

<<静心>>

图书基本信息

书名：<<静心>>

13位ISBN编号：9787564067465

10位ISBN编号：7564067462

出版时间：2012-10

出版时间：北京理工大学出版社

作者：李洁

页数：229

字数：197000

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>

<<静心>>

内容概要

在这个浮躁的社会中，人人都感到自己很累，尤其是内心。所以，我们急躁，静不下来，屡屡出现失误，结果，更为急躁，造成恶性循环。长此以往，我们的生活、事业会处处不顺心。如何才能过平平淡淡的幸福日子？我们苦无方向，找不到静心的方法。

《静心》从社会现实出发，从人们的浮躁心灵出发，进行心灵“静修”，让读者能够在浮躁中做到“我独醒”，在浮躁的世界中做到沉稳自如，同时更是将“静心”作为生存哲学和人生态度，进而找寻内心的宁静。

心静，才能主宰自我，才能还自己一片宁静的天空，才能更好地工作与生活。

<<静心>>

书籍目录

辑一 静心是一种人生境界
在浮躁的空气中静心呼吸
在喧嚣中，宁静致远
静心以图锤炼，积蓄以望成长
静得下心，才能活得明白
静下心来，沉淀自己
静下生气的心，才能化干戈为玉帛
心静如水，让人生多一些韧性和弹性
人生短短几十年，且行且珍惜
不急躁是一种品位
不抱怨是一种修为
不非议是一种涵养
最美的山水在心中
辑二 放手曾经，才能静心守候未来
放下烦恼，美丽就在你身边
顺其自然，拥有一份遗憾之美
过于追求十全十美，让自己难以静心
留白是一种人生的自在
别忙，静静地享受精神快乐
包容自己的尺度不妨大些
否定会让情绪触电
把别人的每一个不屑都当做祝福
静心接纳是爱的第一步
换个活法，你一样很出色
静养心灵，润泽人生
黄金总是藏在岩石下
辑三 活在当下，静心前行
有一颗清净的心和一双未被遮住的眼睛
幸福源于快乐，快乐源于静心
你的一双手到底值多少钱
左脚上前，右脚自然相随
你一直在实践着言传身教
一句话的影响力会辐射人生
学会静下心来打破循环魔咒
静下心来，聆听自己心底的声音
静以修身，独处是一种修行
什么都没有，那就从头开始
在平静的生活中体会爱的温度
你的生命方式是独一无二的
静心跬步，成功迟早会光临
用平静的心发现世界的美
心静，心才知足
伸手，把即将错过的拦下来
果断行动，全力以赴
辑四 美好未来，需要静心努力

<<静心>>

心静的人，活得平凡但真实
安静地等待生命的轮回
忘却不甘，幸福就在转弯处
未来，还有很多事情值得你信任
多为人生设一些加油站
静下心才能看到未来的希望
失败是人生豪宅的地基
没有行动，梦想只能是幻想
未来就是用来憧憬的
静静地努力，才能得到幸福的青睐
世界上没有永恒的东西
真正的感情不是占有，而是奉献
美好未来，用心拥抱
心累也要微笑，人生便美好
积极付出，静静享受，结果并不重要
言行如一，放下偏执
辑五 静心，让繁华过后终归平淡
心有多静，思想的触角就能伸多远
静心让生活变得简单而幸福
静下心的人，才真正懂得人生
平静地接受人生变故
浴火之后，在平静中崛起
活着，才是人生最重要的资本
静心看浮华，笑傲名利场
他美他的花园，我乐我的乐土
本色人生才最美
宁静的人生不必非得置身于世外桃源
静下心来，才能找到成竹在胸的状态
不必非等闲情，人生亦有舒畅
虚荣让人复杂，淡然让心宁静
静以修身，把毁誉当作一种前进的动力

章节摘录

静得下心，才能活得明白。生活中，许多人在谈话的时候都能说出很多人生哲理，诸如静下心来处世才能快乐，难得糊涂，能糊涂的时候就要糊涂，宽容是福，等等。听起来，这些人对自己的人生看得非常明白，对生活的理解也非常透彻，但是假如你据此就断定他们活得也非常明白，那就大错特错了。

世人虽然都知道“知足常乐”的道理，但是在现实生活中，心如止水的明白人却少之又少。其实在这个世界上，一个人想要生活得快乐幸福，稀释自己的欲望是一种必不可少的智慧。

有一个传说，一个神仙在天上待腻了，下凡游玩，正好遇到一个凡人在赶路，于是神仙就和这个凡人结伴而行。

凡人走着走着，突然口渴难耐，但是他并不知道自己的同伴是个神仙，只看到他身上挂着一个葫芦，于是便开口问道：“你的葫芦里面装的是不是水？”

神仙从腰间解开拴着葫芦的绳子，将葫芦递给凡人，说：“这里面装满了清水，你想喝就尽情地喝吧！”

凡人喝了葫芦中的水之后，感觉不但解了渴，而且也精神了很多，再赶路的时候全身的疲劳好像一下子全消失了。

过了不久，这个凡人突然异想天开地盯着葫芦说道：“要是这个葫芦中装的是酒那该多好啊！”

神仙笑着把葫芦晃了晃，说：“其实这里面装的就是酒，你想喝就喝个够吧！”

凡人将信将疑，因为之前他喝的时候还是清水呢。

他再次接过葫芦，一尝之下，发现之前的水果然变成了美酒，醇香无比。

……

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>