第一图书网, tushu007.com

<<心灵鸡汤>>

图书基本信息

书名：<<心灵鸡汤>>

13位ISBN编号：9787538871814

10位ISBN编号：7538871810

出版时间：2012-7

出版时间：黑龙江科学技术出版社

作者：泰士

页数：153

字数：250000

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

泰士编著的《心灵鸡汤(将快乐进行到底精华版)》采撷最经典的美文佳作，细写亲情的温暖、爱情的甜蜜，分享为人处世的奥秘、人生哲理的精髓……《心灵鸡汤(将快乐进行到底精华版)》分“快乐由我来定义”、
“世界似乎并不复杂”、“爱在自然间”、“心境与时代共舞”、“心有阳光，处处花开”、“秋日晴空胜春朝”、“昨天已逝，今天还在”、“
把美好给予童年”八章。
篇篇都令人感动与愉悦，似那一道道晨曦之光。
给我们的生活带来无尽的光明与希望。

一言一语，一事一情，一道一义，皆蕴含着人性的真善美……

<<心灵鸡汤>>

书籍目录

第一章 快乐由我来定义
纯真之作
快乐吧！

源于番茄的快乐改变
心灵的平静
最美的港湾
我希望……
衡量幸福
想快乐，就能快乐
静静地，看这个世界
第二章 世界似乎并不复杂
演好自己的角色
有线的自由
裁员名单公布后
一个人的舞会
美好的一面
记住他人的名字
心灵的包袱
胡萝卜、鸡蛋和咖啡豆
其实很简单
快乐面对生活
第三章 爱在自然间
尼亚加拉大瀑布
孟加拉风光?西来达
在海边的一个冬日
西雅图的雨
冬日的惬意
海滨漫步
十月湖上
一个人去旅行
蔚蓝色的王国
我的林鸟朋友
草原之歌
第四章 心境与时代共舞
什么使你感到渺小
女人都爱嫁医生
男性爱“以貌取人”
催眠术的功效
剩男们的单身理由
为什么要对另一半撒谎
洗净心灵上的“污点”
女性的颜色偏好
名人的怪招数
如果时间就是金钱

第五章 心有阳光，处处花开
享受新的一天
多一分勇气
日出、日落与晚霞
拯救海龟
命运线
热爱你的生活
学无止境
寻找自己的繁星
窗外美景
幸福的旅程
在心里种花
第六章 秋日晴空胜春朝
街角的老人
生活的乐章
错误的计算方法
最终目标
行动胜于言语
祖母与蛋糕
拥抱生活
要生活得惬意
为自己寻求希望
错失机会
做一只快乐的小喜鹊
真的过时了吗？

第七章 昨天已逝，今天还在
走错教堂
一次意外的转变
建沙堡，
鹅卵石与钻石
生活是一次旅程
十二次微笑
春天的惊喜
种植幸福的三个步骤
心灵的天线
走在阳光里
女性的智慧
青春随想
第八章 把美好给予童年
爸爸的《赞美诗集》
爱的奇迹
爸爸的卡片
最好的旅伴
父亲的忏悔
父母与子女
我的第二个父亲

无法取代的位置
最好的圣诞礼物
香蕉布丁与爱的启迪
比索街的改变
做母亲的资格

章节摘录

很多人都受自己思想的奴役，却很少有人想到自己也可以摆脱思想的控制，从而获得自由。
从我们早上醒来的那一刻起，一直到晚上入睡，头脑里的思想就从没有停止过。
思考的习惯已经在人类的进程中根深蒂固。
事实上，习惯也是可以改变的。
要改变或终止一个习惯，我们必须有意识地采取相反的行为。
无论研究出了什么新技术，我们都必须努力地掌握它，直到它转化为我们的第二种天性，变得得心应手。
对心灵的控制同样如此。
真正对心灵的控制，不是只把注意力集中在一种思维上而忽视其他的思维，而是一种能使心灵彻底净化从而达到静默的能力。
一位伟大的印度哲人说过：“心灵只是各种思想的集合，抛开你的思想，就能回到最初的心灵。”所以说，当一个人脱离了思想的束缚时，他也就摆脱了心灵的禁锢，因为这两者基本上是相通的，一个人必须要认识并且理解这种关于心灵的错觉。
当乌云遮住太阳时，太阳仍在那里，只不过是躲在了云彩的后面。
我们的本质、我们内心真实的自我，也一直是存在的。
我们只需要去掉遮蔽它的包装和外套，就能够体验到内心的平静与安宁。
这些包装和外套就是我们的思想、观点、习惯和信仰。
我不是说要让你们停止思考，人需要通过不断的思考来延续生命。
我的意思是你必须能够自我控制，思想必须为你服务，成为你的仆人，而不是主人。
达到心灵平静的忠告　　你不必对某些词语，例如自我、内在本质、普遍意识等等感到不舒服。
也许在你看来这些“高深”的词都是些没有意义的空词，但实际上并非如此。
它们代表着一些非常真实的东西，而不是模糊的概念。
集中精力或是沉思冥想都可以使这些词变得有意义。
因为精神的探索之路并不像有些人想象中那样模糊、虚幻和不切实际。
通过亲身经历，你就会真正明白我所说的意思。
每个人都可以学习一种新的语言，但不是每个人都可以达到同样的专业水平。
每个人都可以进行形体训练、画画或写作，但每个人达到的层次都有所不同。
这是因为，你所能达到的水平或层次取决于你的内在素质、认真程度和为这项活动所投入的时间。
然而，在这些活动中，每个人多多少少都会有所收益。
因此，关于如何让自己从思想中解脱的训练也是如此。
试着平息激动的心绪；试着后退一步并静观其变。
这样就有可能使心灵趋于平静，从而放松下来，以提高集中思想的能力或是进行沉思。
所有这些方法都可以使心灵达到安宁与平静。
如果你遵循这些建议，并运用上面提到的技巧，你就会开始一段令人惊异的行程。
只要你多进行实践、阅读相关的文章和书籍，并坚持加以训练就可以了。
……

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