第一图书网, tushu007.com

<<让心灵在深呼吸中悠游>>

图书基本信息

书名：<<让心灵在深呼吸中悠游>>

13位ISBN编号：9787505421325

10位ISBN编号：7505421328

出版时间：2009-6

出版时间：朝华出版社

作者：范勇毅 编著

页数：300

字数：228000

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

内容概要

无论是追逐名利，还是平淡无为，最重要的是让自我的内心保持一份宁静。
本书从修养心灵、陶冶性情、培养信念等多个方面选取故事，让你在温馨的故事中找到心灵休憩的家园，在烦恼的红尘中永葆纯真、自然的真我，从而形成一份人生的豁达和睿智。

书籍目录

Chapter1 没有过不去的崖 架好自己的天桥 不要自己否定了自己 我们靠自己 要知道如何过日子 别人对你的看法可以由你自己决定 从最低处做起 如何突破别人的心理防御 退一步海阔天空 每个人都拥有超出自己想象十倍以上的力量 老船工的解救 大海上没有不带伤的船 突破心障 癌症也能在你的掌握中 失败并不可怕 喊一二三 难道你怕他吗？
路的尽头，学会转弯 安全回家 人对了．世界自然就对了 每天做好一件事 过桥 一堵墙 把握生命的一呼一吸 马粪堆里一定还藏着一匹小马 风雪中的5分钟 冲破命运之茧 泥巴会干 弯下腰来 还不如我 还好Chapter2 寻找闲适中的淡静 闲适中的淡静 合理利用时间 握沙子 无动于衷的老和尚 学会关上身后的门 只是一根连线松了 始终让自己保持一颗充满热情的心 状元和秀才 天使能够飞翔 别人看你的眼光 问题和答案 挖一口属于自己的并 扫明天的落叶 扫阳光进屋子 服务顾客不是和顾客辩论 对着飞机发泄 亿万富翁卖三明治 待蛹化蝶 “如果……”“只要……” 驴的自救 把事情划分为单一的压力因素 不要让自己白忙一场 专心致志 和风与飓风 闲适是一种生活态度 平常心 人生如水 洞中取球 没有方向 没有什么好忧虑 在暴风雨之夜睡个好觉 保持一份淡然的心境 静心Chapter3 回归心灵的家园 母亲的生日 换回的礼物 将双脚包起来 花完1000元你再决定留不留 保持谦卑的心 一把椅子带来的命运转折 职业经理人的故事 你为了什么而工作 顺手采摘果子 让爸爸回家 你能够做些了不起的事情 荒芜了的花园 钓鱼要心平气静 除杂草的最好方法 掉落了的树叶 善心的回报 目中无钱 让花园更美丽的方法 美丽的真谛 成佛的启示 最珍贵的是现在 佛的点拨 救助国王的心药 洗心 搭建心灵的房屋 把位置放到最低Chapter4 缺陷也是一种美 寻找完美 直面自己的缺陷 独臂冠军 截掉右手 失去发夹后的美满 当煤炭遇到钻石 为国王解梦 讥讽成就了汽车大王 活出生命的色彩 挑毛病 不理睬他人劝告的老人 忘掉跑掉的大鱼 老将军摔破瓷瓶 最完美的树叶 王后的忧虑 有裂缝的水罐 勇敢面对自己缺陷 青蛙找国王 人生的背篓 正视生活中的缺憾 失去也是一种收获 不要去看缺角的地方 残缺的维纳斯 矮小不是真正的缺陷 被上帝咬过的草莓 不苛求完美Chapter5 幸福是什么 爱的密码 东坡也长过杂树 用耐心敲响成功 有本事你把她追回来 幸福就在你的身边 幸福也是习惯 提升自己比抱怨更重要 带给别人希望的医生 不要夸大金钱的作用 金鱼是一种贪婪的动物 明天照样有报纸 播下希望的种子 学做牧童 最佳拍档 特别的生日宴会 怎样才能有魅力 付出也是一种快乐 最宝贵的财富 不幸中隐藏着幸福的乖 平安就是福 山坡上的石头 年轻人的财富 生存就是福 幸福没有标准 你也很富有 给予即是快乐 活得单纯一些 选择幸福，你就幸福 幸福来自精致的生活 快乐在智慧的阳光下 微笑 真正的富翁是谁 给予是一种幸福Chapter6 成功并没有你想象的那样难 再试一次 学做田野里的橡树 找到属于自己的那张床 你会成为国王 成功要敢于行动 一万美金奖金的获得者是一个小孩 成败只需5丝米 同样是水 自居易求学 梦想要一个一个地实现 母亲的一句话 父亲的两根绳子 风雨过后才能见彩虹 为什么不自己创业 永远的坐票 猫晒太阳晒出的诺贝尔奖 我们被成功人士吓住了 推销斧子给总统 利用总统促销 让鸡起舞 追求忘我 大象广告 不同寻常 听诊发明 经营奇才 拍了有奖 学会把负数变成正数 成大事者，必然行动 心想事成Chapter7 拥抱生活 学会弹钢琴 不该愤怒 做一个积极的人 我是拿破仑 池塘和河流 青草娃娃 把握现在 生活中的赞美 一滴与一生 美丽心灵 四季鞋 拥抱母亲吧 属于自己的芳香 用心去看到美 想想我们有什么 感谢生活 生活简单一些好 你还会高兴吗？
随它去吧 把羞辱当成人生中的必修课 捉蝴蝶的乐趣 向流浪汉学习生活 生命中的哪一天最重要 可以低头，但不能弯腰 坦率真诚才是做人的本色 保持一颗热忱的心 一切都还在 心态决定你的一切 照亮生活的盲人 太阳每天都是新的 树叶嗨生 好好活着就划得来 大圈小圈 把更多的安慰给自己 享受精彩的生活 懂得和别人分享 让生命充满希望 换种角度生活 生活没有固定模式 感动生命 假如可以再活一次Chapter8 播种信念 相信自己能够成为州长 辛勤播种自己的信念 小女孩的梦想 坚持每一秒就可以走完一年 信任的力量 不屈不挠的米契尔 瞎子的秘方 聋哑女明星 斯克劳斯的新衣 五块钱成交 绝望是人生的杀手 我不相信命运 相信自己的成就 错的不会是我 百合花 再试一次 坚持不懈 为理想矢志不渝 坚定自己的立场 天道酬勤 就不信邪 木屋电梯 等，是爱的最高境界 飞跃生命的沙漠Chapter9 奇迹 奇迹大桥 橡皮泥带来的财富 我想去“太空针”餐厅 最矮的NBA球员 “神奇”钟声换来的退兵 化险为夷 意外重逢 梨园三怪 小孩与小偷 轮到你了 绝境求生 生命的姿势 走自己的路 最后一片树叶 扔石头填池塘 拎水过河 可汗赛马 相片活了 何等奇迹 望夫路 主妇的力量 不合格的护

