

<<世界如此残酷我们要内心强大>>

图书基本信息

书名：<<世界如此残酷我们要内心强大>>

13位ISBN编号：9787801419941

10位ISBN编号：7801419944

出版时间：2012-7

出版时间：台海出版社

作者：马银文

页数：292

字数：220000

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>

## <<世界如此残酷我们要内心强大>>

### 前言

你是不是曾经因为遭遇不公平对待而气愤不已？

你是不是曾经因为一些不可理喻的事情而暴跳如雷？

你是不是曾经因为不够自信而导致事情一败涂地？

你是不是曾经因为生活中的一点儿小事而闷闷不乐？

大千世界，芸芸众生，谁都不免会受伤害，因为人生没有绝对的公平，只是相对公平的。

当在一个天平秤上，你得到的越多，也必须比别人承受得更多。

同样的伤害，区别在于，内心强大的人更懂得安慰自己，并总是对未来充满希望。

其实，在人生的任何时候都不要怕从头再来，每一个看似低的起点，都是通往更高峰的必经之路。

人人都有他的难处，何必强求于人。

痛苦与快乐不在于外在物质的有无，而在自己心境的修养。

无论做什么，记得是为自己而做，那就毫无怨言。

面对困境，也不要悲观厌世。

我们也许会暂时变得一无所有。

空空的手心并不意味着空空的内心。

卷土重来的英雄故事我们听得太多了。

一切只关乎内心的强大。

我们可以苦闷、可以失落，但是不可以内心空虚。

必须明白，环境是什么并不重要，记得让自己的内心强大起来。

让自己更平和一点，更豁达一点，对于身边的过错更宽容一点。

内心的强大，才可能让我们的人生是丰实而非空洞的；生活的丰实，才可能让我们的人生是精彩而非轻佻的。

内心的强大是帮助你积聚来自外界的能量的前提。

试问，一个内心空虚乏物的人，如何凝聚力量来实现自己的愿望？

内心强大是心中的安定与平静。

强大，不是霸道，不是要将别人的所有占为己有，恰恰相反，内心的强大带给我们的是宽容和谦让。

正是因为内心的安定与平静，我们才明白自己真正需要什么，才明白如何才能得到快乐。

内心的强大，是不纠缠、不羁绊的状态。

所谓“心轻上天堂”，就是说无牵无挂、不计较、不被琐事烦扰的心灵才可以接近天堂。

内心的强大，是对未来充满希望。

当我们内心强大到可以战胜一切恐惧与悲观的时候，其实已经无所谓希望了，因为我们在哪儿，希望就在哪儿。

内心的强大，是人生目标的清晰。

因为清晰，所以我们可以坚定地走下去；因为清晰，我们才不会跌跌撞撞却不知身在何方；因为清晰，我们才可以知道什么是对的，什么是错的。

内心强大的人不失眠，不焦虑，不急躁，随时随地作人生中最坏的打算，往好处追求。

一切灾难与痛苦，都早在他的生命中思量过了，甚至丰富真切地体验过了。

所以，不管做任何事，记住，先建设一个强大的内心。

作者 2012年2月

## <<世界如此残酷我们要内心强大>>

### 内容概要

你为什么总是缺乏自信？  
为什么总是憎恨自己因胆怯而错失良机？  
为什么会因为一次挫折而萎靡不振？  
为什么就不能让自己强大起来？

内心强大是心中的安定与平静，是不纠缠、不羁绊的状态。  
内心强大是对未来充满希望，是人生目标的清晰。

马银文编著的《世界如此残酷，我们要内心强大》是一本让你终生受益的励志经典，是一本帮助你进行心灵重建的指南，是一本教会你看清自己和世界的书，一本让你和真正的自己相遇的书。

