

<<为什么活得这么累>>

图书基本信息

书名：<<为什么活得这么累>>

13位ISBN编号：9787543068438

10位ISBN编号：7543068435

出版时间：2012-7

出版时间：武汉出版社

作者：知墨

页数：261

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>

<<为什么活得这么累>>

前言

我在北五环学习古琴的时候，恰好和一个道家修行的人是同学。

练琴无聊时，我们一群人和道长唠叨起来。

出家修行的生活，对于我们现代都市人来说总是显得过于神秘，我甚至从来都没有想过自己会如此接近这些只在电视上见过的人。

一个同学问道长：“我发现出家人都很快乐，为什么呢？”

道长反问：“我们为什么要不快乐呢？”

我们的老师端着一杯茶水走过来，缓缓地坐在旁边椅子上接茬说：“最重要的就是放下，咱们平常人都只是口口声声如此说，可真正能放下的又有几人？”

我们的目光齐刷刷地转向道长，希望能给我们讲出一个明确的答案。

尽管我们都知道老师说出来的话是有一定道理的，但只要道长不开口，我们心中被悬起来的石头就永远都放不下。

“真要我说？”

道长问。

我们点点头，大家的行动空前一致。

道长喝了一口茶，说：“什么叫放下呢？”

你我都执著于放下，岂不是又等于放不下了？

道法自然，我们大家若是能把吃饭睡觉这些看似不起眼的小事情做好了，自然也就是快乐起来。

我问问在座的各位，你们果真能做到每个晚上都能睡好觉吗？

”大家各自摇头。

我知道，生活在如此快节奏的城市中，正有越来越多的人处于亚健康的状态。

人人身上的压力都很大，果真能美美睡上一觉的人，实在难找。

我们天天大鱼大肉，最后却还没有整天吃青菜豆腐的出家人的身体好，这难道不是极大的讽刺吗？

我也明白道长话里面的意思，所谓吃饭睡觉，永远在考验的是一个人的平常心。

越是在平常习惯的事情中，才越能够见得平常心的可贵。

我因为自身职业的关系，对他人口中说出的字词总是会持有最感性的态度。

仅仅是道长的这一番话，就让我的脑海泛起了很多涟漪。

我在想，我们生在世上一辈子，如此努力奋斗到底是为了什么？

换作是我刚毕业的时候，是绝对不会让这样的问题跳进脑海的。

那时候的自己，或许是因为年少无知，或许是年少轻狂，一心想的是如何能够只靠自己的力量在这个城市生存下来。

那时候满心都是怎么样同别人斗争，想尽一切办法要把零碎的时间利用起来，只为了能够多给自己充一点电，好在他人的竞赛中不会输掉。

但是现在，为什么我却没有了当初的那份激情呢？

我转身看了一下自己当下的生活。

我突然发现，在衣食无忧后，我所挣来的稿费全都被花费在精神消费上。

当初我想要听古琴课的时候，是遭到许多人反对的。

尽管我一直在坚持上课，可大家听到我弹的古琴曲子后，大都表示不知道我在弹什么，远没有其它乐器能引起更多人的共鸣。

我解释说，古琴是一件很私人化的乐器，每个人对曲子的理解和感情不同，所以弹出来的韵味也有所差异。

随之换来的回应便是大家的不理解，朋友们纷纷表示既然不能够上台表演，何苦非要花钱学这些东西？

我没有继续回答，我甚至不知道该如何继续作答。

我不明白的是，我们什么时候才能够真正为自己活一回，而不是为了取悦或讨好他人？

什么时候才能放下面具，不再伪装成任何人，而是真真正正做一回自己？

<<为什么活得这么累>>

夜深人静时，你可曾经听到内心深处的渴望？

<<为什么活得这么累>>

内容概要

当爱情调到车房模式，
当经济调到通胀模式，
当交通调到堵塞模式，
当事业调到天花板模式，
我们的心态该调到什么模式？

乐观的心态，是一剂良药

当今社会，贫富差距越来越大，诱惑越来越多，很少人能按耐住自己一颗驿动的心，守住自己可贵的孤独与寂寞，而变得越发盲目，急躁，为金钱所累，为名誉所累，浮躁之气甚嚣尘上。

在物欲横流的社会中，不随波逐流，不被金钱诱惑，不被欲望左右，过自己想过的生活，得自己该得的东西，有自己的梦想、追求，守住内心的一份孤独与宁静，何尝不是一种快乐与幸福。

《为什么活得这么累》一书用精彩的故事加感悟的形式给读者心灵的慰藉与共鸣，帮助你找回迷失的自己，找到属于自己的快乐活法。

<<为什么活得这么累>>

作者简介

知墨，80后女作家，落花无言，人淡如菊，千禧年新世纪的第一批新北漂，为理想而成为码字工人，一直崇尚简约、淡然而宁静的生活。其作品大多都是发生在我们身边的故事，或是作者的亲身经历，或是身边朋友的生活经历，让你读故事的过程中有所顿悟，作者的很多作品都引发读者的共鸣，让心情浮躁的你找到一片心灵的净土。