士Chapter10 真情永在 寻找真爱 “ 我——爱——你，我——爱——你…… ” 背袋里背的是什么 仁爱与聪明 信赖 安慰她一下 爱心成就了她 狼的眼泪 爱的呼唤 爱是一种习惯 无言的爱情 重复25次的回答 生命中的四位爱人 低下头，看见爱 真情无价 爱心永在 真爱 感恩之心 木屋里的巫婆 把爱分一些给别人 仁爱之心 爱心使者 人间真爱 母子情深 异域母爱 母爱至高 爱情的本质 爱的任务是幸福的任务 海啸中的爱情 只要心中有爱Chapter11 诚信让你更加迷人 生死跳伞 一把诚信的斧头 言而有信 千金难买朋友情 我想改进 诚信的故事 决不自食其言 凭良心熏诺言 信用是立世的资本 应该使自己的话被人信赖 有一种承诺可以抵达永远 “ 失信 ” 的小男孩 诚信的店主 被人相信是一种幸福

章节摘录

插图：Chapter2 寻找闲适中的淡静闲适中的淡静有一对老夫妻——爷爷和奶奶，他们都80多岁了，有时神志不清，儿子孙子也分辨不清了。
好几次他们互指对方发问：“ 这是谁呢？
一直呆在我身边不走…… ”过了，一会儿，似乎又变得清醒了，奶奶便翕动干瘪的嘴巴开了口：“ 你呀——老头子，那一次你送我的羊皮，我用来做了一件夹袄，穿了这么好多年还没见烂呢！
”也不知道爷爷到底听清没有，接过话茬就说：“ 还说呢，老婆子那天你给我的两个青杏，我吃到现在还酸牙呢！
”两个老人经常在午后的阳光下，晚饭后的电视机前，旁若无人地重复这几句话，那样子看起来很超脱，安然祥和。
沧桑的岁月，带给人的不仅仅是丰富的人生经验，还带给人一种做人的睿智。
看看身边午后太阳底下老者的安详和淡静，那种修身养性的功夫．难道不是一种人生的智慧吗？
岁月无痕，什么是天长地久?在心中寻觅的时候，不妨看看身边的老爷爷老太太，学学他们在闲适中的那份淡静。
合理利用时间 瓦尔达特曾是美国近代诗人爱斯金小时候的钢琴教师。
有一天，他问爱斯金每天用多少时间练习钢琴，爱斯金回答说每天要用三个多小时，瓦尔达特劝告他说：“ 这样不好，你将来成人后，每天不会有这么长时间的空闲。
你可以养成这种习惯，每天抽几分钟练习，比如上学前或者午饭后，或者在工作休息的时候，这样就有了合理利用时间的习惯。
”爱斯金把老师的教导用于人生中。
他存大学教书时，工作上的事务把所有的时间都占满了，但他还是每天挤出时间来。
哪怕挤出五分钟也坚持不断地创作，日积月累取得了丰硕的成果。

编辑推荐

《心灵盛宴:让心灵在深呼吸中悠游》：倾听心灵的呼声，寻找内心的宁静，品味人性的真善美，懂得珍惜和享受，让心灵在欢快中悠游！

第一图书网, tushu007.com

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