《世界如此残酷，我们要内心强大》深入破解控制我们的心理法则，给每一个想保护和改变自己的人

## <<世界如此残酷我们要内心强大>>

### 书籍目录

- 第一章 战胜自己，我们要强大起来  
要取得人生成功，首先要战胜自己  
人生最大的悲哀是找不到自己的“富矿区”  
走你自己的路，让别人去说吧  
彻底治愈“萎靡不振”的毛病  
幸福，就在辛勤的汗水里  
不能只从问题的直观角度去思考  
只要有变化，任何人都有机会
- 第二章 有了自信，内心不再弱小  
为我们的前程点亮一盏成功的心灯  
有自信，才会有成功  
长期处于自卑中是一场灾难  
自信，能够唤醒我们沉睡的潜能  
让自己瞬间自强起来  
你就是你自己，无须效仿他人  
勇敢地驶向成功的彼岸  
跌倒了再爬起来  
放弃了信心，就等于放下了手中的武器
- 第三章 目标远大，内心才更强大  
一个好猎手的眼中只有猎物  
确定了人生目标后，要做的就是专注  
有了榜样，努力就能做到最好  
勇于做些没把握的事，是我们明智的选择  
目标要一个一个地实现  
坚持让自己每天都走出小小的一步  
一个有明确目标的人，生活会更有激情  
没有最好的，只有最适合的  
人一定要有进取心  
给自己制定一个切实可行的目标  
要想成功，不能没有远见  
人的一生需要一个整体规划
- 第四章 提升自我，增强内心底气  
知识多了路好走  
在相同的时间做出不同的事  
只有终身学习，才能适应社会发展  
一个优秀的人不会放过任何一次学习机会  
干什么事都要精通，成为行家  
书，既是我们的益友，也是我们的良医  
“充电”是防止能力“折旧”的最有效办法  
让自己变得不可替代  
投入到读书中去，让我们在学习中成长
- 第五章 胆有多大，内心就有多强大  
人生应该思考，但绝不该犹豫  
抢先下手是成功人生的第一课  
敢于尝试，是成功的第一步

<<世界如此残酷我们要内心强大>>

梦想能否实现，关键还在于勇气

做一个勇敢的人

不冒风险是最大的危险

让自己的胆子大一些

要想成功，你就要敢于冒险

人有多大胆，地有多大产

该断就断，绝不犹豫

第六章 坚持到底，让内心永远强大

敢于坚持，就能够胜利

在绝境中，我们还有生存的机会

成功偏爱执著的追求者

坚持就是希望

成功属于禁得起困难洗礼的人

坚韧是解决一切困难的钥匙

最好的总会到来

挫折只是人生中的一道小坎儿

最后的笑声才是最甜的

下一步就是成功

在被击倒的地方重新爬起来

第七章 保持本色，做强大自我的主人

过自己想要的生活

给自己一个准确的定位

别人看得起自己，不如自己看得起自己

人不可能十全十美

运行在自己的轨道上

认清自己胜过崇拜他人

从现在开始，做自己想做的人

别让贪婪腐蚀了自己的心灵

只要做你自己，你便是快乐的

潇洒地做自己

第八章 宽容忍让，内心的安定也是一种强大

原谅别人就是善待自己

不与人斤斤计较

若要好，大让小

吃亏是一种福气

每个人都有需要别人原谅的时候

吃小亏占大便宜

成全别人的好胜心

“巧诈”不如“拙诚”

