

<<心灵文萃/人民悦读丛书>>

图书基本信息

书名：<<心灵文萃/人民悦读丛书>>

13位ISBN编号：9787228141883

10位ISBN编号：7228141881

出版时间：2011-3

出版时间：新疆人民出版社

作者：文章 编

页数：149

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>

<<心灵文萃/人民悦读丛书>>

内容概要

《人民悦读丛书：心灵文萃》收录了《奋斗中盛开的生命之花》、《生命的本质》、《改变自己的命运》、《一生拥有一种品质》、《把自己看做空瓶》、《生命中的坚持和放弃》、《用归零来升华自己》、《最关的心灵》、《微笑让春天充满心房》、《心墙决定了我们生存的空间》、《一步之差》、《优雅》、《学会忘却是人心灵的释荷》、《拥有阳光和信心》、《抚慰心灵》、《生活中的睿智》、《宽恕与感恩》等文章。

书籍目录

第一篇 最美的心灵我是我生命的第一名心上的锁不让心灵荒学会否定自己爱从自己开始让自己发光珍惜属于自己的幸福错误中也会有得有失奋斗中盛开的生命之花生命的本质改变自己的命运一生拥有一种品质把自己看做空瓶生命中的坚持和放弃用归零来升华自己最关的心灵微笑让春天充满心房心墙决定了我们生存的空间一步之差优雅学会忘却是人心灵的释荷拥有阳光和信心抚慰心灵生活中的睿智宽恕与感恩如花般证明自己心灵中的一盏灯人生的价值在心里播下绿色希望每天给自己一个希望良心比自由更有力管理的艺术是宽容爱的力量先做人再做事不要与善良擦肩而过心疼别人就是心疼自己

第二篇 守护美丽的心境人心就一本存折善良是精神的太阳无法选择被爱但我们可以去爱唯有像花的人才有资格拥有花弥补破碎的心灵一个真正的朋友是自己的另一个生命爱的承诺爱无条件爱的极致是宽容痛定思痛方能撒播爱的种子爱在每一个细节里真爱是心灵的最大享受爱到深处细如丝爱在时间面前才会伟大前方阳光灿烂错误\_让我如此美丽快乐是心灵的一种体验只有满足才能把握幸福割断欲望方能获得自由穿过痛苦的快乐才是人生最大的快乐守护美丽的心境美丽来自心里为心灵打开一扇窗沿着开花的土地春天吹着口哨不要闭上心灵的眼睛幸福来自自己内心笑纳生活

第三篇 感恩的心为心灵洗澡一弯腰就是一生一只眼睛可以写出一部巨著快乐其实很简单幸福是颗感恩的心微笑着继续尽量让自己快乐与爱同在阳光下的精彩看见阳光就微笑简单的意义给美丽做道加法留住那个心智觉醒的时刻简单为失败而笑爱的秘密爱的礼物冬天的阳光滴下来独味生活月光幻想曲

## 章节摘录

那一码稻草被人们遗忘了，堆在田埂上，像一只浇了水后丢在堤上的桶。

收完了谷，那堆在田里的一捆捆稻草就被人们拖回家去，垫栏或者喂牛。灶里的湿柴燃不着时，也会抽一把塞进灶去，然后哄的一声蹿出火苗。但是这一码稻草却被人们遗忘在田地了。

或者是一板车拖不下，那板车的稻草已装得像一座山，预备着过几日再来挑回去。但是那块田已耕好，油菜也种上了，人们该忙的已经忙完。那一码稻草却被人们忘记了。

在清寒的晨气中，秋天的阳光抹在田野，也抹在这一码稻草上。

于是，那枯黄的稻草透出一层明黄，像已经熟透了的季节。

耕牛从田埂上一路啃食而来，这一码稻草就会兴奋地在微风中颤动，似蜻蜓抖动金色的翅膀。

然而那耕牛的嘴一路啃来，对着那颤栗的稻草望也不望，因为埂旁地上的黄草比她有汁浆。

田里的油菜种上了，又一天天地生长，枯瘦的油菜叶渐渐丰腴而肥硕，田里的草也长了出来。终于盼来人们到田里为油菜除草——说不定人们会发现这一堆被遗忘的稻草。

人们歇息时，会从稻草堆中抽一把稻草垫在田埂上，坐下来抽一根烟，或者吃着送到田里的午饭，这时才突然记起来似的说：“噢，还有一堆稻草！”

