

<<尘世悟语>>

图书基本信息

书名：<<尘世悟语>>

13位ISBN编号：9787511334008

10位ISBN编号：7511334008

出版时间：2013-5

出版时间：华君 中国华侨出版社 (2013-05出版)

作者：华君

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>

<<尘世悟语>>

前言

当前，社会生活在显示其丰富的内容时，也让人感到了它的繁杂。与此同时，许多来自工作、生活、学习上的压力，使得越来越多的人感到生活的空虚、精神的焦虑，就如同迷失于风沙中的羔羊，不知如何去面对尘世纷扰。

为了摆脱这种种苦恼，人们开始四处寻医问方，渴望找到治疗心灵疾苦的灵丹妙药。

其实，只要我们常怀悲悯之心则恶念不生，人便活得踏实、平和。

善与恶、爱与恨在人的心里此消彼长，你必须谨慎把持，以使善心常驻。

快乐或者烦恼，不在于你的生活中发生了什么事情，而在于你对待这些事情的态度。

只要自己放下烦恼，抛开杂念，就能求得心灵的宁静和人生的快乐。

我们要舍得和放下，但习惯了“拿起”的人们，让他“放下”谈何容易？

况且，他能放下手上、肩上的重负，能放得下心里的牵绊吗？

心中有事世间小，心中无事一床宽，欲求心灵解脱的人，不能不警醒。

平常之人常有，平常之心难得，反过来讲，正是因为心难平常，人才变得如此平常。

在生活节奏加快、生存压力日趋增大的今天，每个人都要承受这样或那样的压力和痛苦。

因此，人们的内心常会有一种惴惴不安的感觉，有时甚至不知道自己身在何处！

中国传统文化是这样地博大精深、妙不可言，而人生又是如此地迷雾重重、坎坷曲折。

如何让它更好地指点我们做人做事，点悟我们的人生？

如何在出世与入世之间寻得一种平衡？

当你默默独处时，有没有听到内心深处对于宁静的呼唤？

当你面对脆弱的生灵，有没有感受到一种悲悯的情怀？

当你面对挑衅与误解，有没有容忍与退让的闪念？

如果有，那就是打开智慧之门的钥匙。

不管你有多忙、有多累，不管你的生活如何受制于尘世中的名缰利锁，只要你学得为人处世的智慧，你就能够修得人生正果。

本书以中国传统文化的精髓为基础，以感悟人生的高超智慧为核心，融合了各家思想的精华，从正确认识自己，把握处世分寸，坚持为人原则，加强品德修炼，努力奋发向上，掌握生活智慧，端正工作态度，享受自由快乐等方面出发，通过经典的故事、浓缩的智慧精华，全方位展示人生的智慧，以更贴近生活，满足读者的精神需求。

世事洞明皆学问，人情练达即文章。

本书是对人生智慧的通俗而实用的阐释，是每个人生活的指南、工作的助手，是通往幸福美满人生的桥梁。

如果将这些智慧普遍地融入生活和工作当中，有助于把生活、工作推向更高的意境，使你的精神生活更充实，物质生活更高雅，道德生活更圆满，感情生活更纯洁，人际关系更加和谐！

<<尘世悟语>>

内容概要

《尘世悟语:淡定与舍得的智慧》直指都市人的内心世界，直面现实的社会问题，如烦恼、压力、困惑、纠结等，是探求获取心灵平静与快乐的钥匙。

文中精辟的哲思、恬淡的悟语、轻松明快的文字、富含哲理的故事，开启了人生必备的智慧法门，使滚滚红尘中忙碌的人们在感悟中提升心灵修养、缓解生存压力、培养愉悦心态、享受智慧人生。