<<为什么活得这么累>>

书籍目录

前言 心灵深处的渴望

第一章 舍得放下就是智慧

带着心情去旅行

左手鱼翅，右手熊掌

放爱一条生路

软弱的理由

生活是一种态度

不过是石头

输给了诱惑

挑剔的爱情

救赎的灵魂

第二章 顺其自然，方能惬意

牢笼中的希望

地铁上的座位

村子里的祥林嫂

杏树下的爱情

乞丐小男孩

锁不住自己

你的眼泪为谁流

一场冬泳比赛

第三章 拥有的才是最好的

幸福的源头

抓在手中的日子

当爱情错过了花期

以为还有明天

知足的快乐

手抓幸福的女孩

留在记忆里的初吻

夜半的忧愁

第四章 做真实快乐的自己

这才是生活

急着赶路

丢失的心

和自己在一起

那一刻决定嫁给你

不幸的人

有关棉花糖的幸福

勇敢爱

快乐的女人

第五章 心中有爱就是温暖的

只要你过得好

营造幸福

意外的收获

留一步距离

是谁温暖了棉被

<<为什么活得这么累>>

背狗狗过河
指路的老人
一支签字笔的重量
子欲养，亲何在？

前言 心灵深处的渴望

第一章 舍得放下就是智慧

带着心情去旅行
左手鱼翅，右手熊掌
放爱一条生路
软弱的理由
生活是一种态度
不过是石头
输给了诱惑
挑剔的爱情
救赎的灵魂

第二章 顺其自然，方能惬意

牢笼中的希望
地铁上的座位
村子里的祥林嫂
杏树下的爱情
乞丐小男孩
锁不住自己
你的眼泪为谁流
一场冬泳比赛

第三章 拥有的才是最好的

幸福的源头
抓在手中的日子
当爱情错过了花期
以为还有明天
知足的快乐
手抓幸福的女孩
留在记忆里的初吻
夜半的忧愁

第四章 做真实快乐的自己

这才是生活
急着赶路
丢失的心
和自己在一起
那一刻决定嫁给你
不幸的人
有关棉花糖的幸福
勇敢爱
快乐的女人

第五章 心中有爱就是温暖的

只要你过得好
营造幸福

<<为什么活得这么累>>

意外的收获
留一步距离
是谁温暖了棉被
背狗狗过河
指路的老人
一支签字笔的重量
子欲养，亲何在？

<<为什么活得这么累>>

章节摘录

版权页： 但不管我想出再多的托辞，宋书今天是绝对不会放过我了。

在798艺术区和香山之间，我必须做出一个抉择，否则就会被正站在我身边的这个女人强拉出门了。

最后我权衡了一下，想到798的展览改天去也可以的，可香山的红叶却是不等人的。

于是最终决定，两人向着香山方向进发。

当我们到达目的地的时候，一看到入口处的人海，我的兴致当时就减掉了一半。

可宋书这个丫头才不管究竟有多少人，她拿着相机开始寻找自己喜欢的景点拍了起来，完全把我一个人撂在了旁边不管不顾。

这让我顿时觉得这一趟行程很是无趣。

“你的相机呢？”

”宋书问我，“来，在这里给我拍一张照片。

”我向左右看了看，不断有游人从我们面前经过。

我指着旁边的人对宋书说：“他们会影响我取景的！”

”宋书却打哈哈说：“没关系的，你只要把我拍进去就行了。

”我实在拗不过宋书，只得拿起相机随便拍了两张。

谁知她又要让我站在红叶下拍照，看着站在树干另一侧也在拍照的人，我的表情略显尴尬。

宋书还傻乎乎地站在前面让我笑一个。

在这样的环境中，我怎么笑得出来。

最后拍出来的照片是什么样我早就不关心了，我只希望当天的太阳快点下山，好让我早些逃离这人满为患的地方。

只是我实在不忍心去破坏宋书这么好的兴致。

<<为什么活得这么累>>

媒体关注与评论

人与人之间聚散有时却无期。

人生多变，我们无法掌握一切，我们有条件学习抓紧的是情缘，心态和爱的质素，这些都是自我修养的范围，其它的，请留给上天，别累坏身心，妄想太多。

——素黑 无论生命的道路上多么忙碌，不妨忙里抽闲让自己停一停、静静心，回头看看最初的起点，向前望望最终的归宿，然后带着一个从容的自己，走上漫漫的人生道路。

——于丹

<<为什么活得这么累>>

编辑推荐

《为什么活得这么累》用精彩的故事加感悟的形式给读者心灵的慰藉与共鸣，帮助你找回迷失的自己，找到属于自己的快乐活法。

太看重位子，总想着票子，倒腾着房子，操心着孩子，放不下架子，撕不开面子。

现实如此现实，我们又何必太现实？

驱除内心的浮躁，找回迷失的自己。

最温馨的心灵疗愈枕边书，全民焦虑时代的快乐活法。

<<为什么活得这么累>>

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>