天空下 / 我们再次分享 / 若爱情只给我们一次机会 / 我仍然会把它填满许多滋味就像那空中随风飘流气球 / 装满所有幸福回味 / 不论怎样都是要学会放手 / 我已经渐渐从爱情里体会 / 与你同分享所有的感动 / 我们再次相遇时候 / 我会用最灿烂笑容 / 只想告诉你保留心中悸动就足够…… 在充满温度与情感的声音中，秦海璐带领我们告别青涩的爱情，进而追求成熟与智慧的甜美味道，当一首歌曲结束，放眼看向远方，目之所及，不再是狭小的缝隙中那一缕阳光，心胸开阔的同时，眼前的一切都变得无比的美好。

根据女作家萧矛的小说《初恋》改编的电影《初恋的故事》，讲述了北京女孩新月为了在茫茫人海中找到初恋男友余波，不顾家人反对，毅然辞去工作去上海寻找男友，这期间发生的一波三折的故事。

电影经过吴奇隆的表演，将那种让青春男女感动的纯纯初恋演绎出来，令人难忘。

而这样的初恋，对于男女主人公来说，即使最后没能在一起共度一生，只是偶尔回味一下也会感到甜蜜。

……

<<在心灵牧场上放逐>>

媒体关注与评论

心灵学，即生命学，至少它是生命学的重要组成部分。

当生命或心灵压上一块又一块隐形的巨石的时候，也唯有柳迦柔《在心灵牧场上放逐》这样的精神巨轮才能够将其一点一点地运走，并载来清风明月，以及鸟语花香。

——中国当代散文十家、中国桂冠诗人 谭延桐 在浮躁的氛围中，我们尤其需要心灵的宁静！

推荐柳迦柔好书《在心灵牧场上放逐》。

——旅美著名作家 袁道之 美好的生活来自美好的心情。

从现在开始，和旭阳一起微笑，你会变得无限舒展，心灵的山河将一片璀璨；从现在开始，让脚步踏上晨歌的旋律，轻松上路，你的征程将一路鸟语花香；从现在开始，让上善的正能量充满呼吸，在欢快的血脉涌动中，放飞爱和希望的翅膀，你的生命将因此蓬勃丰盈。

——散文及专栏作家、资深媒体人 林清平

<<在心灵牧场上放逐>>

编辑推荐

我想收获幸福，可我播种了快乐的种子吗？
我想获得平静的生活，可我的内心是否安宁？
带着快乐回家，无尽的幸福等着你

<<在心灵牧场上放逐>>

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>