要想抬头，必须懂得先要低头

## <<世界如此残酷我们要内心强大>>

### 章节摘录

只要有变化，任何人都有机会 有一个人想研究犹太人，于是他研究了各种各样的书籍。但是，由于他 不是犹太人，所以还是不十分明了其中的奥妙。

他终于明白，只有读犹太人的典籍《塔木德》，才能理解犹太人。

某一天，他敲开了犹太教师拉比的大门，向拉比说明了自己想学习《塔木德》的愿望。

拉比说：“虽然你想研读《塔木德》，但你还没有打开《塔木德》的资格。

” “我想开始研读《塔木德》，”这个人请求说，“我是否有资格，还是请你给我做个测验吧。

”这位拉比觉得他说得也有道理，那就做个简单测验吧，于是便提出下面 这样一个问题：“有两个男孩帮助家里打扫烟囱。

打扫完了，一个满脸乌黑地从烟囱里跑下来，另外一个脸上却没有一点煤灰。

那么，你认为哪一个男孩会去洗脸呢？

”这个人回答说：“当然是脸肮脏的那个男孩去洗脸才对。

”拉比却冷冷地说：“由此可见你还没有资格打开《塔木德》。

”这个人马上反问道：“那么正确的答案呢？

” “如果你读了《塔木德》的话，也许会说出这种答案吧。

”拉比作了如下的说明：“两个男孩扫完烟囱后走下来，一个脸是干净的，一个脸是乌黑的。

脏脸的男孩看到干净脸的男孩，就会觉得自己的脸也是干净的；干净脸的男孩看到对方的脏脸后，会觉得自己的脸也是脏的。

”听到这里，那个人突然叫了起来：“我知道了。

”然后，他要求拉比再给他做一次测验。

于是，拉比又提了同样的问题。

由于这个人已经知道了答案，所以立刻回答说：“当然脸干净的男孩会去洗脸。

”但是，拉比又冷冷地说：“你还是没有资格读《塔木德》。

”这个人非常失望，又问道：“那么，在《塔木德》上到底是怎么解释的呢？

”老师便回答说：“两个男孩一起扫烟囱，而且又打扫同一个烟囱，不可能会有一个干净一个肮脏的道理。

”，在这里，我们无意再去争执究竟谁该去洗脸，只是这个故事告诉我们一个道理，任何事物都是发展变化的，人也是这样。

所以，我们一定要用发展的眼光去看待别人，看待我们自己。

不能总是以一种僵死不变的观点去衡量别人，衡量自己，否则我们会陷入一种人生的尴尬之中，丧失我们人生中发展的机会。

变化给我们提供了机遇，也提出了挑战，适应变化并捕捉变化中的机会，你就能立于不败之地。

以不变应万变不是一种积极的态度。

世界上没有什么永恒的东西。

世界上的一切都在不停地变化着。

物质的东西在变化，精神的东西也在变化。

是变化产生了我们世界上的一切事物，过去的、现在的、将来的。

正是由于变化才有了你的出生，有了你的成功。

世界上没有不变的东西，即使是死亡了的东西也在变化着：有的重新进入无机物的组合过程，通过化学的、物理的变化，融入新的物质运动；有的则重新被生命活动所吸收，参与了新的生命的建造。

我们人类也在变。

人类的生存环境在变，我们生活的节奏在变，人的生存方式在变，人的生存智慧也在变，成功的智慧也在变……这种变化贯穿着我们人类的古今，也连接着我们人类的未来。

随着科学技术日新月异地发展，人类的变化呈现一种加速度，也就是说，明天、后天的变化只会比今天快，而不会比今天慢。

面对着变化这种挑战，作为一个成功者，你应该比普通人、比以往的成功者更需要深思熟虑自身应

## <<世界如此残酷我们要内心强大>>

对的策略，以便适应这变化的世界，顺应历史的潮流，同时，把握变化给你提供的机会，以便取得更大的成功。

到了上个世纪末，整个人类世界尤其是中国社会的物质生活条件急速的演变，与此相适应的是，人们的精神、形象、思想情感的传播方式也在不断地更新，新的情感交流媒介的空前发展，加上新的生活用具、新型住宅、新的食物、新的思想、新的交通工具不断地发展与更新；而且这种变化还会继续下去。

这一切变化，都给人们提供了新的机会，因为这其中蕴藏着巨大的数也数不清的机会，无论你是经商、做地产，还是主攻文化市场，甚至是做股票，你都会发现机会每天都在找你。

每一个想成功的有心人，绝不会放过这一良机。

只有懦夫才会害怕变化，只有固步自封的人面对变化才会退缩，成功者就是要在变化中去寻找成功的机会。

寻找到了机会，你也可能使世界发生变化，而且，在改变世界的过程中改变自己，使自己朝着更高的人生境界迈进。

对于暂时的失败者而言，变化也给你提供了一个发展的机会，提供了改变你命运的机会，提供了让你成功的机会。

这一次，你不能再放过任何一个机会了。

人生苦短，岁月无情，你不能再等待下去了，应该行动起来，行动起来你就可能成功。

有时候，你看着某件事情似乎已到了“穷途末路”，但其实却存在着峰回路转的可能性。

一个人，可能你觉得绝对不会成功，但是，世界上没有绝对的事情，或许有一天，他会以一个成功者的身份站在你跟前。

而对于自己，哪怕是对于自己的缺点，也不要以僵死不变的眼光去看待，或许某一个机缘就会使你的缺点变成“特点”。

所以，无论是对待任何事，我们都要以发展的眼光去看待，以变化的眼光去看待，或者，换一个角度去看待。

心理学家发现了一个有趣的现象：许多人不能成大事，关键是不能正确认识自己，对自己的缺陷更是讳莫如深。

这实际上是一种误区，人有许多资源，缺陷便是其中一种。

如果你用变化的眼光去看待缺陷，它或许就是一个长处。

许多人因为自己没有长处，就会穷则思变。

那么，去寻找变化中的发展机会吧！

内心强大的秘密 无论是对待任何事，我们都要以发展的眼光去看待，以变化的眼光去看待，或者，换一个角度去看待。

.....

## <<世界如此残酷我们要内心强大>>

### 编辑推荐

你是不是曾经因为遭遇不公平对待而气愤不已？  
你是不是曾经因为一些不可理喻的事情而暴跳如雷？  
你是不是曾经因为不够自信而导致事情一败涂地？  
你是不是曾经因为生活中的一点儿小事而闷闷不乐？  
我们无法改变环境，但可以改变心态。

《世界如此残酷，我们要内心强大》作者马银文以“如何让自己变得内心强大”为核心，用通俗的语言、生动的案例进行了深入分析，详细介绍了面对各种情况、各种环境要怎样战胜自己，以及怎样培养建设一个强大的内心。

<<世界如此残酷我们要内心强大>>

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>