<<尘世悟语>>

作者简介

华君，原名常桦，长期从事创意、策划和咨询等工作。
曾出版《博雅心理自助丛书》、《职场咖啡系列丛书》、《情商决定命运》等图书。

<<尘世悟语>>

书籍目录

第一章点亮心灯，放飞心灵 / 001 燃起内心的光 / 001 做有自信的人 / 002 掌握自己的命运 / 005 运用心性的力量 / 007 明确自己的生活目标 / 009 依靠自己才是硬道理 / 012 呼唤自己 / 014 重要的是写好“我”字 / 016 认识我们自己 / 018 看清自己的本质 / 019 尊重自己的本性 / 011 抵制各种诱惑 / 022 第二章积蓄力量，改变人生 / 025 让自己的人生变得有意义 / 025 不圆满也是一种圆满 / 028 用出世之心做人世之事 / 029 志存高远 / 031 接纳生活的苦与乐 / 034 为善不求人知 / 036 大智若愚 / 038 人生需要厚积薄发 / 039 苦难显才华，好运隐天资 / 042 放下才能得到解脱 / 044 收获源于耕耘 / 048 人生是持之以恒 / 049 第三章珍惜当下，知足常乐 / 052 把握当下 / 052 把握今日的幸福 / 054 现在的时间才是最重要的 / 055 幸福的真谛是知足 / 057 积聚金钱并不重要 / 060 扫今天的落叶 / 063 世上没有后悔药 / 065 亲情永远胜过金钱 / 068 生命中的“今天”最重要 / 069 第四章滴水之恩，涌泉相报 / 071 狐狸报恩 / 071 要知恩才能报恩 / 072 报答父母 / 074 感恩的连锁效应 / 076 知恩图报的黄雀 / 078 黑子牛报恩 / 080 滴水包万物 / 083 第五章宽容之心，伴随一生 / 085 宽容是一种美德 / 085 迎接新生活 / 088 宽恕别人，受益自己 / 092 忍一时风平浪静，退一步海阔天空 / 093 有容乃大 / 096 大肚能容天下事 / 098 互相谦让 / 100 笑纳百川 / 102 不要斤斤计较 / 104 赠人一轮明月 / 107 第六章回归简朴，从容淡定 / 110 宠辱不惊 / 110 除去心头的障碍 / 112 控制自己的欲望 / 114 快乐不需要太复杂 / 115 平淡的爱才是真 / 117 做个超凡脱俗的人 / 120 不咸不淡才是常味 / 121 一切顺其自然 / 123 枯荣任它去 / 124 能驾驭物质财富 / 125 生活应简约 / 127 人生需要淡定 / 130 淡看人间的生死冷暖 / 133 第七章脚踏实地，一步一个脚印 / 135 生命的过程最重要 / 135 充实自己的一生 / 138 虚心做事 / 140 不要爱慕虚荣 / 145 走适合自己的路 / 146 勤劳造就辉煌的生命 / 149 把握好每一分钟 / 152 莫要拖延 / 155 重要的是实践 / 158 要做实干家而不是空谈家 / 161 专心致志地做好每一件事 / 164 凡事要一步一个脚印 / 167 做个有心人 / 170 始终都要持之以恒 / 171 第八章参透生死，一切随缘 / 175 生命轮回，世界无常 / 175 听从内心的召唤 / 176 生死随缘 / 179 死亡并不可怕 / 181 生死无怨无悔 / 182 以达观心看待死亡 / 185 智慧来源于现实 / 187 第九章涤荡心灵，放下负累 / 189 给心灵洗个澡 / 189 保持一颗清净的心 / 190 该执着的才执着 / 191 放下精神负担 / 194 不要有挂念 / 196 熄灭心中的怒火 / 197 庸人自扰 / 199 物我两忘 / 200 拥有一颗纯洁的心 / 202 贪多嚼不烂 / 204 把烦恼写在沙滩上 / 206 放下你的优越感 / 208 心无挂念常开心 / 211 第十章灵活变通，自在处世 / 214 进退适时 / 214 处世如水流一般 / 215 柔弱居上，刚强处下 / 217 以不变应万变 / 218 殊途同归 / 218 要辩证地看待问题 / 219 致命的偏执 / 220 有些事情需要“半途而废” / 222 适应了才会长久 / 224 第十一章心境自造，快乐常存 / 226 物随心转，境由心造 / 226 心境不同，人生不同 / 229 生活需要乐观的态度 / 231 用舍的态度来生活 / 234 幸福是一种感觉 / 236 心就是快乐的根 / 238 用眼睛去发现快乐 / 239 笑除百病 / 241

