

<<发现你的心灵>>

图书基本信息

书名：<<发现你的心灵>>

13位ISBN编号：9787536689800

10位ISBN编号：7536689802

出版时间：2007-9

出版时间：重庆出版社

作者：于丹

页数：234

字数：180000

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>

<<发现你的心灵>>

内容概要

名家讲坛汇集了于丹、阎崇年、孔庆东、纪连海、孙云晓等五十多位文化名人最新的精彩演讲，内容涉及人文、历史、教育、百姓生活等诸多方面。他们根据各自研究的专长，结合自身的经历，用通俗易懂、诙谐幽默的讲解方式，告诉我们学会审视自我，修炼自我，完善自我。他们的远见、智慧和气魄，给了我们无尽的力量，让每一位聆听者都深受启迪。这种感悟式的解读，引经据典，旁征博引。全身心投入交流的方式直指心灵，既中肯又实用。在感受名家激扬演讲魅力的同时，也“品尝”了一道可口的文化大餐。

<<发现你的心灵>>

作者简介

于丹：北京师范大学艺术与传媒学院副教授，中国古代文学硕士，影视学博士，硕士生导师，古典文化研究者和传播者。

出版《形象品牌竞争力》等专著多部，在重要学术刊物发表专业论文十余万字。
知名影视策划人和撰稿人。
为中央电视台《东方时空》、《今日说法》、《艺

<<发现你的心灵>>

书籍目录

于丹：发现你的心灵
阎崇年：袁崇焕的业绩与精神
纪连海：正说清朝重臣之和坤
孙云晓：和谐家庭与和谐成长
陶宏开：素质教育与青少年网络问题
孔庆东：武侠与人文素养
樊富珉：健康文明从“心”开始
于康：营养饮食与健康
陈冬牛：学习健康，体验快乐
赵之心：让运动打开健康之门
阎学通：中国崛起与和谐社会
王秀海：衣食住行中的法律点

<<发现你的心灵>>

章节摘录

书摘再来说“智者不惑”。

漫天漫地我们存在多少迷惑、多少困惑，客观中又有多少诱惑？

这个“惑”的元素也比过去更多。

再来说“勇者无惧”。

我们内心能不惧怕吗？

我们面对这样一个庞杂的、价值观出现断层的社会急剧转型的阶段，我们每一个人可以安身立命吗？所以我们说认知自己并不是凭空的静态的认知，而是把自己放大到一个生活的坐标系中，在这个坐标系在这个时代之中看自己，越发觉得人很渺小，人被所有的忧、惑、惧压得喘不过气来。

我们顶多做一个喜剧演员，脸上挂着职业的笑容，但是很难面对自己的内心。

那么我们能做什么？

孔子告诉我们简单的三个字：做一个仁者、智者、勇者。

仁、智、勇三个字在这里到底是什么地位？

仁、智、勇是人的主观，忧、惑、惧是世界的客观。

当我们没有能力选择去改变世界的时候，我们起码有能力选择改变自己，也就是说怎么样让你的内心更加强一点。

那么什么是仁呢？

学生曾经问过孔子：“老师，什么叫仁？”

按说“仁”是孔子儒家思想的核心，今天的学者解释起来长篇累牍、洋洋万言，但孔子的话太简单了，两个字：“爱人”。

即善待他人、真心对他人好。

学生问孔子什么叫智慧，孔子又说了两个字：“知人”。

就是了解他人了解自己。

这种了解实际上是最大的智慧。

学生问如何去做，孔子说：“己欲立而立人，己欲达而达人，能近取譬，可谓仁之方也。”

也就是说每一个人自己都想在世界上安身立命，用树立自己的心去真心真意树立别人；“己欲达而达人”，每个人都想在生活中有所发达，用自己有所发达的心去让别人发达；“能近取譬”，就是从你身边最近的地方伸手去帮人。

可谓“仁之方也”，这是实践仁义的方法。

这句话听起来难懂吗？

很简单吧，但是在今天我们真能做得到吗？

我在大学里，我的学生每年都在换，越来越多的孩子都是独生子女，这些孩子从小在金字塔的宝塔尖上：下面是爷爷、奶奶、姥姥、姥爷，中间是爸爸、妈妈，上面是一个小皇帝。

这些孩子从智力上说是出众的，学业上是优秀的，因为他们可以考上全国的重点大学，但从人格成长上来讲有些就是缺失的，因为他已经不懂得去帮助他人、享受分享的快乐。

因为从小的生活轨迹就是独享，他不知道什么是分享，所以有时候帮助别人究竟是什么样的快乐他没有体会。

还记得二十年前我读到的一篇英文散文，是一个警察的工作日志。

他说忙碌了一整天之后锁上屋门拔下钥匙向外走，刚要走的时候听到值班室内铃声大作，他毫不犹豫地开门冲进去，拿起电话来，里面有个女人非常着急地哭诉：“你快来我家，我的孩子出事了，不行了！”

警察问清地址，二话没说开车就冲过去了。

到她家之后看见一岁多的小男孩，喉咙里不知道吞了什么异物，脸色已经发青了。

警察说他都没来得及带上孩子的妈妈，自己一手夹着孩子、一手握着方向盘直奔最近的医院。

当时的天色已经是薄暮了，他抄最近的路，到了一条大路需要穿越的时候，发现这个地方正在修路，路基已经挖下去一人深的大坑，再绕路已经来不及了，只能从这条路过去。

<<发现你的心灵>>

这时他看见一个敦实的工段长，那个人看着他沉默了一会儿，什么都没说，然后对所有的工人说：“来，我们都跳下去！”

用我们的手托起一块木板，让这辆车从我们的头上开过去！

”工人们纷纷跳到大坑里，大家举着木板，警察的车，硬生生地从这些汉子的头顶上开过去了。

他冲到医院后，医生赶紧抢救。

孩子得救了，医生说再晚几分钟孩子可能真就要出大事了。

警察已经身心疲惫，把孩子送给那位母亲就回家了。

第二天早晨，他一直在想他都没有感谢的那些人，是些什么样的人？

当时一句话都没说就跳下去让他把车从他们头顶上开过去。

第二天黄昏他又到了这里，看见那批人还在那里修路，他打听工段长说要谢谢他，他们说工段长在那边，他迎着工段长走过去，看见一个高大的男人站在夕阳中，他转过身向警察走过来的时候满面是泪，他握着警察的手，警察没有说话的时候他说了一句话，他说：“谢谢你救了我的儿子。”

<<发现你的心灵>>

编辑推荐

《发现你的心灵》为于丹、阎崇年、纪连海、孔庆东等五十多位文化名人联袂出击！感悟解读，引经据典，旁征博引，感受名家激扬演讲魅力。百家讲坛不仅是一次对百姓的文化传播，更是一堂心理的辅导课，让浮躁的人们学会如何从容面对人生，享受人生。

<<发现你的心灵>>

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>