这时稻草便会为人们记起她而高兴，垫在堤上的稻草会“咔咔”作响，让人垫坐得更舒服一些。然而人们留下一些烟灰，撒下几粒米饭，散着一团稻草，走了就不再见踪影。

那一码稻草已为人所遗忘。

只有一只铁黑色的鸟常常落在上面。

望着这深秋的大地一动不动。

这一码稻草已成了时光的看台。

风吹，雨淋，金黄的稻草渐渐变得灰白，突然而至的夜降的霜，那堆稻草仿佛一夜间白了须眉。

无遮无拦的稻草，就在田埂中腐烂。

高地如盼望着什么的稻草堆也消磨下去，成了坍塌的一团乱草。

一场大雪，欲将大地履为平地。

然而那一堆尚没被消磨尽的稻草，却能将压了厚厚一层雪的田埂撑起一个曲线，如阡陌一颗不屈的心，欲破雪而出。

冰雪消融，田埂上长出了如针的新草。

春天到了，田野还是一片淡青色，但在那堆稻草的地方，腐草中已伸出了一朵油菜花，像一只金色的喇叭，高高昂向天空，报晓这春天的到来。

有两只老虎，一只在笼子里，一只在野地里。

在笼子里的老虎三餐无忧，在外面的老虎自由自在。

两只老虎经常做着亲切的交谈。

笼子里的老虎经常羡慕外面老虎的自由；外面的老虎却羡慕笼子里老虎的安逸。

一日，一只老虎对另一只老虎说：“咱们换一换。”

另一只老虎同意了。

于是，笼子里的老虎走进了大自然，野地里的老虎走进了笼子。

从笼子里走出来的老虎高高兴兴，在旷野里拼命地奔跑；走进笼子里的老虎也十分快乐，他再不用为食物而发愁了。

但不久两只老虎都死了。

一只是饥饿而死，一只是忧郁而死。

从笼子中走出的老虎获得了自由，却没有同时获得捕食的本领；走进笼子里的老虎获得了安逸，却没有获得在狭小空间生活的心境。

许多时候，人们往往对自己的幸福看不到，而别人的幸福却很耀眼。

想不到，别人的幸福也许对自己不适合，更想不到，别人的幸福也许正是自己的坟墓。

从前，一个农夫有两个水罐，一个完好无损，一个有一条裂缝。

农夫每次挑水，完好的水罐总能把水从远远的小溪运到主人家，而有裂缝的水罐回到主人家时往往只有半罐水。

这使有裂缝的水罐感到无比痛苦和自卑。

一天，它在小溪边对主人说：“我为自己每次只能运送半罐水而感到惭愧。

”农夫惊讶地说：“难道你没有看见每次回家的路旁那些盛开的鲜花吗？

这些花只生长在你那一边，而没有生长在另一只水罐那一边，因为我早就知道了你的裂缝，并利用了你，我在你这一边撒下了花种，于是每天我们从小溪回来的时候，你就浇灌了它们。

如今，这些鲜花已经给我们一路上带来了许多风景。

”这个故事告诉人们，在日常生活中，不必过于苛求自己，总觉得自己不如他人，由此而产生自卑心理（诸如有的因生理上有某方面的缺陷而产生自卑；有的因学习成绩不如同伴而自卑等等）。

自卑是一种心理障碍，不仅妨碍个人身心健康，而且影响一个人思想、学习的进步。

俗话说：金无足赤，人无完人，能否接纳自己是衡量一个人心理状态是否积极和健康的一项重要指标。

正确认识自己存在的价值，认同自己的能力，并在行为上表现出一种与环境 and 他人积极互动的心理定势，能够坦然、微笑面对生命中的缺憾和不足，愉悦地接纳自己，扬长避短，充分发挥自己的潜力，同样会带来“柳暗花明又一村”的美景。

.....

<<心灵文萃/人民悦读丛书>>

编辑推荐

《人民悦读丛书：心灵文萃》为“人民悦读丛书”系列之一，共分为最美的心灵、守护美丽的心境、感恩的心三部分，书中收录了《用归零来升华自己》、《最关的心灵》、《微笑让春天充满心房》、《心墙决定了我们生存的空间》、《一步之差》、《优雅》、《学会忘却是人心灵的释荷》等文章。

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>