<<尘世悟语>>

章节摘录

版权页： 依靠自己才是硬道理 任何人帮得了你一时，帮不了你一世，不要依靠，不要祈求，依靠他人只会使自己懦弱，祈求也只是一种安慰，自身的强大才是硬道理，不如挺起自己的腰板，种下信念的种子，让坚强之树在心灵之中越长越高。

据史料记载，六祖惠能（也作慧能）的父亲早亡，留下他和老母亲，家里的日子过得非常拮据。他父亲生前曾经做过当地的小官。

在他父亲去世之后，几乎没有人愿意帮助他们摆脱困难的生活。

坚强的惠能和他的母亲并没有怨天尤人，而是靠自己的勤劳刻苦迎来幸福的生活。

据说惠能每天上山砍柴卖钱维持他和老母亲的生计。

倘若惠能是个自私的懒人，注意力只放在租借别人的钱财上过活，可能他和母亲早就饿死了。

假如有人只是缠着大树的藤蔓，那么，他永远也成不了大树，永远也成不了气候。

退一步讲，大树终有倒下的一日，依靠别人终究是不能长久的，唯有做到“求自己”才是最稳固、最牢靠的。

佛印与苏东坡是好朋友，他们经常在一起聊天。

有一天，他们两人一同游寺庙时，看见其中一尊观音菩萨雕像，栩栩如生，口中似乎念念有词，虔诚至极。

苏东坡很是不解，于是他问佛印：“观世音菩萨到底在祷念什么？”

佛印说：“在念南无观世音菩萨七字真言！”

听完佛印的回答，苏东坡觉得更加迷惑了，于是，他继续问道：“观世音菩萨本来是我们凡人膜拜祈祷的对象，怎么也和我们一样在祷告，自己念自己呢？”

佛印说：“求人不如求己！”

“求人不如求己！”

佛印这句话非常经典。

与其总是期望别人的关照，还不如努力将自己的分内事情做好。

西方有句名言：“上帝总是帮助那些帮助自己的人。”

用中国人的话说就是：“人必自助而天助之。”

谁也不能否认，我们都有依赖心理，总是希望借助别人的力量去完成一些自己不愿意去做或者自认为完不成的事情。

相比于男人而言，女人自有其薄弱的地方，在适当的时候，适当地示弱，本无可厚非，但是千万不要过了头，一旦养成依赖性人格，那后果就严重了。

有这样一个女孩子，她从小被父母娇生惯养，生活缺乏独立自主的意识和能力，无论是对于学业、生活还是工作，她都习惯性地按照别人设计好的路子往前走。

她是独生女，从小到大都是在爸爸、妈妈、爷爷、奶奶的呵护中成长，在学校里是听老师话的好学生，在单位是遵守纪律的好员工，结婚后成了听话的好老婆。

不管是生活还是工作，似乎总有人帮助她渡过难关，帮助她解决各种各样的困难。

久而久之，帮她的人都已经一个个离她而去，她感到很孤独无助，非常失望。

特别是当她一个人独自去面对问题的时候，她感到手忙脚乱，不知所措。

<<尘世悟语>>

编辑推荐

《尘世悟语:淡定与舍得的智慧》以中国传统文化的精髓为基础,以感悟人生的高超智慧为核心,融合了各家思想的精华,从正确认识自己,把握处世分寸,坚持为人原则,加强品德修炼,努力奋发向上,掌握生活智慧,端正工作态度,享受自由快乐等方面出发,通过经典的故事、浓缩的智慧精华,全方位展示人生的智慧,以更贴近生活,满足读者的精神需求。

世事洞明皆学问,人情练达即文章。

《尘世悟语:淡定与舍得的智慧》是对人生智慧的通俗而实用的阐释,是每个人生活的指南、工作的助手,是通往幸福美满人生的桥梁。

如果将这些智慧普遍地融入生活和工作当中,有助于把生活、工作推向更高的意境,使你的精神生活更充实,物质生活更高雅,道德生活更圆满,感情生活更纯洁,人际关系更加和谐!

<<尘世悟语